الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة يحي فارس بالمدية

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الإجتماعية لدى التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماسترفي علوم تربية

تخصص: إرشاد و توجيه

إعداد الطالبة:

- منال بوشليلات
- أمينة عميش

إشراف الأستاذة:

أ. د- زبيدة الحطاح

السنة الجامعية 2023/2022


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وعرفان

- الحمد لله على فضله وعلى توفيقه لنا في إنجاز هذا العمل.

نتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذة المشرفة أستاذتنا الرائعة الأستاذة "زبيدة الحطاح" على كل ما قدمته لنا من نصائح وتوجيهات، حرصا منها على إنجاز هذه المذكرة وتقديمها بالصورة المطلوبة

جزاكي الله كل خير.

- كما لا يفوتنا أن نخص بالشكر والامتنان للأهل الذين قدموا لنا يد المساعدة والعون وساندونا في كل خطوة فتحدينا الصعاب.

وكل التحية والاحترام إلى من ساعدنا في إنجاز هذا البحث خاصة الأستاذة شهري توفيق وكل شخص سواء من قريب أو بعيد.

إهـــداء

الحمد لله وكفى والصلاة والسلام على الحبيب المصطفى سيد الخلق إمام المرسلين وأهله ومن وفى أما بعد:

- هاهي الأيام قد مرت بسرعة، رحلة سنين من الدراسة تنتهي لنصل اليوم إلى آخر خطوات مشوارنا الدراسي ونطوي صفحة من الصفحات الأهم في حياتنا، والتي كانت مليئة بالتعب والجهد والمثابرة والذكريات بحلوها ومرها.
- الحمد لله الذي وفقنا لتثمين هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية بمذكرتنا هذه ثمرة الجهد والنجاح بفضله تعالى، أهدي هذا العمل إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله ورعاهم.
- إلى من تشققت يداه في سبيل رعايتي الى من له الفضل في نجاحي أبي هو فخري وعزي الذي قدم لي كل شيء ولم يترك للآخرين ما يقدمونه لي، شكرا أبي.
- إلى أمي التي تعبت في تربيتي إلى إخوتي وأخواتي إلى كل صديقاتي شكرا لكم على تلك الأيام وتلك اللحظات .
- إلى كل أساتذتي الكرام وكل من كان له أثر إيجابي في حياتي .

وشكرا

أمينة عميش.

إهـــداء

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه إلى يوم الدين

أهدي هذا العمل إلى من علمتني الأدب قبل الفطام وأهدتني الوصل دون الخصام وربتني وليدة وسقتني من حنانها سهد المدام إلى أنيسة الروح وفانوس عيني المضيء أمام ناضري والمنير لقلبي على الدوام "أمي حفظهما الله وأطال في عمرها".

إلى من وهبني فرصة التعلم وعلمني أن أسمو بنفسي عن الدنيا لأملك الرشد ومن وجوده نور وفرح وسرور "أبي حفظه الله ورعاه".

إلى أعز ما أملك سندي إخوتي دليلة حمزة وسامية وإسلام وإيمان واهداء.

وإلى من جمعتني بهم أحلة لحظات إلى صديقاتي سيهام ورانيا وصورية وفادية وفاطمة الزهراء ومسعودة واكرام و لامية و مريم

إلى صديقتي التي شاركتني هذا البحث أمينة.

وإلى من كان قريبا مني بدعوته وتوجيهاته ونصائحه

لكم مني كل التقدير والاحترام.

منال بوشليلات

- **ملخص الدراسة:**

هدفت الدراسة الحالية الى الكشف عن المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا من خلال الوقوف على طبيعة العلاقة بين الدرجة الجزئية للأبعاد المناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا وتم الاعتماد على مقياس المناعة النفسية للباحثين فلسطين ابراهيم مصطفى جبريني بعد تكييفه على البيئة الجزائرية من طرف الباحثتين فايزة بورحلة وصحراوي نبيلة ومقياس المساندة الاجتماعية للباحثتين "مريم بوناب"و نوال بوسعيد" ،حيث بلغ عدد أفراد العينة (80) موزعة على الجنسين (ذكور و إناث) للموسم الدراسي (2022 2023) باستخدام المنهج الوصفي التحليلي وحساب معامل ارتباط بيرسون باستخدام نظام SPSS توصلنا الى النتائج التالية :

- وجدود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا .
- وجود علاقة إرتباطبة دالة إحصائيا بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد الاحتواء (المناعة النفسية) ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا
- وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية (المناعة النفسية)ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا .
- وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد تنظيم الذات (المناعة النفسية) ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

Study summary:

The current study aimed at revealing psychological immunity and its relationship to social support among a sample of students who failed the baccalaureate exam by examining the nature of the relationship between the partial degree of psychological immunity dimensions and the total degree of social support among students who failed the baccalaureate exam. The psychological immunity measure of the researchers, Palestine Ibrahim Mustafa Jabrini, after it was adapted to the Algerian environment by the researchers Faiza Bourahla and Sahrawi Nabila, and the measure of social support by the researchers "Maryam Bonab" and Nawal Bousaid", where the number of the sample was (80) distributed on both sexes (male and females) for the academic season (2022-2023) by using the analytical descriptive approach and calculating the Pearson correlation coefficient using the SPSS system, we reached the following results:

-The existence of a statistically significant correlation between the average total score of psychological immunity and the average total score of social support for a sample of students who failed the baccalaureate exam, .

-There is a statistically significant correlation between the average partial score for the containment dimension (psychological immunity) and the average total score for social support among students who failed the baccalaureate exam.

-There is a statistically significant correlation between the average partial score of the adaptive coping dimension (psychological immunity) and the average total score of social support for students who failed the baccalaureate exam, .

-There is a statistically significant correlation between the average partial score for the self-regulation dimension (psychological immunity) and the average total score for social support among students who failed the baccalaureate exam.

