

جامعة احمد دراية - أدرار

كلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الإسلامية

تخصص: علم النفس المدرسي



قسم: العلوم الاجتماعية

مذكرة بعنوان:

دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى طلبة  
الباكلوريا بثانوية بن حمادي حمو أوقروت

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص: علم النفس المدرسي

إشراف الدكتور:

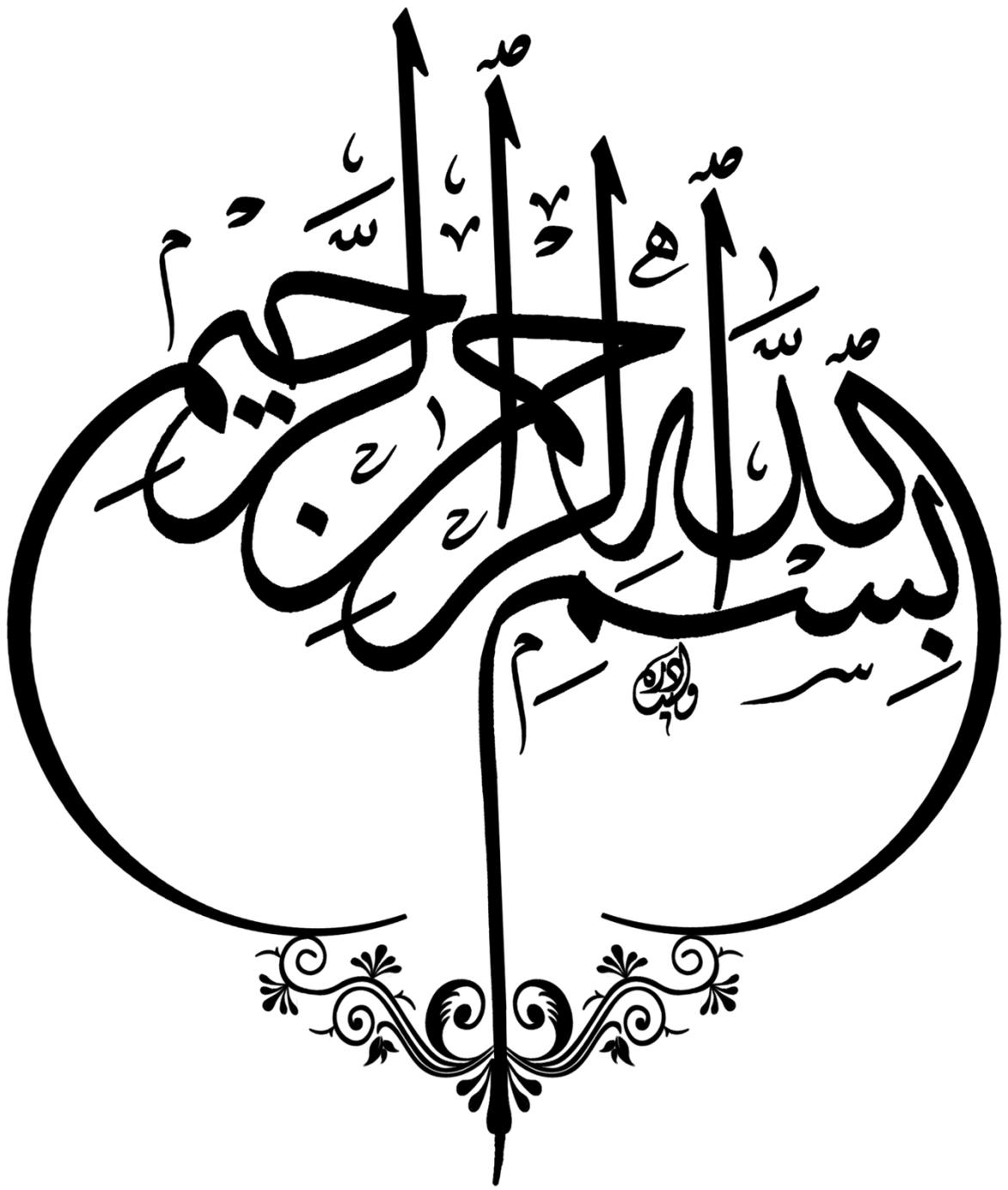
مراد سماني

إعداد الطالبين:

✓ خالد اولاد حمادي

✓ إلهام بن عطية

الموسم الدراسي: 2018-2019م / الموافق لـ 1439-1440هـ



## شكر و عرفان

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات والصلاة والسلام على رسول الله القائل (( من لم يشكر الناس لم يشكر الله )) .

بداية نشكر الله عز وجل ان وقفنا واعاننا على اتمام هذا العمل واشكر والدينا على المساندة التي قدموها لنا ماديا ومعنويا, ثم نتوجه بتسجيل اعق ايات الشكر والعرفان بالجميل الى الدكتور " سماني مراد" المشرف على رسالة الماجستير الذي منحنا الكثير من وقته وجهده وأسأل الله ان يجازيه خير الجزاء.

كما نتوجه بالشكر الى عينة الدراسة واساتذة وعمال ثانوية بن حمادي حمو باوقروت الذين منحونا الكثير من وقتهم من اجل انجاح هذا العمل.

الشكر مسبق للجنة المناقشة الذين قبلوا اثرء هذا العمل بكل فرح وسرور.

وفي الاخير نشكر كل من ساهم من قريب او بعيد في انجاز هذا العمل وملاحظتهم القيمة التي استفدنا منها.

الهام

خالد

الاهداء

الى الوالدين الكريمين حفظهما الله ورعاهما

وكل العائلة الكريمة

خالد الهام

## مخلص الدراسة

تعتبر المساندة الاجتماعية عنصر اساسيا في حياة الانسان بصفة عامة والمتعلم بصفة خاصة, حيث اكدت العديد من الدراسات على اهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي ومن ثم التحصيل الدراسي الجيد كالنجاح والتفوق, وكان هدفنا من هذه الدراسة الكشف عن دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو باوقروت وذلك بالاجابة عن التساؤلات التالية:

1- هل هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين ابعاد المساندة الاجتماعية و ابعاد التوافق النفسي لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو لوقروت؟

2-هل توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

3-هل توجد فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

4-هل توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص(علمي,ادبي) لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

5-هل توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب (اول مرة/ معيد) لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

وقد اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي باعتباره المناسب لهذه الدراسة كما اعتمدنا ايضا على مقياس التوافق النفسي " زينب شقير" ومقياس المساندة الاجتماعية " رولا هاشم" وقد طبقت هذين الاداتين على عينة عشوائية تتكون من 110 تلميذا وتلميذة في المرحلة النهائية من الطور الثانوي بثانوية بن حمادي حمو باوقروت وبعدها تمت المعالجة الاحصائية عن طريق ((spss version(24)) وتوصلنا الى النتائج التالية:

-توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين ابعاد المساندة الاجتماعية و ابعاد التوافق النفسي لدى طلاب البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو اوقروت.

-عدم وجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس.

-توجد فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس.

-لا توجد فروق داله احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص.

-لا توجد فروق داله احصائيا في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب.

وتمت مناقشة نتائج هذه الفرضيات بالاعتماد على معلومات نظريات ودراسات سابقة كما ختمنا الدراسة بخلاصة عامة للبحث وبعض الاقتراحات بالاضافة الى قائمة المصادر والمراجع وكذلك الملاحق.

## محتويات البحث:

.....أ.....	البسمة
.....ب.....	-الاهداء
.....ج.....	-كلمة الشكر
.....د.....	-ملخص الدراسة
.....ه.....	-محتويات الدراسة
.....و.....	-قائمة الجداول
.....	مقدمة.....

### الفصل الاول: تقديم البحث

.....08.....	2- الاشكالية
.....10.....	3- الفرضيات
.....11.....	4-اسباب اختيار الموضوع
.....11.....	5-اهمية الدراسة
.....11.....	6-اهداف الدراسة
.....12.....	7-التعاريف الاجرائية

### الفصل الثاني:المساندة الاجتماعية

.....14.....	-تمهيد:
.....15.....	1-مفهوم المساندة الاجتماعية.
.....18.....	2-تعريف المساندة الاجتماعية.
.....21.....	3-أهمية المساندة الاجتماعية.
.....23.....	4-أنماط المساندة الاجتماعية.
.....24.....	5-وظائف المساندة الاجتماعية.
.....26.....	6-أبعاد المساندة الاجتماعية.
.....27.....	7-نماذج المساندة الاجتماعية.
.....30.....	8-العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي.

## خلاصة الفصل.

31.....

### الفصل الثالث: التوافق النفسي

-تمهيد:

33.....

1-تطور مفهوم التوافق النفسي.

33.....

2-مفهوم التوافق النفسي.

34.....

3-معايير التوافق النفسي.

36.....

4-اساليب التوافق النفسي.

37.....

5-مؤشرات التوافق النفسي.

40.....

6-ابعاد التوافق النفسي.

42.....

7-مجالات التوافق النفسي.

46.....

8-النظريات المفسرة لتوافق النفسي والتعقيب عليها.

49.....

9-عوائق التوافق النفسي.

51.....

10-مقاييس التوافق النفسي.

52.....

-خلاصة الفصل.

54.....

### الفصل الرابع: الدراسة الميدانية

تمهيد:

56.....

اولا-الدراسة الاستطلاعية

57.....

1-اهداف الدراسة الاستطلاعية.

57.....

2-مكان وزمان اجراء الدراسة الاستطلاعية.

58.....

3-خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.

58.....

4-ادوات القياس.

59.....

5-الخصائص السيكومترية لادوات القياس.

61.....

6-ثبات ادوات الدراسة.

62.....

ثانيا: الدراسة الاساسية:

63.....

1-منهج الدراسة.

64.....

2-مكان وزمان اجراء الدراسة الاساسية.

64.....

3-ظروف اجراء الدراسة الاساسية.

64.....

.....64.....	4-خصائص عينة الدراسة الاساسية.
.....65.....	5-الاساليب الاحصائية
66.....	خلاصة الفصل
<b>الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتحليل النتائج</b>	
.....68.....	-تمهيد:
.....68..	1-عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الاولى.
.....71..	2-عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الثانية.
.....73..	3-عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الثالثة.
.....74.	4-عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الرابعة.
.....74	5-عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الخامسة.
.....76.....	7-الاستنتاج العام.
.....77.....	8-التوصيات والاقتراحات.
.....78.....	9-قائمة المصادر والمراجع.
.....84.....	10-الملاحق.
.....	مستخلص الدراسة .....

## فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
58	عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	1
58	عينة الدراسة الاستطلاعية حسب التخصص	2
59	عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الوضعية	3
59	توزيع فقرات المقياس حسب المحاور	4
61	توزيع فقرات الوجبة والسالبة على كل بعد من ابعاد المقياس	5
61	معامل الارتباط بيرسون لابعاد المساندة الاجتماعية بالمجموع الكلي	6
62	معامل الارتباط بيرسون لابعاد التوافق النفسي بالمجموع الكلي	7
62	معامل الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية	8
62	معامل الثبات لمقياس التوافق النفسي	9
65	توزيع عينة الدراسة حسب الجنس	10
65	توزيع عينة الدراسة حسب التخصص	11
68	معامل الارتباط بيرسون بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي	12
71	الفرق في التوافق النفسي حسب الجنس	13
72	الفرق في المساندة الاجتماعية حسب الجنس	14
73	الفرق في التوافق النفسي حسب التخصص	15
74	الفرق في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب	16

القدمة

## 1 المقدمة:

انعم الله على الانسان نعما كثيرة لا يستطيع حصرها مهما حاول، ومن هذه النعم نعمة الصحة والعافية، ولا شك ان صحة النفس لا تقل اهمية على صحة الجسد او العقل ولكن في ظل التطورات والتغيرات التي يعيشها الانسان في مختلف مجالات الحياة وما يوجهه من مشكلات وضغوط مختلفة اثر ذلك على طبيعته المستقرة وحياته الهادئة. الحياة من حولنا مليئة بالمشكلات التي تؤدي الى سوء التوافق النفسي وغيرها التي تؤثر على حياة الانسان ولا يوجد فرد تخلو حياته من مشكلات سوء التوافق النفسي.(الشناوي محروس،2:2011)

تعد الدراسات السابقة من اهم المرجعيات التي يعتمد عليها الباحث لمساعدته في تشخيص مشكلة الدراسة واستخلاص فرضياتها والتأكد من صحة فرضيات نظرية ما او الاستفادة من بعض نتائجها في فهم معطيات الدراسة الحالية وتفسير نتائجها، ومن بين هذه الدراسات:

دراسة الشناوي وعبدالرحمن (1994) التي تهدف الى دراسة "العلاقة بين المساندة الاجتماعية وابعاد الشخصية وتقدير الذات والتوافق النفسي في المرحلة الجامعية" وهدفت الدراسة الى تقويم مدى اسهام بعض المتغيرات الشخصية لدى طلبة الجامعة في التوافق النفسي لهؤلاء الطلاب في حياتهم الجامعية وهذه المتغيرات هي الانبساطية ومدى الرضا عن المساندة الاجتماعية وتقدير الذات، اما متغير التوافق فيشمل على اربعة ابعاد التوافق التحصيلي والتوافق الاجتماعي والتوافق الانفعالي والتوافق النفسي في الجامعة ولقد شملت عينة الدراسة (115) طالب من مختلف الاقسام والمستويات في مرحلة البكالوريا كلية العلوم الاجتماعية في جامعة الامام الحمد بن سعود الاسلامية وقد استخدم الباحثين الادوات التالية:

- 1-قائمة ايزينبيك للشخصية(خضر والشناوي)
  - 2-قائمة المساندة الاجتماعية(الشناوي وابو بيه)
  - 3-قائمة التوافق النفسي (الشناوي وبداري)
  - 4-مقياس كوبر سميت لتقدير الذات (الماطي-الشناوي)
- واشارت نتائج الدراسة الى مايلي:

1- ترتبط درجات افراد عينة البحث على بعد العدد في استبانة المساندة الاجتماعية ارتباط موجب ودال مع درجاتهم على بعد التوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي في الجامعة ولا ترتبط ارتباط دال مع درجاتهم على باقي ابعاد مقياس التوافق.

2- ترتبط دراسات افراد العينة على بعد الرضا في استبانة المساندة الاجتماعية مع درجاتهم على بعد التوافق الاجتماعي ودرجة الكلية وذلك على مقياس التوافق النفسي في الجامعة وهذه الارتباطات موجبة ودالة بينما لا يوجد ارتباط دال مع درجاتهم على باقي ابعاد مقياس التوافق.

3- ترتبط مجموع دراسات استبانة المساندة الاجتماعية بافراد عينة البحث مع درجاتهم على بعد التوافق الاجتماعي في مقياس التوافق النفسي في الجامعة ارتباط موجب ودال بينما ارتباطها مع باقي ابعاد مقياس التوافق الغير دالة.

4- ترتبط درجات افراد البحث على بعد الاعداد في استبانة المساندة الاجتماعية ارتباط موجب ودالا مع درجاتهم على بعد الانبساطية وفي قائمة ايزنبيك الشخصية ودراساتهم على قائمة ايزنبيك الغير دال.

واما دراسة مالون (1995) فهدفت الى دراسة "العلاقة بين المساندة الاجتماعية واعراض الاكتئاب" حيث بلغ عدد العينة (58) من مسنين متوسط اعمارهم 59 سنة وقد طبقت عليهم الادوات التالية مقياس الضغوط ومقياس المساندة الاجتماعية ومقياس هاملتون لاكتئاب. وقد اظهرت النتائج ان هناك ارتباط سالب دال احصائيا بين ادراج الضغوط وبين المساندة الاجتماعية بمعنى ان المساندة الاجتماعية من حدة واقع الضغوط على المسنين وان المساندة الانفعالية المتمثلة في اظهار مشاعر الود والحب لمسنيين واشعارهم بان هناك من يقف بجانبهم وجدانيا عند الحاجة وكذلك المساندة بالمعلومات وهي اعطى المسن بعض المعلومات التي تساعد في حل مشاكله، وكذلك المساندة الادائية التي تتمثل في قيام بمساعدة المسن في اداء بعض المهام المنزلية، كل هذه الاشكال من المساندة تخفف من حدة واقع الضغوط والتقليل من اصابة باعراض الاكتئاب.

وتجدر الاشارة ايضا

الى دراسة مخيمر (1997) التي هدفت الى "التوافق النفسي والمساندة الاجتماعية متغيرات وسطية في العلاقة بين ضغوط الحياة واعراض الاكتئاب لدى الشباب " هدفت

هذه الدراسة الى بيان دور التوافق النفسي والمساندة الاجتماعية في التخفيف من الاثر الناتج عن ضغوط الحياة واعراض الاكتئاب لدى طلاب الجامعة وتكونت عينة الدراسة من (75) من الذكور (96) من الاناث بين عمر (19-24) عاما من طلاب الفريقين الثالثة والرابعة بكليات الادب والعلوم والتربية بجامعة الزقازيق واطهرت نتائج الدراسة ان درجات التوافق النفسي لدى الذكور اكثر من الاناث وان الاناث اكثر سعيا للحصول على المساندة الاجتماعية من الذكور. كما اشارت نتائج الدراسة الى اثر الدور الذي يلعبه التوافق النفسي والمساندة الاجتماعية في التخفيف من وقع الاحداث الضاغطة لدى الذكور والاناث كعامل واق من الاثر النفسي والجسمي.

واما فايد (1998) فقد اشار في دراسة له تحت عنوان "الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة واعراض الاكتئابية". هدفت هذه الدراسة الى فحص التأثير السلبي للضغوط على الصحة النفسية، ومعرفة التأثير الايجابي للمساندة الاجتماعية في خفض كل من الضغوط والاعراض الاكتئابية الناتجة عن ارتفاع مستوى الضغط واطهرت الدراسة وجود فروق احصائية جوهرية بين منخفضي ومرتفعي الضغوط في الاعراض الاكتئابية بجانب مرتفعي الضغوط وكذلك وجود فروق احصائية بين منخفضي ومرتفعي المساندة الاجتماعية في الاعراض الاكتئابية بجانب منخفضي المساندة الاجتماعية.

ويشير عبدالرزاق (1998) في دراسته بعنوان "المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية" والتي هدفت الى فحص دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقات بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية، والتأكد من ان الضغوط الاقتصادية، والخلافات الزوجية التي تعاني منها الاسر، هي احدى الاسباب الرئيسية في حدوث الخلافات الزوجية. واطهرت الدراسة عدم وجود فروق دالة احصائية، بين متوسط درجات الأزواج، ومتوسط درجات الزوجات في كل من ادراك المعاناة الاقتصادية والمساندة الاجتماعية وتوجد فروق درجات الزوجات، في ادراك الخلافات الزوجية بجانب الزوجات، بمعنى ان الزوجات اكثر ادراكا للخلافات الزوجية من الأزواج كما يوجد ارتباط موجب دال بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية، لدى الزوجات وتبين ان المساندة الاجتماعية لها الاثر الملطف والمخفف للضغوط.

واما في مجال التوافق النفسي فهناك العديد من الدراسات نذكر منها مايلي:  
 دراسة **جابر عبد الحميد (1978)**: حول العلاقة بين تقبل الذات والتوافق النفسي لدى طلاب من كلية الاداب بجامعة القاهرة وعين الشمس ،على عينة قدرت ب 90 طالب وطالبة، وهدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة التي تربط تقبل الذات بالتوافق النفسي وتوصلت النتائج الى وجود علاقة موجبة بين تقبل الذات وتقبل الاخرين، وكذا علاقة موجبة بين تقبل الذات والتوافق النفسي الاجتماعي اي بمعنى اخر كلما زاد تقبل الفرد لنفسه زاد توافقه النفسي الاجتماعي.(عبد الفتاح دويدار 74:1992)

دراسة **صفاء المنير (1989)** ( تمحور موضوعها في دراسة التوافق النفسي لدى طالبات المدينة الجامعية بالأزهر وعلاقته بمتغيرات التفوق المدرسي، التخصص، مدة الإقامة بالمدينة الجامعية وذلك على عينة قوامها 680 طالبة وأسفرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوافق الدراسي بين طالبات الإقامة الداخلية والخارجية لصالح طالبات الإقامة الخارجية، وكذا وجود فروق ذات دلالة في التوافق بين الطالبات اللاتي يسكن المحافظات النائية باللاتي يسكن المحافظات القريبة.

وجاءت دراسة **حنان عبد الله عقيل (1993)** كان موضوع دراستها حول الإقامة بالأقسام الداخلية ودورها في التوافق النفسي الاجتماعي والإنجاز الأكاديمي لطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة وجامعة الملك عبد العزيز بجدة، وتكونت عينة البحث من (400) طالبة من المقيمت داخل المدن الجامعية وخارجها، وتمثل هدف الدراسة في التعرف على مدى تأثر التوافق النفسي والاجتماعي والأكاديمي بالإقامة الداخلية للطالبات، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة في التوافق النفسي والاجتماعي بين الطالبات المقيمت في المدن الجامعية والمقيمت مع أسرهن أو خارج الجامعة، وذلك لصالح الطالبات المقيمت في المدن الجامعية ووجود فروق في التحصيل الأكاديمي لصالح الطالبات المقيمت في المدن الجامعية.

**التعقيب على الدراسات السابقة:** إن الهدف الاساسي من الإطلاع على الدراسات السابقة وجمعها هو أنها تعتبر المرجعية والخلفية النظرية للدراسة التي يقوم بها الباحث، بالإضافة الى أنها تساعد في تفسير النتائج المتوصل إليها في الجانب التطبيقي، ومن خلال الدراسات السابقة التي تتعلق بدور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى



طلبة البكالوريا، نجد أن الدراسات التي تناولت هذا الموضوع ركزت على اهمية المساندة الاجتماعية المقدمة من طرف الاسرة وكيفية تأثيرها على توافق التلميذ.

من المفاهيم الاساسية في الصحة النفسية حيث ان جميع سلوكيات الانسان الناجمة او الفاشلة ماهي الا محاولات لتوافق من اجل ما يعانيه من توتر وصراع فالفرد يحاول دائما اثناء نشاطه ان يحصل على حالة مرضية او حالة اشباع لدوافعه، ولكن كثير ما يصطدم بعقبات وصعوبات وموانع وهو بذلك معرض لاحباطات عديدة تفقده حالة التوازن الانفعالي، لذا يجب على الفرد ان يغير سلوكه او طريقة معالجته للمشكلة ليكون اكثر فعالية مع الظروف المؤثرة حتى تتحقق اهدافه ليخفف من حدة التوتر النفسي وبذلك يستعيد حالة الاتزان والانسجام ويمهد السبيل امام استمرار النمو

يدل التوافق على الصحة النفسية اذا كانت اهداف الفرد تتفق مع قيم ومعايير المجتمع واشباعها بسلوك مقبول ويدل على ضعف الصحة النفسية اذا لم يبارك المجتمع اهدافه او كانت سلوكياته تثير سخط الناس عليه ويعني توافق الفرد مع نفسه رضا عنها وعن ماضيها وحاضرها ومستقبلها وتقلبه لقدراتها وحاجاتها وطموحاتها وسعيه الى تنميتها اما توافق الفرد مع المجتمع فيقصد به رضاه عن الناس الذين يعيش معهم وعن عاداتهم وتقاليدهم وشعوره بالتقبل والحب والتعاون معهم ورغبته في الالتزام بقواعد السلوك السائدة في المجتمع.(الخالدي عطا الله.78:2003).

لقد قسمنا خطتنا هذه الى خمسة فصول يضم الفصل الاول تقديم البحث والذي شمل: الاشكالية، الفرضيات، اسباب اختيار الموضوع، اهمية الدراسة، اهداف الدراسة، و التعاريف الاجرائية اضافة الى الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

اما الجانب النظري فانشق عنه فصلين حيث تناول الفصل الثاني المساندة الاجتماعية ويضم:

مفهوم المساندة الاجتماعية، تعريف المساندة الاجتماعية ،اهمية المساندة،انماط المساندة،وظائف المساندة،ابعاد المساندة،اهم النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية ،العلاقة بين المساندة والتوافق النفسي،خلاصة الفصل.

في حين ان الفصل الثالث يتضمن التوافق النفسي ويضم: تعريف التوافق النفسي، تطور مفهوم التوافق النفسي، مؤشرات التوافق النفسي، مجالات التوافق النفسي، معايير التوافق



النفسي، اساليب التوافق النفسي، ابعاد التوافق النفسي، النظريات المفسرة للتوافق النفسي، قياس التوافق النفسي، عوائق التوافق النفسي.

اما الفصل الرابع فقد تناول الاجراءات المنهجية للدراسة والتي احتوت على منهج ومجتمع الدراسة وعينته، وكذلك وصف المقاييس الاساليب الاحصائية المستخدمة. اما الفصل الخامس فقد تطرقنا فيه الى عرض ومناقشة نتائج الدراسة بالتفصيل.

# الفصل الاول

## الاطار النظري لدراسة:

- 1- الاشكالية
- 2- الفرضيات
- 3- اسباب اختيار الموضوع
- 4- اهمية الدراسة
- 5- اهداف الدراسة
- 6- التعاريف الاجرائية

## 2- اشكالية الدراسة:

تعتبر المساندة الاجتماعية مصدر هاما من مصادر الامن الذي يحتاجه الانسان من علمه الذي يعيش فيه بعد لجوئه الى الله سبحانه وتعالى وعندما يشعر الفرد بان هناك ما يهدده وعندما يشعر ان طاقته استنفذت او لم يعد بوسعه ان يحمل ما يقع عليه من اجهاد وانه يحتاج الى مدد وعون من خارجه، فالانسان بطبعه مخلوق اجتماعي وقد جعله الله سبحانه وتعالى "دائما في حاجة مستمرة ليستمد العون من اخيه الانسان، لذا تعتبر المساندة الاجتماعية متغير اساسيا له اهمية كبيرة في حياة الافراد بصفة عامة، فكلما تقدم العمر بالفرد كان بحاجة للتواصل الاجتماعي مع الاخرين والذين يدعمون حياة الانسان بالحب والقبول والتقدير والانتماء ويزيدون من قوته لمواجهة سوء التوافق اذ ان المساندة الاجتماعية ترتبط بالصحة والسعادة النفسية كما ان غيابها يرتبط بزيادة الاعراض المرضية والاكنتائية. (دياب مروان، 2006:55).

فالمساندة الاجتماعية تكون بمساعدة الانسان لآخيه في المواقف التي يحتاج فيها للمساعدة والمؤازرة سواء كانت في السراء أو الضراء، كما تعبر عن ادراك الفرد للمساندة المترتبة عن علاقته الاجتماعية ذات الاهمية وتعد تمسكا اجتماعيا نتجية ما يتلقاه الفرد من مساعدة من الافراد المحيطين به او من بيئته الاجتماعية .

ان ادراك الفرد للمساندة الاجتماعية هو تقيما معرفي للعلاقة مع الاخرين ومدى تقييم المساعدة له باشكالها كافة اي المادية والمعنوية والسلوكية والمعلوماتية والتوجيهية. (علي عبد السلام، 2009:74).

الا ان المساندة الاجتماعية حظيت باهتمام اكبر من الباحثين بعد ان نشر "كابلن" دراسته التي تضمنت اصنافا

متنوعة من المساعدة والعون التي تقدم للافراد الاسرة والاصدقاء والجيران والاخرين الى الفرد. (نفس المرجع السابق، 2009:19).

فمن التعريفات الاكثر شيوعا للمساندة الاجتماعية هو تعريف "كوب" الذي يتلخص في تصور الفرد بانه محبوب ومقبول وموضع تقدير واحترام، وانه ينتمي الى شبكة اجتماعية توفر لاعضائها التزامات متبادلة. (كوب، 1976).

كما عرفها "شيفر" وآخرون ثلاثة أبعاد للدعم الاجتماعي للمساندة الاجتماعية والدعم المعنوي ويتضمن توفير المودة والتأييد والدعم المادي الذي يتضمن تزويد بالخدمات والمساعدات المباشرة ودعم المعلومات ويتلخص بتقديم نصائح وتوجيهات تساعد الفرد في حل مشكلاته وتعطيه تغذية راجعه عن سلوكه.

ويرى "ساراسون" وآخرون 1983 أن المساندة تعني وجود أو توفر الأشخاص الذين يمكن أن نرجع إليهم ونعتمد عليهم ونعرف أنهم يهتمون بنا ويقدرونا ويحبوننا. (علي عبد السلام، 2009:38).

وتشير "سيهير علي" إليها إلى أنها العلاقات والأنشطة الرسمية وغير الرسمية التي تمد الإنسان بحاجاته الأساسية للقيام بوظائفه فالمجتمع، وتتضمن هذه الحاجات التعليم و دخل امن ورعايه صحية وشبكة خاصة من الافراد الاخرين والمجموعات التي تمده بالتشجيع والعمل المتواصل والتعاطف والهوية الاجتماعية. (علي عبد السلام، 2008:456).

كما أن المساندة الاجتماعية هامة جدا في حياة الأفراد سواء كانت من الأفراد أو المجتمع أو المؤسسات، إلا أن قوة الفرد وقدرته على تحمل أعباء الحياة يعبر عن جزء هام من حياة الفرد وصحته النفسية والجسدية.

أيضا يعتبر موضوع التوافق النفسي من أهم المواضيع التي احتلت مكانة في علم النفس والصحة النفسية، وذلك نظرا للتغيير الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد على مختلف المستويات، والذي يؤثر على جانبه النفسي، فالاهتمام بالصحة النفسية للفرد يعني الاعتناء به واخذه بعين الاعتبار ليكون فردا صالحا ومتوافقا في مجتمعه.

يطرح علماء النفس مفهوم التوافق النفسي على أنه توافق الفرد مع ذاته وتوافق مع الوسط المحيط به، وكل المستويين لا ينفصل عن الآخر وإنما يؤثر فيه ويتأثر به، فالفرد المتوافق ذاتيا هو المتوافق اجتماعيا، ويضيف علماء النفس بقولهم أن التوافق الذاتي هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع بحيث لا يكون هناك صراع داخلي (جمال ابودلو، 2009:228).

ويرى الباحث "عباس عوض" (1988) أن التوافق النفسي هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا ارضاء متزنا. (بلحاج فروجة، 2011:13).

فمجال التعليم يعتبر من اكثر المجالات التي يمكن ان يواجه فيها الفرد عقبات ومشكلات تؤدي الى ضرورة ايجاد حلول من اجل الانسجام. وتحقيق التوافق النفسي ضرورة لابد منها لضمان الاتزان مع الذات، وفي هذا المجال يرى "هنري سميث " ان التوافق السوي هو الاعتدال في الاشباع العام لا اشباع دافع واحد على حساب دوافع اخرى فالتوافق الجيد مؤشر ايجابي ودافع قوي يدفع المتعلمين للنجاح.

وفي ضوء ماسبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية :

1- هل هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو لوقروت؟

2- هل توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

3- هل توجد فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

4- هل توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص (علمي، ادبي) لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

5- هل توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب (اول مرة/ معيد) لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت؟

### 3-الفرضيات:

1- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو اوقروت.

2- توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت .

3- توجد فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت.

4- توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت.

5- توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب (اول مرة/ معيد) لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت.

#### 4- اسباب اختيار الموضوع:

- معرفة مدى التوافق النفسي لدى طلاب البكالوريا لدى العينة المستهدفة.

- ابراز اهمية المساندة الاجتماعية لدى المقبلين على شهادة البكالوريا.

- ايضاح دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي.

- التعرف الى دور المساندة الاجتماعية كاحد العوامل الوقائية من اثر سوء التوافق النفسي

#### 5- اهمية البحث:

أ-الأهمية العلمية: تتركز الاهمية العلمية لهذه الدراسة في كونها محاولة لإضافة نتائج جديدة للتراكم العلمي والمعرفي حول دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا في المجتمع الجزائري وعلى الاخص في مدينة ادرار ببلدية اوقروت.

ب-الاهمية الموضوعية: تحاول هذه الدراسة ان تكشف عن دور المساندة الاجتماعية التي يحتمل ان تكون لها علاقة بالتوافق النفسي لطلبة البكالوريا، ومن ثم توعية المجتمع ، كما نأمل ان تكون نتائج هذه الدراسة ذات فائدة بالنسبة للأسرة والاصدقاء والجيران ومؤسسات المجتمع وكل المهتمين بهذه الفئة، كما تتضح اهمية الدراسة في هذه المرحلة الحساسة والحاسمة فعلى الاسرة والمهتمين بها مراعاة الجانب النفسي للتلميذ من اجل الوصول الى المبتغى المراد تحقيقه .

#### 6- اهداف البحث:

1- معرفة ما اذا كان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو اوقروت.

2- معرفة ما اذا كان هناك فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت .

3- معرفة ما اذا كان هناك فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو اوقروت.

4- معرفة ما اذا كان هناك فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو او قروت.

5- معرفة ما اذا كان هناك فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب (اول مرة/ معيد) لدى طلاب ثانوية بن حمادي حمو او قروت.

#### 7-التعاريف الاجرائية:

#### أ-المساندة الاجتماعية:

هي الدعم الانفعالي والمادي والأدائي الذي يتلقاه الفرد من قبل الآخرين المحيطين به، ومدى قدرة الفرد على تقبل وادراك هذا الدعم ، وفي هذا البحث هو حصول الطالب المقبل على شهادة البكالوريا على درجة معينة في المقياس المطبق.

**المساندة الاجتماعية في البعد النفسي:** وهي ذلك النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين والتي يتلقاها الفرد من الجماعة التي ينتمي اليها كالاسرة او الاصدقاء او الزملاء، وفي هذا البحث هو حصول طالب البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو باوقروت على درجة معينة في المقياس المطبق في بعده النفسي. **التوافق النفسي:** هو مجموع العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات والضغوطات المتعددة ومدى قدرة الفرد على تقبل الامور التي يدركها لتقدير ذاته . وفي هذا البحث هو حصول طالب البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو باوقروت على درجة معينة في المقياس المطبق.

**التكيف:** هو قدرة الفرد على التأقلم مع نفسه والمجتمع المحيط به.

**التوافق النفسي في بعده الاجتماعي:** هو عملية اجتماعية تقوم على الانصياع للمجتمع بصرف النظر عن رضا الفرد عن هذا الانصياع.وهو حصول طالب البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو باوقروت على درجة معينة في المقياس المطبق في بعده الاجتماعي.

**اما التوافق في بعده الشخصي:** فيشير الى الجانب الذاتي من التوافق ويتضمن الاشباع الكافي لحاجات الفرد وتوافر حالة من التوازن الداخلي لديه. وهو وهو حصول طالب البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو باوقروت على درجة معينة في المقياس المطبق في بعده الشخصي.

## الفصل الثاني

# المساندة الاجتماعية

-تمهيد:

- 1- مفهوم المساندة الاجتماعية.
  - 2- تعريف المساندة الاجتماعية.
  - 3- أهمية المساندة الاجتماعية.
  - 4- أنماط المساندة الاجتماعية.
  - 5- وظائف المساندة الاجتماعية.
  - 6- أبعاد المساندة الاجتماعية.
  - 7- نماذج المساندة الاجتماعية.
  - 8- العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي.
- خلاصة الفصل.

**تمهيد:**

تعتبر المساندة الاجتماعية ظاهرة قديمة قدم الانسان وان لم يهتم بها الباحثون الا في منتصف السبعينيات من هذا القرن مع دراسات "ويس" ودراسات "كليبي" وقد وضع كل منهم الاساس للعمل في مجال المساندة الاجتماعية، و اوضحوا ان افعال المساندة الاجتماعية تخفف من التأثيرات الضارة للضغط التي قد تكون تأثيرات نفسية او جسمية . وفي هذا الفصل سوف نتعرض بالدراسة للمساندة الاجتماعية مبرزين تطور مفهومها ، تعريفها، انماطها وبعض النماذج المفسرة لها.

**1- مفهوم المساندة الاجتماعية:**

ربما تكون بداية ظهور اصطلاح المساندة الاجتماعية حديثا في العلوم الانسانية مع تناول علماء الاجتماع لهذا المفهوم في اطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية اذ صاغوا اصطلاح شبكة العلاقات الاجتماعية

الذي يعد البداية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية والذي يطلق عليه البعض اسم الموارد الاجتماعية.(الشناوي محروس، وعبدالرحمن السيد، 1994:3).

الا ان المساندة الاجتماعية حظيت باهتمام اكبر من الباحثين بعد ان نشر "كابلن" 1974 دراسته التي تضمنت اصنافا متنوعه من المساعدة والعون والتي تقدم من افراد الاسرة والاصدقاء والجيران الاخرين الى الفرد.(السرسي اسماء، 2009:19)، وقد اختلف الباحثون في تناولهم للمساندة الاجتماعية تبعا للمنظور الذي ينظر من خلاله كل باحث الى المساندة الاجتماعية ، فاقترح "ويس" 1974 اصطلاح الامدادات الاجتماعية وحدد مكوناته بالود والاندماج الاجتماعي والعتاء والقيمة والارتباط والتوجه، وقد نظر البعض اليه على انه مفهوم يشير الى طبيعة وبناء الروابط الاجتماعية بين الفرد والاخرين من ذوي الاهمية في حياته، وبذلك فهو يشمل العلاقات الزوجيه والاسهام في التنظيمات الاجتماعية وتكرار زيارة الاصدقاء ووجود الابوين، اذ تعد كلها مصادر مساندة ،وعليه يعد هذا المفهوم الروابط الاجتماعية وهي تقدم مساندة الاجتماعية خلال فترات الشدائد والازمات (نفس المرجع السابق، 2009:20)، اما "ليبرمان" فيري ان المساندة الاجتماعية مفهوم اقل شموليه بكثير من مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية اذ تعتمد المساندة الاجتماعية في تقديرها على ادراك الافراد عن شبكاتهم الاجتماعية كونها الاطار الذي يشتمل على الافراد الذين يتقون فيهم ويستندون على علاقتهم بهم.(ليبرمان، 1982:112).

لذا نجد ان المساندة الاجتماعية من المتغيرات التي يختلف الباحثون حول تعريفها وفقا لتوجهاتهم النظرية، فمن منظور سوسيولوجي ينظر الى المساندة الاجتماعية في ضوء عدد وقوة اتصالات الفرد بالاخرين في بيئته الاجتماعية ،بمعني درجة التكامل الاجتماعي للفرد ، او حجم وتركيب الشبكة الاجتماعية للفرد ، وهذا التكامل يرفع من مستوى الصحة.(بنك، 1992:446).

لذا يجب علينا في هذا المقام ان نميز بين ما يسمى بشبكة العلاقات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية فتعرف شبكة العلاقات الاجتماعية بانها مجموعة بانها مجموعة من الاشخاص الذين يعرفون ويتفاعلون مع فرد محدد او مجموعة من الافراد.(بشرى اسماعيل،2009:20).

ويرى "ليفي" ان الافراد الذين يساندوننا يكونون من الافراد الاسرة او الاصدقاء او الجيران او الزملاء الذين يشاكوننا وجدانية ويدعموننا معنويا (عزت مبروك،2002:320).

ويلاحظ الدارس للمساندة الاجتماعية اهتماما كبيرا بهذا من قبل علماء الارشادي، والعيادي، والاجتماعي وغيرهم وقد شارك علماء النفس في هذا الاهتمام منذ عدة عقود عديدة، فقد كانت فكرة تاثير الجماعة على الاتجاهات و السلوكيات معروفة جيدا ،فعلى سبيل المثال ازدهرت في الاربعينيات والخمسينيات من القرن العشرين نظرية الجماعة المرجعية التي كان هدفها تقرير كيفية قيام الفرد باخذ معايير قيم الافراد والجماعات كاطار مرجعي مقارن يتم من خلاله تشكيل الاتجاهات والسلوكيات.

ولقد مهدت الاعمال المبكرة في اطار هذه النظرية الطريق لنمو نظرية المقارنة الاجتماعية التي كانت ترى ان لدى الافراد حافزا لتقييم ارائهم واتجاهاتهم من خلال مقارنة بمعايير موضوعية او بسلوكيات الاخرين(عواطف شوكت،2009:54).

وتفترض النظرية ان الناس يختارون مثلهم يشبهونهم للمقارنة اذ ان جمع المعلومات من الناس الذين يشبهونهم اكثر فائدة لذات (نفس المرجع السابق،2000:16).

اما المشاركات الاكثر دلالة فيما يتعلق بمفهوم المساندة الاجتماعية، فقد جاءت من نظرية الاندماج الاجتماعي "يشاخير"1959 ودراسات "زاخونك" 1965 على التسهيل الاجتماعي، فقد اظهر "شاخير" وغيره ان تفضيل البقاء مع الاخرين ظهر بدرجة اكثر لدى الاشخاص المثارين انفعاليا ، وان رغبة بالاندماج الاجتماعي كانت موجودة لدى اولئك الذين تعرضوا الى مثيرات مخيفة، وكان هذا التفضيل اقوى ما يكون حينما يكون افتراض نظرية المقارنة الاجتماعية المذكورة سابقا.

كما اظهرت الدراسات اللاحقة ان الاندماج قام بتحسين الاداء وخفض ردود الفعل الفسيولوجية اثناء مواقف الضغط، وهناك بعض الاختلافات المهمة بين الاهتمام المعاصر

بالمساندة الاجتماعية والمفاهيم المذكورة سابقا، ولعل هذه الاختلافات الأساسية، هو انه متغير بيئي، في حين كان علماء النفس في الستينات معرفين وكان اهتمامهم موجهها ليس على الابنية الاجتماعية لتحسين الذات، وان مفهوم المساندة الاجتماعية مكون معرفي بالطبع، ولكن السبب الاساسي لشيوع المفهوم حديثا يكمن في امكاناته الوقائية والعلاجية من خلال التغيير البيئي. (مها جاد، 2009:55).

كما يعتبر اول ما يلفت النظر في دراسات المساندة الاجتماعية الفرضية الت تقول ان المساندة الاجتماعية تعمل كوسيط او حاجز لضغوط الحياة، وتحمي من المرض، ونجد العديد من الباحثين في هذا المقام يحاولون تقرير علاقات المساندة الاجتماعية بالتوافق النفسي وبالصحة الجسيمة والعقلية، ولا تزال طبيعة هذه العلاقات غير متفق عليها. (عزت عبد الحميد، 2009:55).

وقد حظيت المساندة الاجتماعية باهتمام كبير من الباحثين، من هذه المتغيرات النفسية والاجتماعية، اعتمادا على مسلمة مفادها " ان المساندة الاجتماعية الت يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي اليها، كالاسرة والاصدقاء والزملاء في العمل او المدرسة او الجماعة او النادي تقوم بدور كبير في خفض الاثار السلبية للاحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها. (فايد حسين، 2001:342، 341).

ومن الامور الاساسية في علم النفس الصحة ذلك الفرض الذي ينص على ان " المساندة الاجتماعية الموثوق فيها لها اهمية رئيسة في مواجهة احداث الحياة الهامة، وان المساندة الاجتماعية يمكن ان تخفض او تستبعد عواقب هذه الاحداث على الصحة. (فايد محمد، 2001:342). اما المنظور السوسبيولوجي، ينظر الى المساندة الاجتماعية في ضوء عدد وقوة علاقات الفرد بالآخرين في بيئته الاجتماعية بمعنى درجة التكامل الاجتماعي للفرد او حجم وتركيب الشبكة الاجتماعية للفرد بانها قد ترفع من مستوى الصحة بتقديم ادوار ثابتة باعثة على المكافاة، والارتقاء بالسلوك الصحي، والابقاء على الاداء ثابت خلال فترات التغيير السريع. (علي سهير، 201، 342)، كما يشير محمد الشناوي ومحمد عبدالرحمن 1994: الى ان المساندة الاجتماعية لها اثر مخفف لنتائج التوافق النفسي، فالاشخاص الذين يمرون باحدث مؤلمة تتفاوت استجاباتهم السلبية لتلك الاحداث تبعا

لتوفير مثل هذه العلاقات الودودة والمساندة، حيث يزداد احتمال التعرض لاضطرابات نفسية كلما نقص مقدار المساندة الاجتماعية. (نفس المرجع السابق، 2001:343).

بصفة عامة فمهما كان الاساس النظري الذي ينطلق منه اصطلاح المساندة الاجتماعية، فانه يبدو من خلال هذا المفهوم انه يشتمل على مكونين رئيسين:

\*المفهوم الاول : ان يدرك الفرد انه يوجد عددا كافيا من الاشخاص في حياته يمكنه ان يرجع اليهم عند الحاجة.

\*المفهوم الثاني : ان يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له والاعتقاد في كفاية المساندة.

## 2-تعريف المساندة الاجتماعية:

اولا: المساندة الاجتماعية لغة :

المساندة في اللغة : من سند ما ارتفع على الارض في قبل الجبل او الوادي والجمع اسناد، وكل شئ اسند تاليه شيئا فهو سند، وما يسند اليه يسمى مسندا وسندا وجمعه المساند، وتساندة اليه: استندت، وساندت الرجل مساندة اذا عاضدته وكانفته، وسند الجبل يسند سنودا واسند: رقي، ويقال للدعي المسند والسنيدي، ويقال للدعي سنيدي.(علي عبد السلام، 1955:257).

ثانيا: تعريف المساندة الاجتماعية اصطلاحا:

تعد المساندة الاجتماعية الحماية التي يحصل عليها الافراد من خلال شبكة العلاقات الاجتماعية بين الافراد. (نوبراك، 1983:5).

ويرى الباحثين ان المساندة الاجتماعية تشير الى وجود علاقة مرضية تتسم بالحب والود والثقة والتقدير ، وتمثل هذه العلاقات مصدات او حواجز ضد الضغوط (روسي، 1990:30).

وفيما يلي عرض لبعض التعريفات التي وردت لبعض الباحثين حول مفهوم المساندة الاجتماعية نوردها فيما يلي:

-فيعرفها جود 1973 على انها:

صفات لادوار اجتماعية شرعية تحقق الحاجات الاعتمادية (كالحب والامن والتعبير عن الذات والارضاء الجنسي) بدون فقدان الذات.(ملكوش، 2000:16).

-اما كابلن 1974 فيعرفها:

نمطا مستديما من العلاقات المتصلة او المتقطعة الت تلعب دورا مهما في المحافظة على وحدة النفس والجسم للفرد طيلة حياته.(كابلن،1947:55).

-ويرى كوب (1976):

انها انتماء ادراك لشبكة اتصالات اجتماعية وواجبات متبادلة عن طريق المجموعة الموجودة داخل الشبكة الاجتماعية فتتم عملية الاعتماد المتبادل وتشابه القيم المتعارف عليها التي يحملها اعضاء الشبكة وتتشا من خلالها في النهاية علاقة ود وحب واعتناء متبادلة (كوب،1976:300). ويعرفها ايضا باعتقاد الفرد بانه مقبول وذو قيمة من قبل الاخرين وهذا اعتقاد ياتي من كون الفرد عضوا في جماعة معينة ينتمي اليها.(فايد حسين،2001:379).

-اما باريرا واخرون (1981):

يعرفونها بانها الدعم الاجتماعي الذي يكون في ثلاثة ابعاد هي الدعم المعنوي الذي يتضمن توفير الود والتأييد والدعم المادي الذي يتضمن تزويد الفرد بالخدمات والمساعدات المباشرة والدعم المعلوماتي ويتلخص في تقديم النصائح والتوجيهات التي تساعد الفرد في حل مشكلات وتعطيه تغذية راجعة عن سلوكه.(بشرى اسماعيل،2009:37).

-اما نولابك واخرون (1981) فيرون انها:

الحماية التي يتحصل عليها الفرد من خلال شبكة علاقات اجتماعية تتصف بثلاثة خصائص هي :

1. عدد افراد الشبكة.

2. فترات العلاقة.

3. تكرار الاتصال مع افراد الشبكة الاجتماعية (علي عبد السلام،2009:38).

-ويرى لن واخرون 1981 :

انها الدعم او التشجيع المادي او المعنوي الذي يحصل عليه الافراد من الاخرين خلال مواقف حياته اليومية.(دياب مروان،2006:56).

اما ثوتس 1982 فيعرفها بانها:

انها تلك العلاقات الفرعية من الاشخاص في اطار الشبكة الكلية للعلاقات الاجتماعية للفرد والذي يعتمد عليهم للمساعدة الاجتماعية العاطفية والمساعدة الاجرائية او كليهما.(نفس المرجع،56،2006).

-اما ليبرمان 1982:

فيرى بانها مفهوم اضيق بكثير من مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية اذ تعتمد في تقديرها على ادراك الافراد عن شبكاتهم الاجتماعية كونها الاطار التي تشتمل على الافراد الذين يتقنون فيهم ويستندون على علاقاتهم بهم.(ليبرمان،1982:146).

-ويعرفها ساراسون واخرون 1983:

بانها وجود او توافر الاشخاص الذين يمكن ان نرجع اليهم او نعتد عليهم ونعرف انهم يهتمون بنا ويقدرونا ويحبوننا.ويقفون بجانبنا عند الحاجة.(دياب مروان،2006:55).

-ويعرفها لوفي 1983:

بانها امكانية وجود اشخاص مقربين كالاسرة او الاصدقاء او الزوجة او الجيران يحبون الفرد ويهتمون به ويقفون بجانبه عند الحاجة.(دياب مروان،2006:57).

كما عرفها كوهين واخرون 1986 بانها:

تعني متطلبات الفرد بمساعدة ودعم البيئة المحيطة به سواء من افراد او جماعات فتسهل من توافق النفسي التي يتعرض لها وتمكنه من المشاركة الاجتماعية الفاعلة والتكيف معها.(السرسي اسماء،2006:57).

-اما سيم وسكتر 1987 يعرفان المساعدة بانها:

تفاعل الفرد في علاقاته مع الاخرين.(نفس المرجع،2009:38).

-اما البرزنجي 1990 يرى بانها:

سلوك المساعدة الذي حصل عليه الفرد فعلا من الاخرين سواء كانت المساعدة مادية او جهدا بدنيا او تفاعلا اجتماعيا، او تخفيضا لمعاناة انفعالية من خلال الرعاية والارشاد او الامداد بالمعلومات او تقييم الذات .(علي سهير،1990:13).

-اما سلوبر وتيرتر 1993 يعرفانها بانها:

تلك العلاقات القائمة بين الافراد واخرون يمثلون الشبكة الاجتماعية المؤيدة والمشجعه والتي يدركها على انها يمكن ان تسانده عندما يحتاج اليها:(علي سهير،2009:38).

-كما يعرفها موس على انها: الشعور الذاتي بالانتماء والقبول والحب والشعور بان الافراد محتاجون اليه لشخصه وليس من اجل ما يستطيع ان يفعله.(فايد حسين،2001:349).

-وتعرفها الباحثة على انها: مجموع العلاقات الرسمية وغير رسمية التي تعمل على توفير الدعم المعنوي والمادي لزوجات الشهداء والارامل لمساعدتهم على تخطي الازمات ومواجهة الظروف الحياتية والاجتماعية الصعبة سواء كان الدعم من الاسرة او الاصدقاء او الجيران او المجتمع.

وترى الباحثة ان مفهوم المساندة الاجتماعية هو مفهوم حديث قد نجده بعدة مسميات منها الاسناد او الدعم الاجتماعي او الموارد الاجتماعية او الامكانيات الاجتماعية او الامدادات الاجتماعية، فجميع هذه المسميات تعني شيئاً واحداً، الا اننا نجد ان مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية اوسع من مفهوم المساندة الاجتماعية في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد فهي قد تكون من الافراد او الجيران او الاصدقاء او المؤسسات الحكومية وغير الحكومية او المجتمع المحلي المحيط بالفرد، كما يمكن ان تقدم المساندة من اشخاص غير معروفين للفرد ايضاً ، وقد تكون مساندة مادية او معنوية او سلوكية او معرفية او تقويمية او عاطفية تقدم من خلال شبكة العلاقات الاجتماعية التي يقيمها الفرد مع المحيطين به وهذه المساعدات تساعد الفرد في التمتع بصحة نفسية وجسمية سليمة وتشعر الفرد بالحماية والامن النفسي والدفاء وتفاعل اجتماعي يساعده في تجاوز صعاب محن الحياة.

### 3-اهمية المساندة الاجتماعية:

يرى "مورينو" ان المساندة الاجتماعية تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد عن طريق الدور المهم الذي تلعبه حينما يكون مستوى التوافق النفسي مرتفعاً، او بالنسبة للصحة النفسية مستقلة عن مستوى المساندة الاجتماعية، او كمتغير وسيط مخفف من الاثار السلبية الناتجة عن انخفاض مستوى التوافق النفسي.(مورينو،20:1994).

وكذلك يرى كل من "دوان" ان المساندة الاجتماعية من الاخرين الموثق فيهم لها اهمية رئيسية في تعديل التوافق النفسي وان المساندة الاجتماعية يمكن ان تخفف او تستبعد عواقب سوء التوافق النفسي.(دوان،1991:402).

ويرى "داولب" ان المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الاحباطات وتجعله قادرا على حل مشاكله بطريقة جيدة، ويشير "سارسون" الى ان الفرد الذي ينشأ وسط اسر مترابطة تسود المودة والالفة بين افرادها ويصبحون افرادا قادرين على تحمل المسؤولية ولديهم صفات قيادية لذا نجد ان المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الاحباط وتقلل من المعاناة النفسية في حياته الاجتماعية، وان المساندة الاجتماعية يمكن ان تلعب دورا هاما في الشفاء من الاضطرابات النفسية، كما تسهم في التوافق النفسي والنمو الشخصي للفرد، وكذلك تلقى الفرد من الاثر الناتج عن سوء التوافق النفسي وعليه فان هناك عنصرين هامين ينبغي اخذهما بعين الاعتبار وهما: ادراك الفرد ان هناك عدد كافيا من الاشخاص في حياته يمكن ان يعتمد عليهم عند الحاجة، وادراك الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له، واعتقاده في كفاية وكفاءة وقوة المساندة، مع ملاحظة ان هذين العنصرين يرتبطان ببعضهما البعض ويعتمدان في المقام الاول على الخصائص الشخصية التي يتسم بها الفرد، ويلخص عبد الرزاق ما اشار اليه سراسون الى الدور الهام الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في تحسين التوافق النفسي الى ان المساندة الاجتماعية يمكن ان تقوم بمايلي: لها قيمة شافية من الامراض النفسية، تسهم في التوافق النفسي والنمو الشخصي، تقى الفرد من الاثر الناتج عن سوء التوافق النفسي وتخفف من حدة هذه الاثر.

ويشير "روسال" 1990 الى ان المساندة الاجتماعية تقوم بمهمة حماية تقدير الشخص لذاته وتشجيعه على مقاومة الضغوط التي تفرضها عليه احداث الحياة المؤلمة، ويتفق هذا الراي مع التصور الذي اقترحه "ابل" لنموذج المساندة الاجتماعية المتصل بالوقاية، وفي سياقه يرى ان احتمالات الاضطراب النفسي تقل عندما تقوى قدرة الشخص على مقاومة احداث الحياة السلبية، وعندما يتلقى من المساندة الاجتماعية من اهله واصدقائه وزملائه مايساعده على تجاوز الازمات والمحن وقد افترض "بلوبل" ان الافراد الذين يقيمون روابط تعلق صحية مع الاخرين، يكونون اكثر امانا واعتمادا على انفسهم من اولئك الذين يفتقدون مثل هذه الروابط، اذ حينما تعلق القدرة على اقامة روابط صحية "متوافقة" مع الاخرين، يصبح الفرد عرضه للعديد من المخاطر والاضرار البيئية التي تؤدي الى عزلته عن الاخرين. (مورينو، 1994:203).

ولقد اشار "ويس" ان مفهوم المساندة الاجتماعية من كونها متغيرا ملطفا للعلاقة بين المشقة النفسية والاصابة بالمرض على اساس ان المساندة الاجتماعية ترتبط بصورة سلبية بالمرض، فكلما تلقى الشخص الدعم الانفعالي والوجداني والتقديرى من جانب افراد اسرته واصدقائه وزملاء العمل قل تبعاً لذلك نسبة اصابته بالمرض. (هوورنس، 1992:412).

ويذكر "ليبرمان" في عرضه حول الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية في التأثير على ادراك الفرد لهذه الضغوط، وكذلك الاستجابة لها والتعامل معها، ان هناك مجموعة من المواقف في حياة الافراد تلعب المساندة فيها دورا هاما ومن هذه المواقف الوقائية من الاكتئاب في حالة الاحداث المؤلمة، والتخفيف من الاحزان والاعراض الجسمية التى تنتج عن تعطيل العمل، وتخفيف اثار الاسى، والتخفيف او الوقاية من وقوع اضطرابات انفعالية في فترة الشيوخوخة (الشناوي وعبدالرحمن، 1994:05).

اما بالنسبة لاهمية المساندة الاجتماعية فقد اوجزها كل من "روسال" فيما يلي: تخفف من وقع الضغوط النفسية التى تقوى تقدير الذات لدى الافراد، وتخفف من اعراض القلق والاكتئاب، وتؤثر على الصحة النفسية والجسمية، وتزيد من الشعور بالرضا عن ذاته وعن حياته، وتزيد من الجوانب الايجابية مما يحسن من صحتهم النفسية، وتسهم في التوافق النفسي والنمو الشخصي، وتساعد على حل المشكلات المرتبطة، واخيرا تزيد من الارتباط بمصادر شبكة المساندة الاجتماعية الخاصة بهم التى تتمثل في الزوجة، والزوج والابناء والاقارب، والجيران، والاصدقاء.

#### 4-انماط المساندة الاجتماعية:

يشير هوس (1981:158) الى ان المساندة الاجتماعية يمكن ان تأخذ عدة اشكال ومنها:

- المساندة الانفعالية: والتى تنطوي على الرعاية والثقة والقبول والتعاطف.
- المساندة الادائية: والتى تنطوي على المساعدة في العمل والمساعدة بالمال.
- المساندة بالمعلومات: التى تنطوي على اعطاء نصائح او معلومات او تعليم مهارة تؤدى الى حل مشكلة او موقف ضاغط.
- مساندة الاصدقاء: والتى تنطوي على ما يمكن ان يقدمه الاصدقاء لبعضهم البعض وقت الشدة.

ويرى اسطوم(1986) انه يمكن الحديث عن اربعة فئات من المساندة:

**1-مساندة التقدير :** وهذا النوع من المساندة يكون فالشكل معلومات بان هذا الشخص مقدر مقبول،ويتحسن تقدير الذات بان نقل للأشخاص انهم مقدرون لقيمتهم الذاتية وخبراتهم، وانهم مقبولون بالرغم من اي الصعوبات او اخطاء شخصية وهذا النوع من المساندة يشار اليه بمسميات مختلفه مثل المساندة النفسية،والتعبيريه، ومسانده تقدير الذات، ومساندة التنفس، والمساندة الوثيقة.

**2-المساندة بالمعلومات :** هذا النوع من المساندة يساعد في تحديد وتفهم والتعامل مع التوافق النفسي ويطلق عليه احيانا مساندة التقدير والتوجيه المعرفي.

**3-الصحة الاجتماعية :** وتشمل على قضاء بعض الوقت مع الاخرين في أنشطة الفراغ والترويح، وهذه المساندة تساعد على التوافق النفسي من حيث انها تشبع الحاجة الى الانتماء والاتصال مع الاخرين، وكذلك بالمساعدة على ابعاد الفرد عن الانشغالات بالمشكلات، او عن طريق تيسير الجوانب الوجدانية الموجبة، ويشار الى هذا النوع من المساندة احيانا بانه مساندة الانتشار والانتماء.

**4-المساندة الاجرائية :** وتشمل على تقديم العون المالي والامكانيات المادية والخدمات اللازمة، وقد يساعد العون الاجرائي على تحقيق التوافق النفسي عن طريق الحل المباشر للمشكلات الاجرائية، او عن طريق اتاحة بعض الوقت للفرد المتلقى للخدمة، او العون والأنشطة مثل الاسترخاء او الراحة ويطلق على المساندة الاجرائية ايضا مسميات مثل العون، المساندة المادية، والمساندة الملموسة.

وعلى الرغم من ان اشكال المساندة يمكن تمييزها نظريا فانه من المواقف الطبيعية لا نجدها منفصلة عن بعضها، فعلى سبيل المثال، فانه من الممكن لأولئك الذين لديهم صحة اجتماعية اكبر ان يكون ايضا فرصة للحصول على المساندة الاجرائية ومساندة التقدير. (دياب مروان، 2006:36).

**5-وظائف المساندة الاجتماعيه:**

وتنهض المساندة الاجتماعية بعدة وظائف، يمكن ايجازها في الفئات التالية حسب كل من بووك وهورنس.

-المساعدة المادية: تتمثل في النقود والاشياء المادية.

-المساعدة السلوكية: وتشير الى المشاركة في غير المهام والاعمال المختلفة بالجهد البدني.

-التفاعل الحميم: ويشير بعض سلوكيات الارشاد غير الموجه كالانصات والتعبير عن التقدير، والرعاية والفهم.

-التوجيه: كما يتمثل في تقديم النصيحة، واعطاء المعلومات او التعليمات.

-العائد او المردود: ويعني اعطاء الفرد مردودا عن سلوكه وافكاره ومشاعره.

-التفاعل الاجتماعي الايجابي: ويشير الى المشاركة في التفاعلات الاجتماعية بهدف المتعة والاسترخاء.

ويشير "هوس" الى وظيفتين مهمتين للمساندة في التدخل بين التوافق النفسي والصحة النفسية، ويكمن اجمال ذلك في هاتين النقطتين.

**النقطة الاولى:** يمكن للمساندة ان تتدخل بين التوافق النفسي (ان توقع سوء التوافق) حيث تقوم بتخفيف او منع استجابة سوء التوافق، بمعنى ان ادراك الشخص ان الاخرين يمكنهم يقوموا له الموارد والامكانات اللازمة قد يجعله يعيد تقدير امكانية وجود ضرر نتيجة للموقف، او تقوى لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف ومن ثم فان الفرد لا يقدر الموقف على انه سوء التوافق.

**النقطة الثانية:** فان المساندة المناسبة قد تتدخل بين خبرة سوء التوافق وظهور حالة مرضيه (باثولوجية) وذلك عن طريق تقليل او استبعاد رد فعل سوء التوافق، وبالتالي التأثير المباشر على العمليات الفيزيولوجية قد تزيل المساندة الاثر المترتب على تقدير سوء التوافق عن طريق تقديم حل المشكلة، وذلك لتخفيف او التهوين من الاهمية التي يدركها الشخص لهذه المشكلة، حيث يحدد كبح للهرمونات العصبية بحيث يصبح الشخص اقل استجابة لسوء توافق المدرك او عن طريق تيسير السلوكيات الصحية.

وكما يشير "هوس" الى وظائف المساندة الاجتماعية والتي تؤكد على ماسبق ذكره وسوف نوجزها فيما يلي:

-وظائف مساندة الصحة طبقا لنموذج المساندة فوظيفتها الكلية هي تعزيز وتقوية سعادة المتلقي، اي تقوية الصحة الشاملة للجسم والعقل بالنسبة للمتلقي وتقسيم وظائف مساندة الصحة الى مايلي: اشباع حاجة الانتماء، المحافظة على الهوية الذاتية وتقويتها، وتقوية

تقدير الذات وهذه الوظائف الثلاثة الخاصة بالمساندة الاجتماعية ترتبط بطبيعة مساندة الذات الخاصة بهذه الظاهرة، أي أنه إذا تلقى الأفراد مساندة مستمرة توفر لهم شعوراً بالأمن وتدعم تقدير الذات لديهم وتقوى هويتهم الذاتية فهم في هذه الحالة أقل عرض لعوامل سوء التوافق عن الأفراد الذين لم يتلقوا مثل هذه المساندة.

ب-وظائف تخفيف سوء التوافق: وتنقسم إلى مايلي: التقييم المعرفي، النموذج النوعي للمساندة، التكيف المعرفي، والمساندة الاجتماعية مقابل المواجهة.

هذه الوظائف الأربعة الخاصة بالمساندة الاجتماعية التي تستطيع أن تقوم بوظيفة مباشرة كاستراتيجية مواجهة بامداد المتلقى بالموارد المطلوبة لمواجهة الحاجات النوعية التي تثيرها عوامل سوء التوافق ويتم التقييم المعرفي عن طريقتين هما: أولى ثانوي. ويمر الأفراد بثلاث عمليات ليواجهوا سوء التوافق الذي يهددهم بطريقة معرفية ( البحث عن معنى الحدث، محاولة استعادة السيطرة على حياتهم، وتقوية تقدير الذات) والمساندة يمكن أن تلعب دوراً مهماً في كل عملية من هذه العمليات، والمساندة الاجتماعية يمكن أن توجد مستقلة عن المواجهة مثل وظائف مساندة الصحة، والفهم الواضح لهذه الارتباطات يقوى نماذج التوافق النفسي.

#### 6- ابعاد المساندة الاجتماعية:

تحدث "شيفار" عن ثلاثة ابعاد للمساندة الاجتماعية هي المساندة الانفعالية وتتضمن توفير المودة والتأييد والمساندة الاقتصادية وتتضمن تزويد الفرد بالخدمات والمساعدات المباشرة، والمساندة المعرفية وتتخلص بتقديم النصائح وتوجيهات تساعد الفرد في حل مشكلاته وتعطيه تغذية راجعة عن سلوكه.

وذكر " ويس " ابعاد المساندة الاجتماعية هي: المودة والاندماج الاجتماعي، العطاء، القيمة، والتوجيه (الشناوي وعبدالرحمن، 1994:03).

ويرى "كلن" أن المساندة الاجتماعية تتكون من بعدين هما المساندة العاطفية والمساندة الملموسة. أما "كوب" فقد توصل إلى أن هناك أربعة أنماط رئيسية للمساندة الانفعالية، والمساندة بالمعلومات، والمساندة الادائية (الوسيلة-الاجرائية) ومساندة التقدير (عودة محمد، 1996:138).

في حين قام فوكس بتصنيف المساندة الاجتماعية الى خمسة ابعاد وهي: المساندة العاطفية، الارشاد المعرفي، المساعدة الملموسة، التعزيز الاجتماعي والاجتماعية المتبادلة. اما "هووس" فقد اشار الى ان المساندة الاجتماعية لها عدة اشكال اخرى هي: المساندة الانفعالية التي تنطوي على الرعاية، والثقة، والقبول، والتعاطف، المساندة الادائية، التي تنطوي على المساعدة في العمل، والمساعدة بالمال. المساندة بالمعلومات التي تنطوي على اعطاء نصائح ومعلومات، او تعليم مهارة تؤدي الى حل المشكلة او موقف ضاغط، ومساندة الاصدقاء التي تنطوي على ما يمكن ان يقدمه الاصدقاء لبعضهم البعض وقت الشدة (عزت عبد الحميد، 1998:16).

وقد تضمنت المساندة الاجتماعية عند شيفورت على ثلاثة ابعاد هي: المساندة الانفعالية والمساندة الاقتصادية والمساندة المعرفية. اما "كوهين" وزملاؤه فقد اقترحوا ثلاثة ابعاد مختلفة للمساندة الاجتماعية هي: المساندة المادية، المساندة التقديرية، المساندة الانفعالية، وذلك كمفهوم ضمني للوظيفة النفسية للمساندة الاجتماعية.

وقد وجد كل من "الشناوي" و "عبد الرحمن" ان المساندة الاجتماعية تتكون من اربعة ابعاد رئيسية هي: مساندة التقدير، وتشمل بان ننقل للآخرين انهم مقدرون لقيمتهم الذاتية وتسمى بالمساندة بالمعلومات، وتشمل اعطاء الفرد معلومات تساعد في حل مشكلاته، وتسمى بالتوجيه المعرفي او النصح الصحبة الاجتماعي، وتشمل قضاء وقت الاخرين في أنشطة الفراغ والترويح وتسمى بمساندة الانتشار والانتماء للمساندة الاجرائية وتشمل تقديم العون المالي، والامكانيات المادية والخدمات اللازمة، وقد يساعد العون الاجرائي على تخفيف الضغط عن طريق الحل المباشر للمشكلات، وتسمى بالمساندة المادية.(الشناوي وعبد الرحمن، 1994:40، 4).

### 7- نماذج المساندة الاجتماعية:

النماذج الرئيسية لتفسير الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية: قدم "كوهين وويلز" دراسة استعراض فيها نتائج البحوث التي اجريت في مجال المساندة الاجتماعية، والتي تبحث في الدور الذي تؤديه المساندة الاجتماعية في المحافظة على استمتاع المرء بصحة بدنية ونفسية مناسبة وقد لخص الباحثان في مقدمة دراستهما الى ان

هناك نموذجين لتفسير الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية في سعادة الفرد وهما كالاتي :

### النموذج الاول :

يفترض هذا النموذج ان المساندة الاجتماعية ترتبط بالصحة فقد شكل اساس للاشخاص الذين يقعون في سوء التوافق النفسي ويعرف هذا النموذج التخفيف او الحماية اذ ينظر الى المساندة على انها تعمل على حماية الاشخاص الذين يتعرضون لسوء التوافق النفسي من احتمال التأثير الضار لهذا السوء.

ويرى "لازاروس" 1966 ان سوء التوافق ينشأ حينما يقيم شخص ما الموقف الذي يتعرض له على انه مهدد او ملح في حين لا تكون لديه استجابة مناسبة للتعامل. وفي راي "سيلز 1970" ان هذه المواقف هي تلك التي يدرك فيها الشخص انه من الضروري ان يستجيب للمواقف ولكن الاستجابة المناسبة لا تكون متاحة بشكل مباشر، وتشمل الاثار المباشرة الناتجة عن تقدير الفرد للمواقف السلبية وازدياد الاستجابة الفيزيولوجية والتكيفات السلوكية.

وعلى الرغم من ان حادث واحد قد لا يفرض مطالب كثيرة في القدرة على التعامل مع المواقف لدى الكثيرين من الاشخاص فانه حينما تتجمع مشكلات متعددة وتكون مستمرة ومجهددة لقدرة الفرد على حل المشكلة، فحينئذ من الممكن ان يحدث سوء التوافق ويشمل الاليات التي تربط المرض على سلسلة من الاختلالات للهرمونات العصبية او لوظيفة جهاز المناعة وتغيرات مميزة من السلوكيات او مجموعة من الاخفاق في الاهتمام بالنفس، ويلاحظ ان التعريف الخاص بسوء التوافق يربط بدقة بين سوء المقدر ومشاعر انعدام المساعدة (بشرى اسماعيل، 2009:68)، وامكان فقدان تقدير الذات، وتنشأ مشاعر انعدام القدرة وقلة الحيلة من انعدام القدرة المدركة للتعامل مع المواقف التي تتطلب استجابة فعالة وقد يحدث فقدان تقدير الذات او لسمات الشخصية المستقرة بدلا من ارجاعه لسبب خارجي.

**النموذج الثاني:**

يفرض هذا النموذج ان المساندة الاجتماعية لها تأثير مفيد على حياة الفرد وسعادته بصرف النظر عما اذا كان هذا الفرد يقع تحت سوء التوافق ام لا وقد اشتق هذا النموذج ادلته من واقع التحليلات الاحصائية التي اظهرت وجود أثر رئيسي متغير المساندة وعدم وجود تأثير لتفاعل بين سوء التوافق والمساندة مما دعا البعض ان يطلق عليه نموذج الاثر الرئيسي ولقد اوضحت دراسات عديدة ان المساندة ترتبط بالنتائج الخاصة بالصحة النفسية والصحة البدنية، وقد اوضحت مجموعة من الدراسات الطولية ان هناك علاقة بين المساندة الاجتماعية ومعدلات الوفاة اذ اتضح ان الوفيات راجعة الى الاسباب الاجتماعية كذلك فقد اوضحت دراسات عديدة في مجال الصحة النفسية والعقلية ان هناك علاقات ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية، وهناك اثر عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية يمكن ان يحدث لان الشبكات الاجتماعية الكبيرة يمكن ان تزود الاشخاص بخبرات ايجابية منظمة ومجموعة من الادوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع وهذا النوع من المساندة يمكن ان يربط مع السعادة اذ انها توفر حالة ايجابية من الوجدان واحساسا بالاستقرار في مواقف الحياة والاعتراف بأهمية الذات كذلك فان التكامل في الشبكة الاجتماعية يمكن ان يساعد ايضا في تجنب الخبرات السلبية والتي كان من الممكن بدون وجود المساندة ان تزيد من احتمال حدوث الاضطراب النفسي او البدني، ويصور هذا النموذج للمساندة من وجهة نظر سوسولوجية على انه تفاعل اجتماعي منظم او انغماس في الادوار الاجتماعية اما من ناحية علم النفس المنظور السيكولوجي فانه ينظر للمساندة على انها تفاعل اجتماعي واندماج اجتماعي ومكافأة العلاقات ومساندة الحالة.

وهذا النوع من المساندة الخاصة بالشبكة الاجتماعية يمكن ان يرتبط بالصحة البدنية عن طريق اثار الانفعال على الهرمونات العصبية او وظائف جهاز المناعة او عن طريق التأثير على انماط السلوك المتصل بالصحة مثل التدخين وتعاطي المخدرات او البحث عن المساعدة الطبية.

وفي الصورة القصوى فان النموذج الاثر الرئيسي يفترض ان زيادة المساندة يؤدي الى زيادة تحسن او طيب الحياة بصرف النظر عن المستوى الموجود للمساندة وتتوفر بعض

الأدلة على أن الأثر الرئيسي للمساندة على النتائج الصحية يحدث من التناثر بين الأشخاص المنعزلين اجتماعياً (أي أولئك الذين لديهم علاقات اجتماعية قليلة جداً) وأولئك الذين لديهم مستويات متوسطة أو عالية من المساندة وعلى الرغم من أن الدليل ليس قطعياً فإنه يفترض وجود عقبة ولو لحد أدنى من الاتصال الاجتماعي إذ أنها مطلوبة لتؤثر على الحالة مع حدوث تحسن في النتائج الصحية كلما ارتفع مستوى المساندة عن هذه العتبة الفارقة. (مخيمر عماد، 2009: 70، 71).

### 8-العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي:

يعتقد كوتورون (1996) بوجود علاقة ارتباطية بين نقص المساندة الاجتماعية (الحجم، الرضا) والنشأة والاستمرار والأعراض الاكتئابية والشعور باليأس لدى فئات عمرية مختلفة، فالأشخاص المنخفضي المساندة الاجتماعية من المكتئبين يتسمون بالتقييم السلبي للذات، والنظرة السلبية للعالم والمستقبل، وتوقع الفشل في كل محاولة، وتعميم هذا الفشل، والتشويه المعرفي وفقدان الأمل والقابلية للاستثارة ويوضح (موس، 1990) أنه فضل عن هذين الأسلوبين للتعامل مع سوء التوافق النفسي ومواجهته فإن هناك أساليب أخرى يمكن أن تخدم كلا الوظيفتين والتركيز على المشكلة، والتركيز على الانفعال، زمن أوضح هذه الأساليب البحث عن الدعم الاجتماعي الذي يوضح مدى إمكانية الفرد في الحصول على الدعم الانفعالي بجانب الدعم المادي أو الدعم بالمعلومات، وهذا النوع الأخير يسمى بالدعم الاجتماعي الإجرائي.

وأشار (روثر، 1990) إلى أن العلاقة التي يسودها الحب والدفء بالإضافة إلى أنها تمثل مصدر للوقاية من الآثار السلبية الناتجة عن تعرض الفرد لسوء التوافق النفسي، فإنها ترفع من تقدير الفرد لذاته وفاعليته، وهما عاملان واثقان يساعدان الفرد على مواجهة سوء توافقه النفسي، ويخففان من آثار المترتبة على التعرض لها. أما إدراك الفرد لعدم وجود مساندة اجتماعية، فإنهم يشعرون بعدم القيمة وعدم القدرة على المواجهة وتكون هناك بداية انخفاض مستوى الصحة النفسية، حيث يفقد الفرد الشعور بالقيمة ويفتقد السند عند المنحة.

وقد توصل دوفروس (1990) إلى وجود علاقة سالبة بين حجم المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، وأن انخفاض حجم المساندة الاجتماعية وزيادة سوء التوافق النفسي



# الفصل الثالث

## التوافق النفسي

تمهيد:

- 1- تطور مفهوم التوافق النفسي.
  - 2- مفهوم التوافق النفسي.
  - 3- معايير التوافق النفسي.
  - 4- اساليب التوافق النفسي.
  - 5- مؤشرات التوافق النفسي.
  - 6- ابعاد التوافق النفسي.
  - 7- مجالات التوافق النفسي.
  - 8- النظريات المفسرة لتوافق النفسي والتعقيب عليها.
  - 9- عوائق التوافق النفسي.
  - 10- مقاييس التوافق النفسي.
- خلاصة الفصل.

**تمهيد:**

لم يعد الإنسان قادراً على أن يساير بعواطفه وقيمه وذاته ما ينتجه بعلمه وفكره وعقله فأصبح غريباً عن عالمه النفسي رغم ما بناه وشيده من عوالم حصينة به ولم تعد علاقته بالبيئة المحيطة علاقة ود وامن بل أصبح القلق والخوف والصراع والتوتر والملل وغيرها سمات مميزة لعصرنا. والتوافق بصفة عامة نسبي ويختلف من شخص لآخر ولنفس الشخص من مرحلة حياتية لأخرى ومن مجتمع لآخر فهو العملية الرئيسية التي يتخذها علم النفس موضوعاً له وهو المطلب الذي يسعى الإنسان دائماً للوصول إليه ويستغرق حياة الإنسان النفسية ويكون الإنسان سويًا بقدر ما استطاع تحقيقه وغير سوي إذا فشل في تحقيقه وقد يصل إلى الاضطراب النفسي بفشله في تحقيق التوافق. فمن خلال هذا الفصل نحاول دراسة مفهوم التوافق بمختلف مضامينه.

ويشير التوافق عند ولمان (1989) إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم المطالب البيولوجية والاجتماعية والتي يكون الفرد مطالباً بتلبيتها.

ويشير التوافق عند ابن منظور وأبو الفضل جمال الدين أن أصل التوافق من وفق وفقه الله توفيقاً أي سدد ووفق أمره من التوفيق بمعنى توافق، توافقاً: (وفق) القوم في الأمر أي اتفقوا اتفاقاً ووفقت بينهم أي أصلحت. (1990:60)

**1- تطور مفهوم التوافق النفسي:**

إن أول من استخدم هذا المفهوم كان في علم البيولوجيا حيث كان مصطلح التكيف هو المصطلح ولقد استعار " داروين " السائد الاستخدام وكان هذا المفهوم هو حجر الأساس في نظرية التطور لداروين ويمثل التكيف "ادجيسومون" علماء النفس المفهوم البيولوجي (التكيف) وأعادوا تسميته بالتوافق والتوافق معاً زاوية وظيفية بالنظر إلى السلوك الإنساني والحيواني وفهمه وهذا يعني أن السلوك ينظر إليه على أن له وظيفة التعامل أو التحكم في الحاجات التي تفرضها البيئة على ومن ثمة فإنه يمكن فهم سلوك الإنسان أو الحيوان باعتباره عملية تكيف مع الأنواع المختلفة عن الحاجات الفيزيائية أو عملية توافق مع الحاجات النفسية. (حسين احمد حشمت مصطفى حسين باهي، 2006:38).

## 2- مفهوم التوافق:

التوافق في أصله مصطلح بيولوجي على نحو ما حدده دارون، فالتوافق لديه يعني قدرة الكائن على التلاؤم مع ظروف البيئة وما يطرا عليها من تغيرات، بحيث تتحقق المحافظة على الحياة، فهذا التعريف ينصب على التلاؤم من حيث هو خفض للتوتر واستعادة للاتزان بأكثر منه قدرة خلاقة تتيح مواجهة ما يطرا على البيئة من ظروف جديدة.

التوافق النفسي: لا شك ان التوافق مفهوم مركزي في علم النفس بصفة عامة وفي الصحة النفسية بصفة خاصة حيث ان معظم سلوك الانسان هو محاولات من جانبه لتحقيق توافقه مع البيئة، اما على المستوى الشخصي الاجتماعي كذلك فان مظاهر عدم السواء في معظمها ليست الا تعبيراً عن (سوء التوافق) او الفشل في تحقيقه.

وكتعريف اخر للتوافق: يعرفه موسى هو العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الفرد مستهدفا تغيير سلوكه ليحدث علاقة اكثر توافقا بينه وبين نفسه من جهة وبين البيئة من جهة أخرى (زهرا ن حامد، 1981:81).

ويعرفه برون: على انه الانسجام مع البيئة ويشمل القدرة على اشباع اغلب حاجات الفرد ومواجهة معظم المتطلبات الجسمية والاجتماعية (سليمان عبد الواحد، 1983:124).

اما داود: يعرفه على انه مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من اشباع واحباطات وصولا الى ما يسمى بالصحة النفسية او السواء او الانسجام والتناغم مع الذات ومع الاخرين في الاسرة وفي العمل وفي التنظيمات التي ينخرط فيها ولذلك كان مفهوما إنسانيا (بترس حافظ، 1988: 35)

والتعريف الذي نذهب اليه هو ان التوافق اشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والامراض النفسية واستمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية وتقبله لعادات وتقاليده وقيم مجتمعه. اما التوافق النفسي يعرف: تتعدد مفاهيم التوافق النفسي وتعريفه وذلك من باحث لآخر حيث يعرفه المعجم الشامل للمصطلحات السيكولوجية والتحليل النفسي (انجليش، 1958:

التوافق النفسي هو: "التوازن المتسق بين الكائن وما يحيط به، بحيث تعمل كل الوظائف التي تحافظ على استمرارية الكائن بشكل سوي، ولا يمكن التوصل إلى التوافق التام، فهو مجرد نهاية لمتصل من درجات التوافق الجزئي". (عبد الحميد م الشادلي، 2001:37) يعرفه كاتل (1966) على أنه: "هو العمليات النفسية البنائية والتحرر من الضغوط والصراعات النفسية والانسجام البناء الدينامي للفرد".

أما معجم العلوم السلوكية ولمان (1973) فيعرفه على النحو التالي:

التوافق النفسي: "هو علاقة متسقة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد ومواجهة معظم متطلباته الجسمية التي تفرض نفسها، وهو التغييرات التي تحدث في السلوك والتي تقتضي إشباع الحاجات ومواجهة المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة متسقة مع البيئة" (أشرف عبد الغاني، 2006:74).

يعرفه محمد مصطفى الصفدي على أنه: "هو التآزر والاتساق بين الأجهزة النفسية المتباينة بحيث لا تتعارض فيما بينها، بل تحقق تآزرا وانسجاما واتساقا بين الفرد والعاطفة لتحقيق الوئام مع الواقع". (محمد مصطفى الصفدي، 1972:23).

ويعرفه راجح (1973) على النحو التالي:

"التوافق حالة التواءم والانسجام بين الفرد وبيئته، ويظهر ذلك في قدرته على إشباع أغلب حاجاته، وتصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية. ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا، تغيرا يتناسب مع هذه الظروف الجديدة".

وتعرفه دائرة المعارف النفسية ايزنك وآخرون 1975 على أنه:

"هو العمليات النفسية البنائية والتحرر من الضغوط والصراعات النفسية والانسجام البناء الدينامي للفرد".

أما التوافق الاجتماعي: فيعرف على أنه هو قدرة الفرد على أن يعقد صلات اجتماعية مرضية مع من يعاشرونه أو يعملون معه من الناس". (مصطفى فهمي، 1974:144).

كما يعرف على أنه: "قدرة الفرد على التوفيق بين رغباته ورغبات المجتمع ويمكن الاستدلال عليه من خلال مجموعة من الاستجابات التي تعمل على الشعور بالأمن

الشخصي والاجتماعي لما يمثل ذلك في اعتماد الفرد على نفسه واحساسه بقيمته وشعوره بالانتماء والتحرر وخلوه من الاعراض العصابية». (السيد خير الله، 1981:75).

التوافق النفسي الاجتماعي: شغل موضوع التوافق النفسي والاجتماعي حيزا كبيرا في الدراسات والبحوث لأهميته في حياة الناس، فالتوافق ليس مرادفا للصحة النفسية فحسب بل يرجعه الأكثر بانه الصحة النفسية بعينها. فهو الهدف الرئيسي لجميع فروع علم النفس بصورة عامة، ومن اهم اهداف العملية الارشادية والعلاج النفسي ويرتب في أوائل اهداف الارشاد النفسي. (احمد راجح، 1992:6)

يتصف المتوافق نفسيا واجتماعيا بشخصية متكاملة قادرة على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، الذي يتحمل عناء الحاضر من اجل المستقبل متصفا بتناسق سلوكه وعدم تناقضه ومنسجما مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليته، مع تمتعه بنمو سليم غير متطرف في انفعالاته ومساهم في مجتمعه. (القريطي عبد المطلب، 2003:65)

ومن خلال ما سبق يمكن ان نلخص الى ان التوافق النفسي هو رضا الفرد عن نفسه، وهو مجموعة السلوكات التي يسلكها الفرد من اجل الانسجام وتحقيق اهدافه وتظهر في مدى رضا الفرد عن ذاته وقبول الاخرين له والخلو من الحزن الذاتي وتقبله لذاته.

**معايير التوافق النفسي:** لقد حدد لازا روس وشاقر معايير التوافق النفسي كالاتي:

**الراحة النفسية:** يقصدون بها ان الشخص المتمتع بالتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاهما نفسه ويقرها المجتمع.

**الكفاية في العمل:** تعتبر قدرة الفرد على العمل والانتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراته ومهاراته، من اهم دلائل الصحة النفسية. فالفرد الذي يزاول مهنة او عملا فنيا تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته، وتحقيق اهدافه الحيوية وكل ذلك يحقق له الرضا والسعادة النفسية.

**الشعور بالسعادة:** الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة وهي شخصية خالية من الصراع او المشاكل.

**مدى استمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية:** ان بعض الافراد اقدر من غيرهم على انشاء علاقات اجتماعية وعلى الاحتفاظ بالصدقات والروابط.

القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية: ان الشخص السوي هو الذي يستطيع ان يتحكم في رغباته ، او يكون قادرا على اشباع بعض حاجاته ولديه القدرة على ضبط ذاته وعلى ادراك عواقب الامور .

ثبات اتجاه الفرد: ان ثبات اتجاهات الفرد تعتمد على التكامل في الشخصية وكذلك على الاستقرار الانفعالي الى حد كبير .

الاعراض الجسمية: في بعض الاحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ما يظهر في اعراض جسمية مرضية .

اتخاذ اهداف واقعية: الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع امام نفسه اهداف ومستويات لطموح . ويسعى للوصول اليها حتى ولو كانت تبدو له في اغلب الاحيان بعيدة المنال . فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال ، بل بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق الاهداف . (بلحاج فروجة ، 2011 : 117 ، 118).

**4- أساليب التوافق النفسي:** في هذا الزمن تكثر الضغوط النفسية التي تهاجم الفرد وتلقي بثقلها على كاهله وتؤدي وتؤدي به الى الانهيار النفسي والى الشلل الاجتماعي والقصور في الإنتاج الفكري والابداعي، سواء كان في مجال العمل او داخل نطاق الاسرة فتكثر المشاكل وقد تنهار العلاقات الشخصية وتهتز مقدار الثقة لدى الفرد ويسوء به الظن لدى كل شخص تجمع به علاقة عمل، وتغلب المصالح على المنافع ويعيش الفرد في دائرة مغلقة مليئة بالتوترات والشحنات الانفعالية ولا يجد امامه سوى الرضوخ للواقع والاستسلام .

فنحن لا ننكر باننا نعيش في زمن مادي زمن تكثر فيه المصائب والمحن وصعوبة المعيشة وتغلب عليه ضغوطات العمل ومتطلبات الاسرة وحاجات الابناء، وكل هذه كفيلة بخلق جو نفسي متوتر وهز مقياس الأمن والراحة النفسية لدى الفرد ولكن هل يصح ان نقف مكتوفي الايدي؟ ونلقي اللوم كله على هذا الزمن الذي لا يرحم ، وندع انفسنا تبحر في المشكلات وترضخ لأمواله دون محاولة بذل اي جهد لوقف هذا التيار واعادة النظر في الامور .

يجب ان نقي انفسنا ونضع عليها حصانة شديدة تقيها من الانغماس في معمعة المشاكل والتي ستؤدي بنا في النهاية الى الامراض النفسية.. ان الوقاية هي الحجر الاساسي في

بناء الصحة العامة والتي بدورها ترسم الطريق السوي والمنير للفرد وتجنبه الصراعات وسوء التوافق الشخصي فنجد الكثير من الاشخاص يعانون من امراض عضوية جسمية وهي بلا شك ناجمة عن مشاكل وصراعات نفسية مثل آلام شديدة في الرأس صداع آلام الظهر الحادة اضطراب الجهاز العصبي اضطراب الدورة الدموية وان الله سخر لنا آليات تعمل في اجسامنا بشكل لاإرادي من اجل توفير غذاء صحي للمخ البشري، فالرئتان تغذيان الدم بالأوكسجين والقلب يضخ محتوياته والكبد يحجز المواد السامة والامعاء تمتص وتخرج والكليتان تطهران الدم عن البول ، وكذلك النفس وهي اعلى وظائف المخ وتتكون من المشاعر والتفكير والسلوك والمعرفة و الوجدان ،وبالتالي فان لب وجودنا يتمثل في ان نتوافق وان نكون خلاقين وان نتقدم بكفاءة وان اي اضطراب للنفس سيؤدي الى تعاسة الفرد، وهذا سيؤثر على عمله وتوافقه الشخصي وجودة الحياة.

اذن ما هو الاسلوب الامثل الذي يجعل الانسان متوافق شخصيا واجتماعيا وينعكس ذلك على ادائه وعلى علاقاته الاجتماعية وعلى التفاعل البناء مع الاخرين؟.

الشخص السوي المتوافق يصدر عنه سلوك أداتي فعال سلوك موجه نحو حل المشاكل والضغوط عن طريق المواجهة المباشرة لمصدر هذه المشاكل او الضغوط فهو يحاول الإقلال من الضغوط التي تزيد وتتحول الى عوائق انفعالية، وهو يتخذ اساليب ايجابية ليقوي بها وسائل التغلب على التوترات والمخاوف، وهو يحاول ان يصل الى اهداف على الرغم من التوترات حين تكون للأهداف قيمتها واهميتها، ويستخدم طاقاته من غير تبديد لجهوده ، وهو من الواقعية بدرجة تمكنه من ان يتبين المحاولات غير الفعالة والعقبات التي لا يمكن تخطيها والاهداف التي لا يمكن بلوغها وهو في هذه الاحوال يتقبل الاحباط وضياع الاهداف ويعيد توجيه طاقاته ويبدو الامر وكأن موارد الطاقة اكثر واكبر بسبب انه لا يتبدد منها في مسارب القلق والهم الذي لا يتوقف والفراغ الانفعالي.

و الشخص السوي نجد لديه الافكار والمشاعر والتصرفات التي تكون ملائمة فإدراكاته تعكس الواقع، واحكامه هي استنتاجات مستخلصة من معلومات مناسبة ويخبر الخوف او الهم او الغضب او الحزن ، ولكن هذه المشاعر تكون مرتبطة ارتباطا ملائما بالظروف التي يواجهها، ثم انها تتناقض او تزول حين تتغير الظروف، وهو يسيطر على التعبير الخارجي عنها ويمنع نفسه من ان تستبد به هذه المشاعر ان كانت السيطرة مطلوبة من

اجل الاداء الفعال وقادر على التكيف والتعديل، وهو حين يواجه الصراع والاحباط يلتمس الوسائل لحل المشكلات بدلا من ان يجمد على وسائله القديمة.

وقد قدم عدد من الباحثين اوصافا للشخص الذي يتمتع بالصحة العقلية والنفسية وقالوا ( ان الشخص سليم العقل تكون له القدرة على ان يواجه المشكلات ويتناولها وان يختار ويتخذ القرارات، وان يقوم بالمهام من غير ان يتجنبها او يزيحها عن كاهله الى كواهل الاخرين، وان يمضي من غير اعتماد لا مبرر له على الاخرين، وان يحيا حياة فعالة مرضية مع الاخرين من غير مضاعفات معقدة ، وان يسهم بنصيبه في الحياة وان يستمتع بحياته وان يتوجه بالحب نحو الاخرين ويتلقى منهم الحب). ( اشرف عبد الغني، 1998:11)

وتستخدم لتحديد درجة توافق الفرد واساليب وادوات تنوعت ما بين الاستبيان الذاتي وذلك عن طريق تقديم التقارير الذاتية ، وبين الملاحظة التي يقوم بها الاخصائي النفسي (سواء منها المباشر او غير المباشر)، الذي اصبح لديه ادوات متطورة تساعده سواء في عملية التشخيص او في تحليل قدراته، استعداداته، ميوله، اهتماماته، سماته، درجة اضطرابه، ملاحظة سلوكه في المواقف الفردية والجماعية ، الوقوف على ماضيه وحاضره سواء من الناحية الصحية او علاقاته الاجتماعية.

من ادوات واساليب التشخيص والحكم على الشخصية الملاحظة، المقابلة، التداعي الحر، تفسير الاحلام، زلات اللسان، دراسة الحالة، السيرة الذاتية، الاختبارات، المقاييس النفسية. ورغم ان قياس اضطراب الشخصية يرجع في جذوره التاريخية الى القرن التاسع عشر الميلادي في اعمال كل من "فونت" و "يونج" وفي الطرق الإسقاطية لدى فرويد الا ان الاهتمام بالمقاييس النفسية وخاصة قياس سمات الشخصية يعود في اصوله الى التحليل العاملي والى منظري تحليل العوامل حيث كان لظهور الاحصاء والتحليل العاملي اثر كبير في ظهور عملية القياس النفسي وتحويل الخصائص النفسية والاضطرابات والأمراض النفسية تعد من العوامل المساعدة في الانتقاء و التصنيف والتشخيص والمعالجة والمتابعة و البحوث وهي تقوم على قياس الظواهر النفسية وتقديرها كميا. (محمد عبد الله 2004:111)

### 5- مؤشرات التوافق النفسي: تتمثل هذه المؤشرات فيما يلي:

النظرة الواقعية للحياة: وتتمثل في اقبال الافراد على الحياة بكل ما فيها من افراح واتراح، واقعيين في تعاملهم مع الآخرين، ومتفائلين ومقبلين على الحياة بسعادة وهذا يشير الى توافق هؤلاء الافراد في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه.(عبد الحميد الشادلي، 2001:91)

مستوى طموح الفرد: لكل فرد مطامح واماله مشروعة وعادة في مستوى امكانياته الحقيقية ويسعى لتحقيقها من خلال دافع الانجاز ويشير هذا لتوافق الفرد. الاحساس بإشباع الحاجات النفسية:لكي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فان احد مؤشرات ذلك، ان يحس بان جميع حاجاته النفسية الاولية منها والمكتسبة مشبعة، البيولوجية والانفعالية: الطعام الحسن، الحب، الاحترام، النجاح في العمل وفي العلاقات الاجتماعية، فاذا ما احس الفرد بان كل هذه الحاجات مشبعة لديه فان هذا يعد بمثابة احد المؤشرات الهامة لتوافقه.(صالح الدهري، 2005:57)

توافر مجموعة من سمات الشخصية: مع نمو الانسان تنمو معه وتتشكل مجموعة من السمات ذات الثبات النسبي ويمكن ان نلاحظها من خلال المواقف الحياتية، كما يمكن قياسها. ومن بين هذه السمات :

أ-الثبات الانفعالي: وهي تتمثل في قدرة الفرد على تناول الامور بصبر واناة ولا يستفز ولا يستثار من الاحداث التافهة، يتسم بالهدوء والرزانة ويتحكم في انفعالاته وهذه السمات مكتسبة من خلال التنشئة الاجتماعية وقد ثبت ان الآباء العصائيين تتكون لدى ابنائهم سمة القلق الانفعالي.

ب- اتساع الافق: تعتبر هذه السمة من السمات التي تسهم في توافق الفرد نفسه ومع الآخرين وينسجم الفرد الذي يوصف بهذه الصفة او السمة الفائقة على تحليل الامور وفرز الايجابيات والسلبيات، كذلك يتسم بالمرونة والانمطية والتفكير العلمي والقدرة على تسيير الظواهر وفهم مسبباتها وقوانينها ويميل الى القراءة وتتبع المستحدثات في المجالات العلمية ومن ثمة تتسم شخصيته بالهدوء والتوازن والتوافق.

**ج- مفهوم الذات:** تعد هذه السمة من السمات التي تشير الى توافق الفرد او عدم توافقه، فاذا كان مفهوم الذات عنده يتفق مع واقعه كما يدركه الآخرون يكون متوافقا واذا كان مفهوم الذات لديه متضخما أدى به هذا الى الغرور والتعالي مما يفقده توافقه مع الآخرين.

**د- المسؤولية الاجتماعية:** المقصود بهذه السمة ان يحس الفرد بمسؤوليته ازاء الآخرين وازاء المجتمع بقيمه وعاداته ومفاهيمه وفي هذه الحالة يكون الشخص غيريا اي يهتم بالآخرين ومن ثمة يبتعد عن الانانية والذاتية.

**هـ- المرونة:** المقصود بهذه السمة (وهي نقيض التصلب) ان يكون الشخص متوازنا في سلوكياته، بعيدا عن التطرف في اتخاذ قراراته وفي الحكم على الامور والبعد عن التطرف يجعل الشخص مسايرا ومغايرا، مسايرا في بعض المواقف التي تتطلب ذلك ومغايرا اذا رأى ان وجهة نظر اخرى سديدة وتمده بالافتناع وهذا نهج ديمقراطي، اضافة الى ان سلوك الشخص المتوافق يتسم ببعديه: الاعتمادية والاستقلالية، اذ تتطلب بعض المواقف في الحياة ان يعتمد الشخص على الاخر وفي الوقت نفسه تتطلب مواقف اخرى ان يكون الفرد مستقلا ونفس الشيء بالنسبة لبعدي القيادة والتبعية، اذ تتطلب بعض المواقف ان يكون الشخص قائدا وفي بعضها الاخر ان يكون تابعا. (صالح الدهري، 1999:64).

**ن- الاتجاهات الاجتماعية الايجابية:** وتظهر في الشخص المتوافق مجموعة من الاتجاهات التي تبني المجتمع مثل احترام العمل ، تقدير المسؤولية ، اداء الواجب، الولاء للقيم والاعراف والتقاليد...اخ من الاتجاهات التي تشير الى ان الشخص متوافقا.

**ق- النسق القيمي:** يظهر في الشخص المتوافق نسق للقيم مثل قيم انسانية (حب الناس، التعاطف، الايثار، الرحمة...) كذلك نسق من القيم الجمالية (تثقيف الحواس، جمال الالوان، جمال الصوت او اللحن...)، نسق من القيم الفلسفية (النظرة الشاملة للكون، الالتزام بفلسفة معينة يسير وفق منهجها) كل هذه المجموعة من القيم تشكل ركيزة الشخصية المتوافقة. (كمال الدسوقي 1974:61)

**5-5- التوافق والصحة النفسية:** يرى مجموعة من الباحثين ان دراسة الصحة النفسية ماهي الا دراسة للتوافق وان حالات عدم التوافق تعتبر مؤشرا اساسيا لاختلال الصحة النفسية.

كما يرى باحثون آخرون ان السلوك التوافقي ليس هو الصحة النفسية، بل احد مظاهرها، فالصحة النفسية حالة او مجموعة شروط والسلوك التوافقي دليل توافرها. ان العلاقة بين التوافق والصحة النفسية علاقة وطيدة حيث ان الكائن الحي والبيئة متغيران ولذلك يتطلب كل تغيير تغيرا مناسباً للإبقاء على استمرار واستقرار العلاقة بينهما، وهذا التغيير هو التكيف والموائمة والعلاقة المستمرة بينهما هي التوافق وكثيرا ما يستعمل اللفظان تكيف وتوافق كما لو كان مترادفان ولكن الكلمة الاولى تشير الى الخطوات المؤدية للتوافق والثانية الى حالة التوافق التي يبلغها الفرد والصحة النفسية ماهي الا قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه وهذا يؤدي الى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطرابات، حياة مليئة بالسعادة والحماس ومعنى هذا ان يتقبل ذاته كما يتقبل الاخرين، فلا يبدو منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي بل يسلك سلوكا معتدلا يدل على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي في ظل مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف. (صالح الدهري، 21:1999).

#### 6- ابعاد التوافق النفسي:

مما لاشك فيه ان عملية التوافق عملية متعددة الابعاد ، حيث انها تشمل على ابعاد مختلفة تتمثل في: التوافق الانفعالي، التوافق المنزلي(الاسري) والتوافق الاجتماعي والتوافق المدرسي، التوافق الجسمي والتوافق المهني.

**6-1- التوافق الانفعالي:** اذا بحثنا عن مفهوم التوافق الانفعالي في المعاجم والموسوعات النفسية وعلى سبيل المثال معجم ولمان وموسوعة أيزنك نجدها تعتبر التوافق الانفعالي هو قدرة الفرد على ان يتحكم في استجاباته بحيث تكون بعيدة عن التطرف الانفعالي ، ومثل هذه التعريفات لا تقدم الينا المضمون التصوري لهذا التوافق (علاء الدين جهاد، 102:2004)

وتؤكد سامية القطان (18:1985) أن التوافق الانفعالي هو بتعبير آخر الاتزان الانفعالي ليس مجرد مجال على قدم المساواة مع غيره من المجالات الأخرى مثله مثل التوافق المهني او الاسري او الاجتماعي انما هو يعتبر بمثابة لب وصميم كل توافق يصدر عنها وينعكس مرتدا اليها ، لان انفعالية الفرد تتبدى في مجاله المهني ومجاله الاسري وغير ذلك من المجالات، بل وتختلف او يمكن ان تختلف في بعض المجالات الاخرى عن

بعضها الآخر، فقد تكون انفعالية الفرد اقرب الى القمة والمثالية في المجال الاجتماعي بينما تتخفف الى ادنى مستوى في الاسرة سواء في صورة تسلطية او في اي صورة اخرى من صور الاضطراب.

فيقدر ما يكون الشخص متزنا من الناحية الانفعالية اي مسيطر على ذاته متحكما فيها تزداد قدرته على قيادة المواقف والآخرين ، ومن ناحية اخرى بقدر ما يسيطر الانسان كقيادة على المواقف والآخرين يزداد اتزانه الانفعالي . فصميم الاتزان الانفعالي ينحصر في هذه المرونة التي يمكن صاحبها ليس فقط في مواجهة المألوف من المواقف بل الجديد منها ، بل وتبلغ احيانا الى خلق هذا الجديد ابتداعا وابتكارا، هذه المرونة هي التي تتيح لصاحبها ان يتحكم في نفسه ،فيكون بوسعه ان يسيطر على المواقف بأحيائها وأشائها، ذلك ان مفهوم المرونة يتضمن القدرة على التسامح تجاه التوترات، اي تأجيل الاستجابة وتوقع النتائج التي تترتب عليها قبل ان يشرع في تنفيذها، ويمكن لنا ان نتوقع عدم الاتزان الانفعالي عندما تلتقي بالجمود كنفويض للمرونة .

#### التوافق الاسري:

مما لاشك فيه ان الاسرة هي البيئة الاولى للطفل كجماعة اولية، حيث انها تهئ استعداداته البيولوجية والنفسية ليغدو لينة صالحة متهيئة لعملية التنشئة الاجتماعية التي تكسبه ثقافة الجماعة ونظمها.(زينب شقير،5:2002)

ويرى عبد الرحمان صالح (1993:190) ان للمناخ الاسري دورا مهما في توافق الطفل، فعلاقة الانسجام تؤدي الى خلق الجو الذي يساعد على توافق الطفل، فأى صدام او خلاف يقوم بين الوالدين يدركه الطفل ويشعر به حتى وان وقع هذا الخلاف غيبة الطفل، فالعلاقات السوية والاتزان الانفعالي لدى الآباء لها اكبر الاثر في توافق الطفل.

ويرى زكريا الشربيني (1994:9) ان الطريقة التي يربى بها الطفل في سنواته الاولى تلعب دورا مهما في تكوينه النفسي، فأسلوب التربية الذي يثير مشاعر الخوف وانعدام الامن في مواقف التفاعل يترتب عليه تعرض الطفل لمشكلات نفسية او اضطرابات نفسية.

ويؤكد عبد اللطيف مدحت(1999:280-281) على اهمية الاسرة حيث تعد من اهم عوامل التنشئة الاجتماعية وهي اقوى تأثيرا في شخصية الفرد وتوجيه سلوكه، وان

الوظيفة الحقيقية للأسرة تتمثل في بناء تكوين الشخصية الثقافية للفرد في اطار جماعة صغيرة تتميز بأن افرادها يجمعهم مشاعر واحاسيس مشتركة وألفة وتآلف . ويؤكد دان وآخرون (490-1994:491) ان من اهم العوامل التي تؤثر في توافق الطفل العلاقات السائدة في الاسرة، وحالة الام النفسية وطبيعة التفاعل ما بين الام والطفل، فمزاج الام كثيرا ما يؤثر في عملية التوافق لدى الطفل، كما ان للصراعات الأسرية اثر سلبي على نمو الطفل وتوافقه.

### 6-3- التوافق الشخصي:

ان التوافق الشخصي ما هو الا مجموعة الاستجابات التي تدل على تمتع الفرد وشعوره بالأمن الذاتي وهو السعادة مع النفس والرضا عنها واشباع الدوافع الداخلية الاولية الفيزيولوجية والثانوية المكتسبة ويعبر عن سلم داخلي حيث ينعدم الفراغ الداخلي ويتضمن كذلك التوافق الشخصي في : "قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتعارضة توفيقا يرضيها جميعا إرضاء متزننا" (الشحومي محمد، 53:2006)

### شروط تحقق التوافق الشخصي:

ان الانسان المتوافق هو ذلك الشخص الصحيح عقليا، هذا وتتطلب الصحة النفسية توافقا داخليا تماما مثل التوافق الخارجي اي ضرورة التوافق بين الدوافع والرغبات الشخصية المتصارعة ومنه فان الشخص المتوافق هو الشخص الذي يتمتع بصحة نفسية.

- ضرورة تقبل الذات وأن يكون للشخص ثقة كبيرة بنقصه واحتراما لذاته وكذا القدرة على تقبل النقد والاستفادة منه وذلك حتى يتعرف على نقاط القوة والضعف لديه وان يقوم نفسه بواقعية وهذا بقدراته الى الفاعلية.

- ان يؤمن الفرد بقدرته على التعامل مع مشاكل الحياة وشعوره بالقبول من طرف الآخرين الذي يدفعه الى الاعتماد على مبادئه الخاصة في توجيه سلوكه وتصرفاته بدلا من الاعتماد على معتقداته وافكار الآخرين.

- اشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آن واحد ولا تتنافر مع معايير المجتمع ومعتقداته.

- قدرة الفرد على مواجهة الواقع اي ان تعامل الفرد مع مشاكله الشخصية مباشرة وذلك لتحقيق توافقه الشخصي الكفاء.

**التوافق الاجتماعي:**

ويقصد به توافق الفرد مع البيئة التي يعيش فيها بجميع عناصرها سواء كانت مادية او اجتماعية ، وقد عرفه (حامد زهران، 1977:29) بأنه يتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الإجماعي وتقبل التغيير الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة.

وتشير ( ليلي وافي، 2006:40) الى ان التوافق الاجتماعي هو الناتج الطبيعي لخطوات التوافق التي قام بها الفرد مع الجماعة ، فالتوافق يعني علاقة قوية بين طرفين الفرد والمجتمع.

فيتضح لنا ان التوافق الاجتماعي يحتاج الى مهارات اجتماعية فلا يكون الطفل مرغوبا فيه عند باقي زملائه الاطفال الا اذا كان لديه شيء يشاركونهم به نشاطهم الجماعي فيلزمه ذلك ان يكون عضوا مفيدا في فريق الكرة ، ولهذا نجد ان الاطفال الذين يعانون صعوبة في التوافق الاجتماعي بحاجة الى ان يتعلموا بعض المهارات الاجتماعية تمكنهم من المشاركة في نشاط المجتمع .

**شروط تحقيق التوافق الاجتماعي:**

أ/ ان يتقبل الفرد الآخرين كما يتقبل ذاته وأن يضع نفسه في مكان الآخرين بمعنى ان يكون قادرا على التفكير والشعور والتصرف بنفس الطريقة التي يعقلها الآخرين.

ب/ ان يكون متسامحا مع الآخرين متغاضيا عن نقاط ضعفهم ومساوئهم ويمد لهم يد المساعدة الى الذين يحتاجون الى المساعدة.

ج/ ان الشخصية المتكاملة المتوافقة تؤدي وظيفتها كجهاز يتمتع بمرونة كافية للتفاعل مع متطلبات الواقع المتجدد دائما ومن وجهة نظر شاملة لحياة فرد ما ولثقافته، فان الحياة ككل تستمر حيث تتكامل الحقيقة والقيم بطريقة مرضية ولهذا يمكن القول بان القدرة على التغيير والمرونة في السلوك تتفق مع متطلبات الواقع والتكامل الشخصي.

د/ نجاح الفرد في اقامة علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين يتيح له ان يشارك بحرية في أنشطة الجماعة كما يتطلب منه ان يسخر مهاراته وامكانياته لصالح الجماعة وهو لن يتراجع وانما سيكون قادرا على التنازل عن بعض الحاجات وفي المقابل سيحظى بقبول الجماعة واحترامها كما انه سيستفيد من نتائج مهارات وانشطة الافراد الآخرين.

**التوافق المدرسي:**

يرى **مصطفى فهمي** (1979:222) ان المدرسة تقوم بدور مهم الى جانب الاسرة في تلك المرحلة من مراحل نمو المهمة التي تؤثر تأثيرا رئيسيا في تكوين شخصية الفرد تكويننا نفسيا واجتماعيا، وكذلك في تطور نمو شخصيته، وكلما كانت الاهداف التربوية واضحة وسليمة في هذه المرحلة كانت المؤثرات التي تشكل الاطفال ذات فعالية.

فالمدرسة لكونها مؤسسة نظامية تستطيع ان تسد العجز في الثقافة التي قد تعاني منها الاسرة في ظل الامية او في اطار المعرفة المحدودة ، او في حالة ما تقدمه الاسرة للطفل نتيجة انشغالها عنه لأسباب كثيرة: قد يكون بعضها نتيجة البحث عن موارد الرزق معظم الوقت بما لايسمح بعناية كافية للطفل، او لانشغال الاهالي بقضايا اجتماعية ، وتأتي اهمية المدرسة من كونها الحلقة المتوسطة التي يمر بها الطفل في دور يقع عادة بين مرحلة الطفولة الاولى التي يقضيها الطفل في منزله ومرحلة اكتمال نموه الذي يضطلع فيها بمسؤولياته في المجتمع .

**التوافق الجسمي:**

يرى **عبد الخالق** (61:2001) ان مفهوم الفرد عن ذاته يتأثر بنظرتة الخاصة تجاه نفسه ، وما يكونه من اتجاهات سلبية او ايجابية نحو ذاته الجسمية والمتمثلة في الصور المرئية والمحددة له والتي تعكس كيانه المدرك للآخرين .

وقد اشار عبد الخالق (74:2001) الى اهمية صورة الجسم في عملية التوافق لدى الفرد، اذ ان العيوب والعاهات الجسدية قد تؤدي الى تنمية مشاعر النقص وتحول دون تحقيق النمو السوي، فالفرد يتأثر بنظرة الآخرين اكثر من تأثره بالإعاقة ذاتها.

**التوافق المهني:**

يعني نجاح الفرد في عمله ، بحيث يبدو في جانبيين اساسيين هما : رضاه عن عمله وحببه له وسعادته به، ورضا المسؤولين والمشرفين عليه في العمل بوجود الفرد في هذا العمل وكفاءته في انجازه، وتوافقه مع زملائه،(علاء الدين،98:2004).

**7-مجالات التوافق النفسي:**

ان التوافق النفسي يمثل قدرة الفرد على ان يتوافق توافقا سليما وان يتواءم مع بيئته الاجتماعية او المهنية وهناك مجالات عدة للتوافق النفسي:

**أ- التوافق العقلي:**

عناصر التوافق العقلي في الدراك الحسي والتعليم والتذكر والتفكير والذكاء والاستعدادات يتمثل التوافق العقلي بقيام كل بعد من هذه الأبعاد بدوره كاملا، متعاوناً مع بقية العناصر.

**ب- التوافق الديني:**

ان الجانب الديني ما هو الا جزءا من التركيب النفسي للفرد وكثيرا ما يكون مسرحا للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق، ذلك ان الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو اثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها، فهو يرضي حاجة الانسان الى الامن ، اما اذا فشل الانسان في التمسك بهذا السند ساء توافقه واضطربت نفسه واصبح قلقا.

**التوافق السياسي:**

يتحقق التوافق السياسي عندما يعتنق الفرد المبادئ الاساسية التي تتماشى مع تلك التي يعتنقها المجتمع او يوافق عليها اي عندما يساير معايير الجماعة التي يعيش فيها واذا ما خالف تلك المعايير تعرض لكثير من الضغوط المادية والنفسية او قد ينشأ لديه صراع داخلي يعوق اشباع كثير من حاجاته ويصيبه التوتر و القلق وعليه ان يساير معايير الجماعة او تغيير مبادئه السياسية او ان يوفق بينها وبين تلك التي تسود في مجتمعه او ان يجمع هذه المبادئ والافكار. (صالح الدهري،130،1999)

**د- التوافق الجنسي:**

يلعب الجنس دورا بالغ الاهمية في حياة الفرد لماله من اثر في سلوكه وعلى صحته النفسية ذلك ان النشاط الجنسي يشبع كلا من الحاجات البيولوجية والسيكولوجية وكثيرا من الحاجات الشخصية والاجتماعية واحباطه يعتبر مصدرا للفراغ والتوتر الشديدين ويعتبر عدم التوافق الجنسي دليلا على سوء التوافق العام لدى الفرد.

**ن- التوافق الزوجي:**

ويتضمن هذا التوافق، السعادة الزوجية والرضا الزوجي وكذا الاختيار المناسب للزواج والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها والاشباع الجنسي وتحمل المسؤولية والقدرة على حل المشكلات والاستقرار.

ك- التوافق الاسري: يتضمن السعادة الاسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الاسري والقدرة على تحقيق مطالب الاسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين كليهما وبين الابناء والمحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع ويمتد التوافق النفسي ليشمل سلامة العلاقات الاسرية مع الاقارب وحل مشكلاتها.

#### ف- التوافق الاقتصادي:

ان التغير المفاجئ بالارتفاع او الانخفاض في سلم القدرات الاقتصادية يحدث اضطرابا عميقا في اساليب توافق الفرد ويلعب حد الاشباع دورا بالغ الاهمية في تجديد شعور الفرد بالرضا او الاحباط ، فيغلب على الفرد الشعور بالحرمان والاحباط اذا كان حد الاشباع عنده منخفضا ويغلب عليه الشعور بالرضا اذا كان حد الاشباع عنده مرتفعا (صالح الداهري، 131، 1999)

#### س- التوافق المدرسي:

وهو العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الاساسية والتوافق المدرسي هو قدرة مركبة تتوقف على بعدين اساسيين، بعد عقلي وبعد اجتماعي اي كفاية انتاجية وعلاقات انسانية وتتمثل المكونات الاساسية للبيئة الدراسية من الاساتذة، الزملاء، اوجه النشاطات، مواد الدراسة والوقت.

#### ط- التوافق الترويحي:

يقوم هذا النوع من التوافق على امكانية التخلص من اعباء العمل ومسؤولياته او التفكير فيه خارج مكان العمل والتصرف في الوقت بحرية وممارسة السلوك الحر التلقائي الذي يحقق فيه الفرد فرديته ويمارس فيه هواياته الرياضية او العقلية.

#### ع- التوافق المهني:

ويتضمن الرضا عن العمل وارضاء الاخرين فيه وكذا في الاختيار المناسب للمهنة عن قدرة واقتناع شخصي والاستعداد لها علما وتدريبيا للدخول فيها وازضافة الى صلاحية المهنة والكفاءة و الاستنتاج والشعور بالنجاح والعلاقات الجيدة مع الرؤساء والزملاء والتغلب على المشاكل. ويعني التوافق المهني التوافق مع بيئة العمل.

## 8- النظريات المفسرة للتوافق النفسي والتعقيب عليها:

التوافق النفسي واره مدارس علم النفس: تختلف مدارس علم النفس الحديث حول ديناميت التوافق على الرغم من اتفاقها على أهميته في مجالات الصحة النفسية.

## مدرسة التحليل النفسي:

عند (فرويد) تفترض حتمية وجود التعارض بين مطالب الفرد والجماعة وصعوبة التوفيق بينها، لكي يتوافق الفرد مع مجتمعه عليه اما ان يضحى بفرديته وذاتيته، نزولا عند مقتضيات الواقع ومطالب الجماعة. فيعيش في سلام مع الناس ويصبح نسخة في البقعة الاجتماعية، واما ان يتشبث بفرديته وذاتيته في عناد وإصرار، ويفرض نفسه على الناس، فاذا نجح كان عبقريا، وإذا فشل كان عصابيا مجنونا، لأنه لا يستطيع ان يكون ما يريد(4). (عبد الحميد الشاذلي، 2001:10)

**تعقيب على النظرية الفرويدية:** ركزت نظرية التحليل النفسي في تصورها لتوافق على قدرة الفرد لخفض التوتر والالم واشباع الحاجات ، والا فهو سيئ التوافق وهذا التصور يهمل دور الفرد في الجماعة والتزامه بالنظام القيمي للمجتمع. فقد ارجوا ان كل نجاح يحققه الفرد للغريزة، وبذلك يتم اختزال دور الادراك والعقل والقيم الانسانية كما ان هذا التصور جعل سلوك الفرد مقترنا باستجابة تعديل وفق المتغيرات الخارجية. وسلب منه القدرة على التحكم في المحيط الخارجي فجعله طرفا سلبيا في عملية التفاعل الاجتماعي وجعل الفرد اسير غرائزه.

## اما المدرسة السلوكية :

عند (واطسون) فذهبت الى ان المجتمع هو الذي يصنع الفرد ويشكله كما يشاء وقال (واطسون) مقولته الشهيرة: «أعطني ستة من الأطفال اصنع منهم ما اريد، مهندسين وأطباء وقضاة او مجرمين وسكيرين ولصوص فالفرد صفحة بيضاء»، والمجتمع يشكله من خلال عملية التنشئة الاجتماعية في البيت والمدرسة وينمي فيه الحاجات والاهداف التي تتفق مع تقاليد وقيمه ويعلمه العادات المقبولة في اشباعها، ويكسبه السلوك المناسب اجتماعيا للتعبير عن النفس. وعلى هذا فالشخص المتمتع بصحة نفسية هو الذي اكتسب السلوكيات المقبولة اجتماعيا التي تمكنه من التوافق مع نفسه ومع المجتمع توافقا يشبع حاجاته ويرضي المجتمع، اما الشخص واهن الصحة النفسية فهو الذي فشل في اكتساب

هذه السلوكيات، أو اكتسب سلوكيات غير مقبولة اجتماعيا تثير سخط المجتمع عليه أو تعلم سلوكيات متناقضة في الموقف في الموقف الواحد، تجعله في حيرة الاقدام الاحجام، فيقع في دوامة الصراع النفسي(5). (ليلي وافي، 2006: 69)

**تعقيب على النظرية السلوكية:** يرى اصحاب هذه المدرسة ان التوافق هو نمط من المسايرة الاجتماعية، لان المسايرة من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد وضغوط الجماعة. ويرى السلوكيون ان التوافق هو بمثابة كفاءة وسيطرة عن الذات ويتحقق من خلال اكتشاف الشروط والقوانين، الموجودة في الطبيعة وفي المجتمع الذي من خلاله يشبع حاجته.

#### اما المذهب الإنساني او النظرية الانسانية:

فقد رفضوا نظرية ( فرويد) التشاؤمية ونظرة السلوكية السلبية للتوافق، فالإنسان عندهم ليس شريرا ولا تتعارض مصالحه مع مصالح مجتمعه، وليس الة تستجيب اليا لسلوكيات حتمية وليس صفحة بيضاء بنقش المجتمع عليها ما يشاء، بل الانسان خير بطبعه ومطالبه تتفق مع مطالب المجتمع وهو حر له إرادة في اختيار افعاله ،التي يتوافق بها مع نفسه ومع مجتمعه ،وعنده القدرة على تحمل مسؤولية هذا السلوك او ذاك وهو يقبل عادة على اختيار السلوك المقبول اجتماعيا، ويتوافق توافقا حسنا مع نفسه ومجتمعه، ولا يتوافق توافقا سيئا الا اذا تعرض لضغوط في بيئته. فالطفل لا ينحرف ولا يعتدي الا إذا شعر بضغوط في الاسرة والمدرسة، وتعرض للظلم وشعر بالتهديد وعدم التقبل(6). (صبره علي، 2003:159)

#### تعقيب على النظرية الانسانية:

يرى اصحاب الاتجاه الانساني أن توافق الفرد لا يتم الا بعد اشباع الفرد حاجاته الاساسية، وان التعرض لضغوط وحده لا يكفي لشرح قيام الاستجابة له بل يتوقف ذلك على الطريقة التي يقيم بها الناس البيئة وعلى الاهمية والمعنى الذين يضيفونها على الضغوط، وعلى تقييمهم لمصادر التعامل مع الشدائد، وكذلك التعامل الفعلي مع الضغوط.

**النظرية المعرفية:**

يرى اصحاب النظرية المعرفية ان التوافق يأتي عبر معرفة الانسان لذاته وقدراته والتوافق معهما. حسب الامكانية المتاحة وان كل فرد يمتلك القدرة على التوافق الذاتي

وعلى هذا الاساس فقد اكد "البرت اليس" على اهمية تعليم المرضى النفسانيين كيف يغيرون من تفكيرهم في حل المشكلات ، وان يوضح للمريض ان حديثه مع ذاته يعتبر مصدرا لاضطرابه الانفعالي ، وان يساعده على ان يستقيم تفكيره حتى يصبح الحديث الذاتي لديه اكثر منطقة واكثر فعالية.

### تعقيب على النظرية المعرفية:

المعرفيون استبعدوا تفسير توافق الفرد انه يحدث بطريقة آلية تبعده عن الطبيعة البشرية ، واعتبروا أن الكثير من الوظائف البشرية ينمو الفرد على درجة عالية من الوعي والادراك للأفكار والمفاهيم الاساسية.

ومن خلال هذه النظريات التي طرحها علماء النفس، نجد أن كل واحد منهم له تفسير وتحديد لمفهوم التوافق في ضوء منحنى معين، رغم انها تتفق بأن التوافق النفسي مفهوم اساسي مرتبط بمقومات الصحة النفسية.

### 9-عوائق التوافق النفسي:

هناك العديد من العوائق التي تقف في وجه تحقيق الفرد لأهدافه واشباع حاجاته بعضها داخلي والآخر خارجي، اضافة الى جملة من البيئية واهم هذه العوائق ما يلي:

#### أ-العوائق الجسمية:

ويقصد بها بعض العاهات والتشوهات ونقص الحواس التي تحول بين الفرد واهدافه فتحسسه بالنقص وتجعله نابذا لذاته، غير قادر على تحقيق وجوده.

#### ب العوائق النفسية:

ويقصد بها نقص الذكاء او ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس حركية او خلل في نمو الشخصية والذي قد يعوق الشخص عن تحقيق اهدافه، اضافة الى عوامل اخرى تتمثل في الفراغ النفسي الذي ينشأ من تناقض او تعارض اهداف الفرد وعدم قدرته على المفاضلة بينها واختيار اي منها في الوقت المناسب.

#### ج العوائق المادية الاقتصادية:

يعتبر نقص المال وعدم توفر الامكانيات المادية، عائق يمنع كثيرا من الناس من تحقيق اهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم شعورا بالإحباط، اضافة الى ان المشاكل المادية تمنع

الكثير من الشباب من تحقيق اهدافهم في التعليم والزواج والعمل او الحصول على ضروريات الحياة الكريمة.

### د العوائق الاجتماعية:

ونقصد بالعوائق الاجتماعية تلك القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات والتي تعوق الشخص عن تحقيق بعض اهدافه ومن هذه العوائق منع الوالدين من اشباع بعض رغبات ابناءهم تأديبا وتربية ومنع الطالب من الالتحاق بالتخصص الذي يرغب فيه. ( صبرة علي ، 2006:136).

### 10- مقاييس التوافق النفسي ومقاييس الشخصية:

لقد ظهرت العديد من المقاييس النفسية التي حاولت قياس التوافق النفسي والاجتماعي والشخصية بصورة عامة محدثة نقلة في علم النفس والصحة النفسية، اجنبية وعربية ويمكن ان نستعرض بعضا منها :

1 قائمة بيل للتوافق (1930): التي تضمنت اربعة ابعاد هي:

- التوافق المنزلي.
- التوافق الصحي.
- التوافق الانفعالي.
- التوافق الاجتماعي.

2- اختبار روبرت ج، بروفويتز للشخصية (1932): ويستخدم كأداة للكشف عن درجة توافق الفرد وتضمن ستة مقاييس فرعية:

- مقياس الميل العصبي.
- مقياس الانطواء.
- مقياس السيطرة والخضوع والثقة بالنفس.
- المشاركة الاجتماعية.
- مقياس الاكتفاء الذاتي.

3- مقياس وشيرن (1935) للتوافق الاجتماعي: ويتضمن خمسة مجالات:

- الموضوعية.
- المشاركة الوجدانية.

## • الاتزان.

4- اختبار كاليفورنيا للشخصية لعطية هنا:

أعد للمرحلة الاعدادية وضم الاختبار بعدين هما:

• التوافق الشخصي.

• التوافق الاجتماعي.

5\* اختبار الزياي للوافق الدراسي لطلبة الجامعات (1964): والذي اعتمد في بعض

فقراته على مقياس هنري بورو للتكيف الاكاديمي وتضمن ست ابعاد هي:

\*العلاقة بالزملاء والاساتذة وأوجه النشاط الاجتماعي.

\*الاتجاه نحو مواد الدراسة وتنظيم الوقت وطريقة الاستنكار.

( ترجمة اسماعيل ومرسي(1961):6MMPI-مقياس الشخصية المتعدد الواجه

وتضمن سبع مجالات:

\*العلاقات المنزلية.

\*العلاقات الاجتماعية.

\*الثبات الانفعالي.

\*الشعور بالمسؤولية.

\*الواقعية.

\*الحالة المزاجية.

\*القيادة.

7- اختبار حسين للوافق (1981): أعد للطلبة في المرحلة الثانوية وتتضمن اربعة

مجالات:

\*التوافق الدراسي.

\*التوافق الاسري.

\*التوافق الاجتماعي.

\*التوافق النفسي.

8- اختبار سري(1982) للوافق النفسي العام: والذي يحتوي على اربعة مجالات هي:

\*التوافق الشخصي.

\*التوافق الاجتماعي.

\*التوافق الاسري.

\*التوافق الانفعالي.

9- مقياس حافظ (1987) للتوافق الاجتماعي: تألف من (24) فقرة غطت ثلاثة مجالات

وهي:

\*التوافق الوالدي.

\*التوافق الزوجي.

\*التوافق المهني.

**خلاصة الفصل:**

ان التوافق النفسي يعد من المواضيع الهامة التي اهتم بها الباحثون حيث لقي اهتماما كبير من الدراسة والبحث باعتباره عنصر اساسي في التعرف على الطبيعة الانسانية من خلال السلوكات التي يبديها الافراد في تفاعلهم مع البيئة الخارجية.

# الفصل الرابع

## الدراسة الميدانية

تمهيد:

اولا-الدراسة الاستطلاعية

- 1-اهداف الدراسة الاستطلاعية.
- 2-مكان وزمان اجراء الدراسة الاستطلاعية.
- 3-خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.
- 4-ادوات القياس.
- 5-الخصائص السيكومترية لادوات القياس.
- 6-ثبات ادوات الدراسة.

ثانيا: الدراسة الاساسية:

- 1-منهج الدراسة.
- 2-مكان وزمان اجراء الدراسة الاساسية.
- 3-ظروف اجراء الدراسة الاساسية.
- 4-خصائص عينة الدراسة الاساسية.
- 5-الاساليب الاحصائية

**تمهيد:**

ترتكز دقة النتائج التي يتوصل لها الباحث على صحة الاجراءات التي يتبعها والادوات والاساليب التي يستخدمها اثناء اجرائه لبحثه. لذا وبعد تطرقنا للفصول السابقة لمشكلة البحث واطارها النظري سنحاول في هذا الفصل التطرق لأهم الاجراءات المتبعة في هذا البحث سعيا لايجاد حل للاشكال الذي تم طرحه.

يعمل الجانب التطبيقي من البحث على تكملة وتأكيد ماجاء في الجانب النظري فهو وسيلة نقل مشكلة البحث الى الميدان وتوضيحها وتحديدها لذا تم في هذا الفصل من الجانب الميداني استعرض اهم الاجراءات المنهجية للبحث وذلك بالتطرق الى الدراسة الاساسية في المنهج المستخدم ، مكان اجراء البحث عينة البحث ومجتمع البحث، ادوات البحث واجراءات التطبيق الميداني. وفي الاخير نصل الى التقنيات الاحصائية المستخدمة لمعالجة الاشكال المطروح.

## 1-الدراسة الاستطلاعية:

## اهداف الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة مهمة جدا في البحث العلمي فهي حسب "محمد خليفة بركات" مرحلة تجريب الدراسة بقصد استطلاع امكانيات التنفيذ، وبقصد اختبار مدى سلامة الادوات المستخدمة في البحث ومدى صلاحياتها ويمكن اعتبار هذه الدراسة صورة مصغرة للبحث وهي تستهدف اكتشاف الطريق واستطلاع معالمه امام الباحث قبل ان يبدأ التطبيق الكامل للخطوات التنفيذية " (بركات 73:1984)

وتهدف الدراسة الاستطلاعية في اي بحث علمي الى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها، والتعرف على اهم الفروض التي يمكن وضعها واخضاعها للبحث العلمي، وكذا التأكد من الخصائص السيكومترية لادوات الدراسة. (عبد المجيد ابراهيم، 38:2000)

وهذه الدراسة بمثابة مرحلة اولية تسبق الدراسة الاساسية، التي اجريناها شهر جانفي 2019 بثانوية بن حمادي حمو باوقروت. وقمنا بتطبيق مقياس التوافق النفسي على عينة بلغ عددها 110 تلميذ في الاقسام النهائية .

تم البحث على مرحلتين تماشيا مع هدف كل مرحلة وفقا لما يلي  
المرحلة الاولى:

تم اجراء مع التلاميذ والتعرف عليهم واحاطتهم علما بطبيعة البحث ، اهدفها،اهميتها من الناحية العلمية والتربوية وتوضيح طريقة ومنهجية تطبيق الاداتين المستخدمتين فالبحث.  
المرحلة الثانية:

من الدراسة الاستطلاعية هدفت الى مايلي:

- التأكد من وضوح وملائمة التعليمات المستخدمة فالاداءتين
- التأكد من وضوح الصياغة اللغوية المعتمدة في عبارات المقياسين.
- التأكد من مناسبة الفقرات لمستوى الطلبة.
- التعرف الى المشكلات والمواقف التي قد يتعرض لها الباحث من اجل تفاديها عند التطبيق النهائي.
- معرفة متوسط الزمن المتطلب لاجابة على المقاييس.

-الوصول الى انسب الطرق المنظمة لتحديد هيكل العمل المطلوب والقائم على توزيع وجمع الاستثمارات وتنفيذ المقياس بدقة وسهولة.

-المعالجة الاحصائية من اجل التاكيد من صدق وثبات المقاييس.

-دراسة صدق وثبات الاختبار على عينة البحث.

## 2-مكان وزمان اجراء الدراسة الاستطلاعية:

تم اجراء الدراسة الاستطلاعية ابتدا من 28 جانفي من السنة الدراسية 2019/2018 الى 25 فيفري من نفس السنة بثانوية بن حمادي حمو والتي تقع في بلدية اوقروت التي انشأت بتاريخ 1999/9 حيث بلغ عدد التلاميذ فيها 630 منهم 310 ذكور و 320 اناث كما تتكون من 17 قسم ومرقد ومخبرين رقم تسجيلها الوطني 1746/038/99 مساحتها 36الف و500متر مربع نظامها داخلي عدد الاساتذة 34 ومكتبة ومطعم.

## 3-خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية:

شملت عينة الدراسة 30تلميذا منهم 19 اناث 11 ذكور تتراوح اعمارهم ما بين 17-22 سنة تخصص علمي وادابي تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد تم ادراج مميزات العينة حسب المتغيرات الفردية المستهدفة وهي الجنس التخصص الوضعية ويمكن وصف العينة كما يلي:

جدول(1) يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس:

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
الذكور	11	36.66%
الاناث	19	63.66%
المجموع	30	100%

يتبين من خلال الجدول (1) ان عدد الاناث يفوق عدد الذكور، حيث بلغت نسبة الاناث 63.66% ونسبة الذكور 36.66%

جدول رقم (2) يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية حسب التخصص:

التخصص	التكرارات	النسبة المئوية
علمي	11	36.67%
ادبي	19	63.33%

المجموع	30	%100
---------	----	------

يتبين من خلال الجدول (2) ان التخصص الادبي اكبر من التخصص العلمي حيث بلغت نسبة الادبيين 63.66% مقارنة مع التخصص العلمي والذي بلغ نسبة 36.66%  
جدول رقم (3) يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الوضعية

الوضعية	التكرارات	النسبة المئوية
معيد	6	%13.46
غير معيد	24	%86.54
المجموع	30	%100

يتبين من الجدول (3) ان وضعية غير المعيدين اكبر من وضعية المعيدين حيث بلغت نسبة الغير معيدين 86.54% بينما بلغت وضعية المعيدين 13.46%  
4-ادوات القياس:

لدى دراسة اي ظاهرة لا بد من اداء القياس لتحقيق النتائج التي نريدها وقد استخدم الباحثان في هذه الدراسة اداتين لقياس تغيرات الدراسة المتمثلة في المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي.

#### 1-مقياس المساندة الاجتماعية:

قد اعتمد الباحثان على اختبار من الاختبارات الشخصية للمرحلة الثانوية للباحثة "رولا هاشم" باعداد مقياس المساندة الاجتماعية موضوع الدراسة، ويتكون المقياس من (46) فقرة مكررة على اربعة

وموزعة على ثلاثة ابعاد كما يبين الجدول التالي:

جدول رقم (4) يبين توزيع فقرات الموجبة والسالبة على كل بعد من ابعاد المقياس

الرقم	الابعاد	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة	عدد الفقرات
1	البعد النفسي	1-12	5و9	12
2	البعد الصحي	13-24	17و22	12
3	البعد الاقتصادي	25-36	27و33	12
4	البعد الاجتماعي	37-46	39و44	10
	المجموع			46

وتتكرر هذه الابعاد بفقراتها على المصادر الاربعة: الاسرة والاقارب والاصدقاء و الجيران ومؤسسات المجتمع.

وتتم الاجابة على كل فقرة من الفقرات باختيار احد البدائل التالية:

كثيرا (4 درجات)، الى حد ما (3 درجات)، نادرا (2 درجة)، مطلقا (1 درجة).

باستثناء الفقرات السالبة التي تصحح بعكس هذا الاتجاه وعلى كل الفحوص ان يحدد مدى انطباق كل فقرة عليه، وذلك بوضع اشارة (X) امام الفقرة تحت البديل الذي ينطبق عليه. تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية على افراد العينة الاستطلاعية، وذلك لحساب الصدق والثبات بالطرق الاحصائية الملائمة.

## 2- مقياس التوافق النفسي:

المقياس من اعداد زيمب شقير (2003) ويتكون المقياس من (80) فقرة تهدف الى معرفة التوافق والفقرات مقسمة لاربعة ابعاد وهي التوافق الشخصي والانفعالي، وبعد التوافق الصحي، والتوافق الاسري، وبعد التوافق الاجتماعي، ويجب عليها "تنطبق" لا تنطبق" تنطبق احيانا" واجرى له صدقا وثباتا على عينة مصرية من الذكور والاناث بلغت (100) والصدق بطريقة التكوين والصدق التمييزي، والثبات تم الحصول عليه بطريقة اعادة التطبيق والتجزئة النصفية وكان الثبات ما بين (0.53-0.74).

هدف الاختبار تحديد اهم النواحي الشخصية لدى المراهقين من طلاب المدارس الاعدادية والثانوية وهي النواحي التي تدخل في نطاق التوافق النفسي.

## 2-تحديد طريقة الاجابة:

تم التوصل الى 30 فقرة يبرز من خلالها التوافق لدى الفرد والتي انتهت الى عشرون فقرة لكل بعد من ابعاد المقياس الفرعية وذلك بعد الانتهاء من التقنيين الخاص بالمقياس، وبذلك اصبح عدد فقرات المقياس الكلية 80 فقرة مقسمة الى 20 فقرة لكل بعد فرعي على حدة، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (5) يوضح توزيع فقرات المقياس حسب ابعاد المقياس

المجموع الكلي	فقرات المقياس		معايير المقياس
	الفقرات السالبة	الفقرات الموجبة	
20	من 15 الى 20	من 1 الى 14	التوافق الشخصي والانفعالي
20	من 29 الى 40	من 21 الى 28	التوافق الصحي
20	من 56 الى 60	من 41 الى 55	التوافق الاسرى
20	من 75 الى 80	من 61 الى 74	التوافق الاجتماعي
80	29	51	عدد الفقرات الاجمالي

حيث اعطت الباحثة لها درجات (0،1،2) وهذا في حال اتجاه التوافق موجب اما اذا كان اتجاهه سالبا فتمنح الاجابات الدرجات (0،1،2) اعلى درجات يمكن الحصول عليها هي 160 وهذا اذا اجاب الفرد على كل العبارات المقياس .

### 3- الخصائص السيكومترية لادوات القياس:

بعد الانتهاء من الدراسة تم حساب الصدق والثبات للتأكد من الخصائص السيكومترية لادوات القياس.

1- صدق الاتساق الداخلي لمقياس المساندة الاجتماعية والذي يوضح علاقة كل بعد بالمجموع الكلي ولقد تم الاعتماد على (معامل بيرسون) لتوضيح هذا الاتساق:

جدول رقم (6) يوضح صدق الاتساق الداخلي بمعامل الارتباط بيرسون لابعاد المساندة الاجتماعية بالمجموع الكلي:

الرقم	الابعاد	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	البعد النفسي	0.80**	0.01
2	البعد الاقتصادي	0.82**	0.01
3	البعد الاجتماعي	0.74**	0.01
4	البعد الصحي	0.75**	0.01

يتبن من الجدول(6) مجالات استبانة الابعاد الاربعه للمساندة الاجتماعية انها تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة احصائيا، حيث تتراوح معاملات الارتباط(0.74-0.80)، وهذا ما يدل على ان مجالات الاستبانة تتمتع بدرجة جيدة من الصدق تجعل الباحث مطمئن الى صلاحية تطبيق الاستبانة على عينة الدراسة.

2-صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق النفسي والذي يوضح علاقة كل بعد بالمجموع ولقد تم الاعتماد على ( معامل بيرسون) لتوضيح هذا الاتساق:

جدول رقم (7) يوضح معامل ارتباط بيرسون لأبعاد التوافق النفسي بالمجموع الكلي:

الرقم	البعد	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	البعد الانفعالي	0.71**	0.01
2	البعد الاسري	0.61**	0.01
3	البعد الاجتماعي	0.58**	0.01
4	البعد الصحي	0.59**	0.01

يتبن من الجدول(7) مجالات استبانة الابعاد الاربعه للتوافق النفسي انها تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة احصائيا، حيث تتراوح معاملات الارتباط (0.58-0.71)، وهذا ما يدل على ان مجالات الاستبانة تتمتع بدرجة جيدة من الصدق تجعل الباحث مطمئن الى صلاحية تطبيق الاستبانة على عينة الدراسة.

4-ثبات ادوات الدراسة:

ثبات مقياس المساندة الاجتماعية

جدول رقم (8) معامل الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية.

البعد	المعادلة	معامل الثبات
النفسي	الفا كرونباخ	0.69
	جوثمان	0.76
الاقتصادي	الفا كرونباخ	0.63
	جوثمان	0.77
الاجتماعي	الفا كرونباخ	0.52

0.67	جوثمان	
0.53	الفا كرونباخ	الصحي
0.68	جوثمان	

يتبن من الجدول (8) ان الاستبانة بابعادها تتمتع بمعامل ثبات عال، مما يشير الى صلاحيات مقياس المساندة الاجتماعية لقياس الابعاد المذكورة اعلاه، وبذلك اعتمد الباحث هذا المقياس كاداة لجمع البيانات وللجابة على فروض وتساؤلات الدراسة.

#### ثبات مقياس التوافق النفسي:

بهدف التاكيد من ثبات مقياس التوافق النفسي قام الباحث بتطبيق معادلة الفا كرونباخ وايضا تطبيق معادلة جوثمان ولقد تحصل على النتائج التالية:

جدول رقم (9) يوضح معامل الثبات لمقياس التوافق النفسي:

المعادلة	معامل الثبات	البعد
الفا كرونباخ	0.68	الانفعالي
جوثمان	0.68	
الفا كرونباخ	0.60	الاسري
جوثمان	0.60	
الفا كرونباخ	0.51	الاجتماعي
جوثمان	0.51	
الفا كرونباخ	0.59	الصحي
جوثمان	0.59	

يتبن من الجدول (9) ان الاستبانة بابعادها تتمتع بمعامل ثبات عال، مما يشير الى صلاحيات مقياس التوافق النفسي لقياس الابعاد المذكورة اعلاه، وبذلك اعتمد الباحث هذا المقياس كاداة لجمع البيانات وللجابة على فروض وتساؤلات الدراسة.

#### ثانيا: الدراسة الاساسية:

بعد التاكيد من الخصائص السكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي اصبح المقياسين جاهزين للتطبيق في الدراسة الاساسية.

**1-منهج الدراسة:**

يعتمد كل باحث في دراسة موضوع ما على منهج معين يسير عليه ونظرا لطبيعة الدراسة الحالية والموضوع الذي تتناوله، بحيث تسعى الدراسة الحالية لمعرفة دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لعينة من طلبة البكالوريا والمقارنة بين مختلف العينات في ذلك، وعليه جاء اختيار الباحث للمنهج الوصفي باسلوبين هما الاسلوب الاستكشافي لمعالجة التساؤلات الاولى وثانيا بالاسلوب المقارن لمعالجة فرضيات الدراسة التي تقارن بين العينات الفرعية، والمنهج الوصفي هو الذي يقوم على الدراسة العلمية الدقيقة بالتحليل والتفسير والمقارنه.

**2-مكان وزمان اجراء الدراسة الاساسية:**

تحددت الدراسة بالمجالات التالية:

- 1-المجال البشري: اشتملت هذه الدراسة على طلبة البكالوريا بثنائية اوقروت.
- 2-المجال المكاني: اقتصرت هذه الدراسة على عينة من طلبة البكالوريا بثنائية بن حمادي حمو اوقروت.
- 3-المجال الزماني: طبقت هذه الدراسة خلال شهري (مارس-افريل) من عام 2018-2019.

**3-ظروف اجراء الدراسة الاساسية:**

تم اجراء الدراسة في اقسام الثانوية في اربعة ايام بحيث تم استشارة المدير ومقابلة مستشار التربية والتوجيه لتحديد الاقسام المراد توزيع الاستمارات فيها ثم تم توجيهنا الى الاقسام وبعدها توزيع الاستمارات على التلاميذ مباشرة وثم انتظارهم حتى انتهاء من الاجابة ثم قمنا بجمعها عليهم.

**4-خصائص عينة الدراسة الاساسية:**

تم اجراء الدراسة على عينة عددها (110) طالب في ثانوية بن حمادي حمو منهم (47) ذكور بنسبة 30% و 63 اناث بنسبة 70% تخصص علمي وادبي تتراوح اعمارهم ما بين (17-22) وهي موزعة كالتالي:

جدول رقم (10) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الجنس:

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية%
الذكور	47	30%
اناث	63	70%
المجموع	110	100%

يتبين من خلال الجدول (10) ان عدد الاناث يفوق عدد الذكور بحيث بلغ عدد الاناث 63 بنسبه 70% اما عدد الذكور فقد بلغ 47 بنسبة 30 %

جدول (11) يوضح توزيع العينة حسب التخصص:

التخصص	التكرارات	النسبة المئوية%
علمي	59	51.25%
ادبي	51	48.75%
المجموع	110	100%

يتضح من خلال الجدول(11) ان التخصص العلمي يفوق التخصص الادبي حيث بلغ عدد العلميين 59 بنسبة 51.25% بالمقارنه مع التخصص الادبي والذي بلغ 51 ادبي بنسبة 48.75%

#### 5-اساليب المعالجة الاحصائية:

اعتمد الباحثين في معالجة هذه الدراسة على نوعين من الاساليب الاحصائية:

-النوع الاول الاحصاء الوصفي: يتضمن الاساليب التالية:

التكرارات، النسب المئوية، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية.

-النوع الثاني الاحصاء الاستدلالي: وفيه استخدم الباحثين

-معامل الارتباط بيرسون لتحقيق من صدق الاتساق الداخلي للمقاييس ولثبات التجزئة النصفية.

-معادلة الفا كرونباخ

-معادلة جوثمان لتصحيح طول الاختبار في حالة عدم التساوي بين فقرات نصفي الاختبار.

-اختبار (ت) لدراسة الفروق بين مجموعتين مستقلتين

-معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين المتغيرات.  
-وقد اعتمد الباحثين على برنامج المعالجة الاحصائية في العلوم الاجتماعية (spss 24 version-).  
-

#### خلاصة:

بعدها تم جمع المادة النظرية وصياغة فروض الدراسة امكن خلالها هذا الفصل ضبط اجراءات تطبيق الدراسة الميدانية وذلك من خلال القيام بدراسة استطلاعية تم اختيار العينة المناسبة للدراسة، وتحديد الاساليب الاحصائية التي تمكن من تحليل المعطيات المتحصل عليها ليتم تفسيرها في الفصل الموالي.

# عرض ومناقشة النتائج

تمهيد:

- 1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الاولى.
- 2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
- 3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
- 4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
- 5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة.

خلاصة

**تمهيد:**

في هذا الفصل سنحاول عرض ومناقشة وتحليل الدراسة الميدانية وذلك من خلال عرض استجابات افراد العينة ومعالجتها احصائيا وذلك بعد ما قام الباحث بتفريغ النتائج وتنظيمها باستخدام البرنامج الاحصائي (spss version24) وصولا الى عرض النتائج على الاطر النظرية للدراسة والمتعلقة بدور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى عينة من تلاميذ بثانوية بن حمادي حمو باقروت مع وضع استنتاج حول هذه النتائج.

**1- عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الاولى:**

تتص على انه: "هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين ابعاد المساندة الاجتماعية وابعاد التوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو اوقروت" ونعرض نتائج فالجدول التالي:

**جدول وقم (12) يمثل معامل الارتباط بيرسون بين المساندة والتوافق النفسي.**

المجموع الكلي	البعد الصحي	البعد الاجتماعي	البعد الاقتصادي	البعد النفسي	التوافق النفسي المساندة الاجتماعية
0.02	0.03	0.12	0.10	0.05	قيمة بيرسون
غير دال	غير دال	غير دال	غير دال	غير دال	مستوى الدلالة
0.01	0.03	0.07	0.09	0.01	قيمة بيرسون
غير دال	غير دال	غير دال	غير دال	غير دال	مستوى الدلالة
0.15	0.07	0.09	0.14	0.18	قيمة بيرسون
غير دال	غير دال	غير دال	غير دال	دال عند 0.05	مستوى الدلالة

0.29	0.10	0.11	0.28	0.30	قيمة بيرسون	البعد الصحي
دال عند 0.002	غير دال	غير دال	دال عند 0.02	دال عند 0.01	م الدلالة	
0.16	0.92	0.15	0.08	0.16	قيمة بيرسون	المجموع الكلي
غير دال	غير دال	غير دال	غير دال	غير دال	مستوى الدلالة	

1- يتبين من خلال الجدول السابق وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية في بعدها الاجتماعي مع التوافق النفسي في بعده الانفعالي.

اي كلما كانت المساندة الاجتماعية في بعدها الاجتماعي دالة مع التوافق النفسي في بعده الانفعالي اي كلما ازدادت مظاهر الدعم بين الطلبة والمؤسسة التربوية والاسرة وكلما كانت العلاقات الاجتماعية بينهم قوية بحيث مساندة الاخرين لفرد ووقوفهم الى جانبه عند مواجهته لمشكلة لتخفيف من تلك الضغوط والقلق الذي ينتاب الطالب عند اجتيازه لشهادة البكالوريا او اي امتحان ما، وفقا لما اشارت اليه دراسة " روس و كوهين 2004" التي بينت التأثير الايجابي للمساندة الاجتماعية على الصحة النفسية لافراد وتتفق هذه الفرضية كذلك مع دراسة "علي 2000" التي توصلت الى اهمية دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الاثار السلبية للضغوط النفسية ويتضح كذلك من خلال هذه النتائج ان فعالية المساندة الاجتماعية تظهر اكثر عندما يكون هناك حدث ضاغط يعمل على تعديل درجة الضغوط في الصحة النفسية ويعمل على ارتقائها.

2- هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المساندة الاجتماعية في بعدها الصحي مع التوافق النفسي في بعده الانفعالي.

اي كلما زادت المساندة الاجتماعية في بعدها الصحي زاد معها التوافق النفسي في بعده الانفعالي اي ان المساندة الاجتماعية تعمل كمحركات للسلوك الايجابي للطالب في علاقته بنفسه و صحته والبيئة المحيطة به وهي ضرورية لنموه في ميادين الحياة التعليمية ونجاح

الطالب في الحصول على المساندة الاجتماعية من مصادرها المختلفة الصحية منها والانفعالية يزيد من ادراك جودة الحياة العلمية وتحسينها والارتقاء بها ويدرك مآلديه من استعدادات وقدراته على توظيفها وبالتالي يكون انسان ناجحا وفعالاً ومتوافق في حياته الشخصية، فجمعها مصادر متوفرة في بيئة الطالب وممتاحة ويسهل الوصول اليها وتتفق هذه النتائج مع "دراسة اجيطلوي 2004" كون الاهتمام بالصحة النفسية لطالب وتوافقه الانفعالي انطلاقاً من نظرية الى نفسه وذاته، وذلك نتيجة احتكاكه وتفاعله مع البيئة الاجتماعية المحيطة به، اي من خلال استجابات وردود افعال الاخرين نحوه. وتتفق دراسة "محمد عبد القادر علي 1974" مع فرضية بحثنا التي تبين من خلالها انه توجد علاقة ذات دلالة احصائياً بين الذكاء الاجتماعي والقيم الاجتماعية معا.

3- هناك علاقة ارتباطية دالة احصائياً في المساندة الاجتماعية في بعدها الصحي مع التوافق النفسي في بعده الاسري.

اي كلما كانت المساندة الاجتماعية في بعدها الصحي دالة مع التوافق النفسي في بعده الاسري يعود وجود فروق ذات الدلالة الاحصائية في البعد الصحي والبعد الاسري الى كون الطلبة ينتمون الى نفس البيئة الاجتماعية والاقتصادية ومتواجدون في نفس المدارس ويسودها مناخ مدرسي واحد اي ان نظام المدرسة هو امتداد لنظام الاسرة وهذا ما يجعلهم لا يختلفون في توافقه النفسي والاجتماعي.

وبما ان نظام المدرسة هو امتداد لنظام الاسرة، بمعنى ان اسلوب المعاملة والظروف الاجتماعية والصحية المتشابهة تؤثر بشكل متقارب على التلاميذ في توافقه النفسي والشخصي والاجتماعي والصحي والاسرى وتتفق هذه النتائج مع دراسة "خيرية عبد الله البكوش" التي تهدف الى معرفة العلاقة بين التوافق الاسرى والتوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية فتحصلت على ان هناك علاقة بين التوافق الاسرى والتوافق النفسي اذن فنحن نتفق مع هذه الدراسة لان الفرد يكون مفهومه لذاته وتقديره لها ايجابي وكان يتمتع بصحة نفسية جيدة وتوافق سليم.

فالتنشئة الاجتماعية السليمة الخالية من الصراعات والعلاقات السيئة داخل الاسرة او الظروف الاقتصادية المزرية اضافة الى العلاقة بين اطراف العملية التعليمية والتفاعل الايجابي داخل الاطار الدراسي وخارجه، كلها عوامل تؤدي الى التكيف السليم الذي

نعشيه التلميذ ويؤثر بشكل ايجابي على تحصيله ونجاحه في الحياة الدراسية وخارجها وعليه يمكن القول ان وجود التلاميذ في بيئة اجتماعية وصحية يؤثر بشكل ايجابي على نجاحهم.

## 2- عرض ومناقشة وتحليل نتائج فرضية الثانية:

تنص على انه: هناك فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس لدى طلبة البكالورية بثانوية بن حمادي حمو او قروت

جدول رقم (13) يمثل دلالة الفروق في التوافق النفسي حسب الجنس

المتغير	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	ذكور	34	107.85	13.99	1.06	0.68	غير دالة
	اناث	76	110.89	13.82			

نلاحظ من خلال الجدول (13) ان قيمة (ت) قد بلغت 1.06 وهي قيمة غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 وعليه يمكننا القول انه لا توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس.

وما يفسر عدم وجود فروق بين الذكور والاناث فيما يخص التوافق النفسي لدى افراد العينة هو التشابه بين العينتين من حيث انهم مرهقين في نفس السنة الدراسية ويواجهون نفس الظروف ونفس المشاكل التي يتعرضون لها مثل تعقيد البرنامج الدراسي وكثافته كما نجدهم ايضا يشتهبون في الحالة النفسية من جراء الدراسة، وقد نجد ايضا ان الجنسين قد يتمتعون بنفس الطموح، فكل من الذكر والانثى يسعى الى تحقيق التوافق النفسي واحداث اتزان عن طريق ابراز كل منهم قدراته على تجاوز المشكلات ورغباتهم ومواجهة مختلف المواقف من اجل تحقيق الاهداف والغايات المرغوبة بما فيها التعليمية كالنجاح في المسار الدراسي فاغلب الباحثين يتفقون على اهمية هذه العوامل في تحقيق كلا الجنسين للتوافق النفسي، وخاصة العوامل الاسرية والمدرسية، فيجب على المدرسة ان توفر مختلف الظروف والامكانيات اللازمة من اجل راحة التلاميذ والسعي الى تفاهم ان هؤلاء التلاميذ في مرحلة المراهقة وهي مرحلة حساسة واي ضغط يجعلهم يشعرون بعدم الراحة

والاستقرار، فكلما تعرض المراهقون في هذه المرحلة لمشاكل وصراعات ينعكس على دافعيتهم للتعلم وتحصيلهم الدراسي.

انفقت نتائج هذه الفرضية مع "دراسة الشناوي وعبد الرحمان 1994" العلاقة بين المساندة والتوافق النفسي لدى تلاميذ البكالوريا.

والتي توصلت الى عدم وجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس، باعتبار ان مرحلة المراهقة مرحلة حساسة واي ضغط يجعلهم يشعرون بعد الراحة والاستقرار، فكلما تعرض المراهقون لمشاكل وصراعات ينعكس على دافعيتهم للتعلم وتحصيلهم الدراسي.

كما انفقت نتائج هذه الفرضية مع دراسة " مالون 1995" العلاقة بين التوافق النفسي واعراض الاكتئاب" والتي توصلت الى عدم وجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب متغير الجنس.

وتعارضت نتائج هذه الفرضية مع دراسة " مدحت عبد الحليم 1990" التوافق النفسي والتوافق الدراسي" والتي تقر بوجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب متغير الجنس لان التركيبة النفسية للذكر تختلف عن التركيبة النفسية للاثى.

### 3- عرض ومناقشة وتحليل نتائج فرضية الثالثة:

تنص على انه: هناك فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس لدي طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو باقروت.

جدول رقم (14) يمثل الفرق في المساندة الاجتماعية حسب الجنس.

المتغير	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت)	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة
المساندة الاجتماعية	ذكور	34	135.56	16.04	1.30	0.02	دال
	اناث	76	140.61	19.80			

نلاحظ من خلال الجدول ان قيمة (ت) قد بلغت (1.3) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وعليه يمكننا القول انه توجد فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس.

ولتبرير ذلك لقد انطلقنا من دور التنشئة الاجتماعية التي ترى ان جنس الذكور اقوى من جنس الاناث وتشجيعهم على السلوك القوي واثبات الذات واظهار قدراتهم. لكن النتائج اثبتت ذلك اي انه توجد فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس، ويمكن ان يعود هذا الاختلاف بين الذكور والاناث في المساندة الاجتماعية الى بعض الاسباب وهي:

-انتمائهم لنفس البيئة الاجتماعية.

-الاختلاف في الطموح بين الذكور والاناث وفي نظرة المجتمع في مواصلة الاناث التعلم ومشاركتهم للجنس الاخر في تحمل المسؤولية والتطلع لمستقبل زاهر.

-الاختلاف في نوعية الضغوط والمشاكل التي تحدد المعاش النفسي للجنسين .

- الاختلاف في الاطار المرجعي الثقافي الدراسي بين الجنسين خاصة في الوسط المدرسي.

واختلفت دراستنا مع دراسة فايد 1998 التي اثبتت اتفاق الذكور والاناث في ترتيب بعض القيم نظرا لتشابه الاطار المرجعي المستمدة منه القيم في الاطار الثقافي الدراسي.

#### 4- عرض ومناقشة وتحليل الفرضية الرابعة:

تنص على انه: توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو باقروت.

جدول رقم (15) يمثل الفرق في التوافق النفسي حسب التخصص.

المتغير	التخصص	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة.
التوافق النفسي	علمي	45	110.11	15.13	0.09	0.73	غير دال
	ادابي	65	109.85	13.07			

نلاحظ من خلال الجدول ان قيمة (ت) قد بلغت (0.09) وهي قيمة غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وعلية يمكننا القول انه لا توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص.

اعتقدنا بدراستنا هذه بوجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص، لكن نتائج هذه الدراسة اثبتت عكس ذلك حيث يعود عدم وجود فروق ذات

دالة احصائية لتوافق النفسي عند المراهقين ادبيين وعلميين الى كونهم ينتمون الى نفس البيئة الاجتماعية، ومتواجدين في نفس الاقسام ويسودها مناخ مدرسي واحد، اي ان نظام المدرسة هو امتداد لنظام الاسرة وبالتالي تطبق عليهم نفس النظم والقوائم المدرسية وهذا ما يجعلهم لا يختلفون في توافقتهم النفسي. وبما ان المدرسة هو امتداد لنظام الاسرة. بمعنى ان اسلوب المعاملة والظروف الاجتماعية تاتر بشكل متقارب على الطلبة في توافقتهم النفسي الشخصي والاجتماعي والاسري. ووجود التلاميذ في صفوف الاقسام النهائية ويقوم بتدريسهم نفس استاذ المادة على الرغم من اختلاف المناهج والمواد الدراسية التي يدرسونها، لكنها متنوعة وتلبي للتلاميذ من كل تخصص حاجاتهم ومطالب نموهم هذا ما يجعلهم الا يختلفون في توافقتهم النفسي.

حيث اتفقت نتائج هذه الفرضية مع دراسة "صفاء منير 1989" التوافق النفسي لدى طالبات المدينة الجامعية بالأزهر وعلاقته بمتغيرات التفوق المدرسي، التخصص، مدة الإقامة بالمدينة الجامعية" توصلت الى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية في التوافق النفسي حسب التخصص.

### 5- عرض ومناقشة وتحليل الفرضية الخامسة.

تنص على انه: توجد فروق دالة احصائياً في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب (معيد/اول مرة) لدى المقبلين على البكالوريا بثانوية بن حمادي باقروت. جدول رقم (16) يمثل الفرق في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب.

المتغير	وضعية الطالب	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدالة الاحصائية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	اول مرة	49	110.43	12.50	0.32	0.15	غير دال
	معيد	61	109.57	14.99			

نلاحظ من خلال الجدول ان قيمة (ت) قد بلغت (0.32) وهي قيمة غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) وعليه يمكننا القول انه لا توجد فروق دالة احصائياً في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب.

بحيث اسفرت النتائج عكس ذلك تبين لنا انه لا توجد فروق دالة احصائياً في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب لاول مرة يجتاز امتحان البكالوريا او معيد وترجع هذه

النتائج الى كون المراهق (التلميذ) سواء كان معيد او غير معيد تمر عليه نفس التغيرات الفيزيولوجية والجسمية لهذا اذا انخفضت عند التلميذ الغير معيد تتخفص عند المعيد لانهم يدرسون في نفس المؤسسة ولديهم نفس الرغبات والطموحات والاهداف لذا عندهم مستوى واحد في التوافق النفسي سواء كانوا معيدين او غير معيدين بالاضافة الى انه لا يوجد اختلاف في المناهج والمواد الدراسية وكذلك الحجم الساعي ويمكن ان ترجع السبب الى ان جميع الطلبة في كلا الوضعيتين لديهم رغبة قوية في النجاح كما يمكن اعتبار التوافق النفسي هو العامل الاساسي في عدم وجود فروق بينهم.

ودرستنا هذه تنطبق مع دراسة الغامدي 2009" التفكير العقلاني والغير العقلاني ومفهوم التوافق النفسي لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسيا والمعيدين " وتوصلت الى عدم وجود علاقة ارتباطية بين المتفوقين والمعيدين في كل من التفكير والتوافق النفسي حسب الوضعيه.

كما اتفقت هذه الفرضية مع دراسة " جيندال ومودسلي (2000) بعنوان التوافق النفسي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى التلاميذ المعيدين والمتفوقين دراسيا على عينة بلغت 244 تلميذ الى عدم ووجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي للمعيدين.

### الاستنتاج العام:

توصلنا من خلال النتائج التي تحصلنا عليها من الدراسة الميدانية الى تدعيم الجانب النظري الذي تعرضنا من خلاله الى متغيرات البحث المتمثلة في المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بحيث لا يمكن للانسان ان يعيش منعزل عن غيره من البشر لانه مفطور عن الاجتماع مع غيره والاتصال بهم وعلى تبادل المنفعة معهم، فيشبع بذلك حاجاته ويسهم في اشباع حاجات الاخرين فالامداد للمساندة الاجتماعية بسيطة تبدا بفردين وتتسع دوائرها حتى تصل الى العالم اجمع حيث ان المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الاخرين سواء في الاسرة او خارجها تعد عاملا هاما في صحته النفسية التي تدل على الاستقرار في شتى المحاولات الاسرية، المهنية والمدرسية، تبقى المدرسة الوسط الذي ينمو فيه التلميذ والمراهق خارج الاسرة بحيث يقضون فترة طويلة هناك حيث ان المدرسة تهدف الى تكوين شخصية المراهق ورعاية نموه النفسي والعمل على تحرير طاقتهم واستعداداتهم واستغلالها في المجال الدراسي من اجل النجاح وتحقيق مستوى عالي من التوافق النفسي، وعلى القائمين بتربية المراهقين العمل على مساندة من اجل العطاء والتفكير وذلك في جو نفسي يشجع على الدراسة بحيث موضوع التوافق النفسي والمساندة الاجتماعية موضوع واسع يتطلب الكثير من البحث والدراسة ولهذا يجب على جميع المؤسسات التربوية خاصة في الطور الثانوي توفير جو وظروف مناسبة للنمو النفسي السليم وذلك لضمان توافق نفسي ومساندة اجتماعية جيدة وبهذا تكون رغبة قوية نحو التعلم.

وفي الاخير نرجو ان تكون دراستنا قد سهمت ولو بالقليل في اثراء معلومات الطالب المتمدرس في علم النفس خاصة بما يتعلق موضوع التوافق النفسي والمساندة الاجتماعية وذلك من اجل التطرق الى دراسات اخرى.

## التوصيات والاقتراحات:

نستنتج من خلال احتكاكنا بعينة الدراسة ميدانيا رايانا ان التلاميذ في مرحلة المراهقة بحاجة ماسة الى رعاية نفسية واجتماعية وتربوية, ومن خلال هذه النظرة استخلصنا بعض التوصيات والاقتراحات التي يوصي بيها الباحث ومن بينها:

-ان تزيد المدارس من درجة اهتمامها بالطلاب وخاصة طلاب الثانوية من حيث الابعاء والضغوط الدراسية التي قد تكون واقعة على كاهلهم.

-ان يقوم المربون والمرشدون بالاهتمام بالطلاب والمحافظة على درجة سليمة حتى لا يقعوا في ازمات وضغوط فوق درجة تحملهم والمحافظة على صحتهم النفسية.

-ان تزيد المدارس من درجة الاهتمام بالبرامج الارشادية من خلال الدعم النفسي والاجتماعي للطلبة خصوصا المقبلين على امتحانات البكالوريا.

-ان تزيد المدارس من الاهتمام بمصادر المساندة الاجتماعية كما كشفتها الدراسة الحالية من خلال اعداد برامج ارشادية وتدخلات مناسبة بما يكفل تجنب الابعاء .

-تكثيف برامج التوعية للاهل حول مشاكل المراهقة والمشاكل التي يتعرضون لها ليتسنى لهم التعامل معها بطريقة سليمة وممنهجة.

-ان تقوم المدارس بتشجيع الطلاب على دعم بعضهم البعض وحل مشاكلهم بانفسهم حتى يكونو سندا لبعضهم البعض عند الحاجة.

-التاكيد على دور المساندة الاجتماعية من الاهل والاصدقاء من اجل التخفيف من الابعاء الواقعة على المراهقين.

-الاهتمام بالتربية الاسرية والتنشئة الاجتماعية حيث ان الاسرة هي النواه والقالب الاجتماعي الاول التي تؤصل وتعضد وتغذي الشخصية الانسانية فيستطيع الوالدان من خلال اساليب ومعاملة والديه مختلفة ان ينمو السلوك السوي والعلاقات الاجتماعية السوية لابنائهم والتي تنعكس ايجابا على صحتهم النفسية والتعامل مع الضغوط التي قد تواجههم في الحياة المدرسية والاجتماعية.

# قائمة المصادر والمراجع

1. ابن منظور و ابو الفضل جمال الدين (1990)، لسان العرب، المجلد1، ط1، دار المصادر، بيروت لبنان.
2. أحمد عزت رابح (1999)، أصول علم النفس، ط3، دار المعارف، القاهرة.
3. أشرف محمد عبد الغاني شريت(2006)، الصحة النفسية بين الاطار النظري والتطبيقات الاجرائية، ب ط، مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع، الاسكندرية.
4. الشناوي محمد محروس، وعبد الرحمان محمد السيد(1994)، المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، ط1، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
5. السرسى اسماء (2001)، مقياس المساندة الاجتماعية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
6. الحسين اسماء عبد العزيز(2002)، المدخل الميسر الى الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق، ط1، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع، الرياض، المملكة.
7. بشرى اسماعيل(2004)، المساندة الاجتماعية والتوافق المهني، القاهرة مكتبة الانجلو المصرية.
8. بطرس حافظ بطرس(2008)، التكيف والصحة النفسية للطفل، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، عمان، الأردن.
9. سليمان عبد الواحد ابراهيم(2016)، الصحة النفسية وتطبيقاتها في المؤسسات التربوية للمعلم والمتعلم، عمان.
10. صبرة محمد علي(2003)، الصحة النفسية والتوافق النفسي، دار المعرفة الجامعة المعرفية، مصر.
11. صالح حسين الدهري(2005)، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر، ط2، بدون بلد النشر.
12. صالح حسين الدهري(1999)، الشخصية والصحة النفسية، ط1، مؤسسة حمادة للدراسات الجامعية للنشر والتوزيع، الاردن
13. عبد الله محمد قاسم(2001)، مدخل الى الصحة النفسية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.

14. عبد الرحمان العيساوي(2001)، **الجديد في الصحة النفسية، منشأة المعارف الاسكندرية.**
15. علي عبد السلام علي(1997): **المساندة الاجتماعية ومواجهة احداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات المتزوجات مجلة دراسات نفسية، ط2، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية.**
16. زهران حامد عبد السلام(1977):**الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط1، عالم الكتب، القاهرة.**
17. زغير رشيد(2010): **الصحة النفسية والمرض النفسي والعقلي ط1، دار الثقافة ، عمان.**
18. زينب شقير(2005)، **العنف والاختراب النفسي بين النظرية والتطبيق، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.**
19. فايد حسين علي محمد(2001): **دراسات في الصحة، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية.**
20. فهمي مصطفى(1990):**الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، ط2، القاهرة.**
21. القريطي عبد المطلب(2003)، **في الصحة النفسية، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.**
22. مصطفى فهمي(1987)، **الصحة النفسية في المدرسة والمجتمع والأسرة، ط2، دار الثقافة، القاهرة.**
23. مروان أبو حويج و عصام الصفدي(2009)، **المدخل إلى الفلسفة، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، عمان.**
24. سيد خير الله (1990)، **بحوث نفسية وتربوية، دار النهضة العربية للطباعة و النشر والتوزيع.**
25. عبد الحميد محمد الشادلي(2001)، **التوافق النفسي للمسنين، المكتبة الجامعية الاسكندرية.**

26. عبد الحميد محمد الشادلي(2001)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتب العلمي للكمبيوتر، الاسكندرية مصر.
27. عبد اللطيف مدحت(1990)، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، دار المعرفة ، الاسكندرية، مصر.
28. حامد عبد السلام زهران(1995)، علم النفس النمو الطفولة والمراهقة، علم الكتب، القاهرة.
29. حامد عبد السلام زهران(1997)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، الطبعة الثالثة، القاهرة.
30. سهير كامل أحمد(1999)، الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر.
31. كمال الدسوقي(1974) علم النفس ودراسة التوافق، دار النهضة العربية للنشر، لبنان.
- الرسائل والأطروحات الجامعية
1. عبد الكريم فرح مبروك(2001)، استخدام المساندة الاجتماعية لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي و الصحي لدى المسنين، دراسة تجريبية، رسالة دكتوراه، كلية الأدب جامعة القاهرة.
2. ليلي أحمد وافي (2006)، الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بمستوى التوافق النفسي لدى الأطفال المكفوفين، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.
3. بلحاج فروجة(2011)، التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، مذكرة لنيل شهادة ماجستير، جامعة تيزي وزو.
4. محمد ، جيهان (2002)، دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القاهرة ، كلية الآداب.
5. عزة عبد الحميد(1996)، المساندة الاجتماعية وضغط العمل وعلاقة كل منها برضا المعلم عن العمل، رسالة دكتوراه(غير منشورة)، كلية التربية جامعة الزقازيق.

6. دياب مروان(2006)، دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الاحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، رسالة ماجستير،الجامعة الاسلامية.
7. مها جاد الله حسن(2004)، المساندة الاجتماعية كما يدركها التلاميذ المرحلة الابتدائية وتأثيرها على التوافق المدرسي والتحصيل الدراسي في الحساب، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة الاسكندرية.

## المجلات

1. فايد حسين علي محمد(1998): الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة والاعراض الاكتئابية، مجلة دراسات نفسية، مجلد8 العدد2، رابطة الاخصائيين النفسيين الهيئة المصرية.
2. علي سهير محمد(2008)، العلاقة بين استخدام خدمة الفرد الجماعية وزيادة المساندة الاجتماعية، مجلة كلية التربية والآداب، ج2، يوليو2008 .
3. شحومي عبد الله (1989)، التوافق النفسي عند المعاق، مجلة التربية الجديدة، كتب البوتيسكر الإقليمي للتربية.
4. محمد حسين علي(1998)، الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة والاعراض الاكتئابية، مجلة دراسات نفسية، مجلد8، العدد8، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية.
5. ملكوش ، رياض(2000)، الدعم الاجتماعي والتكيف الطلابي لدي طلبة الجامعة الأردنية ، مجلة دراسات العلوم الإنسانية ، مجلد27 ، عدد1.
6. علي علي عبد السلام(2000): المساندة الاجتماعية واحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية، مجلة علم النفس، العدد الثالث والخمسون،س4 الهيئة المصرية العامة للكتاب.
7. عماد مخيمر(1997)، الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسطية في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد 7، العدد 17، القاهرة ،الجمعية المصرية للدراسات النفسية.

8. عواطف شوكت(2002)، المساعدة الاجتماعية وعلاقتها بالوحدة النفسية والتفائل والتشاؤم لدى المسنين والمقيمين بدور الرعاية، دراسة مقارنة، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الاجتماعية.

9. علاء الدين جهاد(2004)، التوافق النفسي للمتعاقد من كبار السن الأردنيين العاملين وغير العاملين من كلا الجنسين، مؤتة البحوث والدراسات، المجلد19، العدد7. المراجع الأجنبية:

1. Cobb،S(1976) Sociale support as amerator of life stress psychosomatic 38،300\_314.
2. Caplan ،g.(1974) support systems community and community mental health، new yourk.
3. Libarman،m.a.1982: the effects of social supports on response to stress in I .coolderger & s. brezemitz (eds) handbook of stress theoretical and clinical aspects، the free press، new york،p 29،112.
4. Norbek،j.s.& et al .(1983) : the development of an entrustment to measure social support nursing research . p. 5 .
5. Sarason i. ; Levine، h ; basham .r;sarason ، b 1983 asseaing social support ; the social support questionnaire . journal of personality and social psychology ، 44 ، 1 ، 127- 139 .

الله حق

## الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة احمد دراية-ادرار-

ملحق رقم -1-

مقياس التوافق النفسي

كلية العلوم الاجتماعية

في اطار التحضير لنيل شهادة ماستر في علم النفس المدرسي تحت عنوان (دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو اوقروت) فنرجو من الطلاب الاعزاء المساهمة في انجاز هذا العمل وشكرا.

**\*البيانات الخاصة**

الاسم: السن:

التخصص الدراسي:

علمي ادبي

الاعادة: نعم لا

اخي العزيز.....اختي

العزيزة.....

هل تود ان تعرف شيئا اكثر عن شخصيتك؟

اليك بعض المواقف التي تقابلك في حياتك العامة، لذا نرجو التعرف على كل موقف بدقة

وتحديد درجة انطباق كل منها على حالتك:

\*تنطبق تماما \*تنطبق احيانا \*لا تنطبق

حاول ان تحدد الاجابة التي تتفق مع طريقتك المعتادة في التصرف والشعور الصادر منك اتجاه كل موقف.

فاذا اجبت بأمانة ودقة على جميع المواقف فسيكون من الممكن ان تعرف نفسك معرفة جيدة.

اجب بوضع علامة (×) تحت الاختيار المناسب، لا تترك موقف بدون الاجابة عليه، لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة.  
\*معلوماتك سرية للغاية.

شكرا لتعاونك.

لل

لا تتطبق	متردد احيانا	نعم تتطبق	العبارة
			1 هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟
			2 هل انت متفائل بصفة عامة؟
			3 هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الاخرين؟
			4 هل انت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة؟
			5 هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟
			6 هل تتطلع لمستقبل مشرق؟
			7 هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟
			8 هل انت سعيد وبشوش في حياتك؟
			9 هل تشعر أنك محظوظ في الدنيا؟
			10 هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء امام الناس؟
			11 هل تحب الاخرين وتتعاون معهم؟
			12 هل انت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟
			13 هل انت ناجح ومتوافق مع الحياة؟
			14 هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟
			15 هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟
			16 هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟
			17 هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
			18 هل تعتبر نفسك عصبي المزاج الى حد ما؟
			19 هل تميل الى ان تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟

			هل تشعر بنوبات صداع او غثيان من وقت لآخر؟	20
			هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟	21
			هل لديك قدرات ومواهب متميزة؟	22
			هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية؟	23
			هل انت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم)	24
			هل تساعدك صحتك على مزاولة الاعمال بنجاح؟	25
			هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الاصابة بالمرض؟	26
			هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟	27
			هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (او تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟	28
			هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الاظافر والغمز بالعين)	29
			هل تشعر بصداع او الم في راسك من وقت لآخر؟	30
			هل تشعر احيانا بحالات برودة او سخونة؟	31
			هل تعاني من مشاكل او اضطرابات الاكل (سوء هضم، فقدان شهية، شره عصبي)	32
			هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟	33
			هل تشعر بالاجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر؟	34
			هل تتصبب عرقا (او ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل؟	35
			هل تشعر احيانا أنك قلق واعصابك غير موزونة؟	36
			هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟	37
			هل تشعر احيانا بصعوبة في النطق والكلام؟	38
			هل تعاني من امساك (او اسهال) كثيرا؟	39

			40 هل تشعر بالنسيان (او عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر؟
			41 هل تشعر انك متعاون مع اسرتك؟
			42 هل تشعر بالسعادة في حياتك وانت مع اسرتك؟
			43 هل انت محبوب من افراد اسرتك؟
			44 هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في اسرتك؟
			45 هل تحترم اسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟
			46 هل تفضل أن نقضي معظم وقتك مع اسرتك؟
			47 هل تأخذ حقاك من الحب والعطف والحنان والأمن من اسرتك؟
			48 هل التفاهم هو اسلوب التعامل بين اسرتك؟
			49 هل تحرص على مشاركة اسرتك افراحها واحزانها؟
			50 هل تشعر أن علاقتك مع افراد اسرتك وثيقة وصادقة؟
			51 هل تفتخر أمام الاخرين أنك تنتمي لهذه الاسرة؟
			52 هل انت راض عن ظروف الاسرة الاقتصادية (والثقافية)؟
			53 هل تشجعك اسرتك على اظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟
			54 هل افراد اسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما؟
			55 هل تشجعك اسرتك على تبادل الزيارات مع الاصدقاء والجيران؟
			56 هل تشعرك اسرتك انك عبء ثقيل عليها؟
			57 هل تتمنى احيانا ان تكون لك اسرة غير اسرتك؟
			58 هل تعاني من كثير من المشاكل داخل اسرتك؟
			59 هل تشعر بالقلق او الخوف وانت داخل اسرتك؟
			60 هل تشعر بأن اسرتك تعاملك على انك طفل صغير؟
			61 هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع

			الآخرين؟	
			هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟	62
			هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63
			هل تتمنى بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	64
			هل تحترم رأي زملائك وتعمل به اذا كان رأيا صائبا؟	65
			هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟	66
			هل تعتذر لزميلك اذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67
			هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	68
			هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟	69
			هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على ارضائهم؟	70
			هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟	71
			هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوق؟	72
			هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لان وعد الحر دين عليه؟	73
			هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الصديق والجيران؟	74
			هل تفكر كثيرا قبل ان تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (او ترفضه)؟	75
			هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76
			هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟	77
			هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (او ترتبك اثناء الحديث امامهم)؟	78
			هل تتخلى عن اسداء النصيح لزميلك خوفا من يزعل منك؟	79
			هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض	80

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة احمد دراية-ادرار-

ملحق-2-

مقياس المساندة الاجتماعية

كلية العلوم الاجتماعية

في اطار التحضير لنيل شهادة ماستر في علم النفس المدرسي تحت عنوان (دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو او قروت) . نضع بين يديك هذا الاختبار راجين منك قراءة كل فقرة والاجابة عليها بصراحة تامة بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة وتأكد انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وأنتك ستسعدنا بإعطاء رأيك في انجاز البحث العلمي.

البيانات الخاصة

الاسم:

السن :

التخصص الدراسي:

ادبي

علمي

الاعادة: نعم لا

فيما يلي مجموعة من العبارات توضح المناخ الذي يسود الاسرة، ويوجد امام كل عبارة ميزان تقدير على الوجه التالي:

كثيرا الى حد ما نادرا مطلقا

نرجو الاجابة كما هو موضح في المثال التالي:

1 يشاركوني التفكير في حل اي مشكلة اتعرض لها كثيرا الى حد ما نادرا مطلقا

أ الاسرة والاقارب

ب الاصدقاء

ج الجيران

د مؤسسات المجتمع

الرقم	العبرة	كثيرا	الى حد ما	نادرا	مطلقا
1	يشاركوني التفكير في حل اي مشكلة اتعرض لها:				
أ	الاسرة و الاقارب				
ب	الاصدقاء				
ج	الجيران				
د	مؤسسات المجتمع				
2	ينصتون الي باهتمام عندما اتحدث اليهم:				
أ	الاسرة و الاقارب				
ب	الاصدقاء				
ج	الجيران				
د	مؤسسات المجتمع				
3	يقدمون لي كل ما احتاج اليه:				
أ	الاسرة و الاقارب				
ب	الاصدقاء				
ج	الجيران				
د	مؤسسات المجتمع				
4	يقفون بجانبني عند المحن والصعاب:				
أ	الاسرة و الاقارب				
ب	الاصدقاء				
ج	الجيران				
د	مؤسسات المجتمع				

				يشعرونني بثقتي بنفسي:	5
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يشعرونني بالرضا والارتياح تجاه ما اقوم به من اعمال:	6
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يخففون عني اي ضغط عصبي ينتابني:	7
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يشعرنني الناس بثقتهم بي:	8
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يساعدونني في الاعتماد على نفسي:	9
				الاسرة والاصدقاء	أ

				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				10	يقضون وقتا طيبا وممتعا معي:
				أ	الاسرة والمجتمع
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				11	يشعرونني بتفاؤل كبير تجاه مستقبلي في الحياة:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				12	يساندونني في المواقف الاليمة:
				أ	الاسرة الاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				13	يجعلوني افقد ثقتي في مواجهة مواقف الحياة:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع

				يساعوني في اتخاذ القرارات الهامة:	14
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				لم يتركوني منذ ان وصلت الى الثالثة ثانوي:	15
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				اعتمد على نصائحهم في اوقات الشدة والازمات:	16
				الاسرة والاصدقاء	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				صدق مشاعرهم يدفعني لتحمل الالم:	17
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يدعمون شعوري بالوحدة والفراغ عند تكرار المصائب:	18
				الاسرة والاقارب	أ

				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				19	أشعر بالراحة والامان وانا بين:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				20	الذي وقف بجانبني عند الدراسة:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				21	اشعر انه بالإمكان الوثوق بالمحيطين بي:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				22	يشاركوني افراحي:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع

				يشاركوني احزاني:	23
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يشعرون بالاستياء والحزن حينما أصاب بمرض أو أذى:	24
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يعززون شعوري بعدم حضور المناسبات الاجتماعية:	25
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يشعرونني بان علاقاتي مع الاخرين ذات معنى:	26
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يساعدوني في مواجهة المشكلات التي يسببها	27

				رفقائي في القسم:	
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				اشعر انهم يظلمونني بأفكارهم ومعتقداتهم وعاداتهم:	28
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يقدمون لي أنشطة ترفيهية متنوعة وهادفة:	29
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يدعمونني في تنمية علاقاتي الاجتماعية:	30
				الاسرة الأقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يدعمونني في الاتصال بالآخرين:	31
				الاسرة والاقارب	أ

				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				32	يقومون بزيارتي باستمرار:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				33	يزودوني بالأفكار والمعلومات التي احتاج اليها:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				34	يساندونني اوقات الضيق والشدة:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع
				35	يخففون عني الالام والهموم التي تصيبني:
				أ	الاسرة والاقارب
				ب	الاصدقاء
				ج	الجيران
				د	مؤسسات المجتمع

				يخصصون جزءا من وقتهم لمناقشة أموري الخاصة:	36
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يتصدون معي لتدخلات رفقائي بالدراسة:	37
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يدعمونني بالمال حينما اكون في ضائقة:	38
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يوفرون لي الدعم اللازم للقيام بمسؤولياتي المتعددة بعد فشلي في الدراسة:	39
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				اجدهم مقصرين في توفير الدعم المادي:	40

				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				اجدهم مقصرين في توفير الدعم المادي:	41
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يسلبون حقي في المحافظة على نجاحي:	42
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يساعدوني في التخلص من المعاملات الروتينية التي تعيق حصولي على الدعم المادي:	43
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				اشعر انهم يقدرون كفاحي في الحياة:	44
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب

				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يدعمون فكرة مشاركة زملائي في القسم:	45
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د
				يجبروني بالتعامل مع زملائي في القسم:	46
				الاسرة والاقارب	أ
				الاصدقاء	ب
				الجيران	ج
				مؤسسات المجتمع	د

```

CORRELATIONS
/VARIABLES=sommem m1 m2 m3 m4
/PRINT=TWOTAIL NOSIG
/MISSING=PAIRWISE.

```

## Correlations

otes		28-MAY-2019 12:48:11
Output Created		
Comments		
Input	Data	C:\Users\adrar\Desktop\التقرير النهائي.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	112
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=sommem m1 m2 m3 m4 /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00,03
	Elapsed Time	00:00:00,03

**Correlations**

		sommem	m1	m2	m3	m4
sommem	Pearson Correlation	1	.804**	.822**	.746**	.750**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	110	110	110	110	110
m1	Pearson Correlation	.804**	1	.625**	.511**	.535**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000
	N	110	110	110	110	110
m2	Pearson Correlation	.822**	.625**	1	.519**	.584**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000
	N	110	110	110	110	110
m3	Pearson Correlation	.746**	.511**	.519**	1	.549**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000
	N	110	110	110	110	110
m4	Pearson Correlation	.750**	.535**	.584**	.549**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	110	110	110	110	110

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
GET
FILE='C:\Users\adRAR\Desktop\التفريغ النهائي.sav'.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
CORRELATIONS
```

```

/VARIABLES=sommet b1 b2 b3 b4
/PRINT=TWOTAIL NOSIG
/MISSING=PAIRWISE.

```

## Correlations

		Notes
Output Created		28-MAY-2019 12:37:48
Comments		
Input	Data	C:\Users\adrar\Desktop\التفريغ النهائي.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	112
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=sommet b1 b2 b3 b4 /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02

[DataSet1] C:\Users\adrar\Desktop\التفريغ النهائي .sav

**Correlations**

		sommet	b1	b2	b3	b4
sommet	Pearson Correlation	1	.716**	.612**	.587**	.593**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	110	110	110	110	110
b1	Pearson Correlation	.716**	1	.414**	.155	.155
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.106	.106
	N	110	110	110	110	110
b2	Pearson Correlation	.612**	.414**	1	.092	-.030-
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.338	.755
	N	110	110	110	110	110
b3	Pearson Correlation	.587**	.155	.092	1	.380**
	Sig. (2-tailed)	.000	.106	.338		.000
	N	110	110	110	110	110
b4	Pearson Correlation	.593**	.155	-.030-	.380**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.106	.755	.000	
	N	110	110	110	110	110

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```

GET
  FILE='C:\Users\adrar\Desktop\التفريغ النهائي.sav'.
DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.
CORRELATIONS
  /VARIABLES=b1 b2 b3 b4 b5 b6 b7 b8
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.

```

## Correlations

Notes		
Output Created		27-MAY-2019 12:03:53
Comments		
Input	Data	C:\Users\adrar\Desktop\التفريغ النهائي.sav
	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	115
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.

	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=b1 b2 b3 b4 b5 b6 b7 b8 /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00,03
	Elapsed Time	00:00:00,03

[DataSet1] C:\Users\adrar\Desktop\التفريغ النهائي.sav

**Correlations**

		b1	b2	b3	b4	b5	b6	b7	b8
b1	Pearson Correlation	1	.412**	.161	.155	-.041-	-.094-	.125	.041
	Sig. (2-tailed)		.000	.095	.108	.672	.329	.195	.675
	N	109	109	109	109	109	109	109	109
b2	Pearson Correlation	.412**	1	.092	-.030-	.013	-.097-	.071	.033
	Sig. (2-tailed)	.000		.338	.755	.893	.314	.459	.729
	N	109	110	110	110	110	110	110	110
b3	Pearson Correlation	.161	.092	1	.380**	.182	.149	.092	.070
	Sig. (2-tailed)	.095	.338		.000	.058	.120	.339	.468
	N	109	110	110	110	110	110	110	110
b4	Pearson Correlation	.155	-.030-	.380**	1	.301**	.289**	.117	.100

	Sig. (2-tailed)	.108	.755	.000		.001	.002	.224	.300
	N	109	110	110	110	110	110	110	110
b5	Pearson Correlation	-.041-	.013	.182	.301**	1	.625**	.511**	.535**
	Sig. (2-tailed)	.672	.893	.058	.001		.000	.000	.000
	N	109	110	110	110	110	110	110	110
b6	Pearson Correlation	-.094-	-.097-	.149	.289**	.625**	1	.519**	.584**
	Sig. (2-tailed)	.329	.314	.120	.002	.000		.000	.000
	N	109	110	110	110	110	110	110	110
b7	Pearson Correlation	.125	.071	.092	.117	.511**	.519**	1	.549**
	Sig. (2-tailed)	.195	.459	.339	.224	.000	.000		.000
	N	109	110	110	110	110	110	110	110
b8	Pearson Correlation	.041	.033	.070	.100	.535**	.584**	.549**	1
	Sig. (2-tailed)	.675	.729	.468	.300	.000	.000	.000	
	N	109	110	110	110	110	110	110	110

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.674	8

## مستخلص الدراسة

هدفت الدراسة الى معرفة دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي لدى طلبة البكالوريا بثانوية بن حمادي حمو اوقروت. وللقيام بهذه الدراسة قام الباحث باستعمال المنهج الوصفي واستخدام مقياسين (مقياس المساندة الاجتماعية لرولا هاشم ومقياس التوافق النفسي لزوينب شقير).

وقد اسفرت نتائج هذه الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، وعدم وجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب الجنس، ووجود فروق دالة احصائيا في المساندة الاجتماعية حسب الجنس، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائيا في التوافق النفسي حسب التخصص، وعدم وجود فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي حسب وضعية الطالب. وفي ضوء ذلك تمت مناقشة النتائج ومقارنتها بالدراسات السابقة.

**الكلمات المفتاحية :** المساندة الاجتماعية، التوافق النفسي

### Résumé de l'étude

L'objectif de cette étude à déterminer le role de soutien à la compatibilité psychologique des étudiant Ben Hmadi hamo aougrou.

Pour réalisé cette étude on à utilisé le questionnaire de soutien social et le questionnaire de compatibilité psychologique.

L'étude à démontré que se suit

\*il existe pas une corélation statistiquement sinicative de compatibilité psychologique et soutien social .et aucun difference statistiqment sinicative selon les donneé personelle étudiant.

\*il existe que une difference statistique sinificative de soutien social selon le sexe.

**Les mots clé :** soutien social, la compatibilité psychologique

### abstract of the study

The objective of this study to determine the role of support to the psychological compatibility of students Ben Hmadi hamo aougrou.

For this study, the social support questionnaire and the psychological compatibility questionnaire were used.

The study demonstrated that follows

There is no statistically sinicative corelation of psychological compatibility and social support and no statistically sinicative difference according to the personal study.

\*There is a sinistic statistical difference in social support by sex.