وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعـة غـرداية

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية و الأورطفونيا

المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

– دراسة ميدانية بمتقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة–

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي

تخصص علم النفس المدرسي

من إعداد الطالبة :

– شيماء نقيشة

إشراف الدكتور :

– رشيد سعادة

الاسم و اللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الصفة
حروز حروز	أستاذ محاضر	جامعة غرداية	رئيسا
رشيد سعادة	أستاذ محاضر	جامعة غرداية	مشرفا و مقررا
عبد العزيز شيخي	أستاذ محاضر	جامعة غرداية	عضو مناقشا

السنة الجامعية: 1445 ـ 1446 هـ / 2024 ـ 2025 م

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعـة غـرداية

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية و الأورطفونيا

المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

– دراسة ميدانية بمتقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة–

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي

تخصص علم النفس المدرسي

من إعداد الطالبة :

– شيماء نقيشة

إشراف الدكتور :

– رشيد سعادة

الاسم و اللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الصفة
حروز حروز	أستاذ محاضر	جامعة غرداية	رئيسا
رشيد سعادة	أستاذ محاضر	جامعة غرداية	مشرفا و مقررا
عبد العزيز شيخي	أستاذ محاضر	جامعة غرداية	عضو مناقشا

السنة الجامعية: 1445 ـ 1446 هـ / 2024 ـ 2025 م

شكر وعرفان

الحمد لله وحده لا شريك له الذي هدانا إلى الصراط المستقيم وسدد خطانا تقدم بشكرنا الجزيل و تقديرنا الكبير لكل المجهودات التي بذلت من طرف عائلاتنا وأستاذنا الفاضل سعادة رشيد الحمد لله على حلمه ورحابة صدره ، ومؤازرته لنا من خلال توجيهاته وإرشاده للخروج بهذا العمل كما نتقدم بجزيل الشكر لأسرة علم النفس وإلى الأساتذة الكرام .

كما نتقدم بشكرنا الخالص إلى الدكتورة بوسعيد مليكة وأولاد حيمودة جمعة وبوبعاية يمينة أساتذة علم النفس على المجهودات والتوجيهات التي قدموها لنا أثناء فترة الدراسة وازكى تحية و ابلغ شكر نقدمه إلى صاحبي الأنامل الذهبية رزقي سماحي و إلى سيبار القدس على تقديم يد المساعدة في المرحلة النهائية لإعداد مذكرة التخرج ، و الى كل من ساهم في عملنا من قريب أو من بعيد كل واحد باسمه في إنجاح هذا العمل ليكون سندا ثقافيا يحظى بالمطالعة

و شكر خاص إلى اللجنة التي قبلت مناقشة مذكرتنا

شيمـــاء

الحمد لله حمدا كثرا عدد خلقه و زينة عرشه ومداد كلماته و صلى الله على النبي العربي محمد عليه أزكى صلاة وسلام

أهدي ثمرة جهدي إلى الروح التي طالما إلى مهجتي عيني إلى من انتظر هذه اللحظة و لم يشهدها إلى روح والدي رحمه الله إلى التي تعاضمت تضحياتها حتى بلغت عنان السماء إلى من علمتني الصبر و الطيبة أمي الغالية رحمها الله

إلى مرشدي في كل خطوة أخطوها في الحياة أخي عبد القادر ويحي

إلى قرة عيني وسويداء قلبي محجوبة مباركة وريحة

إلى التي امتزجت روحي بروحهم ابنائي فلدة كبدي محمد يافث، لينا وريان

إلى سندي المادي والمعنوي إلى الصدر الذي إذا جار الزمان علي يوما لم الجأ لسواهم لأنعم بطيب العيش عمر، الشيح مصطفي

إلى الصدر الذي لا يشتكي والشوق الذي لا ينطفئ عبد الله وسليمان

إلى من دفنت فيها غربة نفسي وغرست في قلبي حياة أمل بلا ملل عشة أمينة

و إلى طلبة علم النفس دفعة 2024 وإلى كل من عرفه قلبي ونسيه قلمي ...

شيمـــاء

الملخص

ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين مستوى المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة. وقد تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي، باستخدام أداتين لقياس كل من المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي. تكونت عينة الدراسة من (70) تلميذًا وتلميذة ينتمون إلى شعبتي العلوم الأدبية والعلمية. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى المساندة الاجتماعية كان مرتفعًا، في حين أن مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ كان متوسطًا. كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ضعيفة إلى متوسطة وذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي. ولم تُسجل فروق ذات دلالة إحصائية في كل من المساندة الاجتماعية أو التوافق النفسي تعزى إلى متغيري الجنس أو التخصص الدراسي. وقد أوصت الدراسة بأهمية تعزيز المساندة الاجتماعية داخل الوسط المدرسي، لما لها من دور في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ المقبلين على امتحان البكالوريا.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية، التوافق النفسي، تلاميذ الثانوي، الجنس، التخصص الدراسي.

Résumé:

Cette étude vise à examiner la nature de la relation entre le niveau du soutien social et l'ajustement psychologique chez les élèves de troisième année secondaire au lycée Cheikh Mohamed Belkebir, dans la wilaya d'El Menia. La méthode descriptive corrélationnelle a été adoptée, à travers deux échelles mesurant respectivement le soutien social et l'ajustement psychologique. L'échantillon comprenait 70 élèves des filières scientifiques et littéraires. Les résultats ont montré que le niveau de soutien social était élevé, tandis que le niveau d'ajustement psychologique était moyen. L'analyse des données a révélé une corrélation statistiquement significative, bien que faible à modérée, entre les deux variables. Aucune différence significative n'a été observée en fonction du genre ou de la spécialité. L'étude recommande de renforcer les dispositifs de soutien social au sein de l'environnement scolaire, afin de contribuer à un meilleur équilibre psychologique chez les élèves préparant l'examen du baccalauréat.

Mots-clés : soutien social, ajustement psychologique, élèves du secondaire, genre, spécialité.

فهرس المحتويات

الملخص ..... **III**

فهرس المحتويات ..... **V**

قائمة الجداول والأشكال والملاحق ..... **IX**

الفصل الأول : الاطار العام للدارسة **13**

مقدمة 14

إشكالية الدراسة 15

فرضيات الدراسة 17

أهداف الدراسة 18

أهمية الدراسة 19

التعاريف الإجرائية للمفاهيم الأساسية 19

الدراسات السابقة 20

دراسات تناولت المساندة الاجتماعية فقط 21

دراسات تناولت التوافق النفسي فقط 20

دراسات تناولت العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي 23

صعوبات الدراسة 24

الفصل الثاني : المساندة الاجتماعية 27

2.1 مفهوم المساندة الاجتماعية 28

2.2 أنواع المساندة الاجتماعية 29

2.3 مصادر المساندة الاجتماعية 31

2.4 وظائف المساندة الاجتماعية 33

2.5 نظريات المساندة الاجتماعية 35

الفصل الثالث : التوافق النفسي 38

3.1 مفهوم التوافق النفسي..... 39

3.1.1 التعريف الإجرائي للتوافق النفسي..... 40

3.2 أبعاد التوافق النفسي 40

3.3 العوامل المؤثرة في التوافق النفسي..... 42

3.4 العلاقة بين التوافق النفسي والتحصيل الدراسي 45

3.5 عوائق التوافق النفسي 46

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة..... 50

تمهيد : 51

1 – منهج الدراسة: 51

2 – حدود الدراسة: 51

3 – مجتمع الدراسة : 52

4 – الدراسة الاستطلاعية : 53

5 – أدوات الدراسة 55

6. عينة الدراسة الاساسية..... 64

7 – الأساليب الاحصائية : 66

خلاصة الفصل..... 68

الفصل الخامس: 69

عرض نتائج الدراسة وتحليلها ومناقشتها 69

1 - تمهيد 70

1 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الأول: 71

2 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية : 72

3 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة : 74
4 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة: 76
5 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة: 77
6 – عرض وتحليل نتائج الفرضية السادسة : 79
7 – عرض وتحليل نتائج الفرضية السابعة : 80
8 – الاستنتاجات العامة للدراسة 81
9 – توصيات الدراسة 82
10.مقترحات لدراسات مستقبلية.....84
قائمة المصادر و المراجع..... **85**
قائمة الملاحق **85**

قائمة الجداول

والأشكال والملاحق

قائمة الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1	توزيع افراد العينة للدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	53
2	توريع أفراد العينة الدراسة& الاستطلاعية حسب التخصص	54
3	يوضح المقياس الثلاثي لتحديد درجات الموافقة على كل عبارات الاستبيان.	56
4	علاقة كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية بالدرجة الكلية لمقياس	57
5	دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس المساندة الاجتماعية .	57
6	معامل ثبات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة الاتساق الداخلي	58
7	ثبات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة التجزئة النصفية .	58
8	يوضح المقياس الثنائي لتحديد درجات الموافقة على كل عبارات الاستبيان.	59
9	علاقة كل بعد من أبعاد مقياس التوافق النفسي بالدرجة الكلية لمقياس	61
10	دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس التوافق النفسي .	62
11	معامل ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة الاتساق الداخلي	63
12	ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة التجزئة النصفية .	63
13	جدول يمثل خصائص العينة من حيث الجنس	64
14	جدول يمثل خصائص العينة من حيث التخصص	65
15	الجدول يوضح نتائج قياس مستوى المساندة الاجتماعية .	69
16	جدول يوضح نتائج قياس مستوى التوافق النفسي	71

17	جدول معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي ودرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية .	73
18	جدول يوضح دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية تبعا لمتغير الجنس.	74
19	جدول يوضح دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس.	76
20	جدول يوضح دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية تبعا لمتغير التخصص.	77
21	جدول يوضح دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي تبعا لمتغير التخصص.	78
22	دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي تبعا لمتغير التخصص.	80

قائمة الملاحق:

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
1	استبيان المساندة الاجتماعية	87
2	استبيان التوافق النفسي	90

الفصل الأول : الاطار العام للدارسة

تمهيد

تُعد الدراسة التي بين أيدينا محاولة لفهم وتحليل قضية أو ظاهرة معينة تشغل مجتمع البحث العلمي أو الميداني في وقت معين. ويأتي هذا البحث في إطار سعي الباحث إلى تسليط الضوء على جانبٍ مهم من جوانب الواقع الذي يعيش فيه الإنسان، سواء كان اجتماعيًا، اقتصاديًا، سياسيًا، ثقافيًا، أو غيره من المجالات، ويهدف الإطار العام للدراسة إلى تحديد الحدود العريضة التي تتحرك ضمنها الظاهرة محل البحث، ووضع خريطة مبدئية للفهم العام لها قبل الدخول في التفاصيل والتحليلات الدقيقة. ومن خلال هذا الإطار، يتم رسم الخطوط الأساسية التي توضح السياق التاريخي، الاجتماعي، أو البيئي الذي تتشكل ضمنه المشكلة أو القضية قيد البحث.

وقد تم اختيار الموضوع بناءً على أهميته المتنامية في الوقت الحالي، وأثره البالغ في حياة الأفراد أو المجتمعات، فضلًا عن النقص الموجود في الدراسات السابقة أو الحاجة إلى تحديث الرؤى المتعلقة به. كما أن هذا الإطار يسهم في توجيه الباحث نحو المصادر والمراجع المناسبة، ويحدد العلاقات المحتملة بين المتغيرات المختلفة، مما يسهل عملية جمع البيانات وتحليلها لاحقًا، وباختصار، فإن الإطار العام للدراسة يُعد خارطة طريق توضح موقع الدراسة من الواقع ومن الدراسات السابقة، وتربط بين أهداف البحث ومشكلته وتساؤلاته، وهو ما يشكل أساسًا متينًا لبناء هيكل الدراسة بأكملها.

مقدمة

تُعدّ مرحلة التعليم الثانوي من أكثر مراحل الدراسة حساسية ولها أهمية في المسار الدراسي للمتعلم، لما تحمله من رهانات حاسمة على مستقبل التلميذ، خاصة في السنة النهائية التي تتوج بامتحان البكالوريا، بوصفه منعطفًا مصيريًا يُحدد غالبًا طبيعة المسار الجامعي أو المهني للطالب. وفي ظل هذه الضغوط، يجد التلميذ نفسه أمام تحديات نفسية كبيرة تضعه على محك التوازن النفسي والاجتماعي، مما يجعل مسألة التوافق النفسي ضرورة لا غنى عنها لضمان استمرارية الأداء الدراسي والقدرة على مواجهة الضغوط.

إن الفرد لا يعيش بمعزل عن محيطه الاجتماعي، بل يتأثر به ويتفاعل معه، ويستمد من هذا التفاعل الكثير من الدعم والاحتواء، الأمر الذي يجعل المساندة الاجتماعية واحدة من أهم العوامل المؤثرة في حياة الأفراد، خاصة المراهقين، الذين يكونون في أمسّ الحاجة إلى الإحساس بالأمان والانتماء والتقدير من قبل المحيطين بهم. ويتجلى ذلك بوضوح لدى تلاميذ الثالثة ثانوي، الذين يكونون عرضة لقلق الامتحانات، وتوترات التحصيل الدراسي، وصراعات الانتقال من المراهقة إلى الرشد. من هذا المنطلق، جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، قصد الإسهام في فهم طبيعة هذه العلاقة، ومدى تأثير الدعم الاجتماعي على توازنهم النفسي، وبالتالي على أدائهم الأكاديمي والاجتماعي.

إشكالية الدراسة

تُعدّ المنظومة التربوية في الجزائر من الركائز المحورية في دعم التنمية البشرية والاجتماعية، إذ لا تقتصر مهمتها على نقل المعرفة، بل تتعداها إلى بناء شخصية المتعلم وتنمية قدراته النفسية والاجتماعية بما يؤهله للتكيّف مع التغيرات المتسارعة التي تفرضها الحياة الحديثة. وقد عملت الإصلاحات التربوية التي شهدها النظام التعليمي الجزائري، خاصة منذ مطلع الألفية، على إدماج مقاربات بيداغوجية جديدة

تُراعي الحاجات النفسية والمعرفية للمتعلم، في محاولة للانتقال من التلقين إلى التفاعل، ومن التقييم الصارم إلى المرافقة والدعم (زهران، 1995، ص. 18).

ويُعد التعليم الثانوي من المراحل الأكثر حساسية في المسار التربوي، كونه يشكّل جسرًا بين التعليم العام والتعليم العالي أو المهني، ويُصادف فيه التلميذ تحولات نفسية ونمائية واجتماعية حادة، تتزامن مع استعداداته لاجتياز شهادة البكالوريا التي تُعتبر مفتاحًا للفرص الجامعية والمهنية المستقبلية. وفي هذا السياق، يُواجه تلاميذ السنة الثالثة ثانوي مجموعة من الضغوط النفسية والانفعالية المرتبطة بقلق الامتحان، المنافسة، التوتر العائلي، الخوف من الفشل، والمقارنة الاجتماعية، مما يجعلهم في حاجة ماسة إلى توازن نفسي يُمكّنهم من مجابهة هذه التحديات (Michaud et al., 2006, p. 43).

ومن بين المتغيرات التي كشفت عنها الدراسات الحديثة في دعم الصحة النفسية للمتعلم، تبرز المساندة الاجتماعية كعنصر حاسم في ضبط التوازن النفسي والتكيف. إذ يرى House (1981) أن المساندة الاجتماعية تتضمن المساعدة العاطفية والمعلوماتية والمادية التي يتلقاها الفرد من شبكته الاجتماعية وتُساهم في تعزيز ثقته بنفسه وتخفيف توتره. كما تُشير نظرية "العازل النفسي" لـ Cohen & Wills (1985) إلى أن المساندة الاجتماعية تُعدّ عاملًا واقيًا يُخفف من تأثير الضغوط النفسية، خاصة في المراحل الدراسية المصيرية.

وفي المقابل، يُعتبر التوافق النفسي انعكاسًا لقدرة الفرد على التفاعل المتزن مع محيطه ومشكلاته الداخلية، وتحقيق حالة من التوازن بين مطالبه الذاتية ومتطلبات البيئة الاجتماعية (Lazarus, 1980). وعليه، فإن ضعف المساندة الاجتماعية قد ينعكس سلبًا على التوافق النفسي للتلميذ، ويُضاعف من احتمالات الاضطراب، والعزلة، وفقدان الثقة بالذات.

بناءا على ما سبق جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على متغيري المساندة الاجتماعية و التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة و ذلك للاجابة على التساؤلات الآتية :

1 – ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بالكبير بولاية المنيعة ؟

2 – ما مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بالكبير بولاية المنيعة ؟

3 – ما طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية و التوافق النفسي لدى عينة الدراسة

4 – هل تختلف درجة المساندة الاجتماعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي باختلاف متغير الجنس ؟

5 – هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لمتغير الجنس ؟

6 – هل تختلف درجة المساندة الاجتماعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي تبعا لمتغير التخصص ؟

7 – هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بلكبير تبعا لمتغير التخصص ؟

فرضيات الدراسة

1 نتوقع مستوى مرتفع للمساندة الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بالكبير بولاية المنيعة.

2 نتوقع مستوى عال للتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمدينة المنيعة.

3 توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة احصائية بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة .

4 توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

5 توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

6 توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير التخصص.

7 توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير التخصص.

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف العلمية والتطبيقية، التي من شأنها أن تُسهم في فهم أعمق لمتغيري المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وتحديد طبيعة العلاقة بينهما. ويمكن تحديد أهم الأهداف فيما يلي:

- التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية التي يتلقاها تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمدينة المنيعة.
- الكشف عن الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية في ظل متغيري الجنس و التخصص .
- الكشف عن الفروق في مستوى التوافق النفسي في ظل متغييري الجنس و التخصص .
- الكشف عن درجة التوافق النفسي لدى نفس الفئة في ظل المتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بمرحلة التحضير للبكالوريا.
- دراسة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، ومدى دلالة هذه العلاقة من الناحية الإحصائية.
- فحص ما إذا كانت العلاقة بين المتغيرين تختلف باختلاف متغيري النوع الاجتماعي (ذكر / أنثى) والتخصص الدراسي (علمي / أدبي).

- تقديم مقترحات وتوصيات قد تساهم في دعم التلميذ نفسياً واجتماعياً في البيئة التربوية من خلال تعزيز شبكات الدعم الأسري والمدرسي.