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
شكر وعرفان	-
إهداء	-
ملخص الدراسة	-
فهرس المحتويات	-
قائمة الأشكال	-
قائمة الجداول	-
مقدمة	أ
الفصل الأول :الإطار العام للدراسة	
1-اشكالية الدراسة.	6
2-صياغة الفرضيات.	8
3-أهداف الدراسة.	9
4-أهمية الدراسة.	10
5-المفاهيم الاجرائية للدراسة.	10
6-الدراسات السابقة.	13
7-التعقيب على الدراسات السابقة.	17

الفصل الثاني: المناعة النفسية	
*تمهيد	20
1 . تعريف المناعة النفسية.	21
2 . الخلفية التاريخية لتطور مفهوم المناعة النفسية.	23
3 . أنواع المناعة النفسية .	25
4 . أهمية المناعة النفسية.	26
5 . مكونات المناعة النفسية.	27
6 . النظريات التي تناولت المناعة النفسية.	29
7 . أبعاد المناعة النفسية.	32
8 .الشخصية المناعية وسماتها الايجابية .	33
9 . العوامل المساعدة على تنشيط المناعة النفسية.	37
*خلاصة الفصل.	41
الفصل الثالث: المساندة الاجتماعية	
تـمهيد	43
1 تعريف المساندة الاجتماعية.	44
2 أهمية المساندة الاجتماعية.	46
3 مصادر المساندة الاجتماعية.	47

4 أشكال المساندة الاجتماعية.	48
5 وظائف المساندة الاجتماعية.	52
6 النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية.	56
7 نماذج المساندة الاجتماعية	59
خلاصة الفصل.	62
الفصل الرابع: الرسوب في امتحان شهادة البكالوريا	
*تمهيد	64
1 . تعريف الرسوب المدرسي.	65
2 . العوامل المؤدية إلى الرسوب المدرسي.	67
3 . المظاهر التي يتصف بها ذوو الرسوب الدراسي.	77
4 . أسباب الرسوب المدرسي.	79
5 . تعريف البكالوريا والرسوب في إمتحان شهادة البكالوريا.	80
6 . مفهوم المراهقة ومراحلها.	81
7 . خصائص المراهقة المتأخرة .	83
*خلاصة الفصل.	86
الفصل الخامس: الأسس المنهجية	
تمهيد.	88

1-الدراسة الاستطلاعية.	89
2-مجتمع الدراسة.	89
3-المنهج المستخدم في الدراسة	89
4-حدود الدراسة .	90
5-عينة الدراسة .	90
6-أدوات الدراسة.	91
7-الأساليب الاحصائية.	115
الفصل السادس: عرض ومناقشة وتفسير نتائج فرضيات الدراسة	
1-عرض ومناقشة وتفسير نتائج فرضيات الدراسة.	117
2- الاستنتاج العام .	128
3- الاقتراحات.	130
4- الخاتمة.	132
5- قائمة المراجع.	134
6- قائمة الملاحق.	138

قائمة الأشكال

العنوان	الصفحة
الشكل رقم (01) يمثل مخطط المساندة الاجتماعية حسب "Karen" (1987) :	52
الشكل رقم (02) يوضح العلاقة السببية بين الضغط والمرض ونقاط عمل المساندة :	54

قائمة الجداول

العنـــــوان	الصفحة
الجدول(01) يبين حجم العينة وجنسها .	91
الجدول رقم(02) يبين أبعاد المقياس المناعة النفسية والبنود التي تنطوي تحتها.	92
جدول رقم (03) يتضمن البنود الايجابية البنود السلبية لمقياس المناعة النفسية.	93
الجدول رقم (04) يبين نتائج تحكيم الاستبيان من طرف الأساتذة المحكمين لمقياس المناعة النفسية.	94
الجدول رقم(05) يبين نتائج حساب ارتباط البنود بالدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية.	99
الجدول رقم(06) يبين نتائج حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية.	100
الجدول رقم (07) يبين نتائج حساب ارتباط البنود مع الأبعاد المنتمية إلي مقياس المناعة النفسية.	100
الجدول رقم (08): يبين نتائج حساب معامل ألفا لكرونباخ لمقياس المناعة النفسية.	102
الجدول رقم(09) يمثل عبارات البعد الداخلي لمقياس المساندة الاجتماعية.	102
الجدول رقم (10) يمثل عبارات البعد الخارجي لمقياس المساندة الاجتماعية.	104
الجدول(11) يتضمن البنود الاجابية والبنود السلبية لمقياس المساندة	105

الاجتماعية.	
الجدول رقم (12): العبارات المعدلة من طرف المحكمين لمقياس المساندة الاجتماعية.	106
الجدول رقم (13) يبين نتائج حساب ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.	112
الجدول رقم(14): يبين نتائج حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية.	113
الجدول رقم (15): يبين نتائج حساب ارتباط البنود مع الأبعاد المنتمية إلي مقياس المساندة الاجتماعية.	114
الجدول رقم (16): يبين نتائج حساب معامل ألفا لكرونباخ لمقياس المساندة الاجتماعية.	115
الجدول رقم (17) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.	117
الجدول رقم (18) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد الاحتواء للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.	120
الجدول رقم (19) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.	123
الجدول رقم (20) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة	125

الجزئية لبعد تنظيم الذات للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.	

مقدمة

مقدمة :

يواجه الإنسان اليوم واقعا صعبا، ويجد نفسه أمام تحديات كبيرة ومتنوعة ونظرا للأزمات والظروف والتغيرات التي تحدث في زمننا هذا من ضغوط الحياة وأعبائها يصبح الفرد أكثر عرضة للاضطرابات، ويختلف الكثير من الناس في توجههم وتعاملهم مع الأحداث والمشاكل، فالبعض منهم لديه القدرة على المواجهة والتغلب على الصعاب وذلك لأنهم يتمتعون بمناعة نفسية تساعدهم على الاستمرار والتقبل والسير نحو المستقبل، بينما البعض الآخر يفتقد للقدر الكافي من المناعة النفسية ويؤدي بهم هذا الأخير إلى الإحباط والفشل والانطواء على النفس والدخول في اضطرابات نفسية.

وتعد المناعة النفسية من الخصائص النفسية المهمة للفرد حيث أنها تحميه من الصدمات والأزمات وتجعله يواجه ما يتعرض له من عثرات بشكل مناسب وتقيه من الوقوع في هاوية الاضطراب النفسي والانهيار الناتج عن الضغوط والأزمات والصدمات التي يتعرض لها الفرد من حين لآخر. **(الحضري، 2021م، ص 480).**

يحتاج الأفراد في الحياة إلى المساندة الاجتماعية والتي تتضمن أصناف متنوعة من المساعدة والعون المقدمة من طرف أفراد الأسرة والأصدقاء والآخرين إلى الفرد.

وتعتبر المساندة الاجتماعية مصدرا هاما من مصادر الدعم الاجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الإنسان، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لضغوط الحياة المختلفة، وأساليب مواجهته وتعامله مع هذه الضغوط، كما أنها تلعب دورا هاما في إشباع الحاجة للأمن النفسي وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة وذات أثر في تخفيف حدة

الأعراض المرضية التي منها على سبيل المثال القلق والاكتئاب **(عمومن، جقديل، 2014، ص 171)**.

ومن خلال ما سبق فالطالب في المرحلة الثانوية المقبل على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا له الحظ الأوفر في مواجهة الضغوطات والأزمات النفسية، وحالات من الاكتئاب والإحباط ومشاكل أكاديمية وحالة من الخوف والتوتر النفسي مما يؤدي إلى احتمال تدهور وخفض مستوى المناعة النفسية لديه حيث أن هذه الأخيرة لها أهمية كبيرة، لأنها تلعب دورا مهما في خفض مستوى الضغوط الأكاديمية، وتجعل من التلميذ قادرا على تحمل المشكلات التعلمية والمواقف الصعبة، وفي ظل اجتناب كل المساوئ التي يتعرض لها التلميذ في هذه المرحلة لابد من توفر الدعم النفسي والمساندة الوالدية والمساندة الاجتماعية من طرف الآخرين، من الأصدقاء والمدرسين والتربويين، ويشعرونه بالاهتمام والحب والانتماء والتشجيع المستمر والدائم وذلك قصد رفع مستوى المناعة النفسية لديه والتغلب على مخاوفه من الرسوب والفشل في امتحان شهادة البكالوريا وعدم الانتقال من المرحلة الثانوية إلى مرحلة التعليم العالي والبيئة الجامعية، ويعتبر نيل البكالوريا والتي هي شهادة مصيرية تحدد مستقبل الطالب والرسوب فيها له تأثير كبير على نفسية التلاميذ، حيث يعد الرسوب إخفاقا للتلميذ في تحقيق النتائج المرجوة للانتقال إلى المستوى الأعلى ويبقى في المستوى مرة أخرى **(بلعباس يسعد، 2017، ص 309)**.

وانطلاقا من هذا الأساس تضمنت الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا من خلال عرض جانبين أحدهما نظري والآخر تطبيقي ويحتويان على ستة فصول مركبة.

- **الفصل الأول:** يتضمن الإطار العام للدراسة والذي جاء فيه ضبط لمشكلة الدراسة وتحديد

التساؤلات والفرضيات وأهداف الدراسة وأهميتها وأهم الدراسات السابقة التي تصب ضمن الموضوع والتعقيب عليها وكذلك تطرقنا فيه إلى المفاهيم الإجرائية.

- **الفصل الثاني:** وهو أيضا تناولنا فيه المناعة النفسية من تعاريف والخلفية التاريخية لتطور

مفهوم المناعة النفسية، كما تناولنا في هذا الفصل أنواع وأهمية المناعة النفسية، وأيضا أهم النظريات التي تناولتها المناعة النفسية ويتضمن الفصل أبعاد المناعة النفسية، الشخصية المناعية وسماتها الإيجابية، والعوامل المساعدة على تنشيط المناعة النفسية لينتهي بخلاصة للفصل.

- **الفصل الثالث:** شهد هذا الفصل عناوين ثرية تخدم الموضوع الذي جاء تحت عنوان المساندة

الاجتماعية، وجاءت هذه العناوين كالآتي: تعريف المساندة الاجتماعية، أهمية المساندة الاجتماعية، مصادر المساندة الاجتماعية، أشكال المساندة الاجتماعية، وظائف المساندة الاجتماعية، أهم النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية، وكذا مختلف النماذج الخاصة بالمساندة الاجتماعية.

- **الفصل الرابع:** وهو الفصل الخاص بالرسوب المدرسي في امتحان شهادة البكالوريا والذي

تضمن على المحتوى الآتي: تعريف الرسوب المدرسي، العوامل المؤدية إلى الرسوب المدرسي، المظاهر التي يتصف بها ذوو الرسوب المدرسي، أسباب الرسوب المدرسي، تعريف البكالوريا و تعريف الرسوب في شهادة البكالوريا، مفهوم المراهقة المتأخرة وخصائصها، وأخيرا خلاصة الفصل.

- **الفصل الخامس:** ويركز في هذا الفصل على منهجية الدراسة. ويتضمن هذا الفصل على

المنهج المستخدم في الدراسة، ومجتمع الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، حدود الدراسة، عينة الدراسة، أدوات الدراسة، وأخيرا الأساليب الإحصائية للدراسة.

- **الفصل السادس:** عرض ونتائج الفرضيات،وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات الاستنتاج العام، وكذا الصعوبات والاقتراحات، الخاتمة، وقائمة المراجع وأخيرا الملاحق .

الفصل الأول :الإطار العام للدراسة

1-اشكالية الدراسة.

2-صياغة الفرضيات.

3-أهداف الدراسة.

4-أهمية الدراسة.

5-المفاهيم الاجراية للدراسة.

6-الدراسات السابقة.

7-التعقيب على الدراسات السابقة.

1- اشكالية الدراسة:

يحتل التعليم الثانوي مكانة متميزة في السلم التعليمي ويلقى عناية كبيرة من المهنيين بشؤون التعليم ليس في الجزائر فقط وإنما في العالم ككل فهو يتناول شريحة من الأفراد وذلك في أدق مراحل نموهم إما لمواصلة التعليم العالي أو التوجه لمجالات مختلفة.

حيث يقسم النظام التعليمي في الجزائر حسب إصلاح 2003 إلى ثلاث أطوار تعليمية الطور الابتدائي المقدر بخمسة سنوات، وطور المتوسط بأربعة سنوات والتطور الثانوي بثلاثة، ويتم الانتقال من الطور التعليمي إلى آخر باجتياز امتحان رسمي لنهاية كل مرحلة وهي شهادة التعليم الابتدائي، شهادة تعليم المتوسط وامتحان شهادة البكالوريا أين تقع نسبة الراسبين باجتيازها من عام لآخر.

(https://www.sjp.cerist15:55 2023 01 13 .)

وتعتبر مشكلة الرسوب في امتحان شهادة البكالوريا من المشكلات التربوية ذات أهمية خاصة فهي مشكلة جديرة بالاهتمام والبحث لما لها من آثار سلبية على النظام التعليمي بصفة خاصة وعلى المجتمع بصفة عامة فالرسوب هو الجانب الأساسي من جوانب الفقد التعليمي ، وخسارة كبرى للتعليم ومستواه وإهدار عظيم للمصادر والجهود الوطنية مما يؤدي إلى حرمان المجتمع من أشخاص مؤهلين ومطلوبين لزيادة طاقته البشرية المتعلمة والماهرة ويمكن النظر إلى تلك الجوانب كإحدى مقاييس مدى كفاءة نظم التعليم وهذا ما أكدته دراسة لحرش 1998 التي هدفت إلى البحث عن أسباب الرسوب في شهادة البكالوريا للتعرف على نسبة النجاح والرسوب في بعض السنوات الماضية. **(باشن، 2016، ص 90).**

ومن أسباب الرسوب المناعة النفسية التي تعتبر قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية، الإحباط والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي وضبط

الانفعالات والإبداع في حل المشكلات وزياد كفاءة الذات، حيث تعتبر المناعة النفسية من العوامل الهامة التي تؤثر على التحصيل الدراسي للتلميذ، فالتلميذ الذي يعاني من اضطرابات نفسية يجد صعوبات كبيرة في المتابعة لما يقدمه له داخل القسم. فإن التوتر الانفعالي والقلق والخوف من الامتحانات يشكل عائقا كبيرا على تمدرس التلميذ مما يؤدي به في الكثير من الأحيان إلى التأخر الدراسي والفشل والرسوب وحتى التخلي عن الدراسة. **(واكد، العوفي،2022 ،ص 17)**.

وهذا ما أكدته دراسة رانيا الجزار 2018 التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين المناعة النفسية وكل من الأداء الأكاديمي.

لذا يحتاج التلميذ لمساندة اجتماعية التي تعتبر مصدرا هاما من مصادر الدعم الاجتماعي الذي يحتاج إليه الإنسان من طرف الأسرة، الأصدقاء، الأقارب حيث تتمثل في عملية تبادل المعلومات وتقديم الدعم بالنصائح والإرشادات وذلك باختلاف المصادر سواء كانت من داخل الأسرة أو من خارجها وهذا ما يدفع الأفراد إلى الرغبة في إشباع حاجاتهم المتمثلة في هرم الحاجات لماسلو في أهم ميكانيزم في شخصية الفرد لمقاومة الفشل والمرونة في التعامل مع المواقف الصعبة والقدرة على مواجهتها وهذا ما أكدته دراسة الخالدي 2008 حينما استنتجت أهمية دور الإسناد الاجتماعي في تدعيم الصحة النفسية للمراهقين. **(بوناب، بوسعيد ،2020 ،ص 16)**.

وتعد المساندة الاجتماعية مصدرا مهما من مصادر الدعم النفسي الذي يحتاجه التلميذ من راحة نفسية وإشباع حاجاته وخفض مستوى خوفه من الرسوب بدون مساندة اجتماعية داخل أو خارج الأسرة ما يولد له فشلا عند اجتياز الامتحانات الكبرى (البكالوريا) التي تكون فيه حراسة مشددة ولا وجود لفرص المساعدة.

ومن هذا المنطلق جاءت دراستنا للبحث في العلاقة بين المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الراسبين في شهادة البكالوريا من خلال طرح التساؤلات التالية.

-التساؤلات:

السؤال العام:

هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا؟

السؤال الفرعي الأول:

هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد الاحتواء للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا,

السؤال الفرعي الثاني:

هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا؟

السؤال الفرعي الثالث:

هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد التنظيم الذات للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا؟

2 – صياغة الفرضيات:

الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في شهادة إمتحان البكالوريا.

الفرضية الفرعية الأولى:

توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد الاحتواء للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا.

الفرضية الفرعية الثانية:

توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا.

الفرضية الفرعية الثالثة:

توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد التنظيم الذات للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا.

3- أهداف الدراسة: إن الأهداف متعدة لخصت في النقاط التالية:

1- الكشف على درجة المناعة النفسية لدى التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا.

2- الكشف على درجة المساندة الاجتماعية لدى التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا.

3- التعرف على طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية لدى التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا.

4- التعرف على دور المساندة الاجتماعية وأثرها في رفع مستوى المناعة النفسية لدى التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا.

5- تطبيق مقياس للمناعة النفسية والمساندة الاجتماعية.

6- التعرف على أسباب الرسوب في امتحان شهادة البكالوريا.

7- معرفة نمط الدعم الاجتماعي على مستوى المناعة النفسية لدى التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

4- أهمية الدراسة:

تهدف أهمية الدراسة إلى:

- تسليط الضوء على العلاقة بين متغير المناعة النفسية ومتغير المساندة الاجتماعية.
- أهمية دور المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية لدى التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا في الرسوب.
- تعتبر الدراسة إضافة جديدة للتنظير النفسي من حيث جدة المتغيرات النفسية الاجتماعية التي اهتمت بها والنظر لقلة الدراسات التي اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية في البيئة العربية عموما والجزائرية خصوصا.
- تقدم الدراسة دليلا علميا لفهم الارتباط بين متغيرات البحث.
- تتناول هذه الدراسة عينة مهمة من المجتمع وهي فئة الشباب المراهقين الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا والتعرف على خصائص العينة المدروسة وتحليل نتائجها.

5- المفاهيم الإجرائية:

أ/التعريف العام للمناعة النفسية:

هي قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية، الاحباطات والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي، بالتفكير الإيجابي وضبط الانفعالات، والإبداع في حل مشكلات وزيادة كفاءة الذات ونموها وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الظروف وتغييرها والتكيف مع البيئة. **(واكد، العوفي ،2022، ص 17).**

ب /التعريف الإجرائي للمناعة النفسية:

هو متوسط الدرجات الكلية المتحصل عليها عند تطبيق مقياس مناعة النفسية على عينة البحث.

ت /التعريف العام للمساندة الاجتماعية:

الحصول على المعلومات من الأشخاص الذين يشعر الفرد نحوهم بالحب والاهتمام، والتقدير والاحترام، ويشكلون جزءا من دائرة علاقاته الاجتماعية ويرتبط معهم بمجموعة من الالتزامات المتبادلة. **(بوناب، بوسعيد ،2019، ص 16).**

ج /التعريف الإجرائي للمساندة الاجتماعية:

هو متوسط الدرجات الكلية المتحصل عليها عند تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية على عينة البحث.

د/ التعريف العام للرسوب المدرسي:

يطلق هذا المصطلح على التلاميذ الذين ينهون دراستهم في غير عدد السنوات المحددة لها إما لأنهم ينقطعون نهائيا عن الدراسة، أو لكونهم يعيدون السنة أو السنوات المهنية. **(بلعباس ،يسعد،2017 ص 310).**

ذ / التعريف العام للبكالوريا:

هو امتحان مصيري لأنه على أساس النجاح فيه يتم الالتحاق بالتكوين العالي، وهي شهادة المصادقة الاجتماعية للنجاح في الامتحان الوطني والرسمي الذي يقيم إمكانيات الطلبة المكتسبة في التعليم الثانوي والتي تعتبر نقطة الانطلاق للتعليم الجامعي. **(بوسعيد، مزاري، 2021 ص 53).**

ر/ التعريف العام للاحتواء:

يعتبر الطابع الوجداني الذي يتم من خلال تقييم المشاعر المتطرفة و تحويلها بعيدا عن الوعي والتخلص من الطاقة السلبية والذي يشمل الاستبعاد والتحويل المضاد للمشاعر السلبية (فلسطين ، 2020،ص 20)

س / التعريف الإجرائي للإحتواء:

هو متوسط الدرجات الجزئية المتحصل عليها عند تطبيق مقياس المناعة النفسية على عينة البحث.

ز/ التعريف العام للمواجهة التكيفية:

وهي آليات العمل التي تحفز الأدوات المعرفية للتكيف مع الأحداث والتي تتفاعل مع وجدان الفرد. **(فلسطين ،2020 ، ص 20)**

و/ التعريف العام لتنظيم الذات :

وهي القدرة على التعامل مع الأحداث البيئية كمعلومات موجهة لاختبار الخبرات الجديدة واندماجها مع البيئة المعرفية للفرد . **(فلسطين ،2020 ،ص 20)**

ي/ التعريف الاجرائي لتنظيم الذات:

هو متوسط الدراجات الكلية المتحصل عليها عند تطبيق مقياس المناعة النفسية على عينة البحث

7- الدراسات السابقة:

أ/ دراسات حول متغير المناعة النفسية:

-[دراسة نادية زروقي (2013) المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة] (دراسةجزائرية)

استهدفت الدراسة التعرف على علاقة المناعة النفسية بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة والتعرف عما إذا كانت هناك فروق فردية في مستوى المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة إلى بعض المتغيرات مثل (النوع – التخصص) وذلك باستخدام المنهج الوصفي التحليلي لعينة مكونة من 630 طالب، وقد خلصت إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بمناعة نفسية وان هناك فروق دالة إحصائيا في درجة المناعة النفسية بين التخصص العلمي والإنساني وكانت نتيجة لصالح التخصص العلمي، كما بينت أن هناك علاقة قوية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية.

-[دراسة بريداكسBredacs (2016) تعرف على دور المناعة النفسية وعواملها الفرعية وقيمها في حياة الطلاب] (دراسة أجنبية)

هدفت الدراسة للتعرف على الدور الذي تلعبه المناعة النفسية وعواملها الفرعية وقيمها في حياة الطلاب المشاركين في التدريب المهني والتوجه نحو المستقبل وتكونت العينة (534) طالبا. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس المناعة النفسية من إعداد olah وتوصلت النتائج أنه لا يوجد فروق كبيرة بين الجماعات في القيمة الرئيسية للمناعة النفسية وان الكثير من الطلاب لديهم أي آفاق ذات صلة بالمستقبل بعد المدرسة الثانوية المتخصصة ليس لديهم أي أهداف على المدى الطويل.

-[دراسة رانيا الجزار (2018) المناعة لنفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي] (دراسة مصرية)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية وكل من الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة للتعرف على إمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي وأبعاده من خلال المناعة النفسية وأبعادها لطلاب الجامعة، والكشف عن مدى الاختلافات في ديناميات الشخصية بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي

مستوى المناعة النفسية وقد بلغ قوام عينة الدراسة 195 طالب، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين المناعة النفسية والأداء الأخلاقي لدى الطالب، كما أبرزت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضبط النفسي كأحد أبعاد المناعة النفسية وأبعادها لدى طلاب الجامعة مشيرة إلى اختلاف ديناميات الشخصية لطلاب مرتفعي مناعة النفسية عنها لطالب منخفضي المناعة النفسية (الجزار، 2018).

- وتؤكد دراسة (الحلبي ،2021) (دراسة سعودية)

والتي اهتمت بدراسة المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل لدى عينة من طالبات جامعة القصيم حيث بلغ عدد العينة في هذه الدراسة إلى 275طالبة توصلت نتائج الدراسة إلى النتائج التالية: يتمتع أفراد العينة بمستوى أعلى من المتوسط في المناعة النفسية، ومستوى أقل من المتوسط في المساندة الاجتماعية والتوجه نحو المستقبل، بينما لم تتنبأ المساندة الاجتماعية بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل ووجود فروق بين منخفضي ومرتفعي المناعة النفسية وفروق بين منخفضي ومرتفعي المساندة الاجتماعية على مقياس التوجه الإيجابي نحو المستقبل.

ب /دراسات حول متغير المساندة الاجتماعية :

- [دراسة فارني وآخرون (1989) Varni and others المساندة الاجتماعية وتقدير الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي] (دراسة أجنبية)

استهدفت الدراسة معرفة علاقة المساندة الاجتماعية وتقدير الذات على التوافق النفسي لدى الأطفال والمراهقين وبعد معالجة البيانات إحصائيا باستخدام الاختبار الثنائي لعينة واحدة والاختبار الثاني لعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون أظهرت نتائج هذه الدراسة إلى أن مساندة الأقران أهم من مساندة الأسرة للمراهقين أما فيما يتعلق بتقدير الذات فإنه مفيد لكلتا المجموعتين.

- **[دراسة عبس وإسماعيل(2004) بعنوان العلاقة بين المساندة والاكتئاب لدى كل من الذكور والإناث] (دراسة جزائرية)**

أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (65 طالب، منهم 30 طالب، و35 طالبة)حيث طلبت منهم وضع قائمة تضم 5 أشخاص من الأقارب و(5) من الأصدقاء و(5) من الجيران وتقديم دعمهم على مقياس مكون من (5) أنواع من المساندة الاجتماعية، ومنه أوضحت النتائج أن المساندة الاجتماعية كانت ذات دلالة أعلى لدى الذكور منها عند الإناث وكذا أن مقدار إدراك المساندة الاجتماعية من الأقارب من الدرجة الثانية (الأعمام، الأخوال...) والأصدقاء والجيران ان المساندة الأقل تدرك من قبل الجيران والاكتئاب يكون أعلى لدى النساء أكثر منه لدى الرجال، ولا تظهر دلالة ارتباطه بالمساندة الاجتماعية.

- **[دراسة الخالدي (2008) دور الإسناد الاجتماعي في تدعيم الصحة النفسية للمراهقين] (دراسة فلسطينية)**

استهدفت الدراسة معرفة مستوى الإسناد الاجتماعي لدى المراهقين واستهدفت أيضا معرفة فيما اذ كانت هناك كالاجتماعي، وأيضا هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقين ذوي الإسناد العالي والمراهقين ذوي الإسناد المتوسط وذوي الإسناد المنخفض في متوسط درجات الصحة النفسية

واعتمد الباحث على مقياس يتألف من (48) فقرة تقيس الإسناد الاجتماعي أما عينة البحث فقد بلغت (164) طالب وطالبة ومتوسط أعمارهم (19–18) سنة وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الإسناد المتحقق عالي بشكل عام إذا حصل أفراد العينة على متوسط درجات أعلى من متوسط المقياس المستخدم .

ج/دراسات حول متغير الرسوب المدرسي:

- **[دراسة لحرش (1998)] (دراسة جزائرية)**

هدفت الدراسة إلى البحث عن أسباب الرسوب في شهادة البكالوريا في رأي الأساتذة والأولياء للتعرف على نسبة النجاح والرسوب في امتحان البكالوريا في بعض السنوات الماضية وكذا معرفة أسباب الرسوب في امتحان البكالوريا من وجهة نظر الأساتذة والأولياء وهل هناك فروق في وجهة نظرهم وطبيعة هذه الدراسة على عينتين وهما 150 أستاذ و200 ولي تلميذ، و توصل الباحث الى أن أسباب الرئيسية للرسوب وهي راجعة الى عوامل خاصة بالبرنامج الدراسي، عوامل خاصة بالطلبة،عوامل بيداغوجية، عوامل اقتصادية، عوامل خاصة بالأساتذة و عوامل اجتماعية.

- **[دراسة مورينو (2004)] (دراسة أجنبية)**

هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مفهوم الذات الأكاديمي والغزو السببي للنجاح والرسوب والتحصيل الأكاديمي للطلبة ما قبل المراهقة وقد استخدمت عدة ادوات منها : مقياس مفهوم الذات ومقياس العزو ومقياس التحصيل الاكاديمي ، اظهرت نتائج الدراسة ايجابية العلاقة بين مفهوم الذات الاكاديمي والنجاح لاسباب داخلية "الجهد والقدرة" وعلاقة سلبية بين الانجاز والرسوب يعود لاسباب

داخلية ،ووجود علاقة سلبية بين الانجاز والنجاح يعود لاسباب خارجية ،ووجود علاقة ايجابية بين ارتفاع الانجاز ومفهوم الذات الأكاديمي .

- **[دراسة كونيوي (2006)] (دراسة أجنبية)**

هدفت إلى التعرف على العوامل المؤثرة على الرسوب لطلبة الثانوية في المواد العلمية من وجهة نظر الطلبة تكونت عينة الدراسة من 346 طالب و طالبة من طلبة الصف العاشر في 8 ثانويات في جنوب البرتغال استخدمت في الدراسة الاستبانة لتحقيق أهدافها وأظهرت نتائج الدراسة أن من أهم أسباب فشل الطلبة ورسوبهم فهم قلة جودة التدريس يليه الإعداد السابق للمتعلم ثم صعوبة المحتوى الأكاديمي ثم الظروف المادية للثانوية ثم تنظيم الثانوية ومدى تعاونها مع أولياء الأمور.

8 – التعقيب على الدراسات السابقة:

ساهمت الدراسات السابقة في توجيه مسار الدراسة الحالية ومحاولة تفسير نتائجها والاستفادة منها في الدراسة الحالية رغم الاختلاف في توجهات وأهداف الدراسة.

أ / من حيث عينة البحث:

اختلفت الدراسات السابقة مع دراستنا في عينة البحث فأغلب الدراسات السابقة ركزت على الطلبة الجامعيين على خلاف دراستنا التي تمثلت في دراسة عينة من الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

ب/ من حيث منهج الدراسة:

اعتمدت أغلب الدراسات السابقة على المنهج الوصفي التحليلي وهذا ما يتوافق مع المنهج المستخدم في موضوع دراستنا.

ج/ من حيث أدوات الدراسة:

توافقت دراستنا من حيث الأدوات المستخدمة حيث استخدمنا في دراستنا مقياس المساندة الاجتماعية مشابه تم تكييفه على البيئة الجزائرية من مذكرة المساندة الاجتماعية وعلاقتها بفعالية الذات لدى الأساتذة ، أما عن مقياس المناعة لم يتوافق مع الدراسات السابقة المستخدمة حيث إختلف في بنوده وأبعاده وتم تكييفه على البيئة الجزائرية.

د/ من حيث موضوع الدراسة أهميتها:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة نجد أنها قريبة من موضوع الدراسة الحالية من حيث المتغيرات ومجتمع البحث وتختلف في أهدافها.

و/ من خلال الأساليب الإحصائية:

توافقت أغلب الدراسات السابقة مع الدراسات الحالية في الأساليب الإحصائية حيث أن أغلب الدراسات السابقة استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، النسب المئوية، معاملات الارتباط برسون، ونظام SPSS وهذا ما يتوافق مع الدراسة الحالية.

الفصل الثاني: المناعة النفسية

***تمهيد**

1 . تعريف المناعة النفسية.

2 . الخلفية التاريخية لتطور مفهوم المناعة النفسية.

3 . أنواع المناعة النفسية .

4 . أهمية المناعة النفسية.

5 . مكونات المناعة النفسية.

6 . النظريات التي تناولت المناعة النفسية.

7 . أبعاد المناعة النفسية.

8 .الشخصية المناعية وسماتها الايجابية .

9 . العوامل المساعدة على تنشيط المناعة النفسية.

***خلاصة الفصل.**

تمهيد:

الأشخاص معرضون لمواجهة التحديات وخوض تجارب وخبرات وتكون ايجابية أو سلبية التي تعبر عن شخصية الفرد و إمكاناته البيولوجية وموارده النفسية التي تحدد مدى قدرة الفرد على تحمل الصعوبات ومواجهة المشكلات وإدراك العقبات ،ولأن حركة البحث النفسي والتحليل الإنساني لمحاولة فهم وتفسير ومن ثم ضبط وتحكم وتنبؤ سلوك الأفراد ومردودهم النفسي والاجتماعي في تطور ديناميكي مستمر من الاتجاهات الايجابية والعصبية والمعرفية .

ما قد تطرق إلى مصطلح المناعة النفسية الذي يعتبر مصطلح ذو مفهوم حديث البحث والتطرق وهذا ما سنحاول التعرف عليه في الفصل الحالي.

1-تعريف المناعة النفسية:

أ/ لغة:

حسب معجم الوسيط تعرف المناعة النفسية بأنها الحصانة ضد الشيء ومقاومته وهي عكس العدوى.(العمري،2020، ص77)

ب/ اصطلاحا:

عرفها" بريد اكس" (2016) "Bredaces" بأنها عبارة عن نظام متكامل وقائي يعمل على حماية الذات ووقايتها ، حيث أن مكوناته تجعل الأفراد قادريين على مواجهة مختلف الضغوط النفسية والاجتماعية .

قدم "شعبان" "Shapan" (2020) تعريف للمناعة النفسية ينص على أنها "خطة وقائية تساعد الفرد على التخلص من الاضطرابات النفسية التي يتعرض لها ". (فاتح ع الله ،2022 ، ص151)

. يعرف "عصام محمد زيدان" (2013) المناعة النفسية بأنها قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباط والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الايجابي وضغط الانفعالات والإبداع في حل

المشكلات وزيادة فاعلية الذات ونموها،وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الفروق وتغييرهما والتكيف مع البيئة ،وهي قدرة الفرد على حماية النفس من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط والتهديدات والمخاطر والاحتياطات والأزمات النفسية الداخلية والخارجية من خلال الموارد الذاتية الكامنة في الشخصية (مسحل،2018 ، ص7)

عرفها "سيلي" (1976) "Sely" المناعة النفسية بأنها تمثل تعبير عن المقاومة والصمود النفسي التي يبديهما الفرد أمام الضغوط التي يواجهها الفرد.

أما "ابلسون وآخرون" " Apilsonet et al" (2004) فعرفوا المناعة النفسية بأنها تلك التوجيهات التكيفية غير المدركة التي تعمل على التوازن بين خداع الذات واختيار الواقع ،للتعامل بكفاءة مع متطلبات الحياة اليومية.

يعرفها "زيدان" (2013) المناعة النفسية من خلال قدرة الفرد على حماية نفسه من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط والتهديدات، والمخاطر والإحباطات والأزمات النفسية والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي باستخدام الموارد الذاتية والإمكانات الكامنة في الشخصية. (فلسطين،2020، ص16-17)

يعرفها "كمال إبراهيم مرسي" (2000) بأنها مفهوم فرضي يقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر غضب وسخط وعداوة وانتقام أو أفكار ومشاعر يأس وعجز وانهزامية وتشاؤم كما تمد المناعة النفسية الجسم بمناعة إضافية Super Immumity تنشط أجهزة المناعة في الجسم ،فتعمل بأقصى وسعها في مقاومة الأرض. (مسحل،2018، ص8)

يعرفها "كيجان" "kegan" (2006) بأنها نظام وجداني تفاعلي متغير يجعل الفرد يستخدم مشاعره وقدرته على التمييز بين الأشياء المفيدة والضارة والمحايدة من خلال الذاكرة والقدرة على التخيل والتخطيط وتقييم الخطر والحماية وإدراك معززات الحياة وصياغة خطط العمل من أجل وقاية وحماية الحياة والكيان الجسدي والهوية والإبداع. (الجزار،2018،ص498)

2-الخلفية التاريخية لتطور مفهوم المناعة النفسية:

بمراجعة التراث السيكولوجي حول وصف الأساليب الدفاعية والوقائية والعلاجية فقد وصفت الكتابات والدراسات مثل Freud 1936, Festinger 1957 ,Green)wald 1980 Steele 1988 , Taylor 1991 kunda 1990 Taylorandbrowan 1988).

عدة أساليب (تجاهل،تحويل،إعادة بناء المعلومات) التي يقوم بها العقل البشري ضد النتائج التأثيرية للأحداث السلبية التي يتعرض إليها الفرد منها الأساليب البسيطة تماما إلى المعقدة جدا ،في محاولة إلى الإشارة لامتلاك الفرد نظما تستخدم هذه الأساليب من أجل حماية الفرد من التعرض للكآبة الشديدة كنتاج للأحداث السلبية .

ويرى "جيلربرت" (1998) أن ميكانيزمات دفاع الأنا، المنطق التحفيزي أو التربوي، خفض التنافر، الاستنتاج الدافعي ،الأوهام الايجابية والخيالات ، النزعة الذاتية ، الخداع الذاتي ، تعزيز الذات ، إثبات الذات ، وتبرير الذات ،هي بعض المصطلحات استخدمها علماء النفس لوصف الاستراتيجيات والآليات المتنوعة كما يمكن أن يسمى نظام المناعة النفسية والذي اعتبره عاملا من عوامل الشخصية ليعكس بعد الشخصية المرتبط بالضغط والإنهاك النفسي.

ويتفق "أبلسون" (2004) مع افتراض "جيلبرت وآخرون" (1998) حول أن العقل البشري يشمل نظام مناعي نفسي يحفظ المشاعر السلبية بعيدا مثله مثل نظام المناعة الحيوية القائم على إبعاد الميكروبات الخطيرة.

واعتبر "كيجان" (2006) أن الحفاظ على الحياة والكيان الجسدي ، الهوية ، الملكية الفكرية الإبداعية تأتي عبر عمليات ونظم تكون المحرك لنظام المناعة النفسية في حين ذهب منطق "باربانيل" (2009) إلى أنه كما يوجد نظام المناعة الحيوية الذي يعمل دون

توجيه من الفرد كمهاجمة الأجسام الغريبة فإن الإنسان يمتلك أيضا نظام مناعي نفسي يعمل على حمايتنا من الاعتداءات النفسية من السيئة عبر التكيف مع الضغوط الوجداني.(بن سالم،2021، ص855)

3-أنواع المناعة النفسية:هناك عدة أنواع :

أ/ مناعة نفسية طبيعية :

هي مناعة ضد التأزم والقلق وهي موجودة عند الإنسان في طبيعة تكوينه النفسي الذي ينمو من تفاعل بين الوراثة والبيئة ،فالشخص صاحب التكوين النفسي الصحي يتمتع بمناعة نفسية طبيعية عالية ضد الأزمات والكروب والقدرة على تحمل الإحباط ومواجهة الصعاب وضبط النفس .

ب/ مناعة نفسية مكتسبة طبيعيا:

وهي مناعة ضد التأزم والقلق يكتسبها الإنسان من التعلم والخبرات والمهارات والمعارف التي يتعلمها في مواجهة الأزمات والصعوبات.

ج/ مناعة نفسية مكتسبة صناعيا:

وهي تشبه المناعة الجسمية التي يكتسبها الفرد في حقن الجسم عمد بالجرثومة المسببة للمرض للحد من خطورتها وتبقى مناعتها مدة طويلة وتسمى مناعة مكتسبة فاعلة.

ونستنتج أن المناعة النفسية سواء كانت طبيعية أو مكتسبة صناعيا في جهاز واق وخط الدفاع الأول الذي يحمي الفرد من الوقوع فريسة للإحباط واليأس ،وتساعده على مواجهة القلق والتوتر والأزمات والكروب ومواجهة المواقف الصعبة وتثبت فاعلها في زيادة خبرة الفرد لمواجهة المواقف الجديدة بناء على مواجهة من مواقف سابقة . (الحضري،2021، ص482)

4-**أهمية المناعة النفسية:** تتمثل أهمية هذا العامل النفسي في:

- التعايش مع الصراعات الانفعالية.
- تحمل الضغوط دون صراعات.
- المرونة والتكيف مع التغيرات البيئية.
- تقوية وتعزيز الشخصية والأنا .
- تحمل المسؤولية تجاه الأفعال المختلفة.
- العيش بدون خوف أو قلق أو شعور بالذنب.
- التمييز بين الصواب والخطأ.
- أن تكون الانفعالات منطقية وليست مندفعة .
- زيادة الرضا الذاتي عن الانجازات الشخصية.

ونستخلص أن المناعة النفسية لها العديد من الأدوار والمهام الفعالة والتي تحمي الذات من الأذى الانفعالي وتقي الفرد من الوقوع فريسة المخاطر والمشكلات النفسية ،وتساعد على التعايش مع الواقع والتكيف مع البيئة وما يطرأ عليها من التغيرات المفاجئة والمواقف الصادمة مستخدما ما لديه من مهارات وخبرات سابقة و مواقف مشابهة. (الحضري،2021، ص483)

5-مكونات المناعة النفسية:

يشير "بونا" "Bona" (2014) إلى أن المناعة النفسية للفرد تتكون من ثلاثة نظم فرعية تحتوي على (16) سمة من مصادر القوة الكامنة لتحقيق المناعة النفسية للفرد وهذه النظم الفرعية تتفاعل مع ديناميكية لتسهيل التكيف المرن والنمو الذاتي للفرد وهذه النظم الفرعية ثلاثة أنواع.

أ/ التوجه نحو المراقبة Monitoring Approaching :

يشير هذا النظام الفرعي إلى مدى انتباه الفرد للبيئة الفيزيقية والاجتماعية وذلك بهدف مساعدة الفرد على تفسير وفهم المتغيرات المحيطة به والتحكم فيها ،حيث إنها توجه انتباه الفرد نحو توقع النتائج الايجابية ويشمل هذا النظام الفرعي الأبعاد التالية:

التفكير الايجابي ، الشعور بالتماسك أو الترابط ،الشعور بالتحكم أو الضبط ،الشعور بالنمو الذاتي التوجه نحو التغيير والتحدي ،المراقبة الاجتماعية والتوجه نحو الهدف.

ب/ الانجاز . الإبداع Creating Executing :

هو نظام فرعي داