وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة مسيلة

كلية الآداب والعلوم الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا

الرقم:...../2012

الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية

دراسة ميدانية على التلاميذ بثانوية سيدي عامر.مسيلة.

مذكرة تخرج لنيل شهادة الليسانس فرع علوم التربية تخصص إرشاد وتوجيه

من إعداد الطالبتين :

- سعد فطيمة
- نعمي فائزة

تحت إشراف الدكتورة:

- اسماعيلي يامنة

السنة الجامعية: 2012/2011

محتويات الدراسة

الاهداءات

محتويات الدراسة

فهرس الجداول والأشكال

مقدمة

الفصل التمهيدي :التعريف بالدراسة

تمهيد.....ص6

1- إشكالية الدراسة.....ص7

2- أهمية الدراسة.....ص9

3- أهداف الدراسة.....ص10

4- تحديد المفاهيم والمصطلحات.....ص11

5- الدراسات السابقة.....ص13

6- فرضيات الدراسة.....ص23

خلاصة.....ص24

الفصل الأول : الوحدة النفسية

تمهيد ص27

1- مفهوم الوحدة النفسية ص28

2- أسباب الشعور بالوحدة النفسية.....ص29

3- أشكال الوحدة النفسية ص31

4- مكونات الوحدة النفسية.....ص33

5- عناصر الشعور بالوحدة النفسية.....ص34

6- مظاهر الشعور بالوحدة النفسية.....ص35

7- النظريات المفسرة للوحدة ص36

8- التكفل بالوحدة النفسية.....ص40
خلاصة.....ص41

الفصل الثاني : المساندة الاجتماعية

تمهيد ص43
1- مفهوم المساندة الاجتماعية.....ص44
2- أشكال المساندة الاجتماعية.....ص46
3- مصادر المساندة الاجتماعية.....ص47
4- أهمية المساندة الاجتماعية.....ص48
5- وظائف المساندة الاجتماعية.....ص49
6- نماذج المساندة الاجتماعية.....ص50
7- نظريات المساندة الاجتماعية.....ص55
8- الخصائص الضمنية للمساندة الاجتماعية.....ص57
9- العلاقة بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية ص59
خلاصة.....ص61

الفصل الثالث : منهجية الدراسة

تمهيد.....ص64
1- الدراسة الاستطلاعية.....ص65
2- المنهج المستخدم.....ص66
3- عينة الدراسة.....ص67
4- حدود الدراسة.....ص71
5- أدوات الدراسة.....ص73
6- أدوات المعالجة الإحصائية.....ص85
خلاصة.....ص87

الفصل الرابع : عرض وتحليل النتائج

تمهيد.....ص89

1- عرض وتحليل النتائج وفقا للفرضيات.....ص90

2- استنتاج عام.....ص95

3- تفسير النتائج ص96

4- الاقتراحات والتوصيات ص100

خلاصة.....ص102

خاتمة.....ص103

ملخص الدراسة..... ....ص104

مراجع الدراسة ص106

ملاحق الدراسة

فهرس الجداول والأشكال

أرقام الجداول والأشكال	عناوين الجداول والأشكال	الصفحة
الشكل رقم 1	يوضح العلاقة السببية بين الضغط والمرض ونقاط عمل المساندة الاجتماعية.	59
الشكل رقم2	يوضح نموذج الأثر الواقي.	61
الشكل رقم3	يوضح نموذج الأثر الرئيسي للمساندة الاجتماعية.	63
الشكل رقم4	يوضح خطوات استخراج أفراد العينة حسب الشروط المسطرة.	78
الشكل رقم5	يمثل نسبة طبقة الجنس إلى كل تخصص على حدا والى المجتمع الصالح للدراسة.	79
الشكل رقم6	يمثل نسبة العينة للمجتمع الصالح للدراسة.	79
الجدول رقم 7	يوضح معاملات ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية بطريقة إعادة الإجراء لدى أفراد عينة التقنين	85
الجدول رقم 8	يوضح معاملات ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية بطريقة التجزئة النصفية لدى أفراد عينة التقنين.	86
الجدول رقم 9	يوضح معاملات ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية بطريقة كرونباخ لدى أفراد عينة التقنين.	88
الجدول رقم 10	يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس.	89
الجدول رقم 11	يوضح معاملات الارتباط بين فقرات البعد الأول(المساندة من	90

	قبل النظراء) والدرجة الكلية للبعد.	
الجدول رقم 12	يوضح معاملات الارتباط بين فقرات البعد الثاني (المساندة من قبل الأسرة) والدرجة الكلية للبعد.	91
الجدول رقم 13	يوضح معاملات الارتباط بين فقرات البعد الثالث (الرضا الذاتي عن المساندة) والدرجة الكلية للبعد.	92
الجدول رقم 14	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (ت) لدراسة الفروق بين متوسطي مرتفعي ومنخفضي الدرجات على مقياس المساندة الاجتماعية وأبعادها .	93
الجدول رقم 15	يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها السالبة بالمساندة الاجتماعية.	101
الجدول رقم 16	يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية تبعا لمتغير الجنس.	102
الجدول رقم 17	يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية تبعا لمتغير العمر.	103
الجدول رقم 18	يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية.	105
الجدول رقم 19	يوضح مقياس الشعور بالوحدة النفسية.	124
الجدول رقم20	يوضح مقياس المساندة الاجتماعية.	128

إهداء

السطور مدينة بعرفانك ،والكلمات تهتف بامتنانك

أهدي إليكي هذه الثمرة،التي رعيتها، وسقيتها بدعواتك،فكبرت مع الزمن

إليكي أمي...

إلى من ذلل لي العقبات وسهل لي الطريق بنظرات رضاه

أبي الغالي.....

الى روح جدتي الطاهرة التي لن ننساها أبدا

إلى إخوتي الأعزاء الحاج بوعدي سعود إبراهيم

الى اختي العزيزة جوهر

إلى أعز صديقاتي حورية ،فائزة، سوسو، سعدية، زينب، فاطنة، حنان ،زهية، أسماء

فلهم كل الحب والتقدير لما قدموه لي من دعم وتشجيع لإنجاح هذا العمل

فطيمة

إهداء

الى من قال لي ادرسي ثم ادرسي إلى ما لا نهاية وعلي تقع نفقتك

إلى من سكنت صورته الفؤاد ،وتصحو بعنفوان لا يقاوم ،مع كل بسمة

إلى أبي....

إلى عنوان الحنان ،ومرادف العطاء

إلى التي يفيض قلبي بحبها ويعزف أحلى السيمفونيات عند ذكرها

إلى أمي....

إلى إخوتي وأخواتي سعيدة ،خديجة،ربيحة،محمد،فتيحة،عطية،عايدة

إلى ابن أختي الكتكوت محب الله عامر

إلى اعز الصديقات :فطيمة،حورية،سوسو،سعدية،زينب،فاطنة

إلى كل هؤلاء وإلى كل من نحت في قلبي كلمة طيبة ...

فائزة

شكر وتقدير

الحمد لله والشكر لله حمدا يليق بجلالة قدره، وعظيم سلطانه الذي وفقنا في عملنا هذا؛ ولرسوله الذي غرس في قلوبنا حب العلم والإيمان.

والذي بعد إتمامه رست أفكارنا على مرسى النهاية فخرج بذلك هذا العمل إلى النور فوجدنا أنفسنا منقادين بشرف الوفاء وخالص العرفان وجميل التقدير إلى السيدة الدكتورة (اسماعيلي يامنة) على قبولها بصدر رحب الإشراف على هذا البحث ومسايرتها لنا في الخطوات التي رافقت انجازه، بما قدمته من توجيه رشيد وفيما بذلت من جهد جهيد.

كما يسعدنا أن نتقدم بجزيل الشكر ووافر التقدير وعظيم الامتنان، لراعي هذه الثمرة، والمشرف عليها حتى أينعت الأستاذ سعد الحاج ، و على هذا الأساس نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أساتذة معهد علم النفس بجامعة المسيلة على رأسهم الأستاذة المحترمة زموري حميدة، سي محمد سعدية، شهرزاد دهيمي، ضياف زين الدين، مجاهدي طاهر.

وفي الختام نشكر كل من ساعدنا في إتمام هذا العمل من قريب أو من بعيد؛ ونقول للجميع جازاكم الله عنا خير جزاء ....آمين.

مقدمة

يواجه الفرد في حياته اليومية العديد من الأحداث الضاغطة التي تضم خبرات غير مرغوب فيها وأحداث قد تنطوي على الكثير من مصادر التوتر وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات الحياة وهذا من شانه أن يجعل الأحداث الضاغطة تلعب دورا في نشأة الأمراض النفسية والجسمية ومن ثم فلأحداث هي متغيرات نفسية اجتماعية تسهم في اختلال الصحة النفسية لدى الفرد وترتبط الضغوط بأحداث الحياة اليومية فكلنا بلا استثناء نتعرض يوميا لمصادر متنوعة من الضغوط الخارجية بما فيها ضغوط العمل والدراسة والضغوط الأسرية وضغوط تربية الأبناء ومعالجة مشكلات الصحة والأمور المالية والأزمات المختلفة كما نتعرض يوميا للضغوط ذات المصادر الداخلية مثل الآثار العضوية والنفسية التي تنتج عن أخطائنا السلوكية (إبراهيم ، 1998،20)

ولا شك أن هذه الضغوط قد تؤدي إلى الوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية كالوحدة النفسية والعزلة والاغتراب والميل للانطواء والانسحاب وفقدان الثقة بالنفس والشعور بالعجز فلأحداث الضاغطة تؤثر سلبا على الصحة النفسية والجسدية التي تعبر عنها دلالات ومؤشرات نفسية تأتي على شكل إحباط وقلق واكتئاب وعصبية زائدة ومؤشرات سلوكية مثل التغيب المستمر عن المدرسة والشكوى المتكررة من المشاكل ومؤشرات فيزيولوجية تظهر على هيئة أعراض جسمية مختلفة وهذا يهدد قدرة الشخص على إيجاد التوازن بين ضغوط الحياة والقدرات اللازمة لمواجهة هذه المتطلبات والعمل على إحداث نوع من التوازن بين المطالب والضغوط والإمكانات التي عادة ما تكون غير متوازنة.

ويواجه المراهق العديد من الضغوط مثل الضغوط المدرسية المتعلقة بالواجبات المدرسية والمتطلبات أو ضغوط الأسرة أو الضغوط الاجتماعية أو السياسية أو الاقتصادية وفي جميع الضغوط يكون الفرد مطالب بانجاز الكثير من المهمات التي تفوق قدراته أو إمكاناته أو كلاهما معا وقد يتعرض المراهقون لضغوط أخرى مثل الضغوط الو الدية التي قد تكبح حريتهم مما يعرضهم للعديد من المشكلات مثل العزلة والوحدة النفسية التي تعتبر مشكلة نفسية يعاني منها الفرد والمتمثلة في شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي لدرجة يشعر معها الفرد بافتقاد التقبل من جانب الآخرين لذالك فان الاهتمام بالحياة النفسية للمراهقين أمر مهم في أي مجتمع لبناء وتطوير المجتمع ويتمثل هذا الاهتمام بما تقوم به المجتمعات من أعمال وجهود اتجاه فئة المراهقين وخاصة ما تقوم به المدرسة والأسرة من أساليب توعية ووقاية ورعاية لهؤلاء المراهقين .

وإذا كانت الوقاية خير من العلاج في مجال الطب فهي في مجال علم النفس لها نفس الأهمية والقوة حيث اتجه علماء النفس في الآونة الأخيرة إلى البحث عن المتغيرات الواقية التي يمكن أن تخفف أو تقي أو تعدل من الآثار السلبية للشعور بالوحدة النفسية والاغتراب النفسي وهذه المتغيرات الواقية قد تكون متغيرات نفسية أو قد تكون متغيرات اجتماعية

ويعرف روتر (RUTTER) المتغيرات الواقية بأنها تلك الخصائص الشخصية أو العوامل البيئة التي يمكن أن تخفف أو تقلل من وقع التأثير السلبي المتتابع لأحداث الحياة الضاغطة على الأفراد التي تؤدي بهم إلى الشعور بالوحدة النفسية.(RUTTER,1990;p187)

وسوف تهتم الدراسة الحالية بأحد هذه المتغيرات الواقية ألا وهي المساندة الاجتماعية (Social Support) باعتبارها احد المتغيرات الواقية التي يفترض أنها تخفف من الشعور

بالوحدة النفسية فالمساندة الاجتماعية ترتبط بشكل عام بتخفيف الاضطرابات النفسية ومما لا يجعل مجالا للشك في أن المساندة الاجتماعية لها دور عظيم في التخفيف لمن يقعون تحت ضغوط الحياة وقد تكون المساندة بالكلمة الطيبة أو بالنصح أو بقضاء حاجات أو بتقديم المال، والإسلام يدعو إلى الخير والى المودة والى التراحم والى الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.

وعلى هذا الأساس فقد حاولت الدراسة الحالية دراسة تفاعل العوامل السابقة الذكر مع بعضها البعض وذلك من خلال تحليلها إلى متغيراتها الأساسية والتي تمثلت في الشعور بالوحدة النفسية من جهة والمساندة الاجتماعي من جهة أخرى ،فصاغت العنوان التالي «الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية».

ولمعاينة ة هذه العلاقة على ارض الواقع اخترنا عينة بحثية من طلبة السنة الثالثة ثانوي،وذلك بغية معرفة كيفية إدراك هؤلاء الطلبة للمساندة التي يتلقونها من طرف آبائهم وعلاقة ذلك بما يلاحظ عندهم من شعور بالوحدة النفسية.

وعلى هذا الأساس تم تقسيم الدراسة إلى قسمين رئيسيين قسم نظري وآخر تطبيقي،وقبل البدء في هذين القسمين فضلنا التطرق إلى فصل تمهيدي نُعرِّف فيه بالدراسة من خلال عرض كل من إشكالية الدراسة وأهميتها وأهدافها، مروراً بتحديد أهم المفاهيم المستعملة فيها ، ثم بالتعريج على أهم الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوعنا هذا،وتم ختم هذا الفصل باقتراح إجابات مؤقتة لتساؤلات الدراسة.

بعد هذا الفصل التمهيدي جاء القسم النظري، الذي تم تقسيمه تبعاً لمتغيرات الدراسة إلى فصلين أساسيين هما؛ فصل الشعور بالوحدة النفسية وفصل المساندة الاجتماعية كلا الفصلين تم فيهما تناول مجموعة من أهم العناوين النظرية الخاصة بهذين المتغيرين.

بعد عرض القسم النظري استلزمت الدراسة بحكم المتطلبات المنهجية والبحثية إدراج قسم تطبيقي،قُسِّم بدوره إلى فصلين؛أولهما هو الفصل المنهجي الذي بدأناه بدراسة استطلاعية،ومن ثم المنهج المستخدم إضافة إلى العينة وكيفية اختيارها،ثم عرض حدود الدراسة،وبعدها تطرقنا إلى أدواتها وكذلك الأساليب الإحصائية المناسبة لها.

مررنا بعد الفصل المنهجي إلى فصل عرض وتحليل النتائج،الذي عرضت فيه النتائج تبعاً للفرضيات،ومن ثم التطرق إلى تفسير تلك النتائج،وفي ختام هذا الفصل تم تقديم مجموعة من الاقتراحات.

وتم إنهاء هذه الدراسة بخاتمة،وعرض ملخص موجز لكل ما جاء في طياتها، أما في الوريقات الأخيرة فقد ارتأينا تجميع المرجعيات التي تم الاعتماد عليها،إضافة إلى بعض الجداول التي مثلت ملاحق الدراسة.

الفصل التمهيدي

التعريف بالدراسة

تمهيد

1-إشكالية الدراسة

2-أهمية الدراسة

3-أهداف الدراسة

4-تحديد المفاهيم والمصطلحات

5-الدراسات السابقة

6-الفرضيات

الخلاصة

تمهيد

يعدُّ الفصل التمهيدي مدخلا لا غنى للباحث عنه؛ ذلك انه يوفر مقاربة منهجية تسمح بإقناع الباحث لذاته، أو للهيئات القائمة على هذه البحوث بجدواها ؛ وعلى اختلاف الآراء حول ما يجب أن يتضمنه هذا الفصل حاولنا في دراستنا استحضار مجموعة من العناصر المنهجية نسعى من خلالها إلى عرض مجموعة من القناعات الشخصية والدلالات البحثية؛ كمحاولة لخلق مقروئية حسنة لدراستنا هذه، فابتدأنا بتحرير وتحوير الإشكالية لهذه الدراسة، ومن ثم مجموعة الأهداف التي نسعى للوصول إليها، كما لم ننسى تحديد أهم المصطلحات الأساسية، وفي ختام هذا الفصل قمنا بعرض لمجموعة من الدراسات السابقة التي استفدنا منها في بناء فرضياتنا التي جاءت كختام لهذا الفصل.

1-إشكالية الدراسة

من المعروف أن مرحلة المراهقة مرحلة حرجة في حياة الفرد وهي فترة غامضة بالنسبة للمراهق بحيث يسيطر عليه الارتباك لعدم تحديده أدواره التي يجب عليه القيام بها مما يؤدي إلى نشوء تلك الحالة الانفعالية (القذافي،2000،372) التي تسود حياة المراهق فهناك من يرى بأن أسبابها تعود إلى حدوث تغيرات في إفرازات الغدد والبعض يرجعها إلى عوامل البيئية المحيطة بها أو السببين معا.

ويعتقد علماء النفس أن حساسية المراهق الانفعالية ترجع لعدم قدرته على التوافق مع البيئة التي يعيش فيها إذ يفسر كل مساعدة من قبل والديه على أنها تدخل في أموره وفي هذا إساءة لمعاملته والتقليل من شانه وبالتالي اعتراضه على سلوك والديه وأخذه مأخذ العناد والسلبية (غالب ،1991،32) لذا فقد يصبح المراهق معرضا للعديد من الاضطرابات النفسية والتي أصبحت محل اهتمام الباحثين من بين هذه الاضطرابات الشعور بالوحدة النفسية.

وقد أشار كل من ويلر و ريس أن الأحداث الماضية في فترة الطفولة قد تسبب الشعور بالوحدة النفسية في فترة المراهقة.(ويلر ويس،1983،993).

فيما يرى قشقوش(1979) أن الشعور بالوحدة النفسية عبارة عن شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي لدرجة يشعر معها الفرد بافتقاد التقبل والحب من جانب الآخرين أو يترتب على ذالك عدم قدرته على تكوين علاقات مثمرة ومشبعة مع الآخرين وهذا الشعور تتباين أنواعه وأعراضه من النفور النفسي والبعد عن الآخرين والانطواء وعدم مقدرة الفرد في المشاركة في الأحداث الاجتماعية.(قشقوش،1979،19).

ويشير الباحثون إلى ضرورة الاهتمام بدراسة مصادر الدعم النفسي والاجتماعي كالمساندة الاجتماعية التي تجعل الفرد يقيم الاضطرابات الانفعالية تقييما واقعيا ويواجهها بنجاح كما تجعله أكثر إدراكا للحدث الضاغط .(CHARLES E RUDOLPH,1991;p370)

ويتزود الفرد بالمساندة الاجتماعية من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي منتظم بشكل أو بأخر مع الفرد وتضم هذه الشبكة في الغالب الأسرة والأصدقاء وزملاء العمل وليست كل شبكات العلاقات مساندة لأنها أحيانا تعتمد على دعم وصحة متلقي المساندة.(LEPORE,1994;p247)

أي أن المساندة الاجتماعية تعتمد على صحة الفرد وسلامته النفسية وليس على كثرة علاقاته الاجتماعية.

وقد أكدت نتائج دراسة كل من روس وكوهين على أهمية الدور البارز الذي تقوم به المساندة الاجتماعية من الأسرة في تخفيف الآثار السلبية لمواجهة الفرد للاضطرابات الانفعالية ولمواجهة الشعور بالوحدة النفسية .(علي علي،2000،12).

ومن خلال ما سعى إليه كابلان في نظريته عن أنظمة المساندة ودورها في الصحة النفسية للمجتمع فان المساندة الاجتماعية تتضمن نمطا مستديما من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي تلعب دورا هاما في المحافظة على وحدة النفس والجسم عبر حياته حيث أوضح من وجهة نضره أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية النفسية وخاصة في ظل الأحداث الضاغطة وذالك للمحافظة على صحته العقلية والنفسية .(CAPLAN,1981;p471)

وبناءا على ما سبق سوف تتناول الدراسة الحالية الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية حيث تتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية؟

وتتبعه التساؤلات الفرعية التالية:

1-هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية؟

2-هل توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس (ذكور-إناث)؟

3-هل توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمر؟

2-أهمية الدراسة

1- إلقاء الضوء على العلاقة بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية.
2- أهمية دور المساندة الاجتماعية لطلبة المرحلة الثانوية.
3- دور الشعور بالوحدة النفسية ومدى تأثيرها على الطلبة في المرحلة الثانوية.
4- تعتبر هذه الدراسة إضافة جديدة للتنظير النفسي من حيث جدة المتغيرات النفسية الاجتماعية التي اهتمت بها ونظرا لقلة الدراسات التي اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية وعلاقته بالوحدة النفسية في البيئة العربية عموما.

5- أهمية المساندة الاجتماعية من حيث أن يكون لدى الفرد علاقات اجتماعية مشبعة يتبادلونها مع غيرهم ويدركون أن هذه العلاقات يوثق بها وأفضل لصحتهم النفسية عن غيرهم ممن يفتقدونها وان لها اثر مخفف لنتائج الوحدة النفسية .

6- أكدت دراسات عديدة أن الشعور بالوحدة النفسية سواء كانت مهنية أو أسرية أو شخصية ذات تأثير سلبي .