أهمية الدراسة

تنبع أهمية هذه الدراسة من اعتبارها محاولة لفهم العوامل النفسية والاجتماعية التي تؤثر في الحياة الدراسية لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وهي مرحلة تُعد من أكثر المراحل حساسيةً وضغطًا في المسار التربوي للتلميذ إذ تبرز هذه الدراسة في تسليط الضوء على دور المساندة الاجتماعية في تعزيز الصحة النفسية لدى فئة حساسة من التلاميذ

- الأهمية النظرية : تمثل الدراسة الحالية إضافة جديدة في ظل الدراسات المهتمة بالمساندة الاجتماعية
- الوقوف على ابعاد التوافق النفسي لذى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي
- الاهمية التطبيقية : تفعيل مقياس المساندة الاجتماعية كأداة فاعلة لقياس المساندة الاجتماعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي الى جانب هذا امكانية اسهام نتائج الدراسة في تقديم برامج تهدف الى تنمية المساندة الاجتماعية وتوفير معلومات عن التوافق النفسي

التعاريف الإجرائية للمفاهيم الأساسية

لتفادي أي غموض مفاهيمي ولتحديد الإطار الذي تُستخدم فيه المصطلحات الأساسية لهذه الدراسة، نُقدّم فيما يلي التعاريف الإجرائية لأهم المفاهيم المتداولة:

المساندة الاجتماعية : يشير هذا المفهوم إلى مجموع أشكال الدعم التي يتلقاها التلميذ من محيطه الاجتماعي (الأسرة، الأصدقاء، المعلمون...)، والتي قد تكون عاطفية، معرفية، أو مادية، وتُسهم في تعزيز شعوره بالأمان والانتماء والقدرة على مواجهة التحديات، و يعرف إجرائيا الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيبون بمقياس إبراهيم السمادوني و الذي يتكون من بعبدين (بعد الاسرة و بعد الأصدقاء)

التوافق النفسي يُقصد به قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع ذاته ومع محيطه، بما يحقق له الرضا الداخلي والتوازن الانفعالي، ويُمكنه من أداء أدواره المدرسية والاجتماعية بفعالية. يعرف اجرائيا في هده الدراسة التكيف مع الضغوط مع ضغوط الامتحانات و القدرة على التحصيل و يقاس في هذه الدراسة بمقياس بوسعيد مليكة و يتضمن بعدين (البعد الدراسي و البعد مع الاخرين)

الدراسات السابقة

يتضمن هذا العنصر الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة حيث سنقوم بعرض هذه الدراسات و التي لها علاقة بمتغيرات الدراسة المساندة الاجتماعية و التوافق النفسي و ذلك للاطلاع على اخر ما توصلت اليه الدراسات و الابحاث ذات الصلة بموضوع الدراسة ومن ثم سوف يتم التعقيب عليها

دراسات تناولت المساندة الاجتماعية فقط

1.أوان كاظم عزيز وفاطمة إسماعيل طلال (2023)أجريت هذه الدراسة في محافظة صلاح الدين (العراق)، وهدفت إلى التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي التحليلي، مستعينين بمقياس خاص لقياس إدراك الطلبة للدعم الاجتماعي من مختلف المصادر (الأسرة، الأقران، المؤسسة التعليمية). وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى جيّد من المساندة الاجتماعية، يعكس شعورًا عامًّا بالتقدير والتفاعل الإيجابي داخل محيطهم الاجتماعي. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المساندة تعزى لمتغيري الجنس أو التخصص الدراسي، وهو ما يشير إلى اتساق هذا المتغير النفسي بين مختلف الفئات السكانية في البيئة المدرسية. (أوان كاظم عزيز وفاطمة إسماعيل طلال، 2023، ص. 114).

2.عبد الرحمن العيساوي (2004) تناول العيساوي في دراسته الفروق المحتملة في مستوى المساندة الاجتماعية بين الذكور والإناث من تلاميذ المرحلة الثانوية، مركّزًا على مصادر الدعم داخل المحيط الأسري والمدرسي. وقد أظهرت نتائج الدراسة غياب فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين، مما يدل على أن إدراك

التلاميذ للدعم الاجتماعي لا يتأثر بشكل جوهري بجنس الفرد، وإنما قد يرتبط بعوامل أخرى كجودة العلاقات أو نمط التنشئة الاجتماعية.

3.خديجة بن مسعود (2010) أجرت الباحثة دراسة ميدانية هدفت إلى معرفة ما إذا كان الذكور والإناث يختلفون في إدراكهم للدعم الاجتماعي. وقد أظهرت النتائج أن التلاميذ من كلا الجنسين يتمتعون بمستويات متقاربة من الدعم المدرك، دون تسجيل فروق ذات دلالة إحصائية. ويفسّر ذلك حسب الباحثة بطبيعة الحياة المدرسية المتقاربة بين الذكور والإناث، وتشابه التحديات النفسية والاجتماعية التي تواجههم في مرحلة المراهقة، وهو ما يجعل حاجاتهم إلى الدعم متكافئة في الغالب.

4.فوزية بوشارب (2016) سعت هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية، حيث تبين أن ارتفاع مستوى الدعم الاجتماعي الموجّه للتلميذ (خصوصًا من الأسرة) يسهم في رفع دافعيته للتحصيل والنجاح الأكاديمي. وفسّرت الباحثة ذلك بكون الدعم الاجتماعي يخفف الضغوط النفسية المرتبطة بالدراسة، ويعزز ثقة التلميذ بنفسه، ما يؤثر بشكل غير مباشر في أدائه المدرسي.

دراسات تناولت التوافق النفسي فقط

1.مزعاش زينب وجياب وهيبة (2023)هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي والدافعية للتعلم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، حيث شملت عينة من التلاميذ تم اختيارها من عدة مؤسسات تربوية. اعتمدت الباحثتان على مقياسين معياريين لقياس التوافق النفسي والدافعية وفق المنهج الوصفي الارتباطي ، وقد كشفت النتائج أن مستوى التوافق النفسي كان متوسطًا لدى أفراد العينة، كما كان مستوى الدافعية للتعلم في نفس النطاق، وأشارت الباحثتان إلى أن هذا المستوى المتوسط قد يعود إلى الضغوط الدراسية وظروف المحيط الأسري في فترة الامتحانات النهائية وهو ما يستدعي تعزيز برامج الدعم النفسي داخل المؤسسات التعليمية.

2.بن ستي، حسينة (2013)أجرت الباحثة دراسة بعنوان "التوافق النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي بدائرة تقرت"، حيث هدفت إلى التحقق من وجود علاقة بين

المتغيرين، إلى جانب اختبار الفروق حسب الجنس والتخصص. وقد أظهرت النتائج عدم وجود علاقة دالة إحصائيًا بين التوافق النفسي ودافعية التعلم، ما يفيد بأن شعور التلميذ بالتوازن النفسي لا ينعكس بالضرورة في سلوكه التعليمي، كما لم تُسجل فروق ذات دلالة في مستوى التوافق النفسي تبعًا لمتغيري الجنس أو التخصص الدراسي، وهو ما يعكس عمومًا تجانس هذه الفئة من التلاميذ من حيث ظروفهم النفسية. (بن ستي، 2013، ص. 9).

3.السنوسي مسعودة (2024) أجرت دراسة ميدانية حديثة حول الفروق في مستوى التوافق النفسي حسب متغير الجنس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. وقد بيّنت النتائج غياب فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث، ما يشير إلى تشابه في مستوى التكيف مع البيئة المدرسية ومصادر الضغط النفسي بين الجنسين، خاصة في ظل تشابه متطلبات الدراسة وضغط الامتحانات المصيرية.

4.عمرون سليم (2019) هدفت دراسته إلى قياس مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، واستكشاف تأثير متغير الجنس عليه. وقد توصل إلى نفس النتيجة، حيث لم تُسجّل فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث. وقد فُسرت هذه النتيجة بكون متطلبات المرحلة الدراسية، والضغوط المشتركة بين الجنسين، تُنتج نمطًا مشتركًا من آليات التكيف.

5.فوزية بو جلطيّة، عائشة أميطوش، وموسى بوشيخي (2020) في دراسة جماعية ركزت على التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، بيّنت النتائج أن التخصص الدراسي (علمي أو أدبي) لا يؤثر بشكل ملحوظ على مستوى التوافق النفسي. وقد أرجعت الدراسة ذلك إلى طبيعة الضغوط النفسية المشتركة بين الشعب، خاصة في الأقسام النهائية، حيث يتساوى الجميع في القلق المرتبط بمصير البكالوريا وتطلعات المستقبل.

دراسات تناولت العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي

1. أجرت الباحثة ثروج عيدة دراسة بعنوان: "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية" بجامعة الأغواط سنة 2022، هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية بأبعادها (العاطفية، الأداتية، التقديرية، والمعلوماتية) والتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، كما بينت أن مستوى المساندة الاجتماعية يسهم في تفسير الفروق في مستويات التوافق (ثروج، 2022، ص. 73).

2. تناولت دراسة قام بها عبيدي نورة تحت عنوان: "أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب البطال" (2012)، عينة من الشباب البطال بولاية ورقلة، حيث هدفت إلى توضيح الدور الذي تلعبه مصادر الدعم الاجتماعي (الأسرة، الأصدقاء، المجتمع) في تعزيز التكيف النفسي والاجتماعي لدى هذه الفئة. وقد بينت النتائج أن المساندة الاجتماعية تسهم بدرجة معتبرة في تخفيف الضغط النفسي وتحقيق توازن ذاتي واجتماعي، لا سيما في ظل غياب الأمن الوظيفي والدخل (عبيدي، 2012، ص. 105).

3. أجرت الباحثة جبران عكل دراسة بعنوان: "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي"، نُشرت ضمن دراسات الماجستير بوزارة التعليم العالي السورية، وقد هدفت إلى الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلاب الثانوي وعلاقتها بالتوافق في بعديه الشخصي والاجتماعي. أظهرت النتائج أن الطلبة الذين يحظون بدعم اجتماعي قوي يميلون إلى إظهار مستوى أعلى من التكيف النفسي، والانخراط الاجتماعي الإيجابي، مما يُبرز أهمية المساندة في تعزيز الصحة النفسية السليمة لدى فئة المراهقين (عكل، 2020، ص. 91).

4. في دراسة بعنوان: "المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الشهادة الثانوية"، أجراها مجموعة من الباحثين في ليبيا (2023)، تم التطرق إلى دور المهارات الاجتماعية بوصفها مؤشرًا على نوعية العلاقات الاجتماعية التي ينخرط فيها الطالب، ومدى إسهامها

في بناء توافق نفسي مستقر. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المهارات الاجتماعية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الشهادة الثانوية، مما يُشير إلى أن تنمية المهارات الاجتماعية تُسهم بشكل فعال في تعزيز الصحة النفسية والتكيف مع الضغوط اليومية المرتبطة بالتحصيل الدراسي والاندماج في الجماعة (مجلة جامعة المرقب للعلوم الإنسانية، 2023، ص. 14).

صعوبات الدراسة

لا تخلو أي دراسة علمية من التحديات والصعوبات، سواء على المستوى النظري أو الميداني، فالسعي لبناء معرفة علمية رصينة حول ظاهرة معينة يقتضي مواجهة عدة عراقيل قد تتصل بطبيعة الموضوع، خصوصية العينة، الإجراءات المنهجية، أو الظروف الموضوعية المحيطة. وبالنظر إلى حساسية موضوع هذه الدراسة الموسومة بـ: "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"، فقد واجه الباحث أثناء إنجازها عددًا من الصعوبات، يمكن تصنيفها كما يلي:

1. صعوبات نظرية ومنهجية

من أبرز ما واجهه الباحث في الجانب النظري، هو تشعّب المفاهيم المرتبطة بالموضوع، لا سيما مفهومي المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، واللذين اتسما بتعدد التعريفات واختلاف التصورات النظرية باختلاف المدارس والمقاربات النفسية والاجتماعية. وقد تطلّب هذا من الباحث جهدًا إضافيًا في محاولة ضبط المفاهيم، وتحديد أبعادها وفق منهج علمي يسمح ببناء أرضية نظرية متينة دون الوقوع في التكرار أو التداخل المفاهيمي.

كما واجه الباحث صعوبة في الربط المنهجي بين المتغيرين بطريقة تُبرز العلاقة الجدلية بينهما دون أن يقع في تعميمات غير دقيقة أو تصوّرات نظرية فضفاضة. وقد تطلب ذلك مراجعة عدد معتبر من الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع من زوايا مختلفة، ومحاولة استخلاص العناصر المشتركة التي تدعم فرضيات الدراسة.

2. صعوبات ميدانية وإجرائية

أما على المستوى الميداني، فقد واجه الباحث عددًا من العقبات، من أهمها:

- صعوبة اختيار العينة، إذ لم يكن من السهل الحصول على موافقة إدارة المؤسسة التربوية لإجراء الدراسة، بسبب حساسية الموضوع، أو الضغط الزمني الذي تعيشه المدارس خلال موسم البكالوريا.
- ضعف تجاوب بعض التلاميذ مع أدوات البحث (كالاستبيان)، حيث أظهر عدد منهم نوعًا من التردد أو عدم الجدية في الإجابة، إما بسبب القلق الدراسي، أو لعدم وعيهم بأهمية الدراسة، وهو ما تطلب من الباحث بذل جهد كبير في التحفيز والتوجيه.
- الظروف النفسية العامة للتلاميذ، والتي اتسمت بالتوتر والضغط مع اقتراب الامتحانات، مما أثّر أحيانًا على جودة التفاعل مع أدوات البحث، وفرض على الباحث اختصار بعض الجوانب أو تكييف الأسئلة لتتناسب مع المزاج العام للعينة.

3. صعوبات زمنية

ومن بين التحديات التي أثّرت على سير الدراسة أيضًا:

- ضيق الوقت، خاصة وأن الدراسة تم إنجازها خلال فترة دراسية حرجة تميل فيها المؤسسة إلى التركيز على الدروس الرسمية والتقويمات، مما حدّ من فرص تخصيص أوقات ملائمة لتطبيق أدوات البحث
- إضافة إلى قلة الموارد المادية، التي تُعد تحديًا مشتركًا بين أغلب الطلبة الباحثين، خاصة في ما يتعلق بطباعة الوثائق، نسخ الاستبيانات، أو التواصل مع المختصين.

رغم هذه الصعوبات المتنوعة، فإني سعيت إلى تجاوز التحديات عبر التكيّف، المرونة، وتوظيف البدائل الممكنة، من أجل تحقيق أهداف الدراسة، وبناء نتائج علمية موضوعية. وقد أظهرت هذه التجربة أن البحث العلمي ليس فقط نشاطًا معرفيًا، بل أيضًا مغامرة شخصية وتربوية، تُنضج وتكسبه مهارات مهنية وإنسانية مهمة.

خلاصة الفصل :

تطرقنا في هذا الفصل الى دراسة تتناول العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي في متقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة ، مع التركيز على تأثير الضغوط النفسية خلال مرحلة البكالوريا المصيرية، من أبرز النقاط التي تناولناها: أهمية الموضوع:
مرحلة الثانوي (خاصة السنة النهائية) حساسة بسبب ضغوط البكالوريا وتأثيرها على المسار المستقبلي، المساندة الاجتماعية (من الأسرة، الأصدقاء، المدرسة) قد تخفف التوتر وتعزز التوافق النفسي، مما ينعكس إيجابًا على الأداء الأكاديمي، و تطرقنا أيضا الى الإشكالية والأسئلة فرعية
ووضعنا فرضيات لدراسة و كذا تناولنا الدراسات السابقة للموضوع
الدراسة تسعى لتوفير بيانات تطبيقية لتعزيز الدعم النفسي والاجتماعي للتلاميذ في مرحلة حرجة، مع اقتراح حلول لتحسين التوافق النفسي عبر تعزيز شبكات المساندة (الأسرة، المدرسة). النتائج قد تفيد في تصميم برامج إرشادية لمواجهة قلق البكالوريا.

الفصل الثاني :

المساندة الاجتماعية

تمهيد

تُعدّ المساندة الاجتماعية من المفاهيم الجوهرية في علم النفس الاجتماعي والصحة النفسية، نظرًا لما لها من دور فعّال في دعم الأفراد خلال الأزمات والتحديات الحياتية، ومن بينها الضغوط الدراسية والنفسية التي تواجه المراهقين، خصوصًا خلال المرحلة الثانوية. ويبرز هذا المفهوم كآلية وقائية وعلاجية في الآن ذاته، إذ يُسهم في الحد من الآثار السلبية للضغوط، كما يُعزز من قدرة الفرد على التكيف، ويُوفر له شبكة أمان نفسي واجتماعي.

ويكتسي موضوع المساندة الاجتماعية أهمية خاصة عندما نتحدث عن تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، نظرًا لما يواجهونه من ضغوط مضاعفة نتيجة اقترابهم من اجتياز امتحان البكالوريا، وما يرتبط به من رهانات مصيرية. في هذا السياق، يُصبح توفر الدعم الاجتماعي، سواء من الأسرة أو الأصدقاء أو المؤسسة التربوية، من المقومات الأساسية التي تُساعد التلميذ على تخطي التوتر وتحقيق التوازن النفسي. لذلك يسعى هذا الفصل إلى استكشاف الأبعاد النظرية للمساندة الاجتماعية من خلال التطرق إلى مفهومها، أشكالها، مصادرها، وظائفها، والنماذج والنظريات التي فسّرت آليات تأثيرها.

2.1 مفهوم المساندة الاجتماعية (social support)

تُعدّ المساندة الاجتماعية من المفاهيم الأساسية التي تناولها الباحثون في مجالات علم النفس، علم الاجتماع، والصحة النفسية، نظرًا لارتباطها الوثيق بقدرة الفرد على التكيف مع الأوضاع الصعبة والضغوط الحياتية، كما تُعتبر ركيزة جوهرية في تفسير توازن الفرد النفسي والاجتماعي، لا سيما خلال مراحل النمو الحرجة مثل فترة المراهقة.

وقد تم تعريف المساندة الاجتماعية بعدة صيغ باختلاف التوجهات النظرية، فمثلًا يُعرّفها كابلان Kaplan (1977) بأنها: "إدراك الفرد لكونه محبوبًا، ومقبولًا، وله مكانة ضمن شبكة اجتماعية

معينة، ويمكنه الاعتماد عليها في فترات الشدة أو الأزمات" (Kaplan, 1977، ص. 92). وهذا التعريف يُبرز أن المساندة لا تتعلق فقط بتقديم الدعم الفعلي، بل ترتبط أساسًا بإدراك الفرد لوجود هذا الدعم.

أما من وجهة نظر عربية، فيُعرفها زهران (1995) بأنها: "مجموعة من التفاعلات التي تتم بين الفرد ومحيطه الاجتماعي، والتي تُوفر له إشباعًا انفعاليًا، وتساعده على التكيّف والتغلب على ما يواجهه من مشكلات وصعوبات في حياته اليومية" (زهران، 1995، ص. 153).

و يعرف عزة عبد الحميد (1999) المساندة الاجتماعية بانها درجة شعور يتوافق المشاركة العاطفية و المساندة المادية و العملية من جانب الآخرين مثل (الاسرة , الاقارب , الاصدقاء , رؤساء العمل) و كذلك وجود من يزودونه بالنصيحة والارشاد من هؤلاء الافراد و يكون معهم علاقات اجتماعية عميقة (مجدي , 2009 ص 14)

ويجمع أغلب الباحثين على أن المساندة الاجتماعية ليست مجرد علاقة تفاعلية بسيطة، بل هي نظام نفسي واجتماعي معقّد يُسهم في تشكيل بنية الشخصية، ويمنح الأفراد آليات مرنة لمواجهة الحياة، سواء على المستوى العاطفي أو السلوكي أو الإدراكي.

2.2 أنواع المساندة الاجتماعية

إن التفاعل الاجتماعي لا يتخذ شكلاً واحدًا عند الحديث عن المساندة، بل يُمكن أن يُقدَّم بطرق مختلفة ومتنوعة، تختلف باختلاف الموقف، وحاجة الفرد، وطبيعة العلاقة التي تربطه بمحيطه. ولهذا السبب، صنّف الباحثون المساندة الاجتماعية إلى أنواع متعددة، كل منها يُمثل شكلًا مميزًا من أشكال الدعم، ويؤدي وظيفة نفسية محددة تُساهم في تخفيف الضغوط وتعزيز التوازن الانفعالي. وقد أورد هاوس House (1981) تصنيفًا شهيرًا لأنواع المساندة الاجتماعية، يتمثل في أربع فئات أساسية: العاطفية، التقديرية، المعلوماتية، والأداتية. ويمثل هذا التصنيف مرجعًا أساسيًا في الأدبيات النفسية والاجتماعية المتعلقة بالموضوع (House, 1981، ص. 25). فيما يلي تفصيل موسّع لكل نوع من هذه الأنواع:

1.2.2 المساندة العاطفية (Emotional Support)

تشير المساندة العاطفية إلى المشاعر الإيجابية التي يتلقاها الفرد من محيطه، مثل الحب، القبول، التعاطف، والحنان. وتبرز أهمية هذا النوع من الدعم عندما يمر الشخص بلحظات قلق، أو توتر، أو شعور بعدم التقدير، حيث تكمن القوة العلاجية في إدراكه أن هناك من يهتم به، ويُبادله مشاعر الاحترام والحنان.

ويُعتبر هذا الشكل من المساندة ذا أثر كبير في تخفيف القلق وتعزيز الثقة بالنفس، خصوصًا لدى المراهقين الذين تكون حاجتهم إلى الاعتراف العاطفي والانتماء الاجتماعي شديدة (Zimet et al., 1988، ص. 34). فالتلميذ الذي يحظى بتشجيع والدته، أو كلمات دعم من معلمه، يشعر بطمأنينة نفسية تحفزه على مواجهة التحديات المدرسية بثقة.

2.2.2 المساندة التقديرية (Appraisal Support)

ويُقصد بها تقديم تغذية راجعة إيجابية للفرد تساعده على تقدير ذاته وتقييم أدائه بشكل واقعي. يتمثل هذا الدعم في الإشادة بجهود الفرد، منحه الاعتراف، تشجيعه على الاستمرار، وإبراز نقاط قوته. يُعتبر هذا النوع محفزًا قويًا يعزز الدافعية الداخلية والثقة بالنفس، وهو أساسي في تنمية الفعالية الذاتية لدى التلميذ، خاصة في بيئات تعليمية تتطلب إنجازات فردية (Thoits, 1995، ص. 67).

2.2.3 المساندة المعلوماتية (Informational Support)

وتُشير إلى تقديم النصح، والإرشاد، والمعلومات التي تساعد الفرد على فهم وضعه، واتخاذ قرارات مناسبة. ويمكن أن تأتي هذه المساندة من الأسرة، المعلمين، أو زملاء الدراسة. وتزداد أهمية هذا النوع من الدعم في المواقف التي تتطلب توجيهًا معرفيًا، مثل اختيار التخصص الجامعي، أو الاستعداد للامتحانات، أو إدارة الوقت بفعالية.

وقد أظهرت دراسات حديثة أن المساندة المعلوماتية تقلل من مشاعر التردد والارتباك لدى التلاميذ، وتمنحهم أدوات معرفية تُساعدهم على التعامل مع ضغوط الدراسة بشكل عقلاني ومنظّم (Cutrona & Russell, 1990، ص. 344).

2.2.4 المساندة الأداتية أو المادية (Instrumental Support)

وتتمثل في المساعدة الفعلية التي تُقدَّم للفرد في شكل خدمات، أو وقت، أو موارد مادية. وهي من أشكال المساندة المباشرة، مثل توفير الكتب المدرسية، أو مصروف النقل، أو المساعدة في حل التمارين. وتُعد الأسرة المصدر الأساسي لهذا النوع من الدعم، لكن يمكن أن يصدر أيضًا من الزملاء أو المعلمين أو الجمعيات الخيرية المدرسية.

ويُشير Cohen & Syme (1985) إلى أن هذا النوع من المساندة يسهم في تقليل العبء اليومي عن كاهل التلميذ، مما يترك له مجالًا للتركيز على الجوانب التعليمية والوجدانية (Cohen & Syme, 1985، ص. 198).

2.3 مصادر المساندة الاجتماعية

لا تتوقف أهمية المساندة الاجتماعية على نوعها فحسب، بل تمتد إلى مصدرها، حيث تلعب الجهة التي تُقدّم الدعم دورًا حاسمًا في تحديد مدى فاعليته وتأثيره في التوازن النفسي للفرد. وتختلف المصادر التي يستمد منها الفرد دعمه الاجتماعي تبعًا لعدة عوامل، كالعمر، والمرحلة النمائية، والسياق الثقافي والاجتماعي، ونوعية العلاقات المحيطة به.

بالنسبة لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وهم في مرحلة مراهقة متأخرة، تتوزع مصادر المساندة الاجتماعية على ثلاثة محاور رئيسية: الأسرة، الأصدقاء، والمعلمون، وهي جهات ترتبط ارتباطًا وثيقًا بتجربة التلميذ اليومية، وتُسهم بشكل مباشر في صقل شخصيته وتوجيهه.

2.3.1 الأسرة

تُعدّ الأسرة المصدر الأول والأهم للمساندة الاجتماعية، إذ توفر للتلميذ قاعدة آمنة يُمكنه الرجوع إليها في كل الأوقات، سواء تعلق الأمر بالمشكلات الدراسية أو الانفعالية أو المادية. فالوالدان، بوصفهما أول داعمين، يقدمان الحماية، الرعاية، والإرشاد، مما يُشكّل أساسًا لنمو نفسي سليم.

وقد أظهرت دراسة داودي خيرة (2018) أن التلاميذ الذين يتمتعون بعلاقات أسرية داعمة يُظهرون درجات عالية من الصلابة النفسية، وقدرة أكبر على مواجهة الضغط الدراسي، مقارنة بأقرانهم الذين يعيشون في أوساط أسرية مضطربة أو تفتقر إلى التواصل الإيجابي (داودي، 2018، ص. 113).

كما يرى زهران (1995) أن وجود مساندة أسرية فعالة يُسهم في بناء تقدير ذات إيجابي لدى الأبناء، ويُخفف من شعورهم بالوحدة والنبذ، خاصة في الفترات المصيرية مثل الامتحانات النهائية (زهران، 1995، ص. 157).

2.3.2 الأصدقاء (الرفاق)

يُمثّل الأصدقاء ثاني أهم مصدر للمساندة خلال مرحلة المراهقة، إذ يلعبون دورًا نفسيًا واجتماعيًا بارزًا في حياة التلميذ. ففي هذه المرحلة، يميل الفرد إلى الاستقلال التدريجي عن الأسرة، ويبحث عن القبول والتقدير ضمن مجموعته الرفاقية.

يُساعد الأصدقاء على التخفيف من حدة التوتر والقلق، من خلال الاستماع، المشاركة الوجدانية، تبادل الخبرات، والدعم المعنوي. وقد بيّنت دراسة الحربي (2017) أن التلاميذ الذين يتمتعون بدوائر صداقة مستقرة يشعرون بدرجات أقل من التوتر، وأكثر رضا عن ذواتهم (الحربي، 2017، ص. 84).

ويشير Cobb (1976) إلى أن الدعم الوجداني المتبادل بين الأصدقاء يُسهم في تقوية مرونة الفرد النفسية، كما يُساعده على اجتياز الأزمات بأسلوب أكثر توازنًا (Cobb, 1976، ص. 303).

2.3.4 المعلمون والإداريون

يُعدّ المعلمون من أبرز الفاعلين في الحياة اليومية للتلميذ داخل المدرسة، وتتجاوز علاقتهم به حدود التعليم إلى الدعم النفسي والتربوي. فالمعلم الذي يُنصت، يُشجّع، ويُحفّز، قد يكون عاملًا فارقًا في حياة التلميذ، خصوصًا في مرحلة تشتد فيها الضغوط.

ويؤكد هاني الجزار (2002) أن العلاقة الإيجابية بين المعلم والتلميذ تُعزّز الانتماء المدرسي، وتُقلل من التوتر الأكاديمي، كما تُسهم في تعزيز دافعية التلميذ نحو التحصيل (الجزار، 2002، ص. 109). إضافة إلى ذلك، فإن الإدارة المدرسية، والمستشارين النفسيين، ومستشاري التوجيه التربوي، يُمكنهم لعب أدوار

مساندة مباشرة، من خلال توفير بيئة مدرسية داعمة، وتنظيم أنشطة مرافقة تُعزز من التفاعل الإيجابي والثقة بالنفس.

تُشكّل الأسرة، والأصدقاء، والمعلمون، أهم روافد الدعم الاجتماعي لدى التلميذ المراهق. وتتوقف فعالية هذه المصادر على جودة العلاقة التي تربط التلميذ بها، وعلى مدى استمراريتها وتوازنها. فكلما شعر المتعلم بوجود هذه الشبكة حوله، ازداد شعوره بالأمان، وثقته في ذاته، وقدرته على مواجهة التحديات الدراسية والنفسية التي تعترضه.

2.4 وظائف المساندة الاجتماعية

لا تقتصر المساندة الاجتماعية على كونها مجرد استجابة ظرفية لحاجة طارئة، بل إنها تُؤدي وظائف نفسية واجتماعية متعددة تُسهم في بناء شخصية الفرد، وتُعزز من توازنه الداخلي، وتُساعده على مواجهة المواقف الضاغطة والمتغيرة في الحياة. وتكتسي هذه الوظائف أهمية خاصة لدى المراهقين، لا سيما في المرحلة الثانوية، حيث تتشكل لديهم مفاهيم الهوية، الاستقلالية، والانتماء.

وفيما يلي أبرز الوظائف التي تؤديها المساندة الاجتماعية كما أبرزتها الدراسات النفسية والاجتماعية:

2.4.1 الوظيفة الوقائية

تُعتبر المساندة الاجتماعية خط الدفاع الأول ضد الضغوط النفسية والاضطرابات الانفعالية، حيث تساعد على الوقاية من آثار القلق، التوتر، والإحباط. إذ يشعر الفرد بأن له سندًا، ما يُخفف من حدة التهديدات التي يتعرض لها. وتُشير دراسات إلى أن الدعم الاجتماعي الجيد يُقلل من احتمال الإصابة بالاكتئاب أو الانهيارات النفسية، خاصة في فترات الضغط الدراسي المكثف (Cohen & Wills, 1985، ص. 313).

2.4.2 الوظيفة العلاجية

عندما يتعرض الفرد لأزمة أو تجربة نفسية مؤلمة، فإن وجود أشخاص قادرين على تقديم الدعم يُعدّ عنصرًا مساعدًا في تجاوز الأزمة، واستعادة التوازن النفسي. وتُسهم المساندة هنا في تخفيف المعاناة، وتقديم الراحة النفسية، والتشجيع على التكيف مع الوضع الجديد، سواء من خلال الإصغاء أو المساعدة العملية أو تقديم التوجيه.

2.4.3 الوظيفة التفاعلية

من خلال التفاعل مع الآخرين ضمن شبكة الدعم، يُمكن للفرد أن يُعزز من مهاراته الاجتماعية والتواصلية، ويتعلّم كيفية التفاعل بفعالية مع محيطه. فالمساندة تُوفر للفرد فرصًا لتطوير قدراته على التعبير، التعاون، وتبادل الخبرات، مما يجعله أكثر مرونة في علاقاته.

2.4.4 الوظيفة الإنمائية

تُساهم المساندة في تنمية التقدير الذاتي والوعي بالذات، إذ يشعر الفرد بأنه شخص ذو قيمة، ويستحق الاهتمام والرعاية. كما تُعزّز هذه الوظيفة من دافعية الفرد نحو الإنجاز، وتدفعه إلى تطوير طموحاته وتحقيق ذاته.

2.4.5 الوظيفة التنظيمية

تساعد المساندة الاجتماعية على تنظيم السلوك الاجتماعي وضبط العلاقات داخل المجتمع، من خلال تقديم النصح والتوجيه، وإظهار السلوك المقبول، مما يسهم في الحفاظ على الانسجام بين الفرد والجماعة، ويُعزّز من احترام القواعد الاجتماعية.

إن للمساندة الاجتماعية أثرًا عميقًا في حياة الأفراد، فهي لا تقتصر على تقديم العون في لحظة معينة، بل تُؤدي أدوارًا متعددة تسهم في الوقاية من الأزمات، وعلاج الاضطرابات، وتطوير الكفاءة الذاتية والاجتماعية. ولهذا فهي تشكل عنصرًا جوهريًا في دعم التلميذ في بيئته الدراسية، لا سيما في فترات التوتر مثل السنة النهائية من التعليم الثانوي.

2.5 نظريات المساندة الاجتماعية

لقد شكّلت المساندة الاجتماعية موضوعًا للعديد من النماذج والنظريات النفسية والاجتماعية التي حاولت تفسير كيفية تأثير هذا المتغير في حياة الأفراد، وبيان الآليات التي من خلالها تُسهم المساندة في الوقاية من الضغوط، وتدعيم الصحة النفسية. وفي هذا السياق، نجد تفسيرات متعددة من زوايا مختلفة، بعضها سلوكي، وبعضها معرفي، وبعضها قائم على التفاعل الاجتماعي.

يمكن تصنيف هذه النظريات إلى صنفين أساسيين:

نظريات نفسية واجتماعية كلاسيكية تشرح طبيعة العلاقة والدافع لتقديم المساندة؛

ونماذج وظيفية تركز على الآليات التي تعمل بها المساندة في خفض أثر الضغوط.

2.5.1 نظرية التبادل الاجتماعي (Social Exchange Theory)

تقوم هذه النظرية، التي طوّرها جورج هومانز وجون ثيبوت وكيلي، على أن العلاقات الاجتماعية تُبنى على مبدأ التبادل، أي أن الفرد يُقدّم الدعم أو يتلقّاه بناءً على ما يُحققه من مكافآت أو فوائد متبادلة. فالمساندة لا تُقدّم بشكل عشوائي، وإنما ضمن توازن بين "العطاء" و"الأخذ".

ويُفسّر هذا النموذج لماذا يُمكن أن تقل المساندة عندما يشعر الفرد أنه لا يُقابل بتقدير، أو عندما يكون التوازن مختلًا في العلاقة (Thibaut & Kelley, 1959، ص. 31).

2.5.2 نظرية الارتباط (Attachment Theory)

طوّرها جون بولبي (Bowlby)، وركّز فيها على أهمية العلاقات المبكرة بين الطفل ومقدّم الرعاية (عادة الأم)، واعتبر أن الإحساس بالأمان الناتج عن هذا الارتباط يُشكّل أساس القدرة على إقامة علاقات دعم لاحقًا.

ويُشير بولبي إلى أن الأفراد الذين طوروا علاقات آمنة في طفولتهم يكونون أكثر قدرة على طلب وتقديم المساندة في علاقاتهم الاجتماعية مستقبلًا (Bowlby, 1988، ص. 103).

2.5.3 نظرية المقارنة الاجتماعية (Social Comparison Theory)

طرحها ليون فستنغر (Festinger)، وتُفيد بأن الأفراد يميلون إلى مقارنة أنفسهم بالآخرين، خصوصًا في حالات الغموض أو التحدي. ومن خلال التفاعل مع الآخرين وتلقي المساندة، يُعيد الفرد بناء تصوراته الذاتية وتقديره لنفسه. فالدعم الاجتماعي يُوفر مرآة يرى من خلالها الفرد مكانته، قدراته، وحدوده (Festinger, 1954، ص. 117).

2.5.4 نموذج الأثر الوقائي (Buffering Model)

اقترحه Cohen وWills (1985)، ويرى أن المساندة الاجتماعية لا تؤثر دائمًا بنفس القوة، بل تكون أكثر فعالية عندما يتعرض الفرد لضغط نفسي مرتفع. فهي تعمل كـ"عازل" نفسي (buffer) بين الحدث الضاغط والاستجابة النفسية له، حيث تُخفف من حدّة التفاعل الانفعالي السلبي.

وقد بينت دراستهم أن الأفراد الذين يتلقون دعمًا جيدًا يُظهرون معدلات أقل من الاكتئاب والقلق في أوقات الشدة (Cohen & Wills, 1985، ص. 310).

2.5.5 نموذج الأثر الرئيسي (Main Effect Model)

على عكس النموذج السابق، يفترض هذا النموذج أن للمساندة الاجتماعية أثرًا إيجابيًا دائمًا، وليس فقط في حالات الشدة. أي أن التفاعل الاجتماعي والدعم يُسهمان في رفع الشعور بالانتماء، وتقوية التقدير الذاتي، وتحسين الصحة النفسية حتى في الأوقات العادية (House, 1981، ص. 45).

تُظهر هذه النظريات أن المساندة الاجتماعية ليست مجرد عملية بسيطة، بل هي نظام نفسي واجتماعي معقّد، يعمل من خلال آليات متعددة: كالانتماء، التقييم، التفاعل، والتبادل. وتُسهم هذه التفسيرات في فهم كيف يمكن لشبكة دعم متينة أن تعزّز قدرة التلميذ على التكيف مع ضغوط الدراسة والحياة، خاصة في المراحل التعليمية المصيرية.

خلاصة

تناول هذا الفصل بالدراسة والتحليل مفهوم المساندة الاجتماعية من مختلف الزوايا النظرية والوظيفية، انطلاقًا من تحديد التعاريف الأساسية له، ومرورًا بأبرز أنواعه ومصادره، وانتهاءً بالنظريات التي فسّرت آليات تأثيره في حياة الأفراد.

وقد تبيّن من خلال هذا العرض أن المساندة الاجتماعية تمثل عنصرًا حيويًا في بناء التوازن النفسي، خصوصًا في الفترات الحساسة من حياة الفرد، كمرحلة المراهقة والانتقال من الثانوي إلى الجامعي. فهي تُوفر للفرد شبكة دعم نفسي وعاطفي ومعرفي تُمكّنه من مواجهة الضغوط، تعزيز شعوره بالأمان والانتماء، وتنمية تقديره لذاته.

كما أبرزنا تنوّع أشكال المساندة (العاطفية، المعلوماتية، التقديرية، الأداتية)، وتعدد مصادرها (الأسرة، الأصدقاء، المعلمون)، ودورها في الوقاية والعلاج والتنمية الاجتماعية للفرد. وقد جاءت النماذج النظرية لتُفسّر كيف ولماذا تُحدث المساندة أثرًا وقائيًا أو تعزيزًا مستمرًا للصحة النفسية، سواء عبر آلية "العزل النفسي" (Buffering) في الأزمات، أو عبر الأثر العام الدائم في رفع المعنويات والدافعية.

ومن ثمّ، فإن وجود مساندة اجتماعية فعالة يُعدّ من العوامل الجوهرية التي تُمكّن التلميذ من التكيّف مع ضغوط السنة الثالثة ثانوي، وتحقيق توازن داخلي يُساعده على التركيز والتحصيل والاستعداد الجيد للامتحانات.

وسيمثّل هذا المحور الأساس النظري الذي سنُقابله لاحقًا بنتائج الدراسة الميدانية، التي ستختبر العلاقة بين هذه المساندة ومتغير التوافق النفسي، والذي سنُفصّل فيه أكثر في الفصل القادم.

الفصل الثالث :

التوافق النفسي

تمهيد

إن الحديث عن التوافق النفسي يعني الغوص في أحد أهم المفاهيم المحورية في علم النفس، ذلك المفهوم الذي يُجسّد قدرة الفرد على العيش في حالة من الانسجام الداخلي والتفاعل الإيجابي مع بيئته الخارجية، مهما كانت التحديات أو المتغيرات التي تحيط به. فالتوافق لا يُقاس فقط بغياب الاضطراب أو المعاناة، وإنما يتجلّى في قدرة الفرد على تحقيق الرضا الذاتي، وإقامة علاقات متوازنة، وأداء أدواره بفعالية ضمن المجتمع.

وتبرز أهمية هذا المفهوم بصفة خاصة عند فئة تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، الذين يوجدون في مرحلة مفصلية من حياتهم، تتميّز بالتوتر، وتعدد الضغوط، وغموض المستقبل، ما يجعلهم أكثر عرضة لاضطراب التوازن الانفعالي والاجتماعي إن لم تتوفر لديهم عوامل دعم نفسية كافية.

ويأتي هذا الفصل ليتناول مفهوم التوافق النفسي بمختلف أبعاده، مع التطرق للعوامل المؤثرة فيه، وتجلياته في السياق الدراسي، بالإضافة إلى إبراز علاقته بالنجاح المدرسي، كمدخل لفهم كيفية تفاعله مع متغير المساندة الاجتماعية ضمن الدراسة الحالية.

3.1 مفهوم التوافق النفسي(psychological compatibility)

إن التوافق النفسي ليس حالة ثابتة، بل هو عملية ديناميكية مستمرة، تُعبّر عن قدرة الفرد على التكيف مع متطلبات البيئة المحيطة به، وعلى تحقيق التوازن بين رغباته وواقعه، بين ذاته ومجتمعه، وبين ما يطمح إليه وما يستطيع تحقيقه فعليًا.

وقد تعددت تعريفات التوافق النفسي بحسب التوجهات النظرية والوظيفية، ونجد من بينها:

يُعرّف موسى (1996) التوافق النفسي بأنه: "القدرة على التفاعل الإيجابي مع الذات ومع البيئة الاجتماعية بطريقة تُمكّن الفرد من تحقيق مستوى من الرضا الذاتي، والكفاءة في التعامل مع المواقف المختلفة، دون أن يُعاني من اضطرابات أو صراعات داخلية مزمنة" (موسى، 1996، ص. 61).

أما الشناوي (2004) فيرى أن التوافق النفسي هو: "عملية متواصلة من التكيّف تتمثل في قدرة الفرد على تعديل سلوكه أو تفكيره أو انفعالاته استجابةً لمتغيرات البيئة، بطريقة تُمكّنه من الحفاظ على توازنه الداخلي والاستقرار في الأداء" (الشناوي، 2004، ص. 44).

ومن المنظور التحليلي، يرى Lazarus (1980) أن التوافق النفسي يُشير إلى قدرة الفرد على تنظيم استجاباته المعرفية والانفعالية بما يُمكّنه من التعامل مع الضغوط والمواقف التحدّية بكفاءة، من خلال ما يُسمّى بـ"استراتيجيات المواجهة" (coping strategies) (Lazarus, 1980، ص. 15).

ويُستنتج من هذه التعاريف أن التوافق النفسي ليس مجرّد غياب أعراض الاضطراب، بل هو مستوى من الفاعلية النفسية والاجتماعية، التي تسمح للفرد بتحقيق التوازن الشخصي، إقامة علاقات صحية، الإنجاز الدراسي، ومقاومة الضغوط اليومية.

3.1.1 التعريف الإجرائي للتوافق النفسي

في سياق هذه الدراسة، يُقصد بالتوافق النفسي ما يلي:

"القدرة التي يمتلكها تلميذ السنة الثالثة ثانوي على التكيف مع الضغوط الدراسية والاجتماعية والانفعالية التي يواجهها، من خلال الحفاظ على استقراره الداخلي، وتنظيم انفعالاته، والتفاعل الإيجابي مع محيطه، بما يُمكّنه من تحقيق تحصيل دراسي فعّال وسلوك اجتماعي متوازن".

يُقاس هذا التوافق بواسطة أدوات قياس تتضمن مؤشرات معرفية، انفعالية، واجتماعية، تسمح بتحديد درجة استقرار الفرد وانسجامه مع ذاته وبيئته.

3.2 أبعاد التوافق النفسي

يمثل التوافق النفسي بنية متعددة الأبعاد، حيث لا يُمكن اختزاله في جانب واحد من جوانب شخصية الفرد أو سلوكه، بل يتجلى في تفاعله المتكامل مع ذاته، ومع الآخرين، ومع بيئته الدراسية

والاجتماعية. وتُشير الأدبيات النفسية إلى أن التوافق النفسي يضم مجموعة من الأبعاد التي تتكامل فيما بينها، وتُشكل مجتمعة مؤشراً على الصحة النفسية العامة.

وقد حدّدت العديد من الدراسات هذه الأبعاد كما يلي:

3.2.1 البعد الشخصي

يُقصد به قدرة الفرد على التقبل الإيجابي لذاته، والثقة بها، والرضا عن مكوناته الداخلية من قيم، طموحات، قدرات، ومحددات، ويُعتبر هذا البعد اللبنة الأولى لأي توافق نفسي سليم، لأنه يحدد علاقة الفرد مع نفسه، ومدى استعداده لمواجهة الحياة. ويُظهر التلميذ المتوافق ذاتيًا قدرات واضحة على تنظيم أفكاره، التحكم في انفعالاته، وممارسة النقد الذاتي دون جلد للنفس أو إنكار للواقع. وغياب هذا البعد يؤدي غالبًا إلى مشاعر الإحباط، وتدنّي احترام الذات، وصعوبات في التفاعل مع المحيط (الشناوي، 2004، ص. 51).

3.2.2 البعد الاجتماعي

يتعلق هذا البعد بقدرة الفرد على إقامة علاقات إيجابية ومتوازنة مع الآخرين، سواء على مستوى الأسرة، الأصدقاء، أو المؤسسة التعليمية. ويشمل مهارات التواصل، الاستماع، الاحترام المتبادل، والقدرة على حل النزاعات بطريقة بنّاءة.

ويُظهر التلميذ المتوافق اجتماعيًا انفتاحًا على الآخر، وقدرة على الاندماج في الجماعة، ووعيًا بأدواره ومسؤولياته داخل السياق الاجتماعي الذي ينتمي إليه. كما يكون أقل عرضة للعزلة والانطواء (عبد المجيد، 2015، ص. 84).

3.2.3 البعد الدراسي أو الأكاديمي

ويُشير إلى قدرة التلميذ على التكيّف مع متطلبات الحياة المدرسية، من حيث الانضباط تنظيم الوقت، التركيز، إنجاز الواجبات، والاستعداد للامتحانات، مع الإحساس بالرضا عن الأداء الدراسي.

فالتلميذ الذي يعاني من اضطرابات في هذا البعد غالبًا ما يُظهر سلوكيات مثل التغيب، التأخر الدراسي، ضعف التحصيل، أو فقدان الدافعية نحو التعلم. أما التلميذ المتوافق دراسيًا، فيمتلك غالبًا استراتيجيات فعالة للتعلم، وقدرة على مقاومة القلق المرتبط بالاختبارات (منصور، 2019، ص. 73).

3.2.4 البعد الانفعالي

ويُقصد به القدرة على ضبط الانفعالات والتعبير عنها بطريقة مناسبة دون إفراط أو كبت. ويشمل هذا البعد مهارات مثل التحكم في الغضب، إدارة التوتر، التعامل مع الفشل، والتفاؤل في مواجهة الصعوبات. التلميذ المتوازن انفعاليًا لا يتأثر بسهولة بالعوامل الخارجية، ولا تنهار حالته النفسية أمام التحديات المؤقتة، بل يُظهر مرونة وقدرة على العودة إلى وضعه الطبيعي بسرعة. وقد أظهرت دراسة Taylor (2011) أن هذا البعد مرتبط بدرجة كبيرة بفعالية الدعم الاجتماعي والأسري (Taylor, 2011، ص. 135).

تشكل أبعاد التوافق النفسي أساس البنية النفسية السليمة للفرد، وكلما كانت هذه الأبعاد متوازنة ومتكاملة، كلما ازدادت قدرة التلميذ على التفاعل السليم مع محيطه الدراسي والاجتماعي، وأصبح أكثر استعدادًا لمواجهة تحديات مرحلة البكالوريا بثقة وفعالية.

3.3 العوامل المؤثرة في التوافق النفسي

يُعد التوافق النفسي، كما أشرنا سابقًا، عملية معقدة تتأثر بجملة من المتغيرات الداخلية والخارجية التي تتفاعل فيما بينها لتحدد مستوى التوازن النفسي للفرد. وهو ليس صفة ثابتة أو محددة سلفًا، بل يتطور ويتغيّر تبعًا للظروف الشخصية والاجتماعية، ونوعية البيئة التي يعيش فيها الفرد، ومدى ما يتوفر له من دعم واحتواء.

فيما يلي أبرز العوامل التي أظهرت الدراسات أنها تُؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على التوافق النفسي، خاصة عند فئة المراهقين وتلاميذ الطور الثانوي:

3.3.1 نمط الشخصية

تُعتبر خصائص الشخصية من المحددات الأساسية للتوافق النفسي، إذ أن الأفراد يختلفون في الطريقة التي يتعاملون بها مع المواقف والضغوط، تبعًا لنمط تفكيرهم، واستجابتهم الانفعالية، وقدرتهم على التنظيم والتخطيط.

فالشخصية الانبساطية مثلًا تُساعد على التفاعل الإيجابي وبناء علاقات متينة، في حين أن الشخصية القلقة أو الانطوائية قد تواجه صعوبات في التكيف والتعبير عن الذات. كما أن مستوى الذكاء العاطفي ودرجة الوعي بالذات تُعدان من العوامل الحاسمة في فهم الذات وضبط السلوك (Eysenck, 1990، ص. 112).

3.3.2 الدعم الأسري والاجتماعي

يُشكل الدعم الذي يتلقاه الفرد من محيطه الأسري والاجتماعي أساسًا في بناء توازنه النفسي. فقد أظهرت العديد من الدراسات أن المراهقين الذين يتمتعون بمساندة أسرية واجتماعية قوية يكونون أكثر قدرة على مواجهة المشكلات، وأقل عرضة للقلق والاكتئاب.

وقد بينت دراسة الحربي (2017) أن وجود دعم إيجابي من الوالدين يرفع من تقدير التلميذ لذاته، ويُعزز ثقته بنفسه، ما يُسهم في تحقيق مستوى عالٍ من التوافق النفسي (الحربي، 2017، ص. 89).

3.3.3 المناخ المدرسي

يمثل الوسط المدرسي بيئة نفسية واجتماعية لها بالغ الأثر في حياة التلميذ. فالعلاقات الجيدة مع الزملاء والمعلمين، والشعور بالانتماء للمؤسسة، تُسهم كلها في بناء استقرار نفسي وشعور بالرضا.

أما التوتر في العلاقة مع الطاقم التربوي، أو التعرض للتنمر المدرسي، أو الشعور بالتهميش، فقد يؤدي إلى اختلالات في التكيف، وانسحاب اجتماعي، وانخفاض في التحصيل الدراسي (الجزار، 2002، ص. 109).

3.3.4 الوضعية الاقتصادية والاجتماعية

تلعب الظروف المعيشية دورًا مباشرًا في تحديد قدرة التلميذ على التوافق، فالمتعلم الذي يعيش في بيئة اقتصادية مستقرة يكون أكثر قدرة على التركيز والتحصيل، في حين أن الظروف القاسية والحرمان قد تؤدي إلى الإحباط والتوتر وفقدان الدافعية.

وقد أشارت داودي خيرة (2018) إلى أن الوضعية الاجتماعية الهشة تؤدي إلى ضغوط نفسية إضافية، وتُعيق عملية التكيف النفسي، خاصة لدى التلاميذ الذين يعانون من نقص الإمكانيات المادية للدراسة أو من مشاكل عائلية مزمنة (داودي، 2018، ص. 99).

3.3.5 الصحة النفسية والعضوية

يرتبط التوافق النفسي ارتباطًا وثيقًا بالحالة الصحية العامة للفرد، فالمراهق الذي يعاني من أمراض مزمنة أو اضطرابات نفسية غير معالجة، يواجه صعوبات كبيرة في الحفاظ على توازنه النفسي، ويُصبح أكثر عرضة للانسحاب والانطواء.

وقد أثبتت تقارير منظمة الصحة العالمية (WHO, 2014) أن المراهقين الذين يتمتعون بصحة جسدية ونفسية جيدة يُظهرون مستويات أعلى من التفاعل الاجتماعي والتحصيل الدراسي، مقارنةً بأقرانهم الذين يعانون من اضطرابات أو إعاقة مزمنة (WHO, 2014، ص. 22).

يتضح من خلال ما سبق أن التوافق النفسي لا يتشكل بمعزل عن السياق الذي يعيش فيه الفرد، بل هو نتاج تفاعل بين شخصيته، ودعمه الاجتماعي، والبيئة الأسرية والمدرسية، والوضع الصحي والمعيشي. وكلما توفرت هذه العوامل بشكل متوازن، ازدادت فرص الفرد في تحقيق استقرار نفسي وقدرة على التكيف مع التحديات، خصوصًا في المراحل الدراسية الحساسة مثل السنة الثالثة ثانوي.

3.4 العلاقة بين التوافق النفسي والتحصيل الدراسي

يُعدّ التحصيل الدراسي مؤشرًا رئيسيًا على نجاح المتعلم داخل الوسط التربوي، غير أنه لا يتوقف فقط على القدرات المعرفية والمهارات الأكاديمية، بل يتأثر كذلك وبشكل كبير بعوامل نفسية وانفعالية، من أبرزها التوافق النفسي. فقد كشفت العديد من الدراسات الحديثة أن التوازن النفسي يُعدّ شرطًا ضروريًا لنجاح التلميذ في التفاعل مع العملية التعليمية، وتحقيق نتائج إيجابية.

3.4.1 التوافق النفسي كمحدد للأداء الدراسي

التلميذ الذي يتمتع بتوافق نفسي مرتفع غالبًا ما يُظهر قدرة أكبر على تنظيم وقته، التحكم في قلقه، التركيز في الدراسة، والتفاعل الإيجابي داخل القسم، في حين أن ضعف التوافق يؤدي إلى صعوبات في الانتباه، فقدان الدافعية، وتدني النتائج.

وقد أظهرت دراسة منصور (2019) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التوافق النفسي والتحصيل الدراسي، حيث أظهرت العينة المدروسة (تلاميذ الثانوي) أن المتوافقين نفسيًا كانوا أكثر قدرة على متابعة دروسهم، وأقل عرضة للتسرب أو الغياب المتكرر (منصور، 2019، ص. 74).

3.4.2 تأثير أبعاد التوافق النفسي على التحصيل

البعد الانفعالي: التلميذ القادر على التحكم في مشاعره يُواجه الامتحانات وضغط التقييم بطريقة عقلانية دون انهيار نفسي.

البعد الاجتماعي: يساعد على إقامة علاقات تعاون مع الزملاء والمعلمين، ما يُسهّل التفاعل والتعلم الجماعي.

البعد الشخصي: يُعزز الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة الفشل دون استسلام.

البعد الدراسي: يرتبط مباشرة بالتنظيم والانضباط والتحفيز الداخلي. كل هذه الأبعاد تُشكّل وحدة متكاملة تُغذي الأداء الدراسي وتُوجّهه نحو التميز والاستقرار.

3.4.3 دراسات سابقة أكدت العلاقة

أكّدت دراسة شحاتة (2012) على أهمية التوافق النفسي كمؤشر أساسي في تفسير الفروقات في التحصيل بين التلاميذ، حيث أظهرت أن اضطراب التوافق يرتبط بمعدلات أعلى من الرسوب أو الأداء المنخفض، بينما يُعدّ التوافق عاملًا داعمًا في بناء الدافعية الأكاديمية (شحاتة، 2012، ص. 138).

كما أشار Roeser et al. (2000) إلى أن المناخ المدرسي الداعم للتوافق يسهم في تنمية مهارات التلميذ الأكاديمية والاجتماعية، ما يُحسن نتائجه المدرسية، ويُخفض من التوتر والغياب (Roeser et al., 2000، ص. 446).

يُعدّ التوافق النفسي أحد الشروط الأساسية لتحقيق تحصيل دراسي ناجح، إذ لا يُمكن للتلميذ أن يركز ويتفاعل ويتطور داخل المحيط التربوي ما لم يكن متوازنًا من الناحية النفسية والاجتماعية والانفعالية. ولذلك، فإن كل الجهود التربوية الهادفة لتحسين نتائج التلاميذ يجب أن تنطلق من دعم استقرارهم النفسي، ومرافقتهم في تجاوز صعوبات التكيف، خاصة في المراحل المصيرية مثل السنة الثالثة ثانوي.

3.5 عوائق التوافق النفسي

يواجه الإنسان خلال سعيه لتحقيق أهدافه وإشباع حاجاته مجموعة من العوائق، بعضها ينبع من داخله، وبعضها الآخر تفرضه البيئة الاجتماعية والمادية التي يعيش فيها. وتشكل هذه العوائق عوامل معرقلة لعملية التوافق النفسي، لما تسببه من إحباط وفشل في تحقيق الذات. ومن أبرز هذه العوائق ما يلي:

3.5.1 العوائق الجسمية

تشير العوائق الجسمية إلى الاختلالات أو العاهات الجسدية التي تحد من قدرة الفرد على تحقيق أهدافه، وتُعيق مشاركته الكاملة في مختلف الأنشطة الاجتماعية أو المهنية. ومن أمثلة ذلك ضعف البنية الجسمية أو أمراض القلب التي قد تحول دون مشاركة الطالب في النشاطات الرياضية والترفيهية، أو التشوهات الظاهرة التي قد تؤثر على فرص الفرد في بناء علاقات اجتماعية مثل الزواج أو تكوين صداقات. كما أن ضعف الحواس، كضعف البصر، قد يحول دون الالتحاق ببعض المسارات المهنية مثل الكليات العسكرية التي تشترط سلامة الحواس (خير الدين علي عويس وعصام الهلالي، 1990، ص. 200).

3.5.2 العوائق النفسية

تتمثل العوائق النفسية في نقص الذكاء، أو ضعف القدرات العقلية والمهارات الحركية، أو اضطرابات نمو الشخصية، مما يؤدي إلى إضعاف قدرة الفرد على التكيف مع بيئته، وتحقيق أهدافه المرجوة. كما أن وجود صراعات نفسية داخلية، كالتردد، الشعور بالذنب، أو الصراع بين الرغبات والمعايير الاجتماعية، يُعد من بين أهم العوامل التي تُعيق التوافق النفسي للفرد (خير الدين علي عويس وعصام الهلالي، 1990، ص. 202).

3.5.3 العوائق المادية والاقتصادية

يُعتبر الحرمان المادي من أبرز العوائق التي تُواجه الأفراد، حيث يؤدي نقص الموارد الاقتصادية إلى إضعاف قدرة الشخص على تلبية احتياجاته الأساسية، مما يجعله عرضة للشعور بالإحباط، وفقدان الطموح، واليأس من تحقيق أهدافه. وقد عبر الإمام علي كرم الله وجهه عن خطورة الفقر بقوله: "لو كان الفقر رجلاً لقتلته"، لما يُسببه من آلام وعوائق في مجالات التعليم، العمل، والزواج (حسين أحمد حشمت ومصطفى باهي، 2010، ص. 211).

3.5.4 العوائق الاجتماعية

تتمثل العوائق الاجتماعية في القيود التي يفرضها المجتمع من خلال العادات والتقاليد والأعراف والقوانين، التي قد تُعيق تحقيق بعض الأهداف الفردية. ومن الأمثلة على ذلك، منع الطالب من الالتحاق بالتخصص الجامعي الذي يرغب فيه بسبب المعدلات المطلوبة، أو الضغط الاجتماعي الذي يحدد مسارات معينة للنجاح ويمنع حرية الاختيار. وتؤثر هذه العوائق بشكل مباشر على حرية الفرد وشعوره بالقدرة على تحقيق الذات (حسين أحمد حشمت ومصطفى باهي، 2010، ص. 212).

يتضح مما سبق أن عوائق التوافق النفسي تتوزع بين عوائق داخلية ترتبط بالفرد نفسه، وعوائق خارجية مفروضة من قبل البيئة الاجتماعية والمادية. وكلما زادت هذه العوائق، كلما ازدادت صعوبة تحقيق التوازن الداخلي والتكيف الفعال مع المجتمع. وبالتالي، فإن تجاوز هذه العوائق يتطلب تعزيز مهارات التكيف النفسي، وتوفير بيئة داعمة تحترم خصوصيات الأفراد وتُساعدهم على تحقيق ذواتهم.

خلاصة

تناول هذا الفصل بالدراسة والتحليل مفهوم التوافق النفسي بوصفه أحد المحددات الأساسية للصحة النفسية لدى الفرد، وخاصة لدى فئة المراهقين في المرحلة الثانوية. وقد تبيّن من خلال ما طُرح أن التوافق النفسي ليس مجرد استجابة ظرفية، بل هو عملية مستمرة تهدف إلى تحقيق التوازن الداخلي والتكيف مع المحيط الاجتماعي والدراسي.

تم التطرق في هذا الفصل إلى تعريفات التوافق النفسي من منظور نظري وإجرائي، كما تم عرض أبرز أبعاده، والتي تشمل البعد الشخصي، الاجتماعي، الدراسي، والانفعالي، وهي الأبعاد التي يُستدل بها على مستوى استقرار الفرد وانسجامه النفسي.

كما تبيّن أن هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر بشكل مباشر في قدرة الفرد على تحقيق هذا التوافق، من بينها: نمط الشخصية، الدعم الأسري والاجتماعي، المناخ المدرسي، الوضعية الاقتصادية، والحالة الصحية، وكلها عوامل متشابكة تُحدد مستوى التكيف العام للفرد.

وأخيرًا، تبيّن أن التوافق النفسي يُعد من أقوى العوامل المفسّرة للتحصيل الدراسي، حيث أن التلميذ الذي يتمتع بتوازن داخلي وثقة بالنفس واستقرار في علاقاته ومهارات تنظيمية فعّالة، يكون أكثر قدرة على التركيز والتحصيل والمثابرة، وهو ما يجعل من دعم التوافق هدفًا تربويًا ونفسيًا أساسًا في المؤسسات التعليمية.

يمهّد هذا الفصل الطريق للانتقال إلى الدراسة الميدانية التي ستُحاول الكشف عن طبيعة العلاقة بين متغير التوافق النفسي ومتغير المساندة الاجتماعية، والتحقق من الفرضيات التي تم اقتراحها في الفصل الأول.

الفصل الرابع :

الإجراءات المنهجية

للدراسة

تمهيد :

في الفصول السابقة قمنا بتحديد الإشكالية نظريا وفي هذا الفصل الرابع سنقوم بعرض الإجراءات المنهجية المستخدمة في الجانب الميداني و الممثلة في الدراسة الاستطلاعية

المنهج المتبع، الأدوات المستخدمة و عينة الدراسة و الأساليب الإحصائية في تحليل البيانات لاختيار الخصائص السيكو مترية لأدوات البحث (الصدق ، الثبات)

1 – منهج الدراسة:

كما يعرف على انه " مجموعة القواعد التي وضعها بقصد الحصول على الحقيقة في العلم ، أي انه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة و المناهج أو طرق البحث عن الحقيقة تختلف باختلاف طبيعة الموضوع ولهذا توجد عدة انواع من المناهج العلمية" (عمار بوحوش ، 200،ص43).

في هذه الدراسة اعتمدنا على المنهج الوصفي لأن الدراسة تفرض هذا المنهج من أجل معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية و التوافق النفسي لدى التلاميذ السنة الثالثة الثانوي كمتا انه يساعد في عملية اختيار فرضيات الدراسة لمعرفة ما إذا كانت محققة هذه الفرضيات ام لا ومن خلال تبني المنهج الوصفي تم اتباع الخطوات التالية:

- الاطلاع على الدراسات السابقة
- توزيع الاستبيان على عينة مكونة من 30 تلميذ من متقن الشيخ محمد بلكبير المنيعة في الدراسة الاستطلاعية قصد تبات صدقه وتباته
- تطبيق ادوات الدراسة على عينة الدراسة لجمع البيانات و المعلومات تم الوصول الى نتائج تطبيق اساليب احصائية

2 – حدود الدراسة:

الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة بمتقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة .

الحدود الزمانية : تم اجراء الدراسة الحالية في الفترة الزمنية خلال الفصل الثاني من 8 الى 20 مارس 2024- 2025 (الدراسة الاستطلاعية)

7 الى 15 افريل السنة الدراسية 2024- 2025 (الدراسة الاساسية)

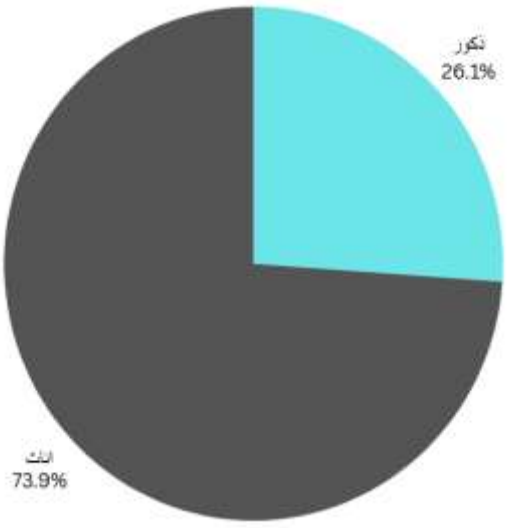
الحدود البشرية : تم تطبيق الاستبيان على 70 تلميذ وتلميذة بمتقن الشيخ محمد بلكبير شعبتي (اداب وفلسفة وعلوم تجريبية)

3 – مجتمع الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من 134 تلميذ من تلاميذ السنة الثالثة الثانوي للموسم الدراسي (2024-2025) المقبلين على امتحان شهادة البكالوريا بمتقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة , كما هو موضح في الجدول ادناه , و ذلك بناءا على المعلومات المبينة التي تم اخذها من الادارة

جدول رقم (1) يوضح توزيع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

الجنس	التكرار	النسبة
ذكور	**35**	**%26.11**
اناث	**99**	**%73.88**
مجموع	**134**	**%100**



دائرة نسبية توضح توزيع تلاميذ السنة الثالثة ثانوي

تقديم ثانوية متقن الشيخ محمد بالكبير بولاية المنيعة

سنة الانشاء : 2004

البريد الالكتروني : lys2el58@gmail.com

نوع المؤسسة : ثانوية متعددة الاطوار

تعداد التلاميذ : 701 تلميذ و تلميذة

المساحة الكلية : 40 الف متر مربع

المساحة المبنية : 2800 متر مربع

4 – الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله و هي خطوة أساسية مهمة في البحث العلمي إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة رسائل بحثه للتأكد من سلامتها و دقتها ووضوحها (محي الدين مختار ، 1995 ، ص 47) كما تم فيها الاطلاع على مجموعة من المقاييس و الدراسة المرتبطة بموضوع الدراسة لأجل الاستفادة منها .

اهداف الدراسة الاستطلاعية :

و الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التحقق من الخصائص السيكو مترية لأدوات الدراسة المستخدمة في البحث

1- ضبط اشكالية الدراسة

2- تحديد مجتمع الدراسة بصفة عامة والعينة بصفة خاصة

3- التحقق من صلاحيات ادوات الدراسة اعادة حساب وتبات مقياسي المساندة الاجتماعية ومقياس التوافق النفسي

4 – معرفة ظروف تطبيق الدراسة

6 – عينة الدراسة الاستطلاعية :

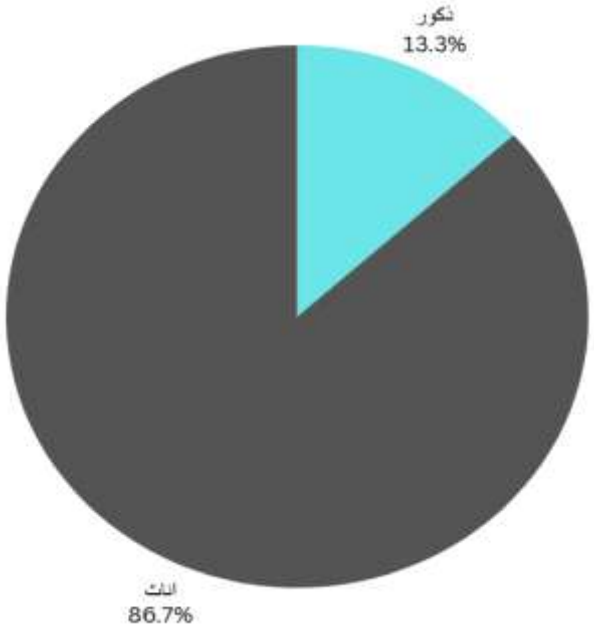
تم تطبيق استبيان المساندة الاجتماعية لإبراهيم السمادوني على عينة أولية تقدر ب 30 تلميذ و تلميذة ومقياس التوافق النفسي لدكتورة بوسعيد مليكة 2013، وتم اختيارهم بطريقة قصدية متاحة من متقن الشيخ محمد بكبير بولاية المنيعة , و قد تم تطبيقها في الفترة الزمنية 2024/03/08 الى غاية 2024/03/20.

و الجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية .

الجدول رقم 02 : توزيع افراد العينة للدراسة الاستطلاعية حسب الجنس :

الجنس	العدد	النسب المئوية
ذكور	4	%13.33
إناث	26	%88.66
المجموع	30	%100

يتضح من خلال الجدول رقم : (01) أن نسبة الذكور بلغت 13.33% مقارنة بنسبة الإناث التي بلغت نسبتها 88.66% ، مما يدل على أن نسبة الإناث أكبر مقارنة بالنسبة الذكور.

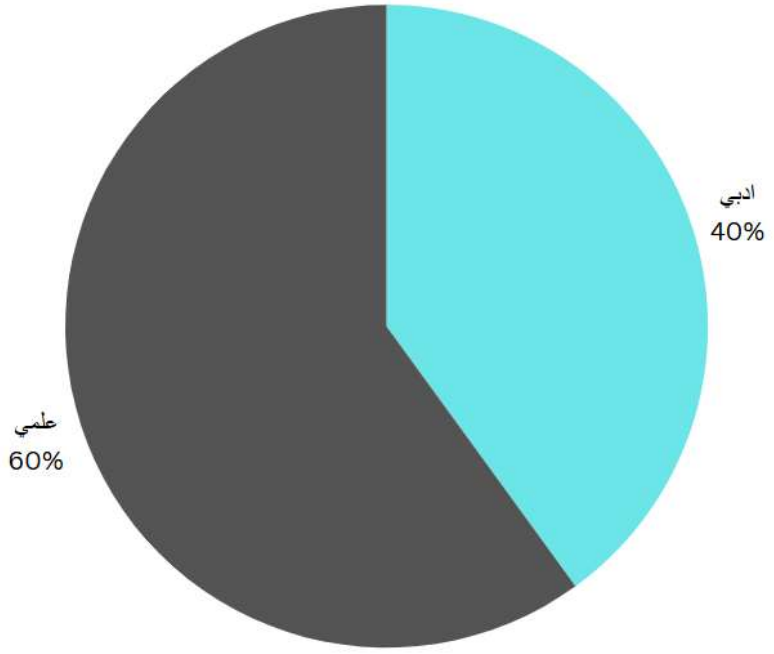


دائرة نسبية توضح توزيع أفراد العينة للدراسة الاستطلاعية حسب الجنس

الجدول رقم03: توريع أفراد العينة الدراسة& الاستطلاعية حسب التخصص

التخصص	العدد	النسب المئوية
أدبي	12	%40
علمي	18	%60
المجموع	30	%100

يتضح من خلال الجدول رقم 02 ان نسبة التلاميذ ذوي التخصص العلمي بلغت 60% مقارنة بالتلاميذ المتمدرسين بالتخصص الأدبي التي بلغت نسبتهم 40% .



دائرة نسبية توضح توزيع افراد العينة الدراسة الاستطلاعية حسب التخصص

5 – أدوات الدراسة

اشتملت هذه الدراسة على استبيان المساندة الاجتماعية للسمادوني 1994 و تبني مقياس التوافق النفسي للدكتورة بوسعيد مليكة

1 – مقياس المساندة الاجتماعية :

وصف المقياس في صورته الأولية :

استخدمت الطالبة الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية المعد من قبل ابراهيم السمادوني (1994) ويتكون من 30 بند موزع على بعدين هما بعد الاسرة يتكون (15)بند وهي :

(28.27.25.23.21.18.16.15.14.12.10.8.5.4.2)

وبعد الأصدقاء يتكون من (15) بندا

30.29.26.24.22.20.19.17.13.11.9.7.6.3.1

يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية ، حيث يطلب من المفحوصين أن يحدد تطابق كل بند مع ما يقوم به و يشعر به في الواقع و ذلك بوضع علامة (X) أمام الاختيار الذي يتوافق و حالته ، مع العلم أنه لا توجد اجابة صحيحة أو خاطئة .

يجيب عنها المفحوص ضمن أربعة بدائل وهي:

لا تنال صفرا(0)

قليل تنال درجة واحدة (01)

متوسط تنال درجتين (02)

كثيرا تنال ثلاث درجات (03)

و تفسر الدرجة الكلية للمقياس على النحو التالي :

من 0-15 درجة المساندة الاجتماعية منخفضة.

من 16-30 درجة المساندة مرتفعة.

بالنسبة لصدق قام الباحث بحساب صدق البنود بحساب معاملات الارتباط بين كل من بند و الدرجة الكلية على (150) طالبا و طالبة و تراوحت معاملات الارتباط بين 0.26 و 0.70

وكان معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى 0.01 (فهد الربيعة ، 1997 ، ص40)

أما الثبات تم حسابه بطريقة تطبيق الاختبار و اعادة التطبيق بعد ثلاث أسابيع على (179)

طالبا و طالبة من جامعة طنطا بمصر فتراوحت معاملات الثبات بين 0.879 ، 0.884 (الربيعة فهد ، 1997 ، ص40)

وحسب الثبات كذلك بطرق التجزئة النصفية و طريقة ألفا على (150) طالبا و طالبة فجاء معامل الثبات بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان يساوي (0.92) ، بينما جاء معامل ألفا يساوي (0.89) (فهد الربيعة ، 1997 ، ص41) .

مفتاح التصحيح الأصلي (0,1,2,3) قمت بالتعديل (0,1,2,3,4)

تقدير استجابات عينة الدراسة على مقياس المساندة الاجتماعية

تم تصحيح المقياس بإعطاء أعلى درجة في المقياس (04) وأدنى درجة (01) والفرق بينهما يمثل مدى الفئة مقسوم على عدد الفئات المطلوبة وهي كالتالي : (4-1)/3=1 و بناءا عليه تم تحديد الدرجات التالية للاستعانة بها في تفسير النتائج

جدول رقم (4) يوضح المقياس الثلاثي لتحديد درجات الموافقة على كل عبارات الاستبيان.

تقدير الاستجابة للعبارات	المتوسط الحسابي يتراوح بين
منخفض	[1 -2]
متوسط	]2 -3[
مرتفع	[3 -4]

الخصائص السيكو مترية للمقياس

اعادة حساب صدق و ثبات مقياس المساندة الاجتماعية :

– حساب صدق الاتساق الداخلي :

لقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي البنائي للمقياس المساندة الاجتماعية لتلاميذ السنة الثالثة ثانوي متقن الشيخ محمد بلكبير في الدراسة الحالية باستخدام معامل الارتباط بيرسون باستخراج معامل الارتباط كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية كما ظهر في الجداول التالية:

جدول رقم (5): علاقة كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية بالدرجة الكلية لمقياس

الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة
بعد الأسرة	0.969	0.01	دال
بعد الأصدقاء	0.961	0.01	دال
الدرجة الكلية	1	-	

من خلال الجدول يتضح أن كل الأبعاد لها علاقة بالدرجة الكلية للمقياس ، حيث بلغت قيم معاملات الارتباط على التوالي (0.969 ،0,961) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وذلك ما أكد صدق اتساق المحتوى البنائي لمقياس المساندة الاجتماعية و يمكن تطبيقه في الدراسة الحالية.

- حساب الصدق التميزي (صدق المقارنة الطرفية) :

بأخذ (27%) من أدنى درجات من المقياس ، و نفس النسبة من أعلى درجات المقياس للعينة التي تكونت من (30) تلميذ ،بالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجتين الدنيا والعليا حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في الدرجات على النتائج التالية:

جدول رقم (6): دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس المساندة الاجتماعية .

	المستوى	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية	المجموعة العليا	8	73,7500	17,75830	-6,168	0.01	دال
	المجموعة الدنيا	8	113,1250	3,27054			

من خلال الجدول رقم () نلاحظ أن قيمة(ت) التي بلغت قيمتها (-6,168) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) ، إذا **نستنتج أن مقياس المساندة الاجتماعية له القدرة على التمييز في قياس ما أعد لأجله.**

حساب ثبات مقياس المساندة الاجتماعية:

الثبات بمعامل الثبات ألفا كرومباخ:

تم حساب الثبات بمعامل ألفا كرمباخ

جدول رقم (7): معامل ثبات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة الاتساق الداخلي

معامل ثبات ألفا كرومباخ		عدد العبارات
مقياس المساندة الاجتماعية	0.932	30

من خلل الجدول نلاحظ أن معامل الثبات المقياس الذي قيمته (0.932) عالي جدا ، ما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية جدا من الثبات.

الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

جدول رقم (8): ثبات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة التجزئة النصفية .

معامل الارتباط بين النصفين	**0.885**
معامل الثبات الكلي سبارمان براون	0.939

تم حساب معامل الارتباط بين نصفي والذي بلغت قيمته (0.885) وبالتعويض في معادلة التصحيحية لسبارمان براون بلغت قيمة الثبات الكلي (0.939)، وهذاما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات عال جدا.

الصورة النهائية للمقياس : حافظ المقياس على صورته النهائية

2- مقياس التوافق النفسي

أ- وصف المقياس في صورته الاولية

قمنا بتبني المقياس الذي اعدته الباحثة بوسعيد مليكة (الاغتراب النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطلبة المغتربين) سنة 2013 هدا الاستبيان مكون من (56) عبارة موزعة على اربع مجالات:

(التوافق الدراسي) (التوافق مع الاخرين) (التوافق الانفعالي) (التوافق الاخلاقي)

تتم الاستجابة عن مقياس من خلال خمسة بدائل هي (موافق تمام) (موافق) (موافق الى حد ما) (غير موافق اطلاقا) وتعطى لها درجات

8،9،10،11،12،13،14،15،16،25،26،27،28،29،37،38،39،40،41،42،50 ،51،52،53،54،55،56)

أما في العبارات الموجبة فتعطى لها درجات عكس ذلك وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع درجة التوافق النفسي بينما تشير الدرجة المنخفضة على المقياس إلى انخفاض درجة التوافق النفسي

تم تصحيح المقياس بإعطاء أعلى درجة في الاستبيان (05) وأدنى درجة (01) والفرق بينهما يمثل مدى الفئة مقسوم على عدد الفئات المطلوبة وهي كالتالي : (5-1)/5=0.8 و بناءا عليه تم تحديد الدرجات التالية للاستعانة بها في تفسير النتائج

مفتاح التصحيح الأصلي (0،1،2،3) قمت بالتعديل (1،2،3،4)

تقدير استجابات الفئة على مقياس التوافق النفسي.

جدول رقم (9) يوضح المقياس الثنائي لتحديد درجات الموافقة على كل عبارات الاستبيان.

تقدير الاستجابة للعبارات	المتوسط الحسابي يتراوح بين
منخفض جدا	]1 -1.80[
منخفض	]1.80- 2.60[
متوسط	]2.60- 3.40[
مرتفع	]3.40- 4.20[
مرتفع جدا	]4.20- 5[

الخصائص السيكو مترية للمقياس

ب – حساب صدق و ثبات مقياس التوافق النفسي

صدق المحكمين :

يهدف التحقق من صلاحية عبارات مقياس التوافق النفسي تم عرض المقياس على عدد من اعضاء الهيئة التدريسية بجامعة غرداية لبيان رائيهم من اجل تديل صياغة بعض العبارات و حذف بعض الابعاد وبقي المقياس ببعدين بعد التوافق مع الاخرين بعد التوافق الدراسي اصبح المقياس من 29 بند و 5 بدائل

(موافق تماما) (موافق) (موافق الى حد ما) (غير موافق) (غير موافق اطلاقا) وتعطى لها الدرجات (1،2،3،4،5) على التوالي في العبارات السلبية (8،9،10،11،12،13،14،15،16،25،26،27،28،29،37،38،39،40،41،42،5) اما العبارات الموجبة (0،51،52،53،54،55،56) (1،2،3،4،5،6،7،18،19،20،21،22،23،24)

فتعطى لها درجات عكس دلك وتشير درجات المرتفعة على مقياس الى ارتفاع درجات التوافق النفسي بينما تشير الدرجة المنخفضة على المقياس درجة التوافق النفسي

- حساب صدق الاتساق الداخلي :

لقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي البنائي للمقياس التوافق النفسي لدى تلاميذ الثالثة ثانوي

بمتقن الشيخ محمد بلكبير بمدينة المنيعة .في الدراسة الحالية باستخدام معامل الارتباط بيرسون، باستخراج معامل الارتباط كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية كما ظهر في الجداول التالية:

جدول رقم (10): علاقة كل بعد من أبعاد مقياس التوافق النفسي بالدرجة الكلية لمقياس

.

الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة
التوافق الدراسي	0.945	0.01	دال
التوافق مع الآخرين	0.927	0.01	دال
الدرجة الكلية	1	-	

من خلال الجدول يتضح أن كل الأبعاد لها علاقة بالدرجة الكلية للمقياس ، حيث بلغت قيم معاملات الارتباط على التوالي (0.945 ،0,927) وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وذلك ما أكد صدق اتساق المحتوى البنائي لمقياس التوافق النفسي و يمكن تطبيقه في الدراسة الحالية.

- حساب الصدق التميزي (صدق المقارنة الطرفية) :

بأخذ (27%) من أدنى درجات من المقياس ، و نفس النسبة من أعلى درجات المقياس للعينة التي تكونت من (30) تلميذ ،بالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجتين الدنيا والعليا حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في الدرجات على النتائج التالية:

جدول رقم (11): دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجات الدنيا والعليا لمقياس التوافق النفسي .

	المستوى	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية	المجموعة العليا	58,7500	6,64938	58,7500	-10,593	0.01	دال
	المجموعة الدنيا	97,7500	8,01338	97,7500			

من خلال الجدول رقم () نلاحظ أن قيمة(ت) التي بلغت قيمتها (-10,593) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) ، إذا **نستنتج أن مقياس التوافق النفسي له القدرة على التمييز في قياس ما أعد لأجله.**

حساب ثبات مقياس التوافق النفسي:

الثبات بمعامل الثبات ألفا كرومباخ:

تم حساب الثبات بمعامل ألفا كرمباخ

جدول رقم (12): معامل ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة الاتساق الداخلي

معامل ثبات ألفا كرومباخ		عدد العبارات
مقياس التوافق النفسي	0.906	29

من خلال الجدول نلاحظ أن معامل الثبات المقياس الذي قيمته (0.906) عالي جدا ، ما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية جدا من الثبات.

الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

جدول رقم (13): ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة التجزئة النصفية .

معامل الارتباط بين النصفين	**0.763**
معامل الثبات الكلي جيثمان	0.866

تم حساب معامل الارتباط بين نصفي والذي بلغت قيمته (0.763) وبالتعويض في معادلة التصحيحية لجيثمان بلغت قيمة الثبات الكلي (0.866)، وهذاما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات عالي.

6. عينة الدراسة الاساسية

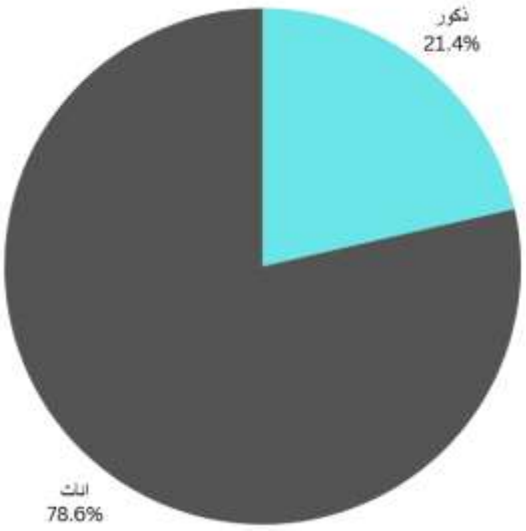
يعتبر اختيار العينة من بين الخطوات الهامة لإجراء اي بحث ميداني و تعرف على انها «مجموعة جزئية من المجتمع له خصائص مشتركة» (رجاء ابوعلام ، 2011 ، ص 162) اشتملت عينة الدراسة الحالية على سبعين 70 تلميذ و تلميذة مقبلين على شهادة البكالوريا تم اختيار العينة بطريقة قصدية متاحة ، والجدولين التاليين يمثلان خصائص العينة من حيث الجنس و التخصص .

الجدول رقم 14: يمثل خصائص العينة من حيث الجنس

الجنس	العدد	النسب المئوية
ذكور	15	%21.43
إناث	55	%78.57
المجموع	70	%100

حسب متغير الجنس حيث بلغ عدد الإناث 55 تلميذة وهو يمثل نسبة 78.57% من اجمالي العينة في حين بلغ عدد الذكور 15 تلميذ بالنسبة قدرها 21.43% .

يتبين من خلال هذه المعطيات أن العينة المدروسة تتسم بتفوق عددي واضح للعنصر الأنثوي حيث تفوق نسبة الإناث بثلاثة أضعاف تقريبا نسبة الذكور، و يشير هذا التفاوت إلى هيمنة الإناث على بنية العينة ، ويستوجب أخذه بعين الاعتبار عند تحليل المعطيات المرتبطة بالجنس .



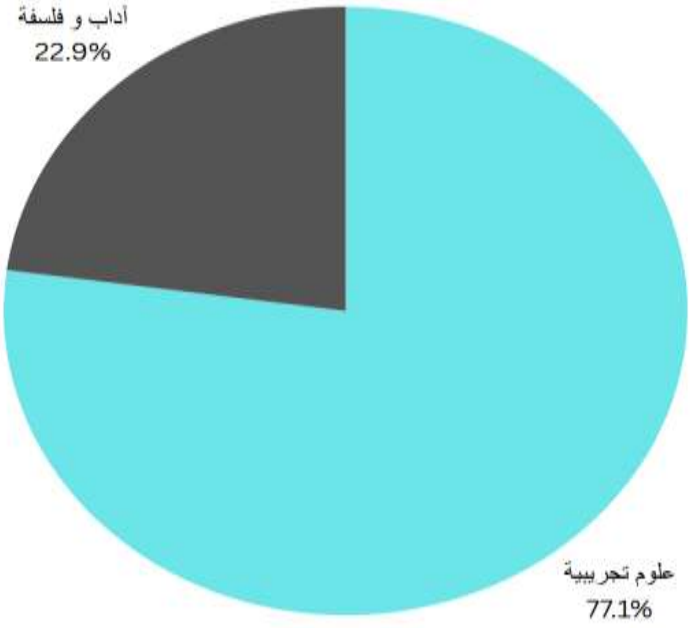
دائرة نسبية توضح خصائص العينة من حيث الجنس

الجدول رقم (15) يمثل خصائص العينة من حيث التخصص

التخصص	العدد	النسب المئوية
علوم تجريبية	54	%77.14
اداب وفلسفة	16	%22.86
المجموع	70	%100

تتوزع عينة الدراسة إلى تخصصين رئيسين هما العلوم التجريبية و آداب و فلسفة، حيث يلاحظ تباين واضح في التمثيل العددي و النسبي بين التخصصين يشكل تخصص العلوم التجريبية النسبة الأكبر من العينة ب 54 فردا أي ما يعادل 77.14% من اجمالي العينة ، يشير هذا الى أن أغلبية المشاركين ينتمون الى هذا التخصص مما يعكس اهتمام أو توجيها أكبر في المؤسسات التعليمية نحو المواد العلمية أو ربما يعكس حجم الفئة المستهدفة في الدراسة ان كانت ذات صلة بالمجالات العلمية .

وفي المقابل تخصص الآداب و الفلسفة نسبة أقل بكثير ب 16 فردا أي 22.86% فقط من اجمالي العينة ، وقد يشير هذا الى تمثيل أضعاف هذه الفئة في الدراسة .



دائرة نسبية توضح خصائص العينة من حيث التخصص

7 – الأساليب الاحصائية :

- الاحصاء الوصفي (التكرارات –النسب المئوية والمتوسطات الحسابية و الانحرافات، المعيارية)

- اختبار **كولموغروف سميرنوف واختبار شابيرو ويلك لاختبار شرط التوزيع.**
- **اختبار ت لعينة واحدة لحساب الفرضية الجزئية الأولى و الثانية**
- اختبار ت لعينتين مستقلتين لحساب الصدق التميزي و اختبار الفرضية الجزئية الثالثة والرابعة
- معامل الارتباط بارسون لحساب صدق الاتساق الداخلي و الفرضية العامة .
- معامل الثبات الفا كروماخ لحساب الثبات.

خلاصة الفصل

تناول هذا الفصل تحليلًا إحصائيًا مفصلًا للبيانات الميدانية التي تم جمعها من عينة الدراسة المكونة من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة، والبالغ عددهم 70 تلميذًا وتلميذة. وقد تم الاعتماد في المعالجة الإحصائية على برنامج الحزمة الإحصائية SPSS إصدار 22، وذلك باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية الوصفية والاستدلالية المناسبة لطبيعة كل فرضية.

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد العينة كان مرتفعًا، كما أن مستوى التوافق النفسي لديهم جاء بدوره مرتفعًا. وتوصل التحليل الإحصائي إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، ما يؤكد الطابع التفاعلي بين الدعم الذي يتلقاه التلميذ من محيطه، وقدرته على التكيف والتوازن النفسي.

كما أظهرت النتائج غياب فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى كل من المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي تعزى إلى متغير التخصص الدراسي، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين محل الدراسة لا تتأثر باختلاف الشعبة (علمية أو أدبية).

وقد تم التأكد من صدق وثبات أدوات القياس (مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التوافق النفسي) من خلال حساب معامل الاتساق الداخلي، والصدق التمييزي، والثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وجاءت النتائج عالية ومطمئنة على المستوى السيكومتري.

بذلك يكون هذا الفصل قد مكّن من اختبار الفرضيات المطروحة بدقة، كما دعم الإطار النظري بنتائج تجريبية ملموسة، تؤكد أهمية تعزيز المساندة الاجتماعية في الوسط المدرسي والأسري كعامل حاسم في تحسين الصحة النفسية لدى المتعلمين.

الفصل الخامس:

عرض نتائج الدراسة

وتحليلها ومناقشتها

1 – تمهيد

بعد أن تمّ تحديد الإشكالية وصياغة التساؤلات والفرضيات، وبناء الإطارين النظري والمنهجي، تأتي هذه المرحلة من البحث لتُقدّم عرضًا مفصّلًا للنتائج التي تم التوصل إليها من خلال الدراسة الميدانية. ويُعد هذا الفصل من أهم فصول البحث، حيث يتم فيه تحليل المعطيات الإحصائية المستخرجة من استجابات أفراد العينة، ومن ثم تفسيرها ومناقشتها في ضوء الأدبيات والدراسات السابقة ،يهدف هذا الفصل إلى:

- عرض النتائج الكمية المرتبطة بأسئلة الدراسة وفرضياتها؛ تحليل هذه النتائج إحصائيًا، اعتمادًا على المؤشرات المناسبة كالمتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار T، معامل الارتباط بيرسون، إلخ؛
- تفسير النتائج وربطها بالسياق النظري؛ مناقشة مدى تطابقها أو اختلافها مع ما ورد في الدراسات السابقة؛ تقديم قراءة تحليلية تساعد في استخلاص استنتاجات علمية دقيقة.

وبناءً على تساؤلات الدراسة، سيتم تقديم النتائج وفق المحاور التالية:

- مستوى المساندة الاجتماعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمدينة المنيعة؛
- مستوى التوافق النفسي لدى نفس الفئة؛
- العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي؛
- تأثير متغيري النوع الاجتماعي والتخصص الدراسي على هذه العلاقة.

1 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الأول:

نصت الفرضية الأولى على أن: نتوقع مستوى مرتفع للمساندة الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمتقن الشيخ محمد بالكبير بولاية المنيعة.

ولاختبار الفرضية الجزئية الأولى تم استخدام اختبار ($T_{.test}$) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة في كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية و الدرجة الكلية ، مع المتوسط النظري للمقياس ، فكانت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (16) : مستوى المساندة الاجتماعية .

أبعاد المساندة الاجتماعية	حجم العينة	المتوسط	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الفرق بين المتوسطين	T	مستوى	القرار	المستوى
الأسرة	70	3	3,3161	,50360	69	1,31607	21,865	0.01	دال	مرتفع [3، 4]
الأصدقاء			3,2518	,56217		1,25181	18,630	0.01	دال	مرتفع [3، 4]
الدرجة الكلية			3,2860	,50932		1,28604	21,126	0.01	دال	مرتفع [3، 4]

حيث وبعد استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد المحور والدرجة الكلية ومقارنتها بالمتوسط النظري تبين أن متوسطات أفراد مجتمع الدراسة في أبعاد مقياس التوافق النفسي و الدرجة الكلية كما هي موضح في الجدول ، حيث بلغت قيم المتوسط الحسابي للأبعاد على التوالي (3,316 ،3,251) و بانحرافات معيارية بلغت قيمها على التوالي (0,562، 0,562) في حين

بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (3,262) وبانحرافات معياري قدره (0.509) وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (**3**) ، كما أن كل المتوسطات الحسابي للأبعاد و الدرجة الكلية تنتمي الى المجال [3-4] أي المجال المرتفع باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة كوسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن كل الأبعاد و الدرجة الكلية دال إحصائيا بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح النظري ، وما يؤكد ذلك هو قيم (t) التي بلغت على التوالي(21,865، 18,630، 21,126) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.01) ، وعليه نستنتج أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة مرتفع .

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

نتوقع مستوى مرتفع للمساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة , نرجع هذا الى البنية الاجتماعية التقليدية لمنطقة المنيعة , قائمة على التضامن و العلاقات القوية بين الافراد , كذلك اهمية شهادة البكالوريا في المجتمع المحلي , من الممكن ان تكون هذه الثانوية معروفة بأطرها التربوية ذات العلاقة الجيدة بالتلاميذ , مما يوفر مناخا نفسيا ايجابيا يعزز شعور بالمساندة و التلاميذ اليوم يتفاعلون في مجموعات عبر وسائل التواصل الاجتماعي , ما يخلق نوعا من الدعم بين الزملاء (مجموعات مراجعة , تبادل ملخصات , تشجيع متبادل , برامج الدعم النفسي و التربوي) قد تكون هناك مبادرات تهدف الى دعم التلاميذ نفسيا و اجتماعيا في فترة الامتحانات.

2 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

نصت الفرضية الثانية على أن: نتوقع مستوى عال للتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بمدينة المنيعة.

ولاختبار الفرضية الجزئية الأولى تم استخدام اختبار ($T_{.test}$) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة في كل بعد من أبعاد مقياس التوافق النفسي و الدرجة الكلية ، مع المتوسط النظري للمقياس ، فكانت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (17) : مستوى التوافق النفسي

أبعاد التوافق النفسي	حجم العينة	المتوسط	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الفرق بين المتوسطين	T	مستوى	القرار	المستوى
التوافق المدرسي	70	3	3,2159	,59867	69	,21587	3,017	0.01	دال	متوسط [2,60، 3,40]
التوافق مع الآخرين			2,6347	,50851		-,36531	-6,010	0.01	دال	متوسط [2,60، 3,40]
الدرجة الكلية			2,7799	,37579		-,22011	-4,901	0.01	دال	متوسط [2,60، 3,40]

حيث وبعد استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد المحور والدرجة الكلية ومقارنتها بالمتوسط النظري تبين أن متوسطات أفراد مجتمع الدراسة في أبعاد مقياس التوافق النفسي و الدرجة الكلية كما هي موضح في الجدول ، حيث بلغت قيم المتوسط الحسابي للأبعاد على التوالي (3,215 ،2’634) و بانحرافات معيارية بلغت قيمها على التوالي (0,598، 0,508) في حين بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.779) وبانحرافات معياري قدره (0.375) وعند إجراء

المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (**3**) ، كما أن كل المتوسطات الحسابي للأبعاد و الدرجة الكلية تنتمي الى المجال [2,60-3.40] أي المجال المتوسط ، باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة كوسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن كل الأبعاد و الدرجة الكلية دال إحصائيا بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح النظري ، وما يؤكد ذلك هو قيم (t) التي بلغت على التوالي(3,017، _6,010، _4,901) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α=0.01)

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

نستنتج مستوى التوافق النفسي متوسط يعني ان تلاميذ لا يعانون من إضرابات نفسية حادة ولكنهم ايضا لا يتمتعون بتوافق نفسي مرتفع قد يكون المناخ المدرسي متوسط من حيث الدعم النفسي وهدا ينعكس على شعور التلاميذ بالأمان بما انهم في مرحلة المراهقة فإن تقلباتهم النفسية والسلوكية تواتر على توافقهم النفسي وهده تتماشى مع العديد من الدراسات السابقة دراسة (لبكيري عيد الحفيظ 2011)

"الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافع للإنجاز والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"

واظهرت نتائج الدراسة ان التلاميذ يعانون من ضغوط نفسية مدرسية بدرجة متوسطة وان مستوى التوافق النفسي لديهم متوسط دراسة (معضوري سعيد 2020)

في مذكرته "التوافق النفسي وعلاقته بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي"

كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التوافق النفسي وقلق الامتحان مع تسجيل متوسط لتوافق النفسي لدى التلاميذ

3 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

نصت الفرضية الثالثة على أن: توجد علاقة طردية موجبة ذات دلالة احصائية بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة .

وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية :

جدول رقم (18) : معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي ودرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية .

الدرجة الكلية التوافق النفسي	معاملات الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية المساندة الاجتماعية	0,201_	0.095	دال

يتضح من الجدول رقم (17) أن قيمة معامل الارتباط بين درجة المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية للمقياس التوافق النفسي الذي بلغت قيمته (_0,201_) غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0,05).

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

نستنتج أنها توجد علاقة ضعيفة عكسية لا ترقى لدلالة إحصائية بين مستوى المساندة الاجتماعية و التوافق النفسي لدى عينة الدراسة توجد علاقة يعني هدا ان العلاقة العكسية كلما زات المساندة الاجتماعية قل التوافق النفسي (او العكس لكن هده العلاقة ضعيفة جدا لا يمكن تعميمها بسبب عدم دلالته الاحصائية إن تلاميذ السنة الثالثة ثانوي يواجهون ضغوطات دراسية كتحضير البكلوريا مما قد يجعل تأثير المساندة الاجتماعية محدودة أمام عوامل اخرى متل القلق وقد يكون دعم المناخ غير كافي او غير موجه نحو احتياجاتهم النفسية المتعددة هناك دراسات سابقة ذات نتائج متشابهة

دراسة (العتيبي 2008) وجدت عدم وجود علاقة دالة احصائية بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدا طلاب الثانوية في السعودية ، وفسرتها بضغوط الاختبارات التي تقلل من فعلية الضغط الاجتماعي

دراسة (محمد أحمد 2020) توصلت نتائج الدراسة ان المساندة الاسرية لم تكون ذات تأثير معنوي عل التوافق النفسي خاصة في المناطق الريفية حيث ينظر الى الدعم على انه واجب وليس اختياريا .

4 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

نصت الفرضية الرابعة على أن: توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

للتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بين الجنسين حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية على النتائج التالية:

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية الشيخ محمد بلكبير بالمنيعة تبعا لمتغير الجنس

– يدل غياب الفروق ذات الدلالة الاحصائية بين الذكور والاناث في مستوى المساندة الاجتماعية على أن كلا الجنسين يتلقى مستوى متقارب من الدعم الاجتماعي، سواء من الأسرة أو الأصدقاء أو الأساتذة بشكل عام وقد يعود هذا التساوي لعدة عوامل منها:

1- طبيعة البيئة المدرسية والمجتمعية: قد تكون ثقافة المجتمع في المنيعة قائمة على التماسك والتكافل الاجتماعي مما يجعل هذا الاخير متاحا ومتساو بين الجنسين

2- تقارب الظروف النفسية الاجتماعية، يواجه تلاميذ السنة الثالثة ثانوي ضغوطا دراسية متشابهة (التحظير للبكالوريا) مما يؤدي الى التقارب في احتياجاتهم وتفاعلهم مع محيطهم الاجتماعي

3- دور المدرسة في تحقيق التوازن تعمل المدرسة على تقديم الدعم بشكل متكافئ للجنسين من خلال المرشدين النفسيين أو البرامج التربوية

جدول رقم (19): دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية تبعا لمتغير الجنس.

	الجنس	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	ذكر	15	96,2667	19,27051	-,646	0,521	دال
	أنثى	55	99,1455	14,10072			

من خلال الجدول رقم (18) نلاحظ أن قيمة(ت) التي بلغت قيمتها (_3,172) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 ،

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

إذا نستنتج أنها لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس مما يشير الى تجانس الدعم الاجتماعي

5 – عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة:

نصت الفرضية الخامسة على أن: توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

للتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بين الجنسين حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى التوافق النفسي على النتائج التالية:

جدول رقم (20): دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

	الجنس	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	ذكر	15	81,4000	11,53752	0,331	0,741	غير دال
	أنثى	55	80,3455	10,76210			

من خلال الجدول رقم (19) نلاحظ أن قيمة(ت) التي بلغت قيمتها (0,331) غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 ،

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة :

إذا نستنتج أنها لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس يعني ان الذكور و الاناث في عينة الدراسة لديهم نفس مستوى التوافق النفسي تشير العديد من الدراسات الى ان الجنس قد لا يكون متغيرا مؤثرا قويا على التوافق النفسي خاصة في المرحلة الثانوية و بالتالي التساوي في الضغوط النفسية لدى الجنسين وقد يتعرض (الذكور و الاناث) لنفس المصادر في هذه المرحلة العمرية (18 , 19 سنة) و قد اتفقت مع دراسة السنوسي مسعودة 2024 (التوافق النفسي و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي جامعة محمد البشير الابراهيمي برج بوعريريج) و اظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة احصائية في مستوى التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس و كذلك دراسة عمرون سليم 2019 (التوافق النفسي و علاقته بدافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط) و توصلت الى نفس النتائج , عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية للتوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

6 – عرض وتحليل نتائج الفرضية السادسة :

نصت الفرضية السادسة على أن: توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير التخصص.

للتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتخصصين (علمي _أدبي) حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية على النتائج التالية:

جدول رقم (21): دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية تبعا لمتغير التخصص.

	التخصص	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	علمي	55	95,6909	15,54905	-3,172	0,01	دال
	أدبي	15	108,9333	8,06639			

من خلال الجدول رقم (20) نلاحظ أن قيمة(ت) التي بلغت قيمتها (_3,172) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 ،

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية السادسة :

إذا نستنتج أنها توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير التخصص و بمقارنة المتوسطين نستنتج أنها لصالح الأدبيين يعني ان تلاميذ هذه الشعبة يشعرون بمساندة اجتماعية اكبر مقارنة بتلاميذ التخصصات الاخرى , الى جانب هذا شعبة الآداب قد يكون مؤشرا على بيئة اجتماعية و نفسية اكثر دعما لهم (سواء من الاسرة , الاصدقاء او حتى اساتذتهم)

طبيعة المواد الأدبية : تعتمد على الحوار و اختلفت هذه النتائج مع دراسة قوادري بوجلطية عائشة و قاجة كلثوم 2022 (المساندة الاجتماعية المدركة لدى طلبة الجامعة) و اسفرت النتائج الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المساندة الاجتماعية المدركة بين طلبة الجامعة تبعا لمتغير التخصص و دراسة اميطوس موسى و سكاي سامية 2019 (مستوى المساندة الاجتماعية و اشكالها لدى تلاميذ المتميزين في التحصيل الدراسي) و اظهرت النتائج ان مستوى المساندة الاجتماعية مرتفع جدا لدى تلاميذ المتميزين دون وجود فروق دالة احصائية تبعا لمتغير الجنس

7 – عرض وتحليل نتائج الفرضية السابعة :

نصت الفرضية السابعة على أن: توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير التخصص.

للتحقق من صدق الفرضية، وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتخصصين (علمي _أدبي) حيث أسفر اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى التوافق النفسي على النتائج التالية:

جدول رقم (22): دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي تبعا لمتغير التخصص.

	التخصص	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	علمي	55	81,6909	11,21486	1,674	0,099	غير دال
	أدبي	15	76,4667	8,52615			

من خلال الجدول رقم () نلاحظ أن قيمة(ت) التي بلغت قيمتها (1,674) غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 ،

– تفسير و مناقشة نتائج الفرضية السابعة :

إذا نستنتج أنها لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير التخصص , يجدر القول ان التلاميذ من مختلف التخصصات لديهم مستويات متقاربة من التوافق النفسي والفروق بين تخصصاتهم لا تؤثر بدرجة كبيرة على التوافق النفسي قد تكون الضغوط النفسية التي يواجهها التلميذ متشابهة عبر مختلف التخصصات مثل ضغط الامتحان الضغوط الاسرية مما يجعل الفروق غير ذات دلالة احصائية في دراسات سابقة متل دراسة (قوادري بوجلطية عائشة) ودراسة (اميطوش موسى) توصلت الى نتائج مماثلة اي ان التخصص الدراسي لا يؤاثر بوضوح على مستوى التوافق النفسي.

8 – الاستنتاجات العامة للدراسة

بناءً على التحليلات الإحصائية التي تمت في الفصل الخامس، يمكن تلخيص أهم الاستنتاجات التي تم التوصل إليها كما يلي:

.1 نستنتج أنها توجد علاقة ضعيفة عكسية لا ترقى لدلالة إحصائية بين مستوى المساندة الاجتماعية و التوافق النفسي لدى عينة الدراسة توجد علاقة يعني هدا ان العلاقة العكسية كلما زات المساندة الاجتماعية قل التوافق النفسي (او العكس لكن هده العلاقة ضعيفة جدا لا يمكن تعميمها مما يؤكد أن التلاميذ الذين يحظون بمستوى عالٍ من الدعم الاجتماعي يتمتعون بدرجات متوسطة من التوافق النفسي. ويعزز هذا الارتباط الفرضية المركزية للدراسة.

.2أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد العينة كان مرتفعًا، وهو ما يعكس توافر شبكات دعم اجتماعي فعالة في محيط التلاميذ، خاصة من طرف الأسرة والأصدقاء. ويشير هذا إلى أهمية الأدوار التربوية والاجتماعية التي تلعبها البيئة المباشرة في حياة المراهقين.

.3جاء مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ مرتفعًا كذلك، وهو ما يعكس قدرة التلاميذ على التأقلم النفسي والانفعالي مع متطلبات الحياة الدراسية والاجتماعية في هذه المرحلة المفصلية من تعليمهم، خاصة في ظل ضغوط امتحانات شهادة البكالوريا.

.4 لم تسفر نتائج الدراسة عن فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المساندة الاجتماعية أو التوافق النفسي تعزى لمتغير التخصص الدراسي (علمي/أدبي) ، مما يشير إلى أن البيئة النفسية والاجتماعية للتلاميذ لا تتأثر بالمسار التعليمي بقدر ما تتأثر بعوامل أخرى مثل الأسرة والرفاق وطبيعة الدعم المقدم.

.5تؤكد نتائج هذه الدراسة أهمية المساندة الاجتماعية كعامل وقائي داعم للتوازن النفسي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية، وهي نتائج تتقاطع مع ما توصلت إليه دراسات سابقة في السياقين الوطني والدولي، مما يمنحها وجاهة علمية وتطبيقية.

9 – توصيات الدراسة

استنادًا إلى ما أفرزته نتائج الدراسة من معطيات إحصائية واستنتاجات نفسية وتربوية، يمكن اقتراح مجموعة من التوصيات التي تهدف إلى تعزيز فعالية المساندة الاجتماعية ورفع مستوى التوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وذلك على النحو الآتي:

أولاً: توصيات موجهة إلى الأسرة

- ضرورة الوعي بالدور الحاسم الذي تلعبه الأسرة في تقديم المساندة العاطفية والمعنوية للأبناء، خاصة في الفترات التي تشهد ضغطًا نفسيًا كفترة التحضير للبكالوريا.
- توفير جو من التواصل الإيجابي داخل الأسرة، يتيح للتلميذ التعبير عن مشاعره ومخاوفه دون تهديد أو إصدار أحكام.
- تشجيع السلوكيات التكيفية لدى الأبناء من خلال التقدير، والتعزيز، والاهتمام بنجاحاتهم مهما كانت بسيطة.

ثانيًا: توصيات موجهة إلى المؤسسات التربوية

- ضرورة إيلاء الاهتمام بالإرشاد النفسي المدرسي، من خلال تفعيل دور الأخصائي النفسي داخل المؤسسة، ليكون نقطة ارتكاز في تقديم الدعم النفسي للتلاميذ.
- تنظيم ورشات دورية للتدريب على المهارات النفسية (كإدارة القلق، ضبط الذات، حل المشكلات، التفكير الإيجابي)، خاصة لتلاميذ الأقسام النهائية.
- تعزيز مناخ المدرسة الداعم، القائم على التقبل والتعاون والتقدير، بدلًا من الاقتصار على الجوانب المعرفية فقط.

ثالثًا: توصيات موجهة إلى الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين

- تصميم برامج إرشادية نفسية مبنية على نتائج دراسات مثل هذه، وتهدف إلى تقوية المساندة الاجتماعية داخل محيط التلميذ.
- العمل على التقصي المبكر لمظاهر التوتر أو ضعف التكيف الدراسي أو الانسحاب الاجتماعي لدى التلاميذ، خاصة في فترة ما قبل الامتحانات المصيرية.
- تعزيز العلاقة بين الأسرة والمدرسة من خلال تنظيم لقاءات دورية توعوية حول دور البيئة الاجتماعية في تنمية الصحة النفسية للتلميذ.

رابعًا: توصيات موجهة إلى الباحثين

- مواصلة البحث في العلاقة بين المتغيرات النفسية والاجتماعية والتربوية المؤثرة على التلميذ، خاصة في مرحلة نهاية التعليم الثانوي.
- التوسع في البحث ليشمل متغيرات وسيطة مثل: التقدير الذاتي، الدعم التربوي، الضغوط الأكاديمية، الدعم الرقمي... وغيرها.
- تبني مناهج بحثية مختلطة (كمية/نوعية) من شأنها أن تقدم صورة أكثر عمقًا وشمولًا عن واقع التلميذ الجزائري.

10.مقترحات لدراسات مستقبلية

في ضوء النتائج التي أفضت إليها الدراسة الحالية، وفي ظل بعض القيود التي واجهتها، يمكن التوصية بإجراء أبحاث مستقبلية في مجالات متقاربة أو مكملة، لتوسيع نطاق المعرفة حول موضوع المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى المراهقين، لا سيما تلاميذ المرحلة الثانوية. ومن بين المقترحات الممكنة:

1 .إجراء دراسات مماثلة على شرائح عمرية ومراحل دراسية مختلفة، مثل تلاميذ التعليم المتوسط أو طلبة الجامعة، للوقوف على الفروقات في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والتوافق عبر مراحل النمو المختلفة.

.2دراسة تأثير متغيرات وسيطة جديدة في العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، مثل متغير تقدير الذات، أو الضغط الدراسي، أو الشعور بالكفاءة الذاتية، مما يعمّق الفهم الديناميكي لطبيعة العلاقة.

.3اعتماد مناهج بحثية نوعية (كالمقابلة المعمقة أو الملاحظة المباشرة) إلى جانب الأدوات الكمية، بهدف الحصول على بيانات ذات طابع كيفي تعكس أبعادًا ذاتية وتفسيرية أعمق لظاهرة التوافق النفسي والدعم الاجتماعي.

.4إنجاز دراسة مقارنة بين تلاميذ مؤسسات تعليمية مختلفة (حضَرية مقابل ريفية، أو عمومية مقابل خاصة) لمعرفة أثر السياق المدرسي والاجتماعي في طبيعة المساندة المدركة ومستوى التوافق.

.5اقتراح تصميم برامج تربوية أو نفسية تدخلية تهدف إلى تعزيز مهارات التوافق لدى التلاميذ، وتقويم فعالية هذه البرامج من خلال منهج شبه تجريبي.

.6إجراء دراسات تعتمد على عينات أكبر حجمًا وأكثر تمثيلًا، ومن ولايات مختلفة، ما يعزز من قابلية تعميم النتائج ويوفر قاعدة بيانات وطنية حول هذا الموضوع.

خاتمة :

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وقد جاءت استجابة لحاجة متزايدة لفهم العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة في التحصيل والتكيف لدى التلميذ الجزائري، لاسيما في مرحلة دراسية حرجة تتسم بكثرة الضغوط والتحديات، والمتمثلة في اجتياز امتحان شهادة البكالوريا.

وقد انطلقت الدراسة من إشكالية رئيسية صيغت على شكل تساؤل حول طبيعة العلاقة بين الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه التلميذ من محيطه (الأسرة، الأصدقاء...) ومستوى توافقه النفسي مع ذاته وبيئته. واعتمدت الدراسة في ذلك على المنهج الوصفي الارتباطي، مستعملة أدوات قياس محكمة، وشملت عينة مكوّنة من 70 تلميذًا وتلميذة من متقن الشيخ محمد بلكبير بولاية المنيعة.

أفرز التحليل الإحصائي مجموعة من النتائج المهمّة، لعل أبرزها وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين المساندة الاجتماعية والتوافق النفسي، إلى جانب تسجيل مستويات مرتفعة لهذين المتغيرين لدى أفراد العينة. كما لم تُسجل فروق ذات دلالة تعزى إلى متغير التخصص، مما يعزز الطابع الشمولي لأثر المساندة في دعم الصحة النفسية لدى التلميذ، بغض النظر عن توجهه الأكاديمي.

لقد خلصت الدراسة إلى أن التلميذ الجزائري، إذا ما توفرت له بيئة داعمة نفسيًا واجتماعيًا، فإن قدرته على التكيف والتوافق تكون أعلى، ويصبح أكثر استعدادًا للتعامل الإيجابي مع التحديات الدراسية والحياتية. كما أبرزت النتائج الحاجة إلى تعزيز آليات الدعم الأسري والمدرسي، وتفعيل دور الأخصائي النفسي التربوي، وبلورة برامج تدخلية وقائية.

وفي ضوء هذه الخلاصات، نأمل أن تكون هذه الدراسة قد ساهمت في إغناء المكتبة النفسية التربوية الجزائرية، وأن تفتح آفاقًا جديدة للبحث في موضوع بالغ الأهمية يتمثل في التفاعل بين العوامل النفسية والاجتماعية في حياة المتعلم. ويبقى الرهان مطروحًا على المؤسسة التربوية والأسرة والمجتمع بمختلف فعالياته لتوفير البيئة الداعمة والمتوازنة التي تُمكن التلميذ من النمو في جو من الأمن النفسي والارتقاء الذاتي.

قائمة المصادر

و المراجع

قائمة المصادر والمراجع :

- أحمد زكي، مصطفى. (2003). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: دار النهضة العربية.
- أبو حطب، فؤاد، و صادق، آمال. (2001). علم النفس التربوي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- إسماعيل، شوقي. (2007). علم النفس الاجتماعي. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- الأشهب، زبيدة. (2008). المساندة الاجتماعية لدى المراهقين وعلاقتها بالصحة النفسية. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 12(2)، 87–102.
- بلقاسم، خيرة داودي. (2019). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى المسنين في دور الرعاية. مذكرة ماجستير، جامعة ورقلة.
- بوسعد، مليكة. (2010). مقياس التوافق النفسي للمراهق. مذكرة ماجستير، جامعة الجزائر.
- حشمت، حسين أحمد، وباهي، مصطفى. (2010). التوافق النفسي وأساليب التكيف. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد الرحمن، محمد. (2014). الصحة النفسية: رؤية معاصرة. عمان: دار المسيرة.
- فرويد، سيغموند. (1923). الأنا والهو. ترجمة: مصطفى صفوان. بيروت: دار الطليعة.
- كامل، خير الدين، والهلالي، عصام. (1990). الصحة النفسية. القاهرة: دار المعارف.
- لعموري، ياسين. (2022). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. مذكرة ماجستير غير منشورة، جامعة عمار ثليجي، الأغواط.
- محجوب، عبد المجيد. (1999). التكيف النفسي والاجتماعي: دراسات في علم النفس. الرباط: دار النشر المغربية.

- Murray, H. A. (1938). Explorations in Personality. New York: Oxford University Press.
- Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (2005). Social Support: Theory, Research and Applications. Journal of Social and Clinical Psychology, 23(5), 456–470.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (1998). Foundations of Sport and Exercise Psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.
- وزارة التربية الوطنية. (2020). تقرير حول نتائج امتحان شهادة البكالوريا في الجزائر. الجزائر: مديرية التقييم والقياس.

قائمة الملاحق

مقياس المساندة الاجتماعية

المؤسســـة

:.....

الاسـم : ..... اللقب :

.....

التخصص :

.....

الجنس : ذكر ☐ أنثى

تخصص : عملي ☐ أدبي

تعليمية الاستبيان

عزيزي التلميذ (ة): فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لعلاقاتك مع أفراد أسرتك وأصدقائك عندما تواجهك مواقف في الحياة . اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة تحت : لا قليلا أو متوسطا أو أكثر . وذلك حسب انطباق العبارة عليك أجب عن كل العبارات .

الرقم	العبارة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
01	اشعر أن أصدقائي يقدرونني لشخصي				
02	يساعدني أفراد أسرتي على إيجاد حلول لمشاكلي				
03	لدي على الأقل صديق استطيع أن اخبره بكل شيء عني				
04	يتقبلني أفراد أسرتي بمحاسني وعيوبي				
05	اعرف تماما أن أسرتي سوف تقف دائما بجانبي				
06	عندما أكون مع أصدقائي اشعر بالاندماج معهم				

07	اعتمد على نصائح أصدقائي لأتجنب الأخطاء				
08	اشعر بارتباط قوي مع أفراد أسرتي				
09	يشاركني أصدقائي نفس اهتماماتي في الحياة				
110	يشاركني أفراد أسرتي حل المشكلات التي تواجهني				
111	اشعر بالهدوء والاطمئنان أمام المواقف الصعبة عندما أكون مع أصدقائي				
112	يشعرني أفراد أسرتي بأني شخص جدير بالاهتمام				
113	أجد بين أصدقائي من أعتمد عليهم عندما أتعرض لمواقف صعبة				
114	أشعر بأني في حرية عندما ما أفراد أسرتي				
115	يستمع إلى أفراد أسرتي عندما أتحدث إليهم عن مشاكل واجهتني				
116	يثق في أفراد أسرتي				
117	يسهل علي أن أجد صديقا ألجأ إليه بسرعة عندما تواجهني مشكلة				
118	أعلن أني سأجد العون من افراد أسرتي عندما أحتاج إليهم				
119	أشعر بالراحة عند وجود أصدقائي بجواري عندما أكون أمام موقف صعب				

220	يزيل عني أصدقائي مشاعر الحزن والهم التي تصيبني من مشاكل الحياة				
221	اعرف أن أفراد أسرتي يدعمونني ويساعدونني دائما				
222	يسهل علي التحدث مع أصدقائي دون أية صعوبات				
223	تشعرني أسرتي بأني أقدر على التعامل مع المواقف الصعبة				
224	أشعر بارتباط قوي مع أصدقائي				
225	أجد من أفراد اسرتي من يعمل على تهدئتي عندما أكون متوترا				
226	أعتمد على أصدقائي في الاهتمام بأموري الخاصة				
227	أشعر بالراحة والسرور عندما ع أكون بمعية أفراد أسرتي				
228	أشعر أن أفراد أسرتي يشاركونني اهتماماتي				
229	أرى ان مساعدة الأصدقاء للفرد في المواقف الصعبة شيء جميل				
330	أشعر أن أصدقائي يقفون إلى جانبي عندما أكون في موقف صعب				

مقياس التوافق النفسي

فيما يلي عدد من العبارات تعبر عن بعض المواقف أو المظاهر أو القضايا الخاصة بالحياة.

أرجو قراءة كل عبارة بدقة وبتأن، والإجابة عليها بأن تضع علامة (×) في الخانة التي تعبر عن رأيك، علما بأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما هناك اختلاف حولها يرجع إلى تباين وجهات النظر، يتدرج من الاتفاق التام إلى اللا اتفاق المطلق، وعلى وفق البدائل التي ستجدها أمام العبارات، العبارة تعبر عن موافقتك العامة وليس المطلقة، فضع الاشارة في خانة {موافق }.وإذا كنت غير متأكد من رأيك، أو أنك بين الموافقة وعدمها، فضع الإشارة في خانة {موافق إلى حد ما}، وإذا كنت لا تتفق مع العبارة ، فضع الإشارة في خانة {غير موافق }. أما إذا كنت تعارض العبارة تماما ولا تتفق معها وبصورة قاطعة، عندها ضع الإشارة في خانة {غير موافق إطلاقا } .

آمل أن تجيب على جميع العبارات بالمصداقية المعهودة المتوقعة فيك، فعلى صدق إجابتك يتوقف نجاح هذه الدراسة، علماً بأن بيانات هذا المقياس تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط ولن يطلع عليها سوى الباحث، ولهذا لا حاجة لذكر الاسم، كما يرجى الإجابة على كل الفقرات وعدم ترك أو تكرار الإجابة على الفقرة الواحدة .

الجامعة	مدة الاغتراب	الجنس		المستوى الدراسي				التخصص	الجنسية
		ذكر	أنثى	1	2	3	ماستر1	ماستر2	

الرقم	العبـــــــارات بعد التوافق الدراسي	موافق تماما	موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
1	ستبقى الحياة التي عشتها في جامعتي، مصورة في ذاكرتي					
2	أنا راضي عن الأجواء الجامعية التي أعيش فيها الآن					
3	ألتزم في الدوام الدراسي و لا أغيب إلا فيما نذر					
4	علاقتي بمعظم أساتذتي في الكلية جيدة					
5	من السهولة بالنسبة إلي، التحدث مع الأساتذة حول أمور دراسية و شخصية تشغل بالي					
6	علاقتي بزملائي الطلبة جيدة					
7	أستمتع بالمناسبات التي تقيمها الكلية					

8	أنا في حقيقتي ، أكره الكلية التي أدرس بها، و أشعر بقلة الارتياح					
9	أجد صعوبة في التحدث أمام الطلبة أثناء المحاضرات					
10	لا أستطيع الإجابة على سؤال المدرس داخل الفصل ، رغم أنني أعرف الاجابة					
11	أن نسبة غيابي عن الدوام في الكلية ، تجاوزت في بعض المواد الحد المقرر لها					
12	أجد صعوبة في كسب حب و تقدير أساتذتي في الكلية					
13	أعتقد أن أساتذتي يتضايقون مني لكثرة مشاكلي					
14	أعتقد ان زملائي يتحدثون عني بما لا يليق من وراء ظهري					
15	أعتقد أن معظم المواد التي أدرسها جافة					
الرقم	العبارة بعد التوافق مع الاخرين	موافق تماما	موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
16	لولا وجود الآخرين لكانت حياتي قاسية					
17	من السهل علي إقامة علاقات جيدة مع الآخرين والانسجام معهم					

18	أعتقد أنني موضع ثقة من يعرفني					
19	يسرني الاشتراك في الأعمال الخيرية					
20	أحافظ على علاقتي بالآخرين حتى لو كانت لديهم أفكار تخالف أفكاري					
21	يصفني الآخرون بأنني شخص اجتماعي					
22	أشعر بالارتياح عندما أقدم خدمة للآخرين					
23	أستمتع أثناء تواجدي في المناسبات الاجتماعية					
24	لا يمنع الخجل دائما من المشاركة الاجتماعية					
25	إحدى صعوباتي في علاقاتي مع الآخرين ، أنهم تقليديون و متزمتون					
26	يكفيني أن يكون لي صديق واحد					
27	أخاف أن يراني الآخرون على حقيقتي					
28	أعتقد أن معظم ما أصابني من مكروه سببه الآخرون					
29	لا أستطيع إنجاز ما ينبغي إنجازه، و السبب في ذلك عرقلة الناس لي					

الرقم	العبارة بعد التوافق الانفعالي	موافق تماما	موافق	موافق إلى حدا ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
30	يصفني الآخرون بأني شخص هادئ الأعصاب مستقر المزاج					
31	أعترف بالخطأ إذا ما ارتكبته					
32	لدي همّة عالية لا تضعف أمام الصعوبات					
33	أعبر عما بداخلي بسهولة					
34	أستطيع أن أقول بأني سعيد في حياتي					
35	لدي قدرة مناسبة في السيطرة على انفعالاتي عندما أكون في مواقف صعبة					
36	أشعر بأن ثقتي بنفسي عالية					
37	أستغرق في أحلام اليقظة					
38	أبكي و أنفعل بسرعة لأتفه الأسباب					
39	أشعر بالضجر و الضيق في معظم الأوقات					
40	مزاجي متقلب بين الحزن و الفرح					
41	أشعر أنني متوتر الأعصاب					
42	يثيرني بسهولة الناس الذين يجادلونني					

الرقم	العبـــــــــارات بعد التوافق الأخلاقي	موافق تماما	موافق	موافق إلى حدا ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
43	لدي القدرة على أن أتوافق للتغيرات الحاصلة في المجتمع					
44	أرى أن التباين الاجتماعي ظاهرة حضارية صحيحة					
45	إيماني بالله يساعدني على التعايش مع المجتمع					
46	لا أعمد إلى إيذاء الناس مهما أساؤا لي					
47	أؤدي فريضة الصوم برضى و قناعة					
48	أعتقد أن القوانين السائدة تضمن لي حقوقي					
49	أحترم التيارات الثقافية في مجتمعي و أحاول الاطلاع عليها					
50	أميل إلى استغلال الناس الضعفاء و غير الأكفاء، لأنني أعتقد بأن الفرد يجب أن يكون قويا لتحقيق أهدافه					
51	أشعر أن القانون لا يوفر لي الحماية					
52	يثير لدي الوضع العام للمجتمع ، التشاؤم من المستقبل					
53	أمارس الكذب لأن الناس يكذبون					

54	أعتقد بصحة المثل " أن لم تكن ذئبا أكلتك الذئاب "					
55	ما دام التحايل قد طال القيم ، فعليّ أن أحصل على ما أريد بأية طريقة					
56	يؤلمني أنني أجد القيم التي تحث على التآلف الاجتماعي ، قد اختفت تماما					

صدق المحكمين بعد تعديل مقياس التوافق النفسي للدكتورة بوسعيد مليكة 2013

الأساتذة	رتبتهم	مكان العمل
سعادة رشيد	استاد محاضر أ	جامعة غرداية
أولاد حيمودة جمعة	بروفيسور	جامعة غرداية
جديد عبد الحميد	استاد محاضر أ	جامعة غرداية
بوبعاية يمنة	استاد محاضر ب	جامعة غرداية
بوسعيد مليكة	استاد محاضر ب	جامعة غرداية

التوافق النفسي :

عزيزي التلميذ (ة) تقوم الباحثة بإنجاز دراسة موضوعها (المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بولاية المنيعة) لذا نقدم بين يديك هذا الاستبيان وبه مجموعة من العبارات التي تحتاج إلى إجابة منك .لذا الرجاء الإجابة على فقرات استبيان مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، قم بوضع الاشارة (√) أمام الخيار المناسب لإجابتك علما أن نتائج البحث سرية وتستخدم لغرض البحث العلمي فقط أخيرا نتقدم إليك عزيزي التلميذ(ة) بخالص الشكر على مساعدتك .

المؤسسة:.....

الاسم :.....

الجنس : ذكر ☐ أنثى : ☐

التخصص : أدبي ☐ علمي ☐

الرقم	العبـــــــارات بعد التوافق الدراسي	موافق تماما	موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
1	ستبقى مرحلة الثانوي ، مصورة في ذاكرتي					
2	أنا راضي عن الأجواء التي أدرس فيها الآن					
3	ألتزم في الدوام الدراسي و لا أغيب إلا فيما نذر					
4	علاقتي بمعظم أساتذتي جيدة					
5	من السهولة بالنسبة إلي، التحدث مع الأساتذة حول أمور دراسية و شخصية تشغل بالي					
6	علاقتي بزملائي جيدة					
7	أستمتع بالمناسبات التي تقيمها المؤسسة					

8	أنا في حقيقتي ، أكره الثانوية التي أدرس بها، و أشعر بقلة الارتياح					
9	أجد صعوبة في التحدث أمام التلاميذ أثناء الدرس					
10	لا أستطيع الإجابة على سؤال المدرس داخل الفصل ، رغم أنني أعرف الاجابة					
11	أن نسبة غيابي عن الدراسة ، تجاوزت في بعض المواد الحد المقرر لها					
12	أجد صعوبة في كسب حب و تقدير أساتذتي					
13	أعتقد أن أساتذتي يتضايقون مني لكثرة مشاكلي					
14	أعتقد ان زملائي يتحدثون عني بما لا يليق من وراء ظهري					
15	أعتقد أن معظم المواد التي أدرسها جافة					
الرقم	العبارة بعد التوافق مع الاخرين	موافق نماما	موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
16	لولا وجود زملائي لكانت حياتي قاسية					
17	من السهل علي إقامة علاقات جيدة مع الآخرين والانسجام معهم					
18	أعتقد أنني موضع ثقة من يعرفني					
19	يسرني العمل الجماعي					
20	أحافظ على علاقتي بالآخرين حتى لو كانت لديهم أفكار تخالف أفكاري					
21	يصفني الآخرون بأنني شخص اجتماعي					
22	أشعر بالارتياح عندما أقدم خدمة للآخرين					

23	أستمتع أثناء تواجدي في الاحتفالات التي تقيمها المؤسسة					
24	لا يمنع الخجل دائما من المشاركة الاجتماعية					
25	إحدى صعوباتي في علاقاتي مع الآخرين ، أنهم تقليديون و متزمتون					
26	يكفيني أن يكون لي صديق واحد					
27	أخاف أن يراني الآخرون على حقيقتي					
28	أعتقد أن معظم ما أصابني من فشل سببه الآخرون					
29	لا أستطيع إنجاز ما ينبغي إنجازه، و السبب في ذلك عرقلة الناس لي					