7- قد تفيد نتائج هذه الدراسة في تحقيق استقرار الطلبة في المرحلة الثانوية وذالك من خلال الإسهام في التخفيف من الشعور بالوحدة النفسية

8- ينتشر الشعور بالوحدة النفسية في فئات عمرية مختلفة وهي أكثر شيوعا عند المراهقين ومن ثم تهتم الدراسة الحالية بطلبة المرحلة الثانوية الذين يعتبرون في مرحلة المراهقة.

9- قد تفيد نتائج الدراسة في بناء برامج لتنمية المساندة الاجتماعية وتدعيم شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد مما يكون الأثر الفعال في خفض شدة الشعور بالوحدة النفسية

3-أهداف الدراسة

1- تحديد تأثير الشعور بالوحدة النفسية على الصحة النفسية للطلبة في المرحلة الثانوية.

2- التعرف على الأشكال المختلفة للوحدة النفسية التي يعاني منها الطلبة في المرحلة الثانوية.

3- الكشف عن العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية.

4- التعرف إلى دور المساندة الاجتماعية كأحد العوامل الواقية من الأثر النفسي الناتج عن تعرض الفرد للوحدة النفسية.
5- تطبيق مقياس للشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية.

4-تحديد المفاهيم والمصطلحات

أولا: الوحدة النفسية

التعريف الاصطلاحي:

يعرف الدسوقي(1998) الوحدة النفسية بأنها نتيجة حدوث خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد سواء كان ذالك في صورة كمية (لا يوجد عدد كافي من الأصدقاء) أو في صورة كيفية (افتقاد المحبة والألفة والتواد مع الآخرين) (الدسوقي، 1998، 7) .

تعرف سيسيليا سولانو وآخرون (1982) الوحدة النفسية هي حالة ذاتية واضحة المعالم بحيث يستطيع المرء أن يصفها وصفا ذاتيا ويخبرها للآخرين.

تعرف روكاتش 1988 الوحدة النفسية هي شعور مؤلم ونتاج تجربة ذاتية مخبرة ذاتيا وبشكل متفرد وهذا الشعور ناتج من شدة الحساسية الفجة وشعور الفرد بأنه وحيد وبعيد عن الجميع والشعور بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين ومقهور بالألم الشديد وترى أيضا أن هذا الشعور ناتج عن الغياب المدرك للعلاقات الاجتماعية المشبعة وهو شعور مصحوب بأعراض الضغط النفسي.

التعريف الإجرائي:

الوحدة النفسية هي شعور نفسي مؤلم ناتج عن وجود خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للطالب ويقاس في هذه الدراسة بالدرجة على مقياس الشعور بالوحدة المستخدم في الدراسة

ثانيا: المساندة الاجتماعية

التعريف الاصطلاحي:

عرف كل من الشناوي وعبد الرحمان (1994)المساندة الاجتماعية بأنها تلك العلاقات القائمة بين الفرد والآخرين والتي يدركها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها(الشناوي وعبد الرحمان، 1994، 4).

عرف سارا سون 1983 المساندة الاجتماعية بأنها إدراك الفرد بان البيئة تمثل مصدرا للتدعيم الاجتماعي الفاعل ومدى توافر أشخاص يهتمون بالفرد ويرعونه ويثقون به ويأخذون بيده ويقفون بجانبه عند الحاجة ومن ذالك الأسرة الأصدقاء الجيران .(حسين، 1992،45).

يعرف كابلان المساندة الاجتماعية بأنها تتكون من الآخرين الذين يقومون بمساعدة الأفراد لكي يتعاملوا مع مشكلاتهم الانفعالية ومشاركتهم في مهامهم وتزويدهم بالنقود والمواد والأدوات والمهارات والمعلومات والنصيحة لمساعدتهم على التعامل مع مواقف خاصة مليئة بالضغوط يمكن أن يتعرضوا لها.(عبد السلام ،1997، 210).

التعريف الإجرائي:

المساندة الاجتماعية هي الدعم الانفعالي والمادي والأدائي الذي يتلقاه الفرد من قبل الآخرين المحيطين به ومدى قدرة الفرد على تقبل وإدراك هذا الدعم.

ثالثا: طلبة المرحلة الثانوية

التعريف الإجرائي:

هم مجموعة الطلبة الذين يدرسون في الثانوية والذين تتراوح أعمارهم بين 17–19 سنة وهذا السن يتزامن مع أهم مرحلة في حياة الإنسان ألا وهي مرحلة المراهقة وهم الأفراد الذين سيمثلون عينة الدراسة .

5-الدراسات السابقة

في هذه الخطوة من الفصل التمهيدي ، يعمد الباحث إلى ذكر أهم الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيرات بحثه، سعيا لتحقيق التزام فكري (Monisme) أو للاستفادة المنهجية، أو للتزود النظري، و سنعرض هنا مجموعة من الدراسات سواء منها الغربية أو العربية، و التي رغم أنها لا تمس دراستنا بشكل مباشر، إلا أنها على الأقل تشترك معها في متغير واحد.

أ. عرض الدراسات السابقة

1- دراسة فكس وآخرون؛ Fax and all, 1992

عنوان الدراسة (العلاقة بين المساندة الاجتماعية والشعور بالمودة النفسية) هدفت الدراسة الى التعرف على دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الشعور بالوحدة على عينة بلغ قوامها (ن=93) فردا تراوحت أعمارهم بين (22–94) سنة بمتوسط عمري بلغ قدره (75,13) سنة والعينة تعاني من ضعف البصر وطبق عليهم المقاييس التالية : مقياس الشعور بالوحدة النفسية مقياس الاتجاه نحو الحيات ، مقياس المساندة الاجتماعية واستمارة بيانات ديموغرافية.

وأظهرت الدراسة أن المسنين الذين يعانون من ضعف البصر يعانون من مشكلات توافقية ومن زيادة الشعور بالوحدة النفسية وان غياب المساندة الاجتماعية يزيد من الشعور بالوحدة النفسية عند المسنيين وان إدراك المسن خاصة الذي يعاني من مشكلات صحية ومن الشعور بالوحدة النفسية وكذالك اظهرت النتائج أن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور المسن بالتفاؤل من قدرته على التوافق وتقلل من أثار انخفاض الرؤية أو ضعف البصر.(مروان عبد الله دياب، 2002، 55).

2- دراسة زير بولي؛Zirpoli, 1987

تظهر نتائجها أن هناك متغيرات هامة جدا في تطور الشعور بالخجل وبالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة وهي العلاقة مع الأم ومدى القدرة على الاعتماد على كل من الوالدين والعلاقة الحميمية والألفة مع الجيران والرضا عن نوع العلاقة ووجود الصديق الحميم وشعور الفرد بأنه ليس هناك من يحتاج إلى صديق وانخفاض درجة احترام الآخرين له.(zirpoli,1987,4293)

3- دراسة هوجات(1982):

دراسة تناولت العلاقة بين خبرة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقة الفرد بالوالدين والأقران وقد افترض الباحث أن الأفراد الذين يقرون أنهم لم ينعموا بعلاقات مرضية مع آباءهم يكونون أكثر ميلا لخبرة الشعور بالوحدة النفسية في مرحلة المراهقة وان الذين يقرون أنهم لم يقيموا علاقات شخصية مشبعة مع أقرانهم أثناء طفولتهم يكونون أكثر استهدافا لخبرة الشعور بالوحدة النفسية وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعتين تضم الأولى 232 منهم 156 ذكر و76 أنثى من الطلبة والطالبات الإيرانيين الذين يدرسون في الجامعات الأمريكية والذين تراوحت أعمارهم بين 18–39 عاما وأسفرت نتائج الدراسة عن:

- أنا الأفراد ذوي الشعور المرتفع بالوحدة النفسية قد اقروا بان أبائهم لم يكونوا يقضون معا وقتا كافيا ولا يتفهمون مشاكلهم ولا يحاولون مساعدتهم عند الحاجة إليهم
- كما أن الطلاب الذين قد اقرو أنهم غير قادرين على المشاركة مع الأقران في علاقات صداقة كانوا أكثر شعورا بالوحدة النفسية في مرحلة المراهقة.
- هذا كما يشير الباحث في دراسته إلى أن المراهقين الذين يشعرون بالوحدة النفسية يعيشون في اسر يسودها البرود العاطفي في العلاقات مع الوالدين والقسوة الشديدة والإهمال
- كما يؤكد الباحث في نهاية دراسته على أن هناك ارتباطا وثيقا بين علاقة الطفل بوالديه وبالأقران في مرحلة الطفولة والشعور بالوحدة النفسية في مرحلة المراهقة(مروان عبد الله دياب، 2002، 60).

4- **دراسة ماركو ين ومايا بروما جن (1985)**

بدراسة الشعور بالوحدة النفسية لدى الأطفال والمراهقين الصغار بهدف بحث الاختلافات في الشعور بالوحدة النفسية وعلاقة المراهق بالأب والأم والأقران وقد تكونت عينة الدراسة من 393 فردا من الجنسين من تلاميذ الصفوف الخامس والسابع والتاسع والذين تتراوح أعمارهم بين 10–15 عام ويتمركز هدف هذه الدراسة على استقصاء علاقة الشعور بالوحدة النفسية بالسن ومدى ارتفاع هذا الشعور لدى الأطفال والمراهقين كما تهدف أيضا إلى دراسة المتغير الخاص باختيار الشخص الذي يعتبر مصدر السلوك الأول لأفراد العينة وتفترض الدراسة أن الشعور بالوحدة النفسية المتعلقة بالنظراء والأب والأم والشخص الذي تم اختياره كمصدر أساسي للسلوك في مواقف الحزن كما تفترض الدراسة أيضا وجود تأثير للعوامل الشخصية والاجتماعية على الشعور بالوحدة النفسية المرتبطة بالوالدين والمتضمن الشعور بالوحدة النفسية المتعلقة بالأقران والمتعلقة بالشعور بالملل والرغبة في أن يكون الإنسان وحيدا ومقياس خاص بقياس العلاقات الاجتماعية من وجهة نظر المفحوصين وقد أظهرت النتائج

– أن الأمهات تعد المصدر الأول للمواساة بالنسبة للذكور وقد اختار 13بالمئة فقط من أفراد العينة الإناث آبائهن كمصدر أساسيا للمواساة – كما تظهر نتائج الدراسة أيضا الدور الذي يلعبه جنس الأب والأم في تحديد المصدر الأساسي للمواساة

– وقد اتضح أيضا أن الطلبة الذين أشاروا إلى أن كلا من الأب والأم يعتبران المصدر الأول للمواساة اقل شعورا بالوحدة النفسية أما الذين أشاروا إلى أن الصديق هو المصدر الأول للمواساة كانوا أكثر شعورا بالوحدة النفسية

– وقد دلت النتائج كذالك على وجود صلة بين الحساسية الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية. (مروان عبد الله دياب، 2002، 79).

5- دراسة سكميث وكارديك (1985)

دراسة الفروق الجنسية والعمرية ومترابطات الشخصية بالشعور بالوحدة النفسية في علاقات مختلفة وقد هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء تباين الشعور بالوحدة النفسية لدى ذكور والإناث الكليات والإناث المسنات ودرجة الرضا عن أربعة نماذج من العلاقات الأسرية من حيث علاقة الأبناء بالأب والأم والأخوات وإبراز اتجاهاتهم نحو المعاملة الو الدية الايجابية والسلبية والصداقات والعلاقات الجنسية والرومانسية وقد تكونت عينة الدراسة من 71 ذكرا من طلبة الكليات بمتوسط عمر 18 عام 85 أنثى من طلبة الكليات بمتوسط عمر 18 عام 51 سيدة مسنة متقاعدة بمتوسط عمر 69 عام وقد صنفت هذه المجموعات في ضوء متغيرات السن السلالة الدخل مستوى التعليم العالي المستوى الاجتماعي الاقتصادي الحالة الوظيفية الحالة الزوجية وقد توصل الباحثين للنتائج التالية :

- ❖ أن هناك فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات إناث الكليات والإناث المسنات في مدى الرضا عن علاقات الأسرة لصالح الإناث المسنات وذالك لان إناث الكليات قد عبرن عن عدم الرضا عن علاقات الأسرة وقد ملن إلى عدم الرضا عن أساليب المعاملة الوالدية التي تتسم بالسلبية والقسوة وعدم الاحتواء الايجابي أكثر من الإناث المسنات.
- ❖ كما أن الإناث المسنات قد عبرن عن عدم الرضا عن علاقات الصداقة الجنسية والرومانسية أكثر من إناث الكليات.
- ❖ كما وضح أن ذكور الكليات لديهم صعوبة أكثر من إناث الكليات في التعامل في العلاقات المتصلة بالدعم الانفعالي.

❖ كما أوضحت نتائج الدراسة أن الذكور اقل تواؤما مع الشعور بالوحدة النفسية وان الأنوثة ترتبط ارتباطا عكسيا بالشعور بالوحدة النفسية.(مروان عبد الله دياب، 2002،82).

6- دراسة أسماء إبراهيم (2001)

دراسة هدفت إلى معرفة دوافع سلوك العزاء التي تقدم في حالات الثكل لدى عينة من المجتمع المصري وقد تكونت عينة الدراسة من 400 فردا من محافظة القاهرة ذكور و إناث ومن مستويات تعليمية ثلاثة (يقرا ويكتب وأمي وتعليم متوسط وتعليم عالي).

وقد تراوحت أعمارهم من18–80 سنة وقد قامت الباحثة بإعداد مقياس لقياس دوافع سلوك العزاء وقد أسفرت بعض النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأصغر والأكبر سنا لصالح الأكبر سنا في الدوافع الاجتماعية الثقافية لدى ذكور وإناث تعليم متوسط وإناث تعليم العالي والعينة الكلية وهذا يعني أن دوافع العزاء قد اختلفت باختلاف العمر وان دوافع كبار السن كانت أقوى من صغار السن وهذا يشير أيضا إلى ارتباط دوافع سلوك العزاء بالجانب الاجتماعي والثقافي في المجتمع .

7- دراسة علي علي (2000)

دراسة تجريبية هدفها التعرف على دور المساندة الاجتماعية والعاطفية خاصة من الأسرة والرفاق في تخفيف تأثير الصراعات النفسية التي تواجه طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم ومقارنتهم مع الطلاب المقيمين في المدن الجامعية والتي تساعدهم على المواجهة الايجابية لأحداث الحياة الضاغطة في حياتهم الجامعية وفي تقليل الآثار السلبية الناتجة من ضغوط البيئة الجامعية وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعتين:

– المجموعة التجريبية التي تكونت من 50 طالبا مقيمين في المدن الجامعية وغير مدعمين بالمساندة الاجتماعية الكاملة من أسرهم وتراوحت أعمارهم ما بين (18–25) سنة.

– المجموعة الضابطة التي تكونت من 50 طالبا مقيما مع أسرهم ومدعمين بالمساندة الاجتماعية الكاملة من أسرهم ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في المستوى العمري والاقتصادي والاجتماعي والتعليمي وقد استخدم الباحث الأدوات التالية:

1– استبيان المساندة الاجتماعية.
2– استبيان مواجهة أحداث الحياة الضاغطة .
3 – مقياس التوافق مع الحياة الاجتماعية.

وتوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير المساندة الاجتماعية لصالح المجموعة الضابطة كذالك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة الضابطة في التفاعل الايجابي في مواجهة الضغوط النفسية والتوافق مع الحياة الاجتماعية .

8- دراسة ستوني وفينيStoney et Finney(2000)

دراسة هدفها التحقق من أن وجود صديق حميم يقوم بعملية المساندة خلال الضغوط الحادة يؤثر على الاستجابة الانفعالية وقد شاركت في الدراسة 40 امرأة يتمتعن بصحة جيدة وشارك نصفهن في مهمة كلامية في وجود صديق بينما شارك النصف الأخر في مهمة كلامية دون وجود صديق.

وقد تم التوصل إلى أن الضغط الناتج عن التحدث قد أدى إلى ارتفاع في معدلات الكوليستيرول عند الذين كان معهم صديق اكبر بكثير من الذين لم يكن معهم صديق وذالك

بالنسبة إلى الاستجابة للضغوط وقد يرجع ذلك إلى القلق المتزايد الذي يشعر به الفرد في وجود صديق.

9- دراسة ديان؛ Dainne (2000)

دراسة هدفها معرفة الآثار النفسية وخصائص شبكة المساندة الاجتماعية عند أباء وأمهات الأطفال المصابين وقد تكونت العينة من147 من الأمهات و108 من الآباء وقد تمت مقارنتهم بنفس هذه العوامل عند أباء وأمهات الأطفال الذين لم يتعرضوا لمرض بدني أو نفسي مزمن يهدد حياتهم وكانو79 من الأمهات 50 من الآباء.

وقد أوضح التحليل المتنوع للتباين المزدوج أن هناك مستويات أعلى من أعراض الضغط الناتج عن الصدمات عند أمهات الأطفال المصابين بالمقارنة بأمهات الأطفال المتمتعين بصحة جيدة مع عدم وجود فروق في حالة و خصائص القلق.

ولم يكن هناك فروق ذات أهمية بين المجموعتين فيما يختص بأعراض الضغط النفسي بين أباء الأطفال المصابين وآباء الأطفال الذين يتمتعون بصحة جيدة وكذالك أعراض وخصائص القلق عند أمهات أطفال المجموعتين فيما يختص بخصائص شبكة المساندة الاجتماعية وعلى الرغم من ذالك فقد سجل أباء الأطفال المصابين معدلات مساعدة في تقديم المعلومات والخدمات اقل من التي توجد في شبكات الأصدقاء لديهم وكما هو متوقع فقد سجل أباء الأطفال المصابين كثافة حدود للشبكة أعلى من أباء الأطفال المتمتعين بصحة جيدة كما تؤكد النتائج على أهمية الضبط النفسي الجيد عند أباء وأمهات الأطفال المصابين بالسرطان لمدة طويلة.

10- دراسة فهد الربيعي (1997)

هدفها الكشف عن وجود علاقة بين درجات طلاب وطالبات كلية التربيـــة بجامعـــة الملك سعود برياض على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس المســـاندة الاجتماعية وقد أجريت الدراسة على عينة مكونة مـــن 600 طالـــب وطالبـــة تراوحـــت أعمارهم بين 18–29 سنة وقد استخدم الباحث مقياسين رئيسيين هما:

1– مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

2– مقياس المساندة الاجتماعية.

وقد توصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة سالبة مرتفعة بين الشـــعور بالوحـــدة النفسية والمساندة الاجتماعية مما يشير إلى أن الأفراد لديهم شعور مرتفع بالوحدة النفسية يعانون من اضطراب في علاقتهم الاجتماعية كما وكيفا .

ب.<u>تقييم الدراسات السابقة:</u>

من خلال العرض السابق لمختلف الدراسات يمكن تسجيل الملاحظات التالية :

1- جميع الدراسات السابقة تناولت أكثر من متغير واحد في ربطه بمتغيـــر الوحـــدة النفسية ومتغير المساندة الاجتماعية، و هذا بقدر ما يمكن أن يحسب للجانب الكمي للدراسة، بقدر ما يحسب على جانبها الكيفي و النوعي.

2- اغلب الدراسات تستعمل المنهج التجريبي الذي يمكن أن يكون ملائم للتعامل مـــع هذه الفئات .

3- لم تكثر الدراسات من المقاييس المستخدمة نظرا لعدم وجود المتغيرات الدخيلة بشكل بالغ ماعدا الدراسة التي قام بها ماركو ين ومايا بروما جن(1985) والدراسة التي قام بها علي علي (2000) والذي استخدم مقياس واستبيانين .

4- اغلب الدراسات تناولت عدد كبير من أفراد العينة المستعملة مما يزيد من صدقها مثلا الدراسة التي قام بها فهد الربيعي(1997) والتي احتوت على600 طالب والدراسة التي قام بها دين(2000) والتي احتوت على عينة مكونة من 147 من الأمهات و108 من الآباء ما عدى الدراسة التي قام بها ستوني وفيني(2000)التي احتوت على عينة صغيرة تكونت من 40 امرأة.

5- ركزت معظم الدراسات على الفروق بين أفراد العينة خاصة الدراسة التي قام بها علي علي(2000) والدراسة التي قامت بها أسماء إبراهيم (2001).

6- ألمت الدراسات بمختلف أفراد عينة المجتمع (صغار– كبار) ولم تقتصر على فئة واحدة كما أنها لم تقتصر على سن معينة مثلا الدراسة التي قامت بها أسماء إبراهيم (2001) التي استخدمت عينة من أفراد المجتمع يختلفون في مستوياتهم ويختلفون في أعمارهم حيث تتراوح أعمارهم بين 18–80 سنة .

ت.توظيف الدراسات السابقة:

1– إن عرضنا لمختلف هذه الدراسات لم يكن لمجرد الضرورة المنهجية ، بل بهدف توظيفها في دراستنا، فقد جاءت هذه الدراسات – كما قلنا سابقا – لتؤكد لنا الإطار النظري الذي سنمشي عليه، و ذلك من خلال تأكيدها لبعض المسلمات– القبليات – المتعلقة بدراستنا هاته:

2–تؤثر علاقة الطفل بوالديه على شعوره بالوحدة النفسية وتعتبر من أهم المتغيرات المتصلة بالشعور بالوحدة النفسية (دراسة زير بولي 1987).

3- علاقة الطفل بأقرانه تعتبر أيضا من أهم المتغيرات المتصلة بالشعور بالوحدة النفسية (دراسة هوجات 1982).

4- جنس الوالدين لديه تأثير على شعور الفرد بالوحدة النفسية فالأم تعتبر المصدر الأول للمواساة خاصة عند الذكور (دراسة ماركو ين ومايا بروماجن 1985).

5- هناك متغير جديد له تأثير على الشعور بالوحدة النفسية وهو علاقات الصداقة الجنسية والرومانسية (دراسة سكميث وكارديك 1985).

6- هناك فروق بين الجنسين (ذكور- إناث) في درجة الشعور بالوحدة النفسية فالذكور اقل تواؤما مع الشعور بالوحدة النفسية (دراسة سكميث وكارديك 1985).

7- الحالة الصحية للوالدين تؤثر على تعرض الأطفال للشعور بالوحدة النفسية (دراسة ديان 2000).

6-فرضيات الدراسة

الفرضية الرئيسية:

1- توجد علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية.

الفرضيات الفرعية:

2- توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية .

3- لا توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و المساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

4- لا توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمر.

خلاصة

بعد ما تم عرضه من أفكار أساسية في هذا الفصل التمهيدي و الذي جاء كمحاولة للتعريف بدراستنا من خلال الخروج بمجموعة من التساؤلات البحثية في بدايته، ثم بمحاولة إعطاء إجابات افتراضية لهذه التساؤلات في ختامه؛ بعد هذا كله – وتبعا للترتيب الذي جاء على أساسه تحديد المفاهيم – كان لزاما علينا البحث عن معلومات أكثر حول

مجموعة المفاهيم الأساسية، فكان البدء بمتغير الدراسة الأول و هو الوحدة النفسية، فمـــاذا يمكننا أن نقول عن هذا المتغير؟

الجانب النظري

الفصل الأول

الوحدة النفسية

تمهيد

1-مفهوم الوحدة النفسية

2-أسباب الشعور بالوحدة النفسية

3-أشكال الوحدة النفسية

4-مكونات الوحدة النفسية

5-عناصر الشعور بالوحدة النفسية

6-مظاهر الشعور بالوحدة النفسية

7-النظريات المفسرة للوحدة

8-التكفل بالوحدة النفسية

خلاصة

تـــمـهـيـــــد:

يمثل مفهوم الوحدة النفسية خبرة معاشة في حياتنا اليومية يشيع وجودها بين الناس في أشكال متباينة وفي أوقات مختلفة ويرتبط الشعور بالوحدة النفسية بكم أو كيف طبيعة العلاقات مع الآخرين ويدل عدد الأصـــدقاء والمعـــارف وقـــوة العلاقة معهم على وجود أو عدم وجود الشعور بالوحدة النفسية إلا أنها لم تحظى باهتمام ملحوظ من الباحثين ويحتاج للمزيد من البحوث لتوضيح معنى ومفهـــوم الوحدة لتمييزها عن (الغربة – الاغتراب – الانفصال) وتقدير أهميتها.

1- مفهوم الوحدة النفسية:

يعرف اركسون (Erikson) الوحدة النفسية بأنها الإحساس بالفشل في الوصول بنجاح إلى تكوين علاقات من صداقة حميمية مع الآخرين ، يحاول خلالها الإنسان الاندماج معهم ويؤدي ذالك إلى الانغماس في الذات ،والركود وضعف انطلاق انخفاض الإبداع والشعور بالألم ومن وجهة نظر رايس يشاهد أن مشاعر الوحدة قد تكون مشاعر ناجمة عن سوئ الفهم التواصلي للفرد بذاته للآخرين خاصة عندما يكون الفرد متمركز حول ذاته إذ يصعب على طرفي العلاقة التي يكون احدها متمركزا حول ذاته من فهم شخصية للآخرين .(علي عبد الرحيم صالح، 1،2007)

يستعرض ويس (WEISS) بان الوحدة النفسية هي ظاهرة معقدة وسببها النتائج العاطفية السلبية كما تنتج من الم الانفصال وغياب أشكال المودة (زهران، 27،1994).

ولذا يعد الشعور بالوحدة النفسية من الظواهر الاجتماعية الهامة التي تنتشر بين الأفراد في جميع مراحل العمر المختلفة من الطفولة وحتى الكهولة (جابر وعمر، 1989، 20).

وقد وصف أبراهام ماسلوا الشعور بالوحدة النفسية بأنه سلوك ينتج بسبب عدم إشباع حاجات الحب والاحترام والانتماء ومن شانه أن يؤدي إلى صعوبة تحقيق الفرد لذاته.

الوحدة النفسية هي خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بافتقاد التقبل والحب والاهتمام من جانب الآخرين ، بحيث يترتب على ذلك العجز عن إقامته علاقات اجتماعية مشبعة بالآفة والمودة والصداقة الحميمية وبالتالي يشعر الفرد بأنه وحيد رغم انه محاط بالآخرين (فطيمة فلاحي،2،2009).

أما علي لقائمي فيرى أن الشعور بالوحدة عند الأفراد قد يكون شعورا سيئا في الحالات العادية وهم يظنون أحيانا أنهم في عالم لا يصل إليه الآخرين ولا يعرفون شيئا عن حقيقته أو لا يفهمون كلامهم جيدا ، هؤلاء يحسون أنهم في وضع لا يقدرون على رفع

الصعوبة والمشكلة التي تحصل لهم وليس معهم شخص يتمكن من مساعدتهم(علي القائمي،1996،7).

2-أسباب الشعور بالوحدة النفسية:

إن الشعور بالوحدة النفسية ليس له سببا واحدا ، وللوقوف على أهم الأسباب والعوامل التي تشكل أو تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية فهناك العديد من الدراسات والبحوث التي اهتمت بتشخيص أسباب الوحدة النفسية التي اتفقت أن من أهم أسباب الوحدة هي الحاجة إلى أواصر العلاقات الاجتماعية والعاطفية.

وقد شخص سوليفان sollivan (1954) احد أسباب الوحدة النفسية بأنها تنشئ عن حاجة الطفل إلى الاتصال ، أي حاجة الطفل إلى وليف وحاجة المراهق إلى القبول في بيئته الاجتماعية وحاجة البالغ إلى الانضمام في الجماعة .

وتتفق كلاين killen (1975) مع سوليفان sollivan في تفسير الوحدة من خلال المراحل التطورية فأرجعت الحاجة إلى علاقة ودية للطفل في تطويره لملكة الكلام وان صعوبة وجود مثل هذه العلاقة قد يؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية .

أما ويزWeiss (1973) فشخص الأسباب المؤدية للوحدة النفسية ويحددها لمجموعتين من الأسباب :

الأولى : تتصل بالمواقف الاجتماعية

الثانية : تتصل بالفروق الفردية أو ما يعرف بمجموعة الخصائص

ويرى جونز (1982)أن الأسباب الخاصة بالشعور بالوحدة النفسية لا تكمن في كثير من الخصائص الموضوعية للبيئة الاجتماعية للشخص الواحد مثل عدد الأصدقاء وكمية الاتصال الاجتماعي بقدر ما يكمن في كيفية إدراك الشخص الوحيد لواقع علاقته الشخصية وتقويمه واستجابته لها.

من ناحية أخرى يرى يونك (1979) أن ظهور الوحدة النفسية يعتمد على مسببات مختلفة ومضامين علاجية مختلفة ويقيم نظريته على مفاهيم التعزيز الاجتماعي والتعلم المعرفي عبر مراحل الحياة ويوصي بتضمين العناصر المعرفية بمعالجة الوحدة ،وهذا التصور ينتج بسبب غياب تعزيزات اجتماعية مهمة فضلا على الجوانب العقلية الأخرى.

وقد يرجع سبب الشعور بالوحدة النفسية عن قلة العلاقات الحميمية بمعنى أن الإنسان لا يجد الصديق الوفي المخلص الصادق الذي يمكن أن يثق فيه ومن الأسباب التي تؤدي إلى وحدة الإنسان وعزلته اعتلال الصحة وضعفها أو موت صديق أو شريك عزيز أو الانتقال إلى مكان جديد أو الهجرة إلى الدراسة أو العمل والحركة الدائمة التي جعلت كثير من الناس يقطعوا صداقاتهم السابقة وان يتحللوا من الروابط الأسرية وانحراف الأبناء عن الأسرة وقد ترجع الوحدة إلى التقدم في السن.

وقد ترجع الوحدة إلى تكوين النفسي للفرد نفسه حيث يفضل بعض الأشخاص الوحدة والعزلة والانسحاب إلى معترك الحياة الاجتماعية أو يفتقدون الشعور بالثقة في أنفسهم أو يشكون في نوايا الآخرين نحوهم أو يشعرون بالتعالي على الآخرين أو شعورهم بالفقر أو العجز عن مجارات زملائهم أو رفض مخالطة رفقاء السوء وقد يكون الشخص الذي يشعر بالوحدة فيه من السمات والخصائص المنفرة مما تجعل الناس ينفرون منه وينصرفوا عنه ولا يقيمون معه علاقات(العباسي،1999،40).

وهناك سبب شائع للوحدة النفسية هو الاعتقاد أن أحدا لا يقدر أن يفهم أو يولي اهتماما بالذات الداخلية للفرد عندما تزول كل الأشكال المصطنعة للذات وان الاعتقاد أن الذات الداخلية مع الآخرين مشاركة حيث يؤدي بدوره إلى الشعور بالوحدة النفسية.(فضيلة عرفات،2010،9).

3- أشكال الوحدة النفسية:

هناك بعض الدراسات قد ساهمت في وضع تصنيفات لأشكال الوحدة حيث يرى ويس Weiss(1973) تحديدا لأشكال الوحدة أن هناك نوعين متميزين من الوحدة هما :

1) الوحدة النفسية العاطفية Emotiono وهي تنتج عن نقص العلاقات الوثيقة والودودة مع شخص آخر.

2) الوحدة النفسية الاجتماعية Social وهي تنتج عن نقص في نسيج العلاقات الاجتماعية التي يكون فيها الفرد جزءا من مجموعة من الأصدقاء يشتركون في الاهتمامات والأنشطة(احمد عبد اللطيف أبو اسعد،2010،702).

3) ويعتمد تصنيف ويس Weiss للوحدة النفسية على اعتقاده القائل أن الأنواع المختلفة من العلاقات تشبع حاجات مختلفة أو تقدم ظروف اجتماعية مختلفة.

أما العالم سوبنجتون soppington أن هناك ثلاثة أشكال أخرى للوحدة النفسية وهي :

1)الوحدة النفسية العابرة transient والتي تتضمن فترات من الوحدة النفسية على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق.

2)الوحدة النفسية التحولية transitional وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب ولكن يشعر بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لتعرضه لبعض المتغيرات المستجدة مثلا وفات شخص عزيز.

3)الوحدة النفسية المزمنة chronic والتي قد تستمر فترات طويلة تصل إلى سنين وفيها يفقد الفرد الشعور بالرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية (عزة مصطفى الكحكي،273).

أما قشقوش فقد قدم لنا تصنيفا مبنيا أساسا على تصنيف ويس Weiss في دراسة (1983) ويتضمن ثلاث أشكال للوحدة النفسية إذ يشير إلى أن الإحساس بالوحدة النفسية يمكن أن يتخذ واحدة من صور وأشكال متعددة تتضمن :

1)الوحدة النفسية الأولية : وتوصف بأنها اضطراب في إحدى سمات الشخصية وهي ترتبط او تتصاحب في الحالتين بالانسحاب الانفعالي عن الآخرين ، ويشير إلى وجود منحيين لتفسير مقدمات الإحساس بالوحدة النفسية الأولية.

- ✓ الأول يعرف بالمنحى النمائي حيث أن اضطراب التفاعل الاجتماعي يعزى إلى وجود تباطؤ أو تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية.
- ✓ أما المنحى الثاني ويعرف بالمنحى النفسي الاجتماعي حيث تعزى أسبابه إلى وجود عجز أو قصور في الوظائف التي تحكم عملية التفاعلات المتبادلة .

2)الوحدة النفسية الثانوية : يمثل هذا الشكل من أشكال الإحساس بالوحدة النفسية بحرمان الفرد من العلاقات العاطفية و الحميمية ويحدث فجأة استجابة من جانب

الفرد لحرمان مفاجئ يطرأ في حياته من أفراد آخرين يعدهم ذوي أهمية لديه ويظهر هذا الشكل عقب حدوث مواقف في حياة الفرد كالطلاق الترمل وتمزق أو تصدع علاقات الحب الحنين للأسرة والوطن.

3) الوحدة النفسية الوجودية : يعد الإحساس بالوحدة النفسية الوجودية هو حالة إنسانية طبيعية في نظر الكثير من كتاب المدرسة الوجودية إذ يعدون هذا الإحساس بمثابة حالة حتمية يتعذر الهرب منها مثل ماي(1953) فروم(1959) وموستكاز (1961)(فضيلة عرفات ،2010،13).

كما قدم راسيل Russell شكلين رئيسيين للشعور بالوحدة النفسية هما:

1) الوحدة النفسية العاطفية : ويعتبر داخلي المنشأ ويحدث نتيجة عدم الإشباع في العلاقات العاطفية للفرد مما يدفعه للبحث عن تلك العلاقات الحميمية الدافئة من خلال الاندماج مع الآخرين .

2) الوحدة النفسية الاجتماعية : ويعتبر خارجي المنشأ ويحدث نتيجة عدم كفاية العلاقات الاجتماعية للفرد مما يدفعه للبحث عن مجموعات تشاركه الميول والاهتمامات والأفكار(الدسوقي مجدي محمد ،1998،24).

4- مكونات الوحدة النفسية:

اختلفت أراء الباحثين حول أبعاد ومكونات وعناصر الشعور بالوحدة النفسية فقد ميز كل من دي جونج وراد سيكيلدرز بين ثلاثة أبعاد للوحدة وهي :

1. **الخصائص الانفعالية** : التي تشير إلى غياب المؤشرات الايجابية مثل السعادة ووجود عواطف سلبية مثل الخوف و عدم الثقة .
2. **نوع الحرمان :** وهو يشير إلى طبيعة العلاقات الغائبة وهذا البعد يمكن تقسيمه إلى ثلاثة أبعاد فرعية هي مشاعر الحرمان المرتبطة بغياب الارتباط الودي ومشاعر الهجر.
3. **منظور الزمن** : وهذا البعد يمكن تقسيمه إلى ثلاثة مكونات فرعية وهي الدرجة التي تعاش فيها الوحدة على أنها مؤقتة والدرجة التي يعفي فيها الفرد نفسه من مسؤولية الوحدة ويرجعها إلى الآخرين(فارس بن محمد بن حماد العنزي،1998، 24).

5- عناصر الشعور بالوحدة النفسية:

يرى روكاتش rokatch(1988) أن هناك نموذجا يتكون من أربعة عناصر أساسية للشعور بالوحدة النفسية وهي :

1. **اغتراب الذات self-alienation**: وهو شعور الفرد بالفراغ الداخلي والانفصال عن الآخرين واغتراب الفرد عن نفسه والحط من قدر الذات .
2. **العزلة الشخصية interpersonal isolation**: ويتمثل ذلك في مشاعر كون الفرد وحيدا انفعاليا وجغرافيا واجتماعيا وشعور الفرد بعدم الانتماء ونقص في العلاقات ذات المعنى لديه حيث يتكون العنصر الأخير من غياب المودة وإدراك الفرد للغياب الاجتماعي والشعور بالخذلان والهجر.
3. **الم الصراع العنيف agony** : وتتمثل في الهيجان الداخلي والثوران الانفعالي للفرد وسرعة الحساسية والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والارتباك والاضطراب ولامبالات للمستهدفين من قبل الأفراد الذين يشعرون بالوحدة النفسية(فارس بن محمد بن حماد العنزي،1998،23).
4. **ردود الأفعال الموجعة والضاغطة distress reaction** : ويتكون ذالك نتاج مزيد من الألم والمعانات من الخبرة المعاشة للشعور بالوحدة النفسية والمتضمنة الاضطراب والألم الذي يعيشه الأفراد الذين يشعرون بالوحدة النفسية.

6- مظاهر الشعور بالوحدة النفسية:

يرتبط الشعور بالوحدة النفسية بعدد من الأعراض أو المظاهر التي نقسمها إلى :

1. **مظاهر تتعلق بالذات** : وهي تنقسم إلى

- ✓ **السمات الشخصية** : تعبر السمات الشخصية عن الاتجاه المعرفي وتركز على أهمية الادراكات الشخصية ونظام تفكير الوحيد نفسيا لقد لوحظ أن مظاهر الشعور بالوحدة هي فقدان الثقة بالذات وضعف مفهوم الذات الخجل والعدوان والشعور بالتفاهة وعدم الأهمية وعدم الجاذبية وتبني استراتيجيات غير فعالة لحل المشاكل وعدم القدرة على المشاركة في الرأي والشعور بانعدام الأمن واغتراب الذات بسبب الشعور بالخواء الداخلي .
- ✓ **مظاهر نفسية جسمية** : تظهر ببعض الأعراض النفسية الجسمية على الفرد نتيجة لمعاناته من الوحدة النفسية منها الصداع والشعور بالضعف وفقدان الشهية والنوم الزائد (فارس بن محمد بن حماد العنزي،1998،25).

2. **مظاهر تتعلق بعلاقته مع الآخرين**: هناك ارتباط وثيق بين تقدير الفرد ومشاعره نحو الآخرين فالشعور ببغض الذات لا ينفصل عن الشعور ببغض الآخرين فان من أهم مظاهر الوحدة النفسية عدم الحساسية تجاه حاجات الآخرين فقدان القدرة على الكشف عن مشاعر الآخرين فقدان القدرة على التواصل والاتصال مع الآخرين سواء اجتماعيا أو انفعاليا والعجز الاجتماعي والانطواء ونقص المهارات يرى الباحث أن هناك اقتراب كبير بين عناصر الوحدة النفسية

ومظاهر الوحدة النفسية فجميعها لا تخرج عن عدة مشاعر مؤلمة وعزلة اجتماعية وعزلة عاطفية تؤثر على شخصية الفرد وعلى علاقته مع نفسه أو مع الآخرين.

7-النظريات المفسرة للوحدة النفسية:

تعد ظاهرة الوحدة النفسية احدي الظواهر التي تفتقر إلى الجانب النظري حيث أنها أدخلت إلى مجالات الفلسفة وعلم الاجتماع وتعالج مع الاكتئاب علما بان مفهوم الوحدة النفسية مفهوم مستقل له خصائص منفردة وسوف نعرض فيما يلي لبعض النظريات النفسية المبكرة التي مر بها الفرد ويعد زيلبورج أول من قام بتحليل علمي عن الوحدة وفرق بين الشخص الذي ينتابه شعور مؤقت بالوحدة النفسية والشخص الوحيد فالشعور المؤقت بالوحدة النفسية شعور طبيعي وحالة عقلية عابرة وتنتج عن فقدان شخص معين أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو شعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب فيه ولا فائدة مما يؤدي إلى الاكتئاب والانهيار العصبي وتعود جذور الوحدة النفسية إلى المهد حيث يتعلم الطفل الوظائف التي تجعله محبوبا ومرغوب فيه (النيال،1993،62).

ويتفق سوليفان مع زيلبورج في أن جذور الوحدة في حالة الكبر تعود إلى الطفولة حيث افترض أن هناك حاجة حافزة للألفة الإنسانية وهذه الحاجة تجعل الطفل يظهر رغبته في الاتصال بالآخرين ويحتاج الفرد قبل المراهقة إلى صديق يتبادل معه المعلومات والأطفال الذين تنقصهم المهارات الاجتماعية بسبب التفاعل الخاطئ مع والديهم أثناء الطفولة من الصعب أن يكون لديهم أصدقاء فيما بعد وقد تؤدي عدم القدرة على إشباع الحاجة إلى الألفة قبل المراهقة إلى الوحدة الكاملة المفاجئة كما اتفق سوليفان مع زيلبورج في إرجاع أصل الوحدة إلى الآثار الضارة لموقف عطف الأمومة في مرحلة مبكرة .

وفسر فرويد الشعور بالوحدة النفسية بأنها عملية صراع بين المكونات داخل الفرد التي تتمثل في ألهو Id الأنا Ego والانا الأعلى super ego مما يؤدي إلى سوء توافقه مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية من حوله ويمكن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنه نتيجة للقلق العصابي الطفولي وله وسيلة دفاعية نفسية تعمل للحفاظ على الشخصية من التهديد الناشئ من البيئة الاجتماعية ويعبر عنه في صورة عزلة أو انسحاب.

أما ادلر فقد فسر الشعور بالوحدة النفسية بأنه حالة عرض مرضي عصابي بسبب نقص الاهتمام الاجتماعي للفرد بحيث يكون غير مرغوب فيه اجتماعيا ويعبر عنه بأنه خطا في أسلوب حياة الفرد الذي تكون في طفولته (فارس بن محمد بن حماد العنزي،1998،30).

1) **<u>النظرية الظاهرية الإنسانية</u>** : اتفق أصحاب هذه النظرية على أن الشعور بالوحدة النفسية ينشا من التناقض بين حقيقة الذات الداخلية للفرد والذات الخارجية التي يراها الآخرين فيرى روجرز في نظريته أن سبب الوحدة النفسية هو ضغوط المجتمع الواقعة على الفرد التي تجعله يتصرف بطرق محددة ومتفق عليها اجتماعيا مما يؤدي إلى التناقض بين الذات الداخلية والذات الواضحة أمام الآخرين وهكذا يؤدي الفرد دوره المطلوب في المجتمع من غير دقة أو اهتمام مما ينشا عنه شعور بالفراغ ويرى روجرز أن الوحدة النفسية هي تمثيل للتوافق السيئ واتفق موراي مع روجرز بان التناقض بين الذات الحقيقية للفرد والذات المثالية ينتج عنه الشعور بالوحدة النفسية واختلف روجرز عن أصحاب النظرية الدينامكية في تأثير الطفولة على الفرد ويرى أن العوامل الحاضرة تسهم إلى حد كبير في تكوين الشعور بالوحدة النفسية .

2) **النظرية الاجتماعية** : يرى كل من بومان وسلاتر أن هناك ثلاث قوى اجتماعية تؤدي للوحدة النفسية وهي :

- ضعف علاقة الفرد بالأسرة .
- زيادة الحراك في الأسرة.
- زيادة الحراك الاجتماعي.

وبنى سلاتر(1976) تحليله للوحدة النفسية من خلال دراسة الشخصية الأمريكية كيف فشل المجتمع في تلبية احتياجات أفراده لان المشكلة الأمريكية تكمن في إحساس الفرد بالفردية وان كل فرد لديه الرغبة في المشاركة الاجتماعية والارتباط بالآخرين ولكن هذه الرغبة أحبطت في المجتمع الأمريكي مما أدى إلى أن يتبع كل فرد مصيره منفردا مما أدى إلى الوحدة النفسية ومن هنا استنتج سلاتر بان الوحدة النفسية هي نتيجة للتقدم التكنولوجي المعاصر(فارس بن محمد بن حماد العنزي،1998،31).

3)النظرية التفاعلية: دمجت هذه النظرية بين العوامل الشخصية والاجتماعية معا وترى أن تفاعل هذه العوامل معا ينتج عنه شعور الأفراد بالوحدة النفسية (جابرعبدالحميد ،1990،45).

ويشير ويس Weiss إلى:

- أن الوحدة النفسية ليست سبب العوامل الشخصية أو العوامل الموقفية بل هي نتائج التأثير التفاعلي لتلك العوامل.
- أن الوحدة النفسية تنشا عندما تكون تفاعلات الفرد الاجتماعية غير كاملة ولكنه يعطي اهتماما اكبر للعوامل الموقفية.

وقد حدد ويس Weiss ستة استعدادات اجتماعية تحدد مقدار العلاقات الاجتماعية المشبعة لدى الفرد وهي:

1) **الاتصال** : ويستمد من خلال العلاقة التي يشعر فيها الفرد بالأمن والمودة والآلفة مع الآخرين .

2) **التكامل الاجتماعي** : ويتحقق من خلال الاهتمامات والعلاقات الاجتماعية المشتركة.

3) **فرصة العطاء** : من خلال العلاقات الاجتماعية التي يشعر فيها الفرد بالمسؤولية تجاه فرد آخر.

4) **إعادة تأكيد القيمة** : ويستمد من خلال العلاقات التي تكون فيها مهارات الفرد موضع تقدير.

5) **اقتران الثقة** : ويستمد من قدرة الفرد على مساعدة الغير تحت أي ظرف.

6) **التوجيه** : ويستمد من خلال العلاقات بأفراد محل ثقة يقدمون النصيحة والمساعدة للآخرين.

هذا وان كان لكل نوع من الاستعدادات مصدرا أو عدة مصادر توفره كما يؤكد ويس Weiss أن أي نقص في هذه الاستعدادات يؤدي إلى الضيق النفسي والألم(فارس بن محمد بن حماد العنزي،1998،32).

8-التكفل بالوحدة النفسية

- ❖ الإيمان بالقضاء والقدر : لذا يجب أن يكون الفرد مشبعا من الجانب الديني وعلى الأسرة التي تزرع فيه قوة الإيمان وان التقرب من الله راحة للنفس.
- ❖ ملا الفراغ ومحاولة عدم قضاء معظم الوقت وحيدا .
- ❖ الالتحاق ببعض المشاريع التي تساعد على العمل كفريق .
- ❖ تشجيع الفرد على التعبير عن مواهبه وإبراز نواحي التفوق عنده.
- ❖ إقناع الفرد بان العيب الذي فيه لا يلحظه احد وان جميع الزعماء والقواد كانوا ذوي عيوب وكان تعويضه لهذا النقص هو سبب عظمتهم(فضل عبد اللطيف برهم ،2005، 42).

خلاصـــــــــة

بشكل عام الشعور بالوحدة النفسية خبرة ذاتية يمر بها معظم الناس على اختلاف مراحلهم العمرية وهذه الخبرة تترك آثارها السلبية بشخصية الفرد وعلاقته مع الآخرين وتوافقه وبالتالي تعوق إشباع احتياجاته وتصيبه بسوء التكيف وعدم التوافق النفسي والاجتماعي وتحول بينه وبين الحياة السعيدة .

الفصل الثاني

المساندة الاجتماعية

تمهيد

1-مفهوم المساندة الاجتماعية

2-أشكال المساندة الاجتماعية

3-مصادر المساندة الاجتماعية

4-أهمية المساندة الاجتماعية

5-وظائف المساندة الاجتماعية

6-النماذج الرئيسة لتفسير دور المساندة الاجتماعية

7-نظريات المساندة الاجتماعية

8-الخصائص الضمنية للمساندة الاجتماعية

9-العلاقة بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية

خلاصة

تمهيد:

تحمل المساندة الاجتماعية في طيها معنى المعاضدة و المؤازرة و المساعدة على مواجهة المواقف ويعتبر بداية ظهور مصطلح المساندة الاجتماعية حديثا في العلوم الإنسانية مع تناول علماء الاجتماع لهذا المفهوم في إطار تناولهم العلاقات الاجتماعية حيث صاغوا مصطلح الشبكة الاجتماعية (social networl) الذي يعتبر البداية الحقيقة للظهور (social support) و الذي يطلق عليه البعض مسمى الموارد الاجتماعية (resones social)بينما يحدده البعض الأخر على انه إمدادات اجتماعية (asocial previsions) وتعتمد المساندة في تقديرها على إدراك الأفراد لشبكاتهم الاجتماعية باعتبارها الطريقة التي تشتمل على الأفراد الذين يثقون فيهم و يستندون على علاقاتهم بهم (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمان،1994،3).

1- مفهوم المساندة الاجتماعية :

على رغم من تعدد المفاهيم الخاصة بالمساندة الاجتماعية إلا أن معظم المقاييس المرتبطة بها تشير إلى تقديم المساعدات المادية أو المعنوية للفرد التي تتمثل في أشكال التشجيع أو التوجيه أو المشورة ، ولقد اتفق في تعريفها كلا من كوهين cohen وسيم syme وسكتر schetter بأنها تفاعل الفرد في علاقاته مع الآخرين(علي علي،2000: 9) و المساندة الاجتماعية تعبر عن النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط و التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين التي تتسم بأنها طويلة المدى ، و يمكن الاعتماد عليها و الثقة بها عندما يشعر الفرد بأنه في حاجة إليها لتمده بالسند العاطفي كما أنها تتضمن نمطا مستديما من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي تلعب دورا هاما في المحافظة على وحدة الجسم للفرد ، كما أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالامدادت النفسية وذلك للمحافظة على صحته النفسية (caplan,1981;413).

ويعرفها(johnson& sarason)بأنها اعتقاد الفرد أن الآخرين يحبونه ويقدرونه ، ويرغبونه ويعتبرونه ذو قيمة(راوية الدسوقي،1996،45).

وتعرف المساندة الاجتماعية بأنها " شبكة من العلاقات التي تقدم مساندة مستمرة للفرد بصرف النظر عن الضغوط النفسية الموجودة في حياته وهي أما أن تكون موجودة أثناء حدوث الضغوط النفسية وإما أن يكون لدى الفرد إدراك بأنها ستنشط في حالة وجود الضغوط "(gentry &gooduvin ,1995; 56) وهذا يدل على أهمية وجود المساندة الاجتماعية و إستمراريتها في حياة الفرد بصفة عامة أو أثناء تعرضه للضغوط النفسية .

كما أنها " اهتمام المنظمة بتوفير الفرص للعلاقات الاجتماعية و بث روح التعاون و التالف بين العاملين و التي تعمل في اتجاهين كلاهما لصالح الفرد و المنظمة فمن جانب تزيد من استجابتك الفرد في العمل لأنه يحقق حاجات مهمة مثل الضمان و القبول و

الانتماء ومن جانب أخر فإنها تعمل كمنطقة عازلة أو مخففة للضغوط حيث يتم ذلك من خلال التعاطف وتقديم المساعدة " (علي عسكر،1998،117).

ومهما كان الأساس أو المفهوم النظري الذي ينطلق منه مصطلح المساندة الاجتماعية فان هذا المفهوم يشتمل على مكونان رئيسيين هما :

- ✓ أن يدرك الفرد أن لديه عدد كاف من الأشخاص في حياته يمكنه أن يرجع إليهم عند الحاجة .
- ✓ أن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له

ومن ثم يمكن القول بان المساندة الاجتماعية يقصد بها تلك العلاقات القائمة بين الفرد و الآخرين و التي يدركها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمان ،1994،4).

وتعبر المساندة الاجتماعية عن الإمكانيات العقلية أو المدركة للمصادر المتاحة في البيئة الاجتماعية للفرد التي يمكن استخدامها للمساعدة " خاصة الاجتماعية " في أوقات الضيق ويتزود الفرد بها من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي منظم بشكل أو بأخر معه .(lepore,1994;247).

أي أن وجود المساندة الاجتماعية يدل على توفر أشخاص مقربين يتمثلون في أفراد الأسرة أو مجموعة من الأصدقاء أو الجيران أو زملاء العمل الذين يتسمون بالمشاركة الوجدانية و الدعم المعنوي(leavy,1983;7).

2- أشكال المساندة الاجتماعية :

يشير هوس house إلى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تأخذه عدة أشكال هي :

1) **المساندة الانفعالية** التي تنطوي على الأفعال التي تنقل التقدير و الرعاية و الثقة و القبول و التعاطف .
2) **المساندة الحسية (الأدائية)** التي تنطوي على المساعدة في العمل و المال.
3) **المساندة المعلوماتية** التي تطوي على إعطاء نصائح أو معلومات أو تعليم مهارة تسهل حل مشكلة أو موقف ضاغط .
4) **المساندة التقويمية** التي تنطوي على التغذية الرجعية المتعلقة بآراء الفرد أو سلوكه (karer,1987;113).

كما تؤدي المساندة الاجتماعية وظائف هامة تدور حول تلبية احتياجات الفرد و حمايته من التأثير الضار للحزن ، وتقديم له خبرات الآخرين في مواقف مشابهة لموقفه ليقارن سلوكه و مشاعره و أفكاره إزاء هذه الخبرة الجديدة (أسماء إبراهيم،2001،13).

3- مصادر المساندة الاجتماعية

وتأتي المساندة الاجتماعية من مصدرين رئيسين هما :

1_ الأسرة التي تقلل من تأثير عدم القناعة بالعمل و تساعد على التكيف مع طبيعته ويتم عن طريقها تعزيز مصادر الاقتناع الأخرى من خلال الانجازات التي يسهم بها الفرد خارج موقف العمل وهذه يمكن أن تعوض المشاعر السالبة التي يشعر بها الفرد في عمله و تعزز احترام الذات لديه و القبول و الشعور بالقيمة .

2_ العمل الذي يقلل من تأثير الضغوط النفسية إذ إن التماسك في جماعة العمل و ارتفاع درجة التفاعل الايجابي و المودة بين العاملات و بين القيادة يؤدي إلى انخفاض تأثير الضغوط عليهن و إلى التمتع بالصحة النفسية السليمة (seersetal,1983;752).

4- أهمية المساندة الاجتماعية:

يرى(BOULBY) أن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الاحباطات وتجعله قادرا على حل مشاكله بطريقة جيدة .

ويشيرسارسونSARSON إلى أن الفرد الذي ينشا في وسط أسرية مترابطة تسودها المودة والألفة بين أفرادها ويصبحون أفرادا قادرين على تحمل المسؤولية ولديهم صفات قيادية لذا نجد أن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط وتقلل من المعانات النفسية في حياته الاجتماعية وان المساندة الاجتماعية يمكن أن تلعب دورا هام في الشفاء من الاضطرابات النفسية كما تسهم في التوافق الايجابي والنمو الشخصي للفرد وكذالك تنقي الفرد من الأثر الناتج عن الأحداث الضاغطة أو أنها تخفف من حدة هذا الأثر وعليه فان هناك عنصرين هامين ينبغي أخذهما بعين الاعتبار وهما : إدراك الفرد أن هناك عددا كافيا من الأشخاص في حياته يمكن أن يعتمد عليهم عند الحاجة وإدراك الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له واعتقاده في كفاية وكفاءة وقوة المساندة مع ملاحظة أن هذين العنصرين يرتبطان يبعضهما البعض ويعتمدان في المقام الأول على الخصائص الشخصية التي يتسم بها الفرد (عبد الرزاق ، 1998،56).

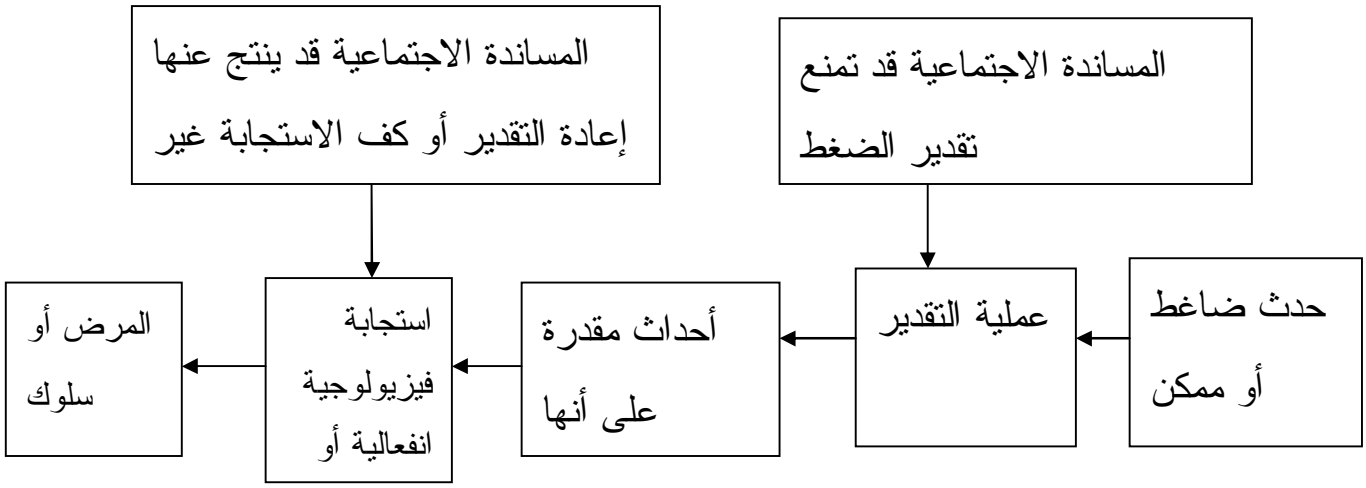
5- وظائف المساندة الاجتماعية:

يشير هوس إلى وظيفتين مهمتين للمساندة في التدخل بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية ويمكن إجمال ذالك في نقطتين (house,1981;45).

النقطة الأولى : يمكن للمساندة أن تتدخل بين الحدث الضاغط (أن توقع هذا الحدث) وبين رد فعل الضغط حيث تقوم بتخفيف منع استجابة تقدير الضغط بمعنى أن إدراك الشخص أن الآخرين يمكنهم أن يقومو له الموارد والإمكانات اللازمة قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضرر نتيجة الموقف ومن ثم فان الفرد لا يقدر الموقف على انه شديد الضغط.

النقطة الثانية : فان المساندة المناسبة قد تتدخل بين خبرة الضغط وظهور حالة مرضية باثولوجية وذالك عن طريق تقليل أو استبعاد رد فعل الضغط وبالتأثير المباشر على العمليات الفيزيولوجية قد تزيل المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم حل المشكلة وذالك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الشخص لهذه المشكلة حيث يحدد كبح الهرمونات العصبية بحيث يصبح الشخص اقل استجابة للضغط المدرك أو عن طريق تيسير السلوكيات الصحية ويصور ذالك في الشكل التالي:

الشكل رقم1 : يوضح العلاقة السببية بين الضغط والمرض ونقاط عمل المساندة الاجتماعية (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمان ،1994،39).



6- النماذج الرئيسة لتفسير دور المساندة الاجتماعية :

يمكن التمييز بين أربعة تنظيرات مختلفة للمساندة الاجتماعية على النحو الآتي :

- من الناحية الاجتماعية ينظر إليها في إطار عدد من روابط و علاقات الفرد مع الأشخاص الآخرين في بيئته الاجتماعية ومدى قوة هذه الروابط ، أي درجة الاندماج الاجتماعي للفرد الذي من شانه تحسين الصحة من خلال دعم السلوك القويم عن طريق منع الفرد من ممارسة سلوك غير قويم .
- ساوى الباحثون في المنظور الثاني بين المساندة الاجتماعية ووجود علاقات مرضية تتسم بالحب و الألفة و الثقة .
- بينما يرى المنظور الثالث أنها تشكل فكرة انه في ظل الظروف الضاغطة يمكن الاعتماد على الآخرين طلبا للنصح و المعلومات و الفهم القائم على التعاطف الوجداني ، وهذا المفهوم يطرح فكرة أن مجرد إدراك الفرد لوجود شخص يمكن اللجوء إليه طالبا للمساعدة يساهم بالفعل في التقليل في الضغط .

أن مفهوم المساندة الاجتماعية يشير إلى تلقي أفعال تدل على المساندة من الآخرين بمجرد حدوث الضغط .

ورغم أهمية تلك التنظيرات الأربعة لفهم دور العلاقات في خفض الضغط فإنها تختلف في علاقتها بصحة الفرد و سعادته (buunk,1990; 124).

ويمكن توضيح هذه النماذج الرئيسة على النحو الآتي :

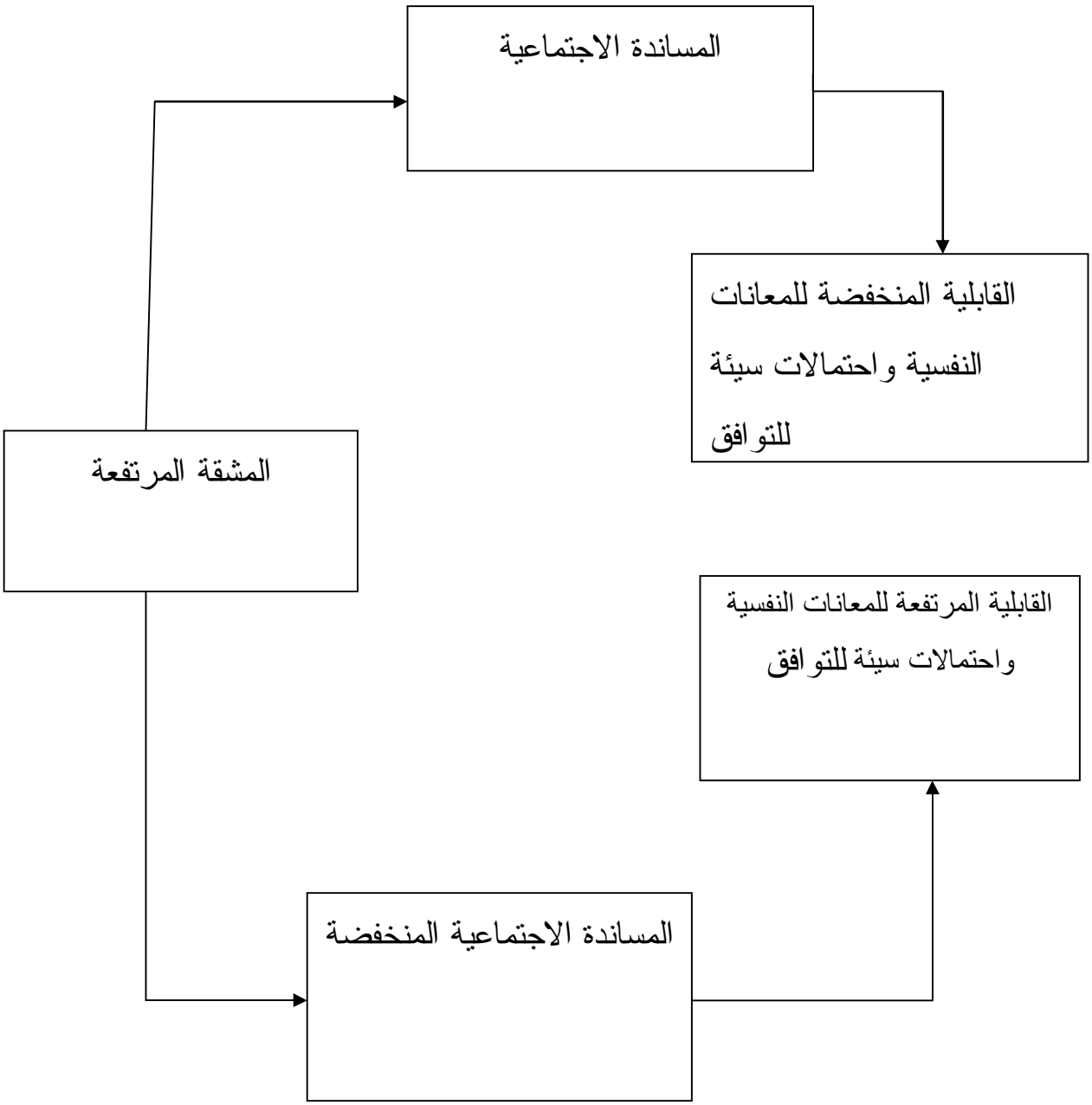
1. نموذج الأثر الواقي (المخفف من الضغط)

يفترض أن المساندة الاجتماعية تستطيع أن تخفف من الضغط النفسي حتى يستعيد الفرد نواحي النقص التي نشأت لديه بسبب الحزن ، و تقديم هذه النظرية مفهوما نظريا جديدا هو نموذج الحماية (buffering model) ويقصد به أن المساندة الاجتماعية المرتفعة تحمي الشخص من سيطرة الضغط النفسي و تأثيره السلبي على حالته الصحية (stroebe etal ,1996;1209)أي أن هذا النموذج يرتبط بالصحة فقط بشكل أساسي للإفراد الذين يقعون تحت ضغط ، وينظر فيه إلى أن المساندة الاجتماعية تحمي الأفراد الذين يتعرضون لضغوط من احتمال التأثير الضار لها ، ومن ثم فان المساندة تقوم بدورها في نقطتين مختلفتين بين الضغط و المرض و هي :

- تتدخل المساندة بين الحدث الضاغط (أو توقعه) وبين رد فعل الضغط ، حيث تقوم بتحقيق أو منع استجابة تقدير الضغط بمعنى أن إدراك الفرد أن الآخرين الإمكانات اللازمة ، قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضرر نتيجة للموقف أو تقوي لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف ، ومن ثم فان الفرد لا يقدر الموقف على انه شديد الضغط .
- تتدخل المساندة بين خبرة الضغط و ظهور حالة مرضية باثولوجية عن طريق تقليل أو استبعاد رد الفعل الضغط بالتأثير المباشر على العمليات الفيزيولوجية ، وقد تزيل المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم حل للمشكلة

، و ذلك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الفرد لهذه المشكلة .(محمد عبد الرحمان،1994،321)

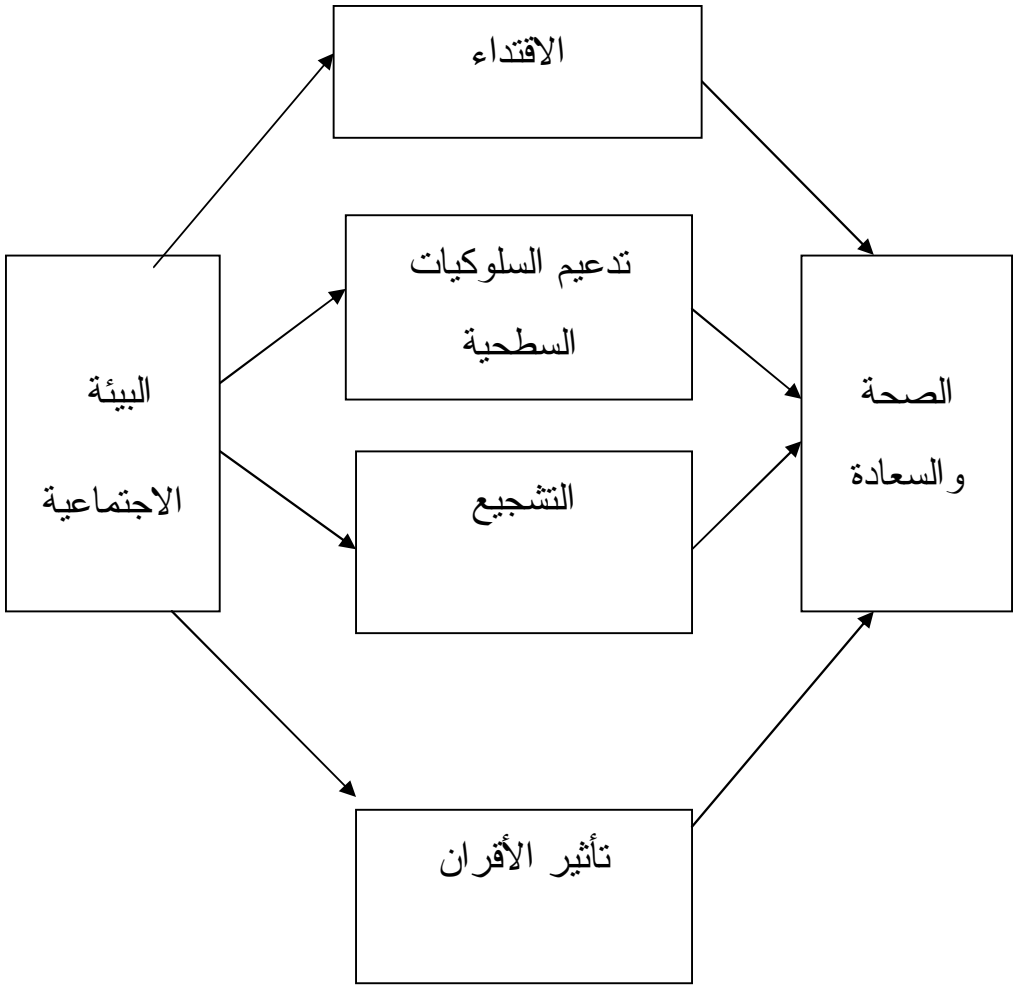
الشكل رقم 2 : يوضح نموذج الأثر الواقي (Kaplan ,1993;142)



2-نموذج الأثر الرئيسي :

يفترض هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية لها تأثير مفيد على حياة الفرد وسعادته بغض النظر عما إذا كان هذا الفرد يقع تحت ضغط أم لا ، وقد اشتق هذا النموذج أدلته من واقع التحليلات الإحصائية التي أظهرت وجود اثر رئيسي لمتغير المساندة و عدم وجود تأثير للتفاعل بين الضغط و المساندة ، فهناك اثر عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية و النفسية لان الشبكات الاجتماعية يمكن أن تزود الأفراد بخبرات ايجابية منتظمة و مجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع و هذا النوع من المساندة يرتبط مع السعادة و يجنب الخبرات السالبة التي تزيد من احتمال حدوث اضطراب السيكوسوماتية ، ويرتبط بالصحة البدنية عن طريق أثار الانفعال على الهرمونات العصبية أو عن طريق التأثير على أنماط السلوك المتصل بالصحة مثل حنين السجائر buunle & (hoorens,1992;450).

الشكل رقم 3 يوضح نموذج الأثر الرئيسي للمساندة الاجتماعية(Kaplan ,1993,144).



3- نموذج الارتباط :

ويرى بولبي مؤسس نظرية الارتباط أن المساندة الاجتماعية التي يقدمها الأهل و الأصدقاء لا تعوض الفرد عن النقص الكبير الذي يكون حدث له بسبب فقد شخص عزيز لأنه فقد الشخص الذي يمثل الارتباط

وهناك نوعان من الشعور بالوحدة النفسية هما:

- الشعور بالوحدة الوجدانية

- الشعور بالوحدة الاجتماعية

و المساندة الاجتماعية تؤثر فقط في الشعور بالوحدة الاجتماعية أما الحالة الزوجية (متزوج – أرمل) فهي تؤثر في الشعور بالوحدة الوجدانية ، وذلك لان غياب الارتباط الوجداني مع الشكل الذي يتعلق به الفرد يؤثر على الشعور بالوحدة الاجتماعية ، وهناك بعض الدراسات التي أيدت نموذج الارتباط و اعتبرت أن تعبير الفرد عن خبراته الوجدانية سواء بالكتابة أو الحديث يؤدي إلى التحسن في حالته الصحية بل أن كلمات التي يستخدمها في وصف الصدمة تنئى عن مدى التحسن في حالته الصحية و البدنية أو النفسية .(أسماء إبراهيم،2001،14)

4-النموذج الشامل :

وضع هذا النموذج ليبرمان و بيرلن وثم إعادة تطويره في عام (1981) وهو يرى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تحقق تأثيرها حتى قبل وقوع الحدث الضاغط على النحو الآتي :

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

قد يكون هناك تأثير مباشر من المساندة على مستوى التوافق و بذلك يرى أنصار هذا النموذج أن دور المساندة كعامل مخفف للتوتر أكثر تعقيدا مما يتخيله البعض الأخر. (محمد عبد الرحمان،1999،32).

من خلال عرض هذه النماذج يتضح أن المساندة الاجتماعية تعمل على حماية الفرد من سيطرة الضغط النفسي و تأثيره السلبي ، كما أن لها تأثير مفيد على حياة الفرد بصفة عامة سواء كان تحت تأثير الضغط أم لا ، إذ أنها تحد من احتمالية وقوع الحدث الضاغط على الفرد.

5-نظريات المساندة الاجتماعية :

1- نظرية المقارنة الاجتماعية :

توضح الأبحاث التي قام بها (schachter) على العلاقة بين الخوف و الاندماج كما ورد في buumk hoorens أن الخوف الناتج عن التعرض لصدمة كهربائية له أثار لدى الأفراد الخاضعين للتجربة مثل رغبة الشخص في الانتظار مع شخص أخر قد يكون في نفس الموقف إلا أن بعض الأبحاث أسهمت في تعديل ما توصل إليه الباحث ، وأوضحت أن الميل إلى البحث عن صحبة الآخرين يتناقص في ظل حدوث العديد من المواقف المحرجة إذ توصل (zinbardoe sarnoff)إلى أن القلق مثل (مص زجاجة الرضاعة) مقابل الخوف قد أدى إلى خفض معدل الاندماج إذ أن الخوف من الرفض الاجتماعي كان هو المسيطر على رغبة الفرد في الانتظار بمفرده عندما يشعر بالحرج ، كما أن وجود انفعالات وجدانية قوية يقلل من ميل الفرد إلى التحدث مع الآخرين وقد ركزت بعض الأبحاث على دور التعزيز الذاتي في مواقف الضغط فعندما يواجه الأفراد تهديدا فإنهم يشتركون في مقارنات بالأشخاص الأقل كفاءة منهم في محاولة الاسترجاع كيف ينظرون

إلى أنفسهم (عندما يواجه الفرد مرضا خطيرا فانه يميل إلى المقارنة وضعه بالذين يواجهون أمراضا اخطر وظروف اشد سواء) (buumkhoorens,1992;445).

2- نظرته التبادل الاجتماعية :

ينظر إلى العلاقات من خلل نظرية التكافؤ التي تعتبر من أهم نظريات التبادل الاجتماعي على أنها تتكون من تبادل المصالح و الفوائد أي أن الأفراد المشتركين في علاقة تبادل يفترضون أن تقديم فائدة أو منفعة يرتبط بتلقي الفرد منفعة أخرى في المقابل ، وان تلقي منفعة 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).

6- الخصائص النفسية للمساندة الاجتماعية

1) الآثار السلبية الاجتماعية :

تم تقسيم الآثار المفيدة للمساندة الاجتماعية إلى نوعين هما :

- الآثار المباشرة التي تشمل التأثير الايجابي للمساندة سواء كان الفرد يتعرض للضغط أم لا .
- الآثار المخففة التي تشير إلى أن مستوى مرتفع من المساندة يحمي الفرد من العواقب السلبية لمسببات الضغط .

ومن الاكتشافات المحيرة في إطار المساندة الاجتماعية وجود أثار سلبية إلى جانب الآثار المخففة كما أن جميع الآثار المخففة تحولت إلى نقيض ما كان متوقع منها ، حيث ظهر أن العلاقة بين مصادر الضغط و استجاباته كانت أعلى بين الأفراد الذين توفرت لهم أنظمة مرتفعة من المساندة الاجتماعية عن الأفراد الذين انعدمت لديهم هذه الأنظمة كما أن الأفراد الذين عليهم مسؤولية كبرى تجاه الآخرين في العمل كانوا أكثر اكتئابا عندما اظهر زملاءهم ورؤسائهم المزيد من المساندة أي أن المساندة قد أدت إلى زيادة الضغط بدلا من تخفيفه ، وقد توصل (Marcelessen kleber) إلى إن المساندة الاجتماعية كانت مرتبطة بزيادة الاكتئاب النفسي ،كما أن الاندماج مع الآخرين يؤدي إلى زيادة الضغط ، و بالذات في الموافق التي تتضمن انفعالات قوية و تجارب مثيرة للحرج .

2) تدهور العلاقات و المساندة الاجتماعية

في وجود الضغط أن حدوث مسببات الضغط قد يؤثر بشكل سلبي على مقدار المساندة الاجتماعية المتاحة للفرد مما يؤدي إلى خفض هذا العمل المهم في عملية التأقلم في الوقت الذي يكون مطلوب بشدة ،وقد وجد(Marcelessen winnubst) في دراسة طولية على مجموعة من العمال و الموظفين أن الشكاوي الوجدانية و القلق كانت مصدر تأثير على

المساندة الاجتماعية المقدمة من زملاء العمل، حيث تلقى العمال الذين ظهرت عليهم هذه الأعراض بشكل كبير مساندة اقل من زملائهم ، أي أن المساندة المقدمة من الزملاء تأثرت سلبا بسبب التوتر وهناك العديد من العمليات التي تؤدي إلى أثار سلبية على الضغط ، إذ أن الأشخاص الذين تم إثارة حالة مزاجية فيهم ينظرون إلى الآخرين بشكل اقل ايجابية ممن يتمتعون بحالة مزاجية ايجابية ، كما أن ظروف ضغط العمل قد تقلل من اندماج الفرد مع الآخرين بسبب الخوف من أن يبدو غير كفء ، و الآخرين قد يبتعدون عن الفرد الذي يعاني من الضغط الإجهاد الفرد مقدم المساندة ، فالأفراد الذين يعانون من الضغط يتجنبهم الآخرون مما يؤدي إلى عزلتهم في النهاية.

3) تقديم المساندة بصور اكبر من تلقيها بصورة اكبر مما يتلقاها الآخرين :

بعض الأفراد يتلقون مساندة اكبر مما يتلقاها الآخرين نتيجة لبعض الظروف و لطبيعة حياتهم ، ولذلك فان بعض الأفراد يقدمون المساندة بصور اكبر مما يتلقونها في حين يتلقى البعض الآخر المساندة بصورة اكبر مما يقدمونها ، لذلك لا بد من إحداث توازن على المستوى الجماعي في متوسط مقدار المساندة المقدمة و المتلقات ، وقد وجد (Buunk& etal) أن غالبية الأفراد يقدمون قدرا من المساندة اكبر من التي يتلقونها من زملائهم ، وفي تناقض الاجتماعية التي يتلقاها الآخرين فإنهم يبالغون نسبيا في تقدير معدل المساندة المتاح لهم دون الآخرين ، كما وجد (affeck & tennen) أن النساء اللاتي يعانين من مشاكل في الخصوبة يعتقدن أنهن بحاجة إلى مساندة اجتماعية اكبر من تلك التي تتلقاها النساء الأخريات .

من خلال ماتقدم يتضح لنا انه لا ينبغي أن نأخذ الآثار النافعة ، والوجود التلقائي للمساندة الاجتماعية على أنها أمور الفهم في ضوء النظريات النفسية الراسخة ، ومن هنا فان الجدير بنا أن نعمل على دمج التنظير الاجتماعي النفسي داخل نطاق المساندة الاجتماعية من اجل تحديد عوامل التدخل التي من شانها الوصول بالآثار المفيدة للمساندة

الاجتماعية إلى أقصى درجاتها ، وكذلك ضمان وجودها عندما تكون مطلوبة و متاحة لمن يحتاجونها بالفعل .

7- العلاقة بين المساندة والصحة النفسية :

يعتقد(cutrona,1996) بوجود علاقة ارتباطيه بين نقص المساندة الاجتماعية (الحجم – الرضا) ونشأة واستمرار الأعراض الاكتئابية والشعور باليأس لدى فئات عمرية مختلفة فلأشخاص منخفضي المساندة الاجتماعية من المكتئبين يتسمون بالتقييم السلبي للذات وتوقع الفشل في كل محاولة وتعميم هذا الفشل والتشويه المعرفي وفقدان الأمل والقابلية للاستثارة .(cutrona,1996;54).

ويوضح (Holahan e Moos ,1990) انه فضلا عن هذين الأسلوبين للتعامل مع الأحداث الضاغطة ومواجهتها فان هناك أساليب أخرى يمكن أن تخدم كلا من وضيفتي التركيز على المشكلة والتركيز على الانفعال ومن أوضح هذه الأساليب البحث عن الدعم الاجتماعي والذي يوضح مدى إمكانية الفرد في الحصول على الدعم الانفعالي بجانب الدعم المادي أو الدعم بالمعلومات وهذا النوع الأخير يسمى بالدعم الاجتماعي الإجرائي.(Holahan e moos) ,1990;91).

وأشار (rutter,1990) إلى أن العلاقة التي يسودها الحب والدفئ بالإضافة إلى أنها تمثل مصدر للوقاية من الآثار السلبية الناتجة عن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة فإنها ترفع من تقدير الفرد لذاته وفاعليته وهما عاملان واقيان يساعدان الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة أما إدراك الفرد لعدم وجود مساندة اجتماعية فانه يشعره بعدم القيمة وعدم القدرة على المواجهة وتكون هنا بداية انخفاض مستوى الصحة النفسية حيث يفتقد الفرد الشعور بالقيمة ويفتقد السند عند المحنة(rutter, 1990;182).

ويرى جاب الله أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة أو خارجها تعد عاملا هاما في صحته النفسية من ثم يمكن التنبؤ بأنه في ظل

غياب المساندة أو انخفاضها يمكن أن تنشط الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد مما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه (جاب الله،1996،236)

وقد توصل (dverholser,1990) إلى وجود علاقة سالبة بين حجم المساندة الاجتماعية والأحداث الضاغطة وان انخفاض حجم المساندة الاجتماعية وزيادة الأحداث الضاغطة يؤثران في شدة الشعور بالأعراض الاكتابية للراشدين (مليكة لويس،1990،49) فهناك علاقة وثيقة بين المساندة والصحة النفسية فالمساندة الاجتماعية قد تجعل الفرد أكثر شعورا بالأمن والسعادة (dverholser,1990;125).

خلاصة

من خلال ما سبق يتضح لنا انه لا ينبغي أن نأخذ الآثار النافعة والوجود التلقائي للمساندة الاجتماعية على أنها أمور مسلم بها كما أن أثار المساندة وتيسرها يصبحان يسيري الفهم في ضوء النظريات النفسية الراسخة ومن هنا فان الجدير بنا أن نعمل على دمج التنظير الاجتماعي النفسي داخل نطاق المساندة الاجتماعية من اجل تحديد عوامل التدخل التي من شانها الوصول بلاثار المفيدة للمساندة الاجتماعية إلى أقصى درجاتها وكذالك ضمان وجودها عندما تكون متاحة لمن يحتاجونها بالفعل .

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث

منهجية الدراسة

تمهيد

1-الدراسة الاستطلاعية

2-المنهج المستخدم

3-عينة الدراسة

4-حدود الدراسة

5-أدوات الدراسة

6-أدوات المعالجة الإحصائية

خلاصة

تمـــــــــهيد

بفضل ما يحمله الفصل المنهجي من أهمية في تحديد قدرة الباحث وقدرة أدواته البحثية في الوصول إلى الحصول على نتائج اقرب للمصداقية العلمية ، حاولنا في هذا الفصل الوصول إلى تِبيان لأهم الأدوات المستعملة في هذه الدراسة سواء الإحصائية منها أو البحثية ؛ مرورا باعتماد المنهج المناسب لدراستنا ثم بإيضاح طريقة التقاط أفراد العينة وخصائص ومميزات ميدان الدراسة لنختم هذا الفصل –كما قلنا– بتعداد الأدوات التي تم استعمالها في الدراسة مع عرض بسيط ومختصر لطرق استعمالها لغرض الفائدة العلمية.

1- الدراسة الاستطلاعية

قبل أي دراسة ميدانية لابد على الباحث من القيام بدراسة استطلاعية للمكان الذي ستجرى فيه دراسته الأساسية، لذلك فنحن إذ أقدمنا على مثل هذه الخطوة فذلك لتحقيق مجموعة من الأهداف التي يمكن ذكرها فيما يلي :

1- ضبط عنوان الدراسة ومتغيراتها .
2- معرفة صعوبات التطبيق التي من شئنها تحديد قيمة البحث العلمي ومكانته العلمية وذلك قصد التقليل من تلك الصعوبات في الدراسة الأساسية أو محاولة تفاديها .
3- التدريب على خطوات البحث العلمي .
4- الوقوف على حيثيات مجال الدراسة، من حيث الوقوف على الحدود المكانية التي يشغلها مجتمع الدراسة .

ولتتحقق من هذه الأهداف انطلقنا في إجراء هذه الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة بين يومي4 و5 مارس 2012 ؛ وذلك بعد الحصول على إذن من إدارة الثانوية بإجراء هذه الدراسة ؛ وفي ختام هذه الجولة البسيطة تمكنا من التحقق من مختلف الأهداف السابقة.

2- المنهج المستخدم:

إذا كان المنهج كما يقال هو فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة ، إما من اجل الكشف عن الحقيقة عندما نكون بها جاهلين ، وإما من اجل البرهنة عليها للآخرين عندما نكون بها عارفين ، وإذا كانت المناهج أو طرق البحث عن الحقيقة تختلف باختلاف طبيعة الموضوع (عمار بوحوش، 1995،43) ؛ فان موضوعنا قد فرض علينا منهجه الخاص والمتمثل في المنهج الوصفي؛والذي يمكننا أن نقدم له التعريف التالي :

يعرفه عبيدات ذوقان على أنه : «أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من اجل الحصول على نتائج علمية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة »(محمد عبيدات وآخرون، 1999،46) .

يعرفه سهيل دياب بان المنهج الوصفي هو البحث عن الحاضر للإجابة عن تساؤلات محددة دون تدخل من الباحث. (سهيل دياب،2003،82).

كما يعرفه محمد شفيق بأنه: «طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كمياً عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة » (محمد شفيق،1985،80) .

فالمنهج الوصفي هو طريقة التحليل والتفسير بشكل علمي منظم،من اجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أو مشكلة اجتماعية،من خلال تصوير الوضع الراهن للظاهرة،دون تدخل فيها من طرف الباحث.

✍ ومن بين مميزات هذا المنهج يمكننا أن نذكر :

1- يوفر هذا المنهج بيانات مفصلة عن الواقع الفعلي للظاهرة موضوع الدراسة من خلال جمع البيانات الكافية عنها.
2- يقدم تفسيراً واقعياً لعوامل مرتبطة بموضوع الدراسة تساعد على قدر معقول في التنبؤ المستقبلي بالظاهرة من خلال التعرف على العوامل المكونة لها والمؤثرة فيها.
3- يقوم بدراسة متغيرات البحث كما هي لدى أفراد العينة دون تدخل للباحث في ضبط المتغيرات موضوع الدراسة.

وبما أن المنهج الوصفي يستخدم بشكل واسع في دراسة مؤشرات الظاهرة الإنسانية على خلاف المناهج العلمية الأخرى، فأنه المنهج الأنسب الذي يتوافق ومتطلبات دراستنا.

3- **عينة الدراسة**:

تعتبر خطوة العينة من أهم الخطوات المنهجية حيث أن الاختيار الأمثل للعينة يضمن للباحث النجاح في باقي خطوات دراسته مما يؤدي إلى مصداقية أكبر، وهذا ما أدى بنا إلى مراعاة مجموعة من الجوانب الهامة والمساعدة؛ لتمثل عينتنا المجتمع الأصلي في مختلف نواحيه.

<u>شروط اختيار العينة :</u>

بعد إجراء الدراسة الاستطلاعية وجمع بعض من المعلومات عن عينة الدراسة تم اقتراح جملة من الشروط تمثلت في محاولة عزل المتغيرات الدخيلة ومن بين تلك الشروط ما يلي :

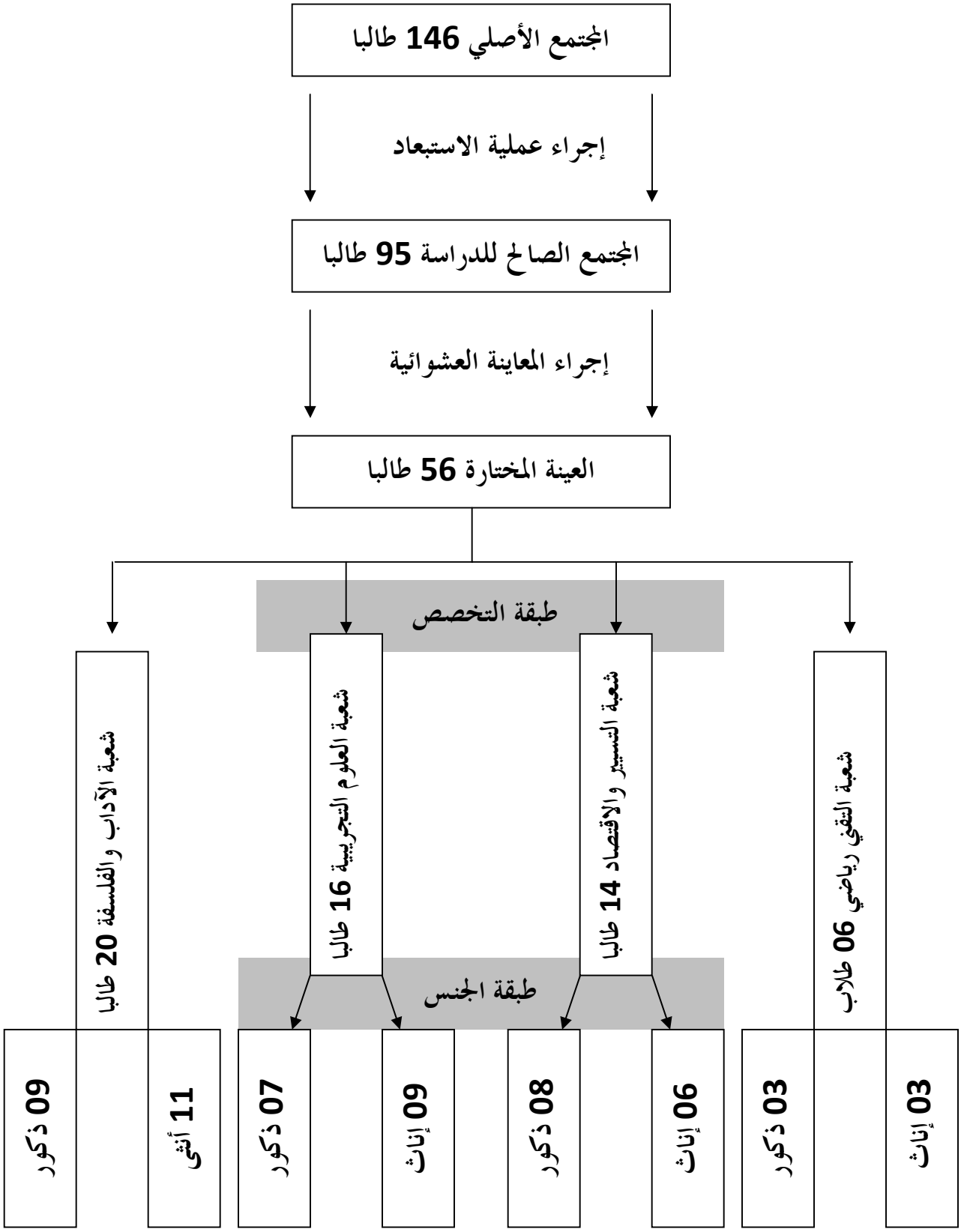
1- أن تكون العينة من طلبة السنة الثالثة ثانوي.
2- محاولة خلق توازن بين كل من الذكور و الإناث لعزل متغير الجنس .
3- أن يتم تحديد أعمار التلاميذ المرشحين لدخول ضمن العينة بين 17-19سنة.
4- محاولة خلق نوع من التوازن بين الطبقات الاقتصادية و الاجتماعية للأبناء، حيث يفترض أن يكون أفراد العينة من كل الطبقات (العليا ، الوسطى ، الدنيا) وذلك لعزل المتغير الاقتصادي والاجتماعي.
5- أن تمثل العينة نسبة 10% على الأقل من المجتمع الأصلي و ذلك لتحقيق عنصر التمثيل.
6- و كآخر الشروط تمت محاولة التأكد من أن يكون جميع أفراد العينة يعيشون في أسرة متكونة من الأب و الأم على الأقل.
7- بالنظر إلى كل ما سبق لابد من المحافظة على الاختيار العشوائي لأفراد العينة.

خطوات استخراج العينة:

إن أي عينة يرتجي منها الوصول إلى تعميمات حقيقية، و تمثيل صدق للمجتمع ككل بالإضافة إلى محاولة تبني الموضوعية من طرف الباحث لا يمكن اختيارها إلا بمراعاة جملة من الخطوات تكون بمثابة تطبيق لما سبق من شروط، و قد تم في دراستنا اعتماد هذه الخطوات وفقا للاتي:

1. تم اعتماد المعاينة العشوائية البسيطة، و هي الطريقة التي يتم فيها اختيار مجموعة من التلاميذ السنة الثالثة ثانوي المقبلين على امتحان شهادة الباكالوريا.
2. تم الحصول على قائمة كاملة لاعمار طلبة السنة الثالثة ثانوي بفرعيه (علمي-أدبي).

الشكل رقم (4) يوضح خطوات استخراج أفراد العينة حسب الشروط المسطرة

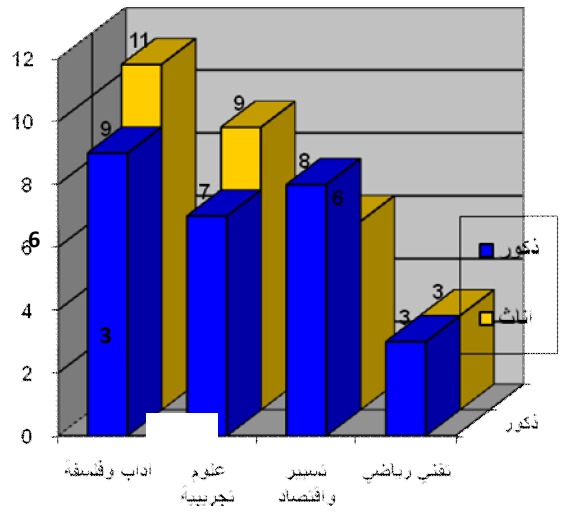


ويمكن إبراز نسب الطبقات السابقة إلى بعضها البعض والى المجتمع الصالح لدراسة ككل وفقا للشكل التالي :

الشكل رقم (5) يمثل نسبة طبقة الجنس إلى كل تخصص على حدا والى المجتمع الصالح للدراسة

11

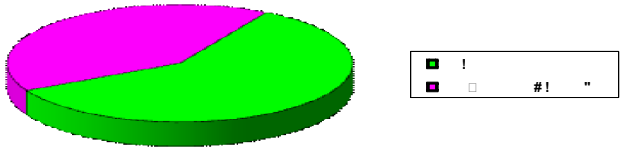
9



بعد الخطوات السابقة تم ضبط قائمة اسمية لإفراد العينة بغية تفادي الوقوع في الخطأ وعلى العموم فقد مثلت عينة دراستنا المجتمع تمثيلا محترما فقد قدر عدد أفرادها بـــــ 56 طالبا،أي بنسبة 58.94% من المجتمع الصالح للدراسة [انظر الشكل رقم 6].

الشكل رقم (6) يمثل نســـبة العينـــة

للمجتمع الصالح للدراسة



4- حدود الدراســـة

من البديهي أن يختار الباحث مكاناً مناسباً لدراسته يكون بمثابة الأرضية التي يطبــق فيها أدواته،بالإضافة إلى مراعاة زمن محدد يكون كافياً لتطبيق تلك الأدوات،وهذا ما دفعنا إلى اختيار حدود مكانية وزمنية نرى أنها مناسبة،والتي يمكن عرضها فيما يلي :

1- الحدود المكانية :

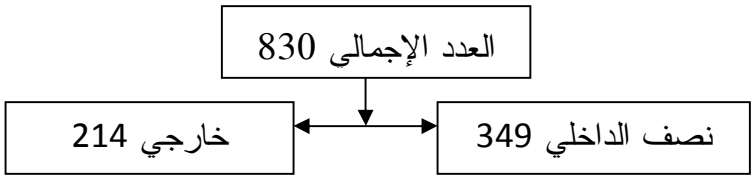
- **لمحة تاريخية:** جرت هذه الدراسة في ثانوية سيدي عامر التي كانت في الأصــل ابتدائية قبل سنة (1996) تاريخ انطلاق أول موسم دراسي بها،كما أن لها بطاقــة تعريف وطنية تحمل رقم 28028 ، كما استفادت عبر مسيرتها القصيرة من عــدة مشاريع توسعة وتجديد .
- **لمحة جغرافية:** تقع هذه الثانوية بدائرة سيدي عامر؛ بولاية المسيلة ، وبالضبط في حي 8 ماي 1945 يحدها من الشرق والغرب بنايات خاصة،أما من الشمال فتحدها متوسطة الحسن البصري،كما يحدها من الجنوب ابتدائية تحمــل اســم حــي 08 ماي1945.

والمساحة الإجمالية لهذه الثانوية تقدر بـــ 10000م² أما المساحة المبنية فهي 1484م² وبالعودة إلى التصميم الهندسي لهذه الثانوية نجدها تحتوي على :

- ✓جناح إداري : يضم مجموعة من المكاتب الخاصة بالمؤطرين الإداريين.
- ✓جناح بيداغوجي : يحتوي على 23 حجرة دراسية،إضافة إلى 6 مخابر واحد منها مخصص للإعلام الآلي، إضافة إلى المكتبة.

✓المرافق الإضافية : مطعم ، ملعب ، ثلاث سكنات وظيفية .

- **لمحة ديموغرافية** : يقدر إجمالي عدد التلاميذ الذين يدرسون بهذه الثانوية 830 طالبا منهم (146) طالبا يدرسون في السنة الثالثة ثانوي،أما بالنسبة لنظام الداخلي فهو كالآتي :



- **أهمية مكان الدراسة** : إن كل ما تم عرضه من خصائص عن مكان الدراسة؛يجعل منه الوسط الملائم لاحتضان مثل هذه الدراسة وذلك من خلال توفره على الخصائص التالية

✓ توفره على عينة الدراسة المناسبة.

✓ توفره على مجموعة هياكل تسمح بإجراء الدراسة بكل حرية.

✓ قربه من مكان إقامة القائم على هذه الدراسة.

2-**<u>الحدود الزمنية</u>** :لقد بدأت دراستنا بزيارة استطلاعية دامت يومي 4و5 مارس 2012 وهذا الأمر قد تم تناوله تحت عنوان الدراسة الاستطلاعية ، انطلقت دراستنا الفعلية في 03 افريل 2012 ، و كان ذلك عبر المراحل التالية:

المرحلة الأولى : دامت طيلة يوم 03 افريل م 2012 تم فيها ضبط و اختيار أفراد العينة.

المرحلة الثانية : استغرقت هذه المرحلة يوم واحد أيضا و هو 04 افريل 2012 تم فيها تطبيق مقياس الوحدة النفسية.

المرحلة الثالثة : دامت هذه المرحلة يومي 08و09 افريل 2012 ، حيث تم فيها تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية و كانت هذه المرحلة أطول من المرحلتين السابقتين نظراً لكثرة عبارات هذا المقياس.

5- أدوات الدراسة :

لقد اعتمدنا في دراستنا على مجموعة من الأدوات تنوعت حسب تنوع الهدف المرجو من كل واحدة منها ؛ هذه الأدوات كانت كالأتي :

1. مقياس الوحدة النفسية :

اعد في الأصل هذا المقياس راسيل(Rassell, 1996) كادات سيكومترية سهلة التطبيق في الأبحاث التجريبية لقياس الشعور بالوحدة النفسية وهذا المقياس هو النسخة الثالثة المنقحة لمقياس كاليفورنيا –لوس أنجلس للشعور بالوحدة النفسية.

ولقد قام الدسوقي (1998م) بترجمة المقياس وتطبيقه على عينة قوامها 1220 فرد من الجنسين من مستويات عمرية مختلفة و تقنين المقياس من خلال حساب معاملات صدقه وثباته وكذالك حساب معايره حيث يتكون المقياس في صورته النهائية من 20 بند ثم صياغتها على هيئة أسئلة (مجدي محمد الدسوقي ، 1998 ، 75) .

الخصائص السيكو مترية لمقياس الوحدة النفسية :

أولا : صدق المقياس :

تم حساب الصدق بعدة طرق منها :

1-الصدق البنائي أو التكويني :

تم حساب الصدق البنائي على مجموعة كلية قوامها (400) طالب وطالبة وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط الناتجة بين 0,371 و 0,744 بالنسبة للذكور وبين 0,369 و 0,762 بالنسبة للإناث وجميع هذه المعاملات دالة إحصائيا عند مستوى 0,01 حيث تشير إلى اتساق المقياس وصدق محتواه

2-الصدق التمييزي :

أجرى الباحث المقارنة الطرفية بين مرتفعي ومنخفضي الشعور بالوحدة النفسية (ن=400) طالب وطالبة وذالك بحساب النسبة الحرجة لدرجات أعلى 27% ودرجات أدنى 27% حيث بلغت قيمت النسبة الحرجة 12,66 وتشير هذه القيمة إلى أن الفرق بين المجموعتين دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0,01 مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الشعور بالوحدة النفسية .

3-الصدق العاملي :

تم حساب الصدق العاملي بتطبيق المقياس على عينة مكونة من 585 طالب وطالبة واستخدام أسلوب التحليل العاملي حيث تم تحليل المصفوفة الارتباطية المستخرجة من استجابات العينة الكلية باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهوتيللنج (hottelling) وأديرت

العوامل تدويرا متعامدا بطريقة الفاريماكس (Varimax) لكايزر (Kaiser) للوقوف على التركيب العاملي للمقياس وقد أسفرت هذه الخطوة عن ظهور ثلاث عوامل يتتبع بكل منهم عدد من البنود تبعا للمحاكمات الثلاثة الآتية :

- العامل الجوهري ما كان له جذر كامن >1,0.
- محك التشبع الجوهري للبند>0,3.
- محك جوهرية العامل >3 تشبعات جوهرية .

ثانيا : ثبات المقياس :

تم حساب ثبات المقياس باستخدام الطرق التالية:

1- **طريقة إعادة التطبيق :**

قام الباحث بتطبيق المقياس ثم إعادة تطبيقه مرة أخرى بفاصل زمني قدره شهر على أفراد عينة التقنين وبعد حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد في التطبيقين الأول والثاني اتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0,01 مما يطمئن إلى توافر شرط الثبات بالنسبة للمقياس والجدول التالي يوضح معاملات الثبات على عينات مشتركة من الذكور والإناث في مختلف الأعمار.

جدول رقم(1) يوضح معاملات ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية بطريقة إعادة إجراء لدى أفراد عينة التقنين

العينة	ن	معامل الارتباط	قيمة الدلالات
تلاميذ الثانوية	100	0,723	0,01
طلاب الجامعة	100	0,674	0,01
طلاب الدراسات العليا	100	0,765	0,01
كبار السن	60	0,812	0,01

2- طريقة التجزئة النصفية :

تم حساب معامل الارتباط بين درجات البنود الفردية ودرجات البنود الزوجية لكل عينة وبعد ذالك تم تصحيح معاملات الارتباط الناتجة باستخدام معادلة سبيرمان – براون واتضح أن جميع معاملات الارتباط للمقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية دالة عند مستوى 0,01 مما يؤكدان أن المقياس يتمتع بقدر من الثبات والجدول التالي يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية على عينات مشتركة من الذكور والإناث في مختلف الأعمار.

جدول رقم (2) معاملات ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية بطريقة التجزئة النصفية لدى أفراد عينة التقنين

العينة	ن	معامل ارتباط النصفين	معامل ثبات المقياس	قيمة الدلالة
تلاميذ الثانوي	100	0,79	0,88	0,01
طلاب الجامعة	100	0,73	0,84	0,01
طلاب الدراسات العليا	100	0,56	0,72	0,01
كبار السن	60	0,84	0,91	0,01

3-طريقة كرونباخ (معامل ألفا كرونباخ)

تم استخدام أسلوب كرونباخ في التحقق من ثبات المقياس واتضح أن جميع معـــاملات الثبات دالة عند مستوى 0,01 مما يطمئن إلى أن المقياس يتمتع بقدر طيب مـــن الثبـــات والجدول التالي يوضح معاملات الثبات بطريقة كرونباخ على عينات مشتركة من الذكور والإناث في مختلف الأعمار.

جدول رقم (3) معاملات ثبات مقياس الشعور بالوحدة النفسية بطريقة كرونباخ لدى أفراد عينة التقنين

العينة	ن	معامل ألفا	قيمة الدلالة
تلاميذ الثانوي	100	0,92	0,01
طلاب الجامعة	100	0,88	0,01
طلاب الدراسات العليا	100	0,89	0,01
كبار السن	60	0,93	0,01

تصحيح المقياس :

تم تخصيص التقديرات (4،3،2،1) للإجابة على البنود التي تحمل أرقام (18،17،14،13،12،11،8،7،4،3،2) أما البنود التي تحمل أرقام (20،19،16،15،10،9،6،5،1) فيتم تصحيحها في الاتجاه العكسي للتقديرات السابقة ويستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس وبالتالي تتراوح الدرجة الكلية على المقياس من(20–80) درجة والدرجة المرتفعة تشير الى شعور شديد بالوحدة النفسية والعكس صحيح.

2- مقياس المساندة الاجتماعية :

اعد في الأصل هذا المقياس عبد المقصود والسرسي سنة (2001) كادات سيكومترية سهلة التطبيق في الأبحاث التجريبية لقياس المساندة الاجتماعية.

الخصائص السيكو مترية للمقياس:

أولا : صدق المقياس

تم حساب الصدق بثلاث طرق هما كالتالي :

1-صدق المحكمين :

حيث عرض المقياس في صورته الأولى على 8 من الأساتذة المختصين في هذا المجال لإبداء الرأي في معاني الأبعاد الإجرائية من حيث ملائمة الفقرات لقياس الصحة النفسية وصياغة الفقرات بصورة سليمة وواضحة وشطب أو تعديل أو إضافة فقرات جديدة يجدونها مناسبة وفي ضوء أراء السادة المحكمين قام الباحث بتعديل وحذف بعض العبارات وفقا لذلك اصبح عدد العبارات (23) عبارة أو فقرة ويوجد أمام كل عبارة ميزان تقدير مكون من ثلاث درجات حيث نادرا تعطي (1) وأحيانا (2) ودائما (3) وبذالك يكون الباحث قد تحقق من الصدق المنطقي للمقياس .

2-صدق الاتساق الداخلي : Internal consistency

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس وذالك لمعرفة مدى ارتباط الأبعاد الثلاثة بالدرجة الكلية للمقياس ولهدف التحقق من مدى صدق المقياس ويتضح ذلك من خلال جدول (4):

الجدول (4) يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	معاملات الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول (المساندة من قبل النظراء)	0,80	دالة إحصائيا
البعد الثاني (المساندة من قبل الأسرة)	0,70	دالة إحصائيا
البعد الثالث(الرضا الذاتي عن المساندة)	0,81	دالة إحصائيا

تبين من الجدول (4) أن إبعاد مقياس المساندة الاجتماعية تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة اقل من (0,01) وحيث بلغت معاملات الارتباط لأبعاد مقياس المساندة الاجتماعية بين (0,70 – 0,81) وهذا دليل كافي على أن المقياس يتمتع بمعامل صدق عالي .

وبما أن مقياس المساندة الاجتماعية لديه ثلاث أبعاد فقد تم إجراء معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية لكل بعد على حدا ويتضح ذلك من خلال الجداول (5) و(7) .

جدول (5) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات البعد الأول

(المساندة من قبل النظراء)والدرجة الكلية للبعد

فقرات البعد الأول	معاملات الارتباط	مستوى الدلالة
1	0,69	دالة إحصائيا
4	0,38	دالة إحصائيا
7	0,51	دالة إحصائيا
9	0,41	دالة إحصائيا
10	0,51	دالة إحصائيا
13	0,61	دالة إحصائيا
16	0,66	دالة إحصائيا
19	0,41	دالة إحصائيا
22	0,51	دالة إحصائيا

يبين الجدول رقم (5) أن فقرات البعد الأول(المساندة من قبل النظراء) تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة اقل من 0,01 حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0,38 – 0,69) وهذا يدل على أن البعد الأول وفقراته يتمتع بمعامل صدق عالي.

جدول (6) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات البعد الثاني (المساندة من قبل الأسرة) والدرجة الكلية للبعد

فقرات البعد الثاني	معاملات الارتباط	مستوى الدلالة
2	0,59	دالة إحصائيا
5	0,59	دالة إحصائيا
8	0,65	دالة إحصائيا
11	0,68	دالة إحصائيا
17	0,64	دالة إحصائيا
20	0,12	غير دالة إحصائيا

يبين الجدول (6) أن فقرات البعد الثاني (المساندة من قبل الأسرة) تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة اقل من 0,01 حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0,59 – 0,68) وهذا يدل على أن البعد الثاني وفقراته يتمتع بمعامل صدق عالي بينما تبين أن الفقرة رقم(20) غير دالة إحصائيا مما يستوجب حذفها من البعد.

جدول (7) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات البعد الثالث (الرضا الذاتي عن المساندة) والدرجة الكلية للبعد

فقرات البعد الثالث	معاملات الارتباط	مستوى الدلالة
3	0,43	دالة إحصائيا
6	0,25	دالة إحصائيا
12	0,42	دالة إحصائيا
14	0,57	دالة إحصائيا
15	0,46	دالة إحصائيا
18	0,35	دالة إحصائيا
21	0,44	دالة إحصائيا
23	0,38	دالة إحصائيا
24	0,44	دالة إحصائيا
25	0,14	غير دالة إحصائيا

تبين من الجدول رقم (7) أن فقرات البعد الثالث (الرضا الذاتي عن المساندة) تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة اقل من 0,01 حيث تراوحت معاملات الارتباط بين(0,14 – 0,57) وهذا يدل على أن البعد الثالث وفقراته يتمتع

بمعامل صدق جيد بينما تبين أن الفقرة (25) غير دالة إحصائيا مما يستوجب حذفها من البعد.

3- صدق المقارنة الطرفية:

تم إجراء طريقة المقارنة الطرفية بين أعلى (25%) من الدرجات واقل(25%) من الدرجات حيث تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) فكانت دالة عند مستوى دلالة اقل من 0,01 ويتضح ذلك من خلال جدول (8):

جدول (8) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة اختبار (ت) لدراسة الفروق بين متوسطي مرتفعي ومنخفضي الدرجات على مقياس المساندة الاجتماعية وأبعادها

مقياس المساندة الاجتماعية وأبعادها	منخفضي الدرجات		مرتفعي الدرجات		قيمة(ت)	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
البعد الأول (المساندة من قبل النظراء)	16,3	1,4	24,1	1,1	-21,7	دالة إحصائيا
البعد الثاني (المساندة من قبل الأسرة)	10,6	1,5	16,4	0,71	-16,5	دالة إحصائيا
البعد الثالث(الرضا الذاتي عن المساندة)	19,0	1,2	25,7	1,1	-18,5	دالة إحصائيا
الدرجة الكلية	47,9	2,9	69,9	2,5	-19,4	دالة إحصائيا

يبين الجدول(8) وجود فروق جوهرية دالة إحصائيا بين الدرجات العليا والدرجات الدنيا للأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية وهذا يعني أن المقياس يميز بين الطلبة ذوي الدرجات العليا والطلبة ذوي الدرجات الدنيا بالنسبة لمقياس المساندة الاجتماعية وكذلك الأبعاد الثلاثة وهذا يدل على أن المقياس بأبعاده الثلاثة يتمتع بمعامل صدق عالي.

ثانيا : ثبات المقياس

تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية على عينة استطلاعية من طلبة المرحلة الثانوية وبعد تطبيق المقياس تم حساب الثبات للمقياس بطريقتين وهما كالتالي:

1- الثبات بطريقة ألفا كرونباخ Alpha :

تم حساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات حيث وجد أن قيمة ألفا كرونباخ لمقياس المساندة الاجتماعية تساوي(0,73) وهذا يدل على أن معامل الثبات لدى المقياس مرتفع ودال إحصائيا.

2- الثبات بطريقة التجزئة النصفية Sphit half méthodes

تم حساب معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية حيث تم قسمة بنود المقياس الكلي الى نصفين وتم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس فقد بلغ معامل الارتباط لبيرسون للمقياس بهذه الطريقة (0,55) .

معادلة سبيرمان براون 0,70=1+ 0,55 *2/0,55 =1 +R*2/R

وباستخدام معادلة سبيرمان براون المعادلة اصبح معامل الثبات 0,70 هذا دليل كافي على أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات عالية.

5 - أدوات المعالجة الإحصائية:

إن طبيعة طرح الفرضيات تستوجب استخدام أساليب إحصائية معينة يمكن من خلالها التحقق من إثبات أو نفي هذه الفرضيات،وعلى هذا الأساس تم استخدام أسلوب نرى أنه الأنجع لمثل هذه الدراسة وهو : معامل الارتباط بيرسون PEARSON الذي يعتبر من أهم المعاملات و أكثرها شيوعا و أدقها جميعا إذ أنه يتأثر بجميع القيم،كما يمثل قوة العلاقة الخطية بين متغيرين دون التعرض لدراسة العلاقة السببية بينها (مقدم عبد الحفيظ ،78،1993) وفي دراستنا هذه نستعمله للكشف عن العلاقة بين (الوحدة النفسية المساندة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية) استخدمنا:

معامل الارتباط بيرسون PEARSON

- طريقة الانحراف عن المتوسطات .
- الطريقة المباشرة من الدرجات الخام.

وبما أن درجاتنا من مستوى المسافات المتساوية (الفئات) بالإضافة إلى أن طريقة الانحرافات هي الأشهر.

اختبار T-test:

لقد توصل عالم الرياضيات (**William sealy Gossett**) عام (1908) إلى معادلة مقارنة متوسط عينتين ، وأطلق عليها اسم (**student**) والذي يعرف الآن باسم (**T.test**).

يستخدم(**T.test**) لبحث دلالة الفروق بين عينتين مثلا (ذكور / إناث) حيث يتم حساب (**T.test**) ثم مقارنته بالقيم الجدولية لتوزيع (**T.test**) لتحديد مستوى الدلالة.

ويشترط لإجراء التحليل ب-**T.test** أن يكون هناك تجانس بين المجموعتين بحساب قيمة (ف) وهي:

$$\text{ف} = \frac{\text{التباين الأكبر}}{\text{التباين الأصغر}} \Leftrightarrow \frac{(ع_1)^2}{(ع_2)^2}$$

وعند الحصول عن نتيجة (ف) يتم مقارنتها بدرجة حرية لكل مجموعة مع القيم الجدولية لجدول (ف)، فإذا كانت دالة فإن المجموعتين غير متجانستين والعكس.

فإذا وجد التجانس فنستعمل القانون التالي:

$$\text{ف} = \frac{م_2 - م_1}{\sqrt{\frac{(ع_1)^2 + (ع_2)^2}{ن}}}$$

بدرجة حرية = (2 ن – 2)

ملاحظة: ظهور الإشارة السالبة، لا يعمل به في مقارنة النتائج بل تهمل هذه الإشارة، وعموما تدل الإشارة السالبة على اتجاه الفروق نحو متوسط المجموعة الثانية.

خلاصة:

كخلاصة جزئية لهذا الفصل الموسوم بفصل منهجية الدراسة، يمكن أن نعيد التأكيد على أننا في دراستنا هاته قد اعتمدنا مجموعة من الأدوات والأساليب البحثية، والتي لا يمكن أن نجد لاستعمالها تبريرا مناسبا أكثر من القول بان هذه الأدوات البحثية و الإحصائية والأساليب المنهجية تعتبر الأقرب والأحسن –حسب اجتهاداتنا– لدراستنا هذه؛ فلكل دراسة خصوصيات تنبع من خصوصية عينتها أو من خصوصيات إمكانياتها، ولا يمكن أن نجد أساليب قياسية (Standard) تصلح لكل الدراسات، فالدراسة التي قد يصلح لها مثلا المنهج الوصفي قد لا يناسبها استعمال المنهج التجريبي.

الفصل الرابع

عرض وتحليل النتائج

تمهيد

1-عرض وتحليل النتائج وفقا للفرضيات

2-استنتاج عام

3-تفسير النتائج

4-التوصيات والاقتراحات

خلاصة

تمهيد

تكتسي عملية عرض وتوضيح النتائج المتوصل إليها من خلال المناقشة والتحليل أهمية بالغة في الحكم على مدى صحة أو خطأ الفرضيات, ومن كل ما تقدم في الدراسة تم التوصل إلى مجموعة من النتائج النظرية, والتي سنحاول فيما يلي من هذا الفصل إثباتها أو نفيها ميدانياً بتحليل ومناقشة البيانات على ضوء الفرضيات, وبالتالي الخروج ببعض الاقتراحات من خلال نتائج الدراسة.

1-عرض وتحليل النتائج وفقا للفرضيات :

بعد أن تم عرض مختلف خطوات عملية المعاينة في الخطوات السابقة، وإتباع ذلك بتحديد أفراد عينة الدراسة،انتقل الباحث إلى إجراء الدراسة الفعلية عن طريق تطبيقه لمجموعة الاختبارات الخاصة بهذه الخطوة، وقد أفضى به عمله هذا إلى الحصول على مجموعة من النتائج الخام، والتي اختار أن يعرضها تبعا لتسلسل فرضياته، منطلقا من الفرضيات الفرعية وصولا إلى الفرضية العامة وعليه فقد أمكن أن تقدم نتائج هذه الدراسة وفقا للآتي:

الفرضيات الفرعية :

الفرضية الفرعية الأولى :

(توجد علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية)

ولاختبار هذه الفرضية، تم استخدام برنامج الإحصاء الشهير SPSS وذلك لاستخراج المعالجة الإحصائية التالية:

حساب معامل الارتباط بيرسون بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية لدى العينة المتكونة من(56) طالب والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم 9 يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها السالبة بالمساندة الاجتماعية

المتغيرات	معامل الارتباط بيرسون	قيمة الدلالة
الوحدة النفسية-المساندة الاجتماعية	-0,31	0.001

من القراءة المتأنية للجدول يتبين لنا وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية فقد بلغت قيمة معامل الارتباط 0,31- وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0,001 وهذا الارتباط السالب منطقي لأنه يعني انه كلما زادت المساندة الاجتماعية قل الشعور بالوحدة النفسية وكلما قلت المساندة زاد الشعور بالوحدة النفسية.

لذا يمكننا القول أن الفرضية الفرعية الأولى القائلة بوجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية قد تحققت.

الفرضية الفرعية الثانية:

(لا توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و المساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

ولاختبار هده الفرضية تم استخدام برنامج الإحصاء الشهيرssps وذلك لاستخراج المعالجة الإحصائية التالية:

حساب قيمة (ت) لتحديد الفروق في الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس (ذكور-إناث) والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم 10 يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية تبعا لمتغير الجنس

المتغيرات	الجنس	المتوسط	الانحراف	قيمة(ت)	مستوى الدلالة
الشعور بالوحدة النفسية- المساندة الاجتماعية	ذكر	46,5	8,3	-3,6	0,001
	أنثى	49,4	9,9		

من القراءة المتأنية للجدول يتبين لنا أن قيمة (ت) المحسوبة هي3,6- وهي اكبر من قيمة (ت) المجدولة وتساوي 1,96 عند مستوى الدلالة 0,05 وبذلك يمكن القول انه توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث بالنسبة للوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والفروق كانت لصالح الإناث وهذا يدل على أن الإناث أكثر عرضة للوحدة النفسية وهم أكثر حاجة للمساندة الاجتماعية حيث بلغ متوسط درجات الذكور 46,5 وبانحراف معياري 8,3 في حين بلغ متوسط درجات الإناث 49,4 وبانحراف معياري 9,9.

لذا يمكننا القول أن الفرضية الفرعية الثانية القائلة لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس لم تتحقق.

الفرضية الفرعية الثالثة:

(لا توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمر)

ولاختبار هده الفرضية تم استخدام برنامج الإحصاء الشهيرssps وذلك لاستخراج المعالجة الإحصائية التالية:

حساب قيمة (ف)باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه لتحديد الفروق في الشعور بالحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمر والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم11 يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية تبعا لمتغير العمر

المتغيرات	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة (ف)	قيمة الدلالة
الشعور بالوحدة النفسية-المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	5	777,64	155,53		
	داخل المجموعات	478	41247,38	86,29	1,8	0,11
	المجموع	483	42025,02			

من القراءة المتأنية للجدول يتبين لنا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية وعلقتها بالمساندة الاجتماعية في الأعمار المختلفة حيث بلغة قيمة (ف) 1,8 وكانت غير دالة إحصائيا وهذا يؤكد على أن الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لا يختلف بين المراهقين من أعمار مختلفة من طلبة المرحلة الثانوية،وبناءا على ما تقدم يمكن قبول الفرضية الثالثة والتي تنص على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها الطلبة من أفراد العينة في علاقة الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية ترجع لمتغير العمر.

لذا يمكننا القول أن الفرضية الفرعية الثالثة القائلة لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمر قد تحققت

الفرضية الرئيسية:

(توجد علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية)

ولاختبار هده الفرضية تم استخدام برنامج الإحصاء الشهيرssps وذلك لاستخراج المعالجة الإحصائية التالية:

حساب معامل الارتباط بيرسون بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية لدى العينة المتكونة من 56 طالب والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم 12 يوضح نتائج كل من الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية

المتغيرات	معامل الارتباط	قيمة الدلالة
الشعور بالوحدة النفسية- المساندة الاجتماعية	-0,41	0,001

من القراءة المتأنية للجدول يتبين لنا وجود علاقة ارتباطيه بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية فقد بلغت قيمة معامل الارتباط 0,41-وهي دالة إحصائيا عند

مستوى دلالة 0,001 وهذا الارتباط منطقي لأنه يعني انه كلما زادت المساندة الاجتماعية قل الشعور بالوحدة النفسية وكلما قلت المساندة زاد الشعور بالوحدة النفسية.

لذا يمكننا القول أن الفرضية الرئيسية القائلة بوجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية قد تحققت.

2-**استنتاج عام**:

بعد إجراء مختلف التحليلات و العمليات الإحصائية السابقة أمكننا أن نتوصل إلى قبول بعض الفرضيات ورفض أخرى تبعا لما أظهرته من دلالة إحصائية حيث يمكننا أن نعيد توضيح مختلف هذه النتائج وفقا للنقاط التالية:

- ❖ الفرضية الرئيسية القائلة بوجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية قد تحققت.
- ❖ الفرضية الجزئية الأولى القائلة بوجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية قد تحققت.
- ❖ الفرضية الجزئية الثانية التي تقول انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس لم تتحقق.

وبالتالي تم القبول بالفرضية الصفرية التي تقول بأنه توجد فروق دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس

❖ الفرضية الجزئية الثالثة التي تقول لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمر قد تحققت.

3- مناقشة و تفسير النتائج:

إن هدف هذه الدراسة الحالية هو معرفة العلاقة بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية .

ولقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالمساندة الاجتماعية وهذا يعني انه كلما زادت المساندة الاجتماعية كلما قل الشعور بالوحدة النفسية والعكس أي كلما قلت المساندة الاجتماعية كلما زاد الشعور بالوحدة النفسية ونتيجة الفرض الأول تتفق مع الواقع حيث أن الشعور بالوحدة النفسية يقل عند اللذين يشعرون بمحبة الآخرين لهم وتقبلهم وإتاحة الفرص لهم في المناقشة والحوار البناء وبث روح الثقة بأنفسهم دون نقد.

كما أن المساندة التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة او خارجها تعد عاملا هاما في صحته النفسية من ثم يمكن التنبؤ بأنه في ظل غياب المساندة أو انخفاضها يمكن أن تنشط الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد مما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه كما أن العمل مع المشاكل النفسية والسلوكية للمراهقين (احمد السيد إسماعيل ،1995، 87) يتضح أن المساندة المقدمة من قبل الأسرة وجماعة الرفاق تلعب دورا جوهريا في تحديد مستوى الصحة النفسية للمراهقين سواء بالسلب أو الإيجاب فعند توظيف المساندة كجزء من الخطة العلاجية في حالة المراهقين اللذين يشعرون بالوحدة النفسية فان التأثير الايجابي على سلوكيات وأعراض المراهق يكون واضحا

وبشكل ملحوظ وبناءا على ما سبق تعد المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء الأسرة أو خارجها عاملا هاما في صحته النفسية .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (halahan 1985) والتي اهتمت بدراسة الشخصية والمساندة الاجتماعية في التصدي للضغوط والتمتع بالصحة النفسية وذلك على عينة من الذكور والإناث بمتوسط عمري 44 سنة وأشارت نتائج الدراسة إلى أن البيئة الأسرية التي تتسم بالدفء والحب والتماسك وحرية التعبير والدعم والتشجيع تجعل الفرد أكثر صلابة وفاعلية وقدرة على المواجهة واقل اكتئابا وشعور بالوحدة النفسية .

وتتفق كذلك مع دراسة (kobasa 1982) والتي اهتمت بدراسة الصلابة والمساندة ودوريهما في الصحة النفسية على عينة من البالغين وتراوحت أعمارهم بين65-32 وأكدت نتائج الدراسة من أن الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لا تخفف فقط من الشعور بالوحدة النفسية ولكنها تمثل مصدر للمقاومة والصمود والوقاية من الأثر الذي تحدثه الوحدة النفسية على الصحة النفسية والجسمية .

وتؤيد هذه النتيجة ما ذكره (هوجات 1982) من أن التأثير المميت لنقص الحنان والقرب من الوالدين المهملين من الممكن أن يسبب الشعور بالوحدة النفسية (الصراف،1985 ،55).

لذا حرص الإسلام على توضيح الطريق السليم الذي في ضله يستطيع الآباء أن يصلوا لتحقيق استجابات تقبل نحو سلوك أبنائهم المراهقين بطريقة سليمة فالرسول الكريم يقول (الزموا أولادكم واحسنو أدبهم) أخرجه أبو داوود.

فهذا الحديث يحدث الآباء على التلاطف مع الأبناء في القول والفعل ومعاملتهم باللين والمحبة (محفوظ جمال الدين، د س،118)

ولقد كشفت نتائج الدراسة أيضا على وجود فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس وكانت النتائج لصالح الإناث وذلك يرجع لكون أن الإناث أكثر حساسية وتأثر بسلوك الآخرين خاصة الوالدين وان شعورهم بالأهمية والقيمة يتوقف على علاقتها بالآخرين وان المساندة الاجتماعية تقي المرأة أكثر من الرجل من الأمراض النفسية وعلى رأسها الشعور بالوحدة النفسية ذالك أنها أكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية وبالتالي فان الرجل أكثر اعتمادا على مصادره النفسية كعوامل للوقاية من الوحدة بينما تتلقى الأنثى قدرا اكبر من المساندة نظرا لان النضرة السائدة في المجتمعات العربية للأنثى أنها اضعف من الذكر على المستوى الجسدي والوجداني وبالتالي فهي اشد حاجة للمساندة من الذكر الذي يمكنه تدبير أموره دون اللجوء للآخرين ويمثل رضا الإناث عن المساندة الاجتماعية أكثر من الذكور فان المساندة الاجتماعية تعطي الإناث شعور بالقيمة حيث ترى أن الإناث تضع أهمية كبيرة على علاقتها مع الآخرين كما أنها تعتمد في تقديرها لذاتها على مدى نجاح أو فشل علاقتها مع الآخرين وهذه الطبيعة الخاصة بالأنثى تؤهلها لكي تكون أكثر طلبا للحماية والمساعدة مقارنة بالذكور لذى فهي أكثر عرضة للوحدة النفسية سرعان ما تفقد المساندة الاجتماعية وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (rivera1991) والتي قامت بدراسة إبعاد المساندة الاجتماعية لدى السيدات المكتئبات وغير المكتئبات وأظهرت الدراسة أن المساندة الاجتماعية تخفف من أعراض الاكتئاب ،وتتفق هذه الدراسة كذالك مع دراسة (مخيمر1997) والتي قام فيها بدراسة الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى عينة متكونة من75 من الذكور و96من الإناث بين عمر 24-19 سنة وأظهرت النتائج أن الإناث أكثر سعيا للحصول على المساندة الاجتماعية من الذكور(مخيمر،1997 ،137) .

وقد يرجع ذلك إلى التكوين النفسي للإناث بأنهن أكثر عاطفية وتأثرا بالنواحي النفسية كما أن المكانيزمات المواجهة للمواقف النفسية لديهن اقل قدرة منها لدى الذكور وكل ذلك قد يؤدي إلى شعورها بالوحدة النفسية (عباس متولي،2000،160).

كما أن الدراسة لم تكشف عن وجود فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمر وهذه النتيجة تؤكد ما أشارت إليه الدراسات في التربية وعلم النفس من أن الشعور بالوحدة وعلاقته بالمساندة الاجتماعية من الظواهر الاجتماعية الهامة التي تنتشر بين الأفراد في جميع المراحل العمرية المختلفة من الطفولة وحتى الكهولة .

ومجمل القول أن تربية المراهق علم وفن يجب أن يتعلمها الوالدان وان المسؤول عن نشوء مشكلة الشعور بالوحدة النفسية هو أسلوب تربية الآباء حيث يعتبر دورهما أساسا في حل هذه المشكلة من خلال مشاركة الأبناء همومهم وتفهمهم لمشاكلهم وان يكون القدوة الجيدة لهم في السلوك والعمل والمشاركة وبالتالي تقوم العلاقة بين أفراد الأسرة على الحب والود والتفاهم والتي تعتبر حجر الأساس لبناء مجتمع قوي متماسك خال من المشاكل وهذا ما أشار إليه (خوري 2000) بان من حق الأسرة الإشراف على المراهق وتوجيهه وممارسة سلطتها بعدل واحترام واللجوء لمصادقته بصدر رحب وإشعاره بالعطف والاهتمام مما يجعله قادرا على مواجهة الشعور بالوحدة النفسية ومختلف الأمراض النفسية الأخرى(خوري،2000،118) .

4-الاقتراحات والتوصيات :

1- التركيز من خلال برامج التوعية الإعلامية والدينية على استخدام الوالدين لأسلوب التوجيه والإرشاد في التعامل مع أبنائهم المراهقين للحد من إحساسهم بالشعور بالوحدة النفسية إضافة إلى تشجيعهم للدخول معهم في مناقشات هادفة حول ما يتعلق بحياتهم اليومية لإيجاد الاتصال المعنوي والفكري بينهم وبين الوالدين تجنبهم الخوض مع أفراد منغلقين على أنفسهم.

2-أن يمتنع الوالدين عن استخدام أسلوب العقاب وسحب الحب لأنهما لا يتيحان لأبنائهم الفرص الملائمة لتحقيق ذواتهم والثقة بأنفسهم وبالتالي شعورهم بالوحدة النفسية وعدم الأمن النفسي والاجتماعي وان كان لا بد فليكن ذالك وفق الأسس المتبعة بعيدا عن التزمت والانفعال ويمنحهم قدرا اكبرا من المحبة من قبل الأم لتتخذ صور حوارية أكثر من صور تعليمات .

3-اقامت ندوات ومناقشات يمكن من خلالها تحديد المواقف الاجتماعية المسببة للشعور بالوحدة النفسية .

4-خلق جو اجتماعي سليم في المدرسة تسوده المحبة والتعاون والصراحة والعطف مع الاهتمام بغرس الاتجاهات التعاونية عند التلاميذ والتركيز على العمل الجماعي مما يساعد على تنمية ثقتهم بأنفسهم .

5-يجب على الوالدين والمعلمين التعاون لإيجاد بيئة صالحة مقبولة في المنزل تبعث على الرضا والسرور .

6- أن تزيد الممارسة من درجة اهتمامها بالطلاب وخاصة طلاب المدارس الثانوية من حيث الأعباء والضغوط الدراسية التي قد تكون واقعة على كاهلهم.

7- أن يهتم المربون والمرشدون بمشاكل الطلاب وحلها بطرق سليمة حتى لا يقعوا في أزمات وضغوط فوق درجة تحملهم.

8- أن يقوم الآباء والأمهات بالاهتمام بالمراهقين وإعطائهم القدر الكافي من الاهتمام والمساندة الاجتماعية حتى يتمكنوا من التغلب على مشاكلهم النفسية والأحداث الضاغطة التي قد تواجههم في حياتهم العملية .

9- أن تزيد المدارس من درجة الاهتمام بالبرامج الإرشادية من خلال الدعم النفسي والاجتماعي للطلبة.

10- تكثيف برامج التوعية للأهل حول مشاكل المراهقة والضغوط التي يتعرض لها المراهقين ليتسنى لهم التعامل مع هذه الضغوط بطرق سليمة وممنهجة .

11- أن يقوم المرشدون التربويين بالتدخل المبكر من اجل حل مشاكل الطلاب والضغوط الواقعية عليهم ليتسنى لهم التمتع بصحة نفسية جيدة .

12- التأكد على دور المساندة الاجتماعية من الأهل والأصدقاء من اجل التخفيف من الشعور بالوحدة النفسية الواقعة على المراهقين.

13- الاهتمام بالتربية الأسرية والتنشئة الاجتماعية حيث أن الأسرة هي النواة والقالب الاجتماعي الأول التي تؤهل وتعضد وتغذي الشخصية الإنسانية فيستطيع الوالدان من خلال أساليب ومعاملة والدية مختلفة أن ينمو السلوك السوي والعلاقات الاجتماعية السوية.

خلاصة:

من خلال عرض وتحليل نتائج دراستنا الحالية تم التوصل إلى مجموعة من القرارات تمثلت في قبول بعض الفرضيات ورفض أخرى، وقد غلب القبول فيها الرفض، كما تم التوصل من خلال ذلك إلى التأكد من تحقق بعض الأهداف في مقابل تأجيل تحقق بعض الأهداف الأخرى نظرا لطبيعتها الامتدادية عبر مستقبل الدراسة، وقد تم قبل ذلك استيضاح بعض العوامل والتفسيرات التي قد تعتبر مؤشرات للنتائج المتوصل إليها، هذا وقد سعينا إلى تعديد مجموعة من الاقتراحات نريد من خلالها كل قراء هذه الدراسة إقناعا أو توعيةً أو توصيةً

خاتـــــمة

إنه لمن الصعب جداً، على طالب يتمرن على منهجية البحث العلمي أن يُقدم علـــى دراسة كاملة من كل نواحيها، إلا أننا حاولنا جاهدين أن ندرس الموضوع الموسوم بـــــ " الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية ولم نختر هذا الموضوع عشوائياً، بل كان نتيجة لإحساس عميق بهذه المشكلة المتعلقة بالشعور بالوحدة النفسية ، والتي أصبحت منتشرة بشكلٍ رهيب في عصرنا الحالي، ورغبة منا في فهم هذه المشكلة أكثر وقف مدة ليست بالقصيرة تفكيـــراً فيمـــا يمكـــن أن يســـبب هـــذا الاضطراب النفسي، فجرفنا تفكيرنا هذا إلى محاولة فهم علاقتـــه بالمســـاندة الاجتماعيـــة وبالأخص من قبل الأسرة كأسلوب كشكل من أشكال المساندة الاجتماعية فكان من بـــين الأهداف المسطرة معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين متغيري هذه الدراسة اللـــذان تـــم ذكرهما آنفاً، فبدنا بجمع المعلومات النظرية حول هذين المتغيرين، ومن ثم انطلقنا فـــي الدراسة الميدانية لمعرفة أبعاد هذه العلاقة التي سبق لنا وأن افترضنا وجودها.وقـــد تـــم التوصل إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية ونظراً لهذه النتيجة حاولنا أن يجد لها تفسيرات تلائمهـــا مدعماً ذلك بمجموعة من الآراء والأقوال، ولم نكتفي بإعطاء تفسيرات ملائمة لنتائجنا فقط بل قدمنا مجموعة من المقترحات لمن هم على اتصال بهذه الفئة كان من بينها: أن اقترحنا على الآباء التوسط في معاملة أبنائهم، فلابد أن نقبل الابن في المواقف التي تتطلب القبول، ونقسو عليه نوعاً ما في المواقف التي تتطلب القسوة، فلا إفراط ولا تفريط فـــي معاملـــة الأبناء.

ملخص الدراســـة

عنوان الدراسة: الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية بمدينة سيدي عامر.

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى وجود علاقة بين الشـــعور بالوحـــدة النفســـية والمساندة الاجتماعية و الكشف عن الفروق التي قد تظهر في الشـــعور بالوحـــدة النفســـية والمساندة الاجتماعية تبعا لمتغير العمر وتبعا لمتغير الجنس، وقد تكونت عينة الدراسة من 56 طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية بمدينة سيدي عامر أي مـــا يشـــكل نســـبة (58,94%) من المجتمع الصالح للدراسة وقد كانت الأدوات المستخدمة عبارة عن مقياس الشعور بالوحدة النفسية للدسوقي(1998) و مقياس المساندة الاجتماعيـــة لعبـــد المقصـــود والسرسي (2001)وباعتماد وسائل إحصائية متعددة تمثلت في معامل الارتباط بيرسون و تحليل التباين أحادي الاتجاه واختبار (ت) للفروق؛ وقـــد أســـفر اســـتعمال هـــذه الأدوات والوسائل المختلفة عن مجموعة من النتائج الهامة والتي تمثلت أساسا في وجـــود علاقـــة ارتباطيه دالة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية. بالإضافة الى نتائج جزئية تمثلت في: – توجد علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصـــائيا بـــين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية – توجد فـــروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و المساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس– لا توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية تبعا لمتغير العمـــر، ومن أهم التوصيات اقامت ندوات ومناقشات يمكن من خلالها تحديد المواقف الاجتماعيـــة المسببة للشعور بالوحدة النفسية، خلق جو اجتماعي سليم في المدرســـة تســـوده المحبـــة والتعاون والصراحة والعطف مع الاهتمام من الوالدين.

Summary of the study

Study Title: loneliness and its relationship to psychiatric social be supported among students at the secondary city of Sidi Amer.

This study aimed to reveal the extent of the relationship between loneliness, psychological and social support and detect differences that may appear in loneliness psychological and social support due to the variable of age, depending on the variable sex, The sample consisted of 56 students from high school students in Mr. Amer which is a percentage (58.94% (of the good society for the study were the tools used is a measure of loneliness psychological Desouki (1998) and a measure of social support for Abdel-Maksoud, and Asersa (2001) and the adoption of statistical methods multi-represented in the correlation coefficient Pearson and analysis of variance unidirectional and test (T) of the differences; has resulted in the use of these tools and different methods for a range of important results which were represented mainly in the presence of correlation function between loneliness psychological and social support to high school students. addition to the partial results had been: - There is a correlation negative statistically significant between loneliness psychological and social support to high school students - there are significant differences in the relationship between loneliness, psychological and social support among students at the secondary level depending on the sex variable - there are no statistically significant differences in the relationship between loneliness, psychological and social support to students at the secondary level due to the variable of age, the most important recommendations and set up seminars and discussions from which to determine the social situations that cause a feeling of psychological loneliness, creating a sound social atmosphere in the school dominated by love, cooperation, openness and kindness with interest from the parents.

قائمة المراجع

المراجع العربية

1-إبراهيم القشقوش:سيكولوجية المراهق،ط3،مكتبة الانجلو المصرية،القاهرة،1979.

2-إبراهيم عبد الستار : الاكتئاب اضطرابات العصر الحديث منهج وأساليب علاجه ،عالم المعرفة ، القاهرة،1998.

3-احمد عبد اللطيف أبو اسعد :الفرق في الشعور بالوحدة والتوجه الحيائي بين المتزوجين والعازبين والأرامل من مستويات اقتصادية مختلفة ،العدد الثالث ،مجلة جامعة دمشق،الأردن،2010.

4-أسماء إبراهيم :المساندة الاجتماعية التقليدية وغير التقليدية في حالات الثكل ،دراسة ميدانية ،مركز الإرشاد النفسي ،القاهرة ،2001.

5-إسماعيل احمد السيد محمد:مشكلات الطفل السلوكية ،دار الفكر الجامعي ،الإسكندرية،1995.

6-جاب الله شعبان : علم النفس الاجتماعي والصحة النفسية ،1993.

7-جابر عبد الحميد جابر :نظريات الشخصية دار النهضة، القاهرة ، 1990.

8-حامد عبد السلام زهران:الصحة النفسية والعلاج النفسي،ط3،القاهرة،عالم الكتب،1997.

9-حامد عبد السلام زهران :علم النفس الاجتماعي،ط5، عالم الكتب ، القاهرة ،1984.

10- خوري توما جورج :سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق ،المؤسسة الجامعية للدراسات النشر والتوزيع ،بيروت،2000.

11- راوية محمود الدسوقي:النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط أحداث الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات،مجلة علم النفس،العدد9،الهيئة المصرية العامة للكتاب،1996.

12- راوية محمود حسين:النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط أحداث الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات،مجلة علم النفس،العدد39،الهيئة المصرية العامة للكتاب،1992.

13- زكية مرزوق الصراف :دراسة العلاقة بين خبرة الإحساس بالوحدة النفسية وبعض الظروف الأسرية لدى الطلاب الجامعيين في عدد من البلاد العربية (مصر- العراق- قطر)رسالة دكتوراه ، كلية التربية ،جامعة المنوفية ،1985.

14- زين العابدين درويش: علم النفس الاجتماعي:أسسه وتطبيقاته،القاهرة،مطابع زمزم،1993

15- زينب محمود شقير:الشخصية السوية والمضطربة،ط1، مكتبة النهضة المصرية،القاهرة،2000

16- سهيل دياب:مناهج البحث العلمي أدواته وأساليبه،مكتبة الأفاق ،غزة،2003.

17- عباس متولي :الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحلة الابتدائية ،المجلة المصرية للدراسات النفسية ،المجلد10،العدد26،الجمعية المصرية للدراسات النفسية ،القاهرة،2000.

18- عبد الحميد جابر وعمر محمود احمد :الحساسية الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية والإعدادية بدولة قطر وعلاقته بكل من الوحدة النفسية والتحصيل الدراسي ،دراسات نفسية ،ج26،قطر،1989.

19- عبد الرزاق وعماد علي:المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعانات الاقتصادية والخلافات الزوجية،مجلة دراسات نفسية،المجلد الثامن،العدد الأول،رابطة الأخصائيين النفسيين المصريين ،1998.

20- علي عبد الرحيم صالح:الشعور بالوحدة (سيكولوجية الانسحاب الاجتماعي)،2007.

21- علي عسكر:الصحة النفسية مشكلاتها ووسائل تحقيقها ،القاهرة،مكتبة عين شمس،1998.

22- علي علي عبد السلام:المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتهما بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية ،مجلة علم النفس ،العدد53،السنة الرابعة،الهيئة المصرية العامة للكتاب،2000.

23- عمار بوحوش ، ذنيبات محمد : مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث الاجتماعية ؛ ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1995.

24- فارس بن حمود بن حماد العنزي :الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالسلوك العدواني لدى نزلاء دار التربية الاجتماعية بمدينة الرياض ،رسالة ماجيستر ،قسم العلوم الاجتماعية ،جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، الرياض،2010.

25- فضيلة عرفات: الوحدة النفسية،تم استرجاعه في تاريخ 19-8-2010،من الموقع التاليWWW.ALNOOR.SE/ARTICLE.

26- فطيمة فلاحي:الوحدة النفسية ، تم استرجاعه في تاريخ 15-11-2010،من الموقع التاليWWW.ALI PSYCHO.COM.

27- فهد الربيعة :الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ،1997.

28- كمال الدسوقي:النمو التربوي للطفل والمراهق،دروس لعلم النفس الارتقائي،لبنان،دار النهضة،1979.

29- العباسي عبلة بنت حسين:الحرمان وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقات المقيمات بدور الرعاية الاجتماعية بالمنطقة الغربية ،رسالة ماجيستير،1999.

30- النيال مايسة احمد:بناء مقياس الوحدة النفسية ومدى انتشارها لدى مجموعات عمرية متباينة من اطفال المدارس بدولة قطر ،شبكة العلوم النفسية العربية،العدد25،1993.

31- محمد جمال الدين محفوظ:التربية الإسلامية للطفل والمراهقين ،دار الاعتصام،القاهرة.

32- محمد رمضان القذافي: علم النفس النمو والطفولة والمراهقة،ط2،عالم الكتب،القاهرة،2000.

33- محمد شفيق : البحث العلمي ؛ المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية ، مصر ،1985.

34- محمد عبد الرحمان :علم الاضطرابات النفسية والعقلية ،ج2،دار قباء ، القاهرة ،1999

35- محمد عبيدات وآخرون : منهجية البحث العلمي ؛ الطبعة الثانية، دار وائل لطباعة والنشر ، عمان ، الأردن،1999.

36- محمد محروس الشناوي وعبد الرحمان محمد السيد:المساندة الاجتماعية والصحة النفسية ،مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية،ط1،مكتبة الانجلو مصرية،1994.

37- محمد محروس الشناوي وعلي السيد الخضر:الاكتئاب وعلاقته بالشعور بالوحدة وتبادل العلاقات الاجتماعية ،بحوث المؤتمر الرابع لعلم النفس في مصر ،الجيزة،مركز التنمية البشرية والمعلومات ،1988.

38- محمد مجدي الدسوقي: مقياس الشعور بالوحدة النفسية ،مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة 1998

39- مروان عبد الله دياب ،دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين ،غزة،2002.

40- مصطفى عزة الكحكي:استخدام الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية وبعض العوامل الشخصية لدى عينة من الجمهور بدولة قطر،كلية الآداب والعلوم ،قطر

41- مصطفى غالب:سيكولوجية الطفولة والمراهقة في سبيل موسوعة نفسية ،ع12،بيروت،دار ومكتبة الهلال،1991.

42- عبد الحفيظ مقدم : الإحصاء والقياس النفسي والتربوي .1993 د.م.ج.

43- مليكة لويس كامل: التحليل النفسي والمنهج الإنساني في العلاج النفسي ،النهضة المصرية ،القاهرة ، 1990

44- نضال عبد اللطيف برهم: مشكلات الصفية ،ط1،دار الصفاء،2005.

45- نيفين محمد وزهران :دراسة الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين الأيتام من الجنسين وعلاقته بأساليب الآباء في تنشئته،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة عين الشمس،1994.

المراجع الأجنبية

46- RUTTER:(psychological resilience and protective mechanisms)in rolf,j,et al (risk and protective factors in the development ,Cambridge;1990

47- CAPLAN :mastery of stress ,psychogical aspects ,American;1981.

48- zirpoli:lpneliness and gradvate students:inter,1987.

49- LEPORE: social support encychoperdia of human behavior ,1994.

50- gentry &gooduvin: social support for decision making during grief dwe to death American behavioral scientist ;1995.

ملاحق الدراسة

مقياس الشعور بالوحدة النفسية

بيانات أولية:

الاسم : .....

الجنس: (ذكر \ أنثى)

المدرسة:.....

السنة الدراسية.....

تاريخ الميلاد:..... .....

تاريخ الإجراء:.....

التعليمات:

(أبدا – نادرا – أحيانا – دائما)

المرجو منك:

-أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (صح) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك

-أن تكون إجابتك عن كل عبارة أو اختيارك للإجابة من واقع خبرتك الشخصية

-لا تضع أكثر من علامة واحده أمام عبارة واحده

مقياس الوحدة النفسية

رقم العبارة	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا	أبدا
1	إلى أي مدى تشعر بأنك على وفاق مع الناس من حولك؟				
2	إلى أي مدى تشعر بأنك تفتقد الصحبة؟				
3	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد الشخص الذي تستطيع أن تلجأ إليه عندما تريد؟				
4	إلى أي مدى تشعر بأنك وحيد ؟				
5	إلى أي مدى تشعر بأنك عضو في صحبة أو جماعة ؟				
6	إلى أي مدى تشعر بأنك تشارك الناس في أشياء عديدة؟				
7	إلى أي مدى تشعر بأنك لم تعد قريبا من أحد				
8	إلى أي مدى تشعر بأن الآخرين من حولك لا يشاركونك الاهتمامات والأفكار ؟				

9	إلى أي مدى تشعر بأنك شخص اجتماعي وانبساطي ؟				
10	إلى أي مدى تشعر بأنك قريب من الناس ؟				
11	إلى أي مدى تشعر بأنك مهمل ومنبوذ ؟				
12	إلى أي مدى تشعر بأن علاقتك مع الآخرين بلا معنى ؟				
13	إلى أي مدى تشعر بأنه لا يوجد شخص يفهمك جيدا؟				
14	إلى أي مدى تشعر بأنك في عزلة عن الآخرين				
15	إلى أي مدى تشعر بأنك سوف تجد الصحبة عندما تريد؟				
16	إلى أي مدى تشعر بأن هناك آخرين يفهمونك جيدا؟				
17	إلى أي مدى تشعر بالخجل ؟				
18	إلى أي مدى تشعر بأن الناس من حولك ولكنهم ليسوا معك؟				

19	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من تستطيع أن تتحدث معه؟				
20	إلى أي مدى تشعر بأن هناك من يمكنك أن تلجأ إليه عندما تريد ؟				

مقياس المساندة الاجتماعية

عزيزي الطالب /عزيزتي الطالبة : يستخدم هذا المقياس في تقدير درجة المساندة الاجتماعية التي يدركها الشخص من الآخرين المحيطين به ،اقرأ كل عبارة ثم قرر:

1-إذا كانت العبارة تنطبق عليك ضع علامة (*) في خانة دائما

2-إذا كانت العبارة تنطبق عليك بعض الشيء ضع علامة (*) في خانة أحيانا

3-إذا كانت العبارة لا تنطبق عليك كثيرا ضع علامة(*) في خانة نادرا

لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة وأي إجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن شعورك بصدق.

مقياس المساندة الاجتماعية

رقم العبارة	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
1	عندما احتاج إلى المساعدة أجد أصدقائي من حولي (يقفون بجانبي لمساعدتي)			
2	عندما أكون في مشكلة يمكنني طلب المساعدة من والدي (أبي وأمي) أو أقاربي			
3	لا اعرف احد أثق فيه(اشعر بان ثقتي بمن حولي ضعيفة)			
4	يشعرني أصدقائي بأهميتي حتى ولو كانت تصرفاتي خاطئة			
5	تشعرني أسرتي بالرضا والقوة			
6	عندما أواجه متاعب لا أبوح (لا احكي) بها لأحد (أتكتم عند مواجهتي لمشاكل)			
7	أصدقائي لطفاء معي بغض النضر عما افعله (أحس			

	أن أصدقائي يعاملونني معاملة حسنة)			
8	منذ صغري أتلقى قدر كبير من مساندة والدي (أبي وأمي)			
9	كان لدي أصدقاء حميمين أتحدث معهم عن أسراري ولم يعد لدي أصدقاء الآن (اشعر أنني فقدت أصدقائي الذين كنت احكي لهم أسراري)			
10	عندما أكون في مشكلة استطيع أن اعتمد على زملائي القريبين مني لمساعدتي			
11	اشعر بالراحة عندما اطلب المساندة من أسرتي			
12	اشعر بالوحدة كما لو كان ليس لدي احد اعرفه (اشعر بالوحدة وفقدان أصدقائي الذين كنت اعرفهم)			
13	اشعر أنني محل اهتمام من زملائي الذين يعيشون بالقرب مني			
14	طوال حياتي أجد من يساعدني عندما احتاج الى المساعدة			

15	يوجد أفراد ألجا إليهم لمساعدتي عندما اشعر بعدم السعادة أو أواجه متاعب (مشاكل)			
16	تعاملات زملائي معي تجعلني اشعر بأهميتي (اشعر بأهميتي نتيجة تحمل زملائي لي)			
17	يساعدني إخوتي وأخواتي عندما احتاج إلى المساعدة			
18	أنا غير منتمي إلى أي جماعات اجتماعية (نشاطات اجتماعية			
19	اشعر بعدم وجود مساندة حقيقية من زملائي			
20	اعتقد أن الناس لا يحتاجون إلى بعضهم البعض ويمكنهم الاعتماد على أنفسهم			
21	المساعدة المعنوية من الأصدقاء هامة بالنسبة لي (اعتقد ان المساندة المعنوية مهمة)			
22	اشعر بالراحة عندما الجأ إلى رجال الدين طلبا للمساعدة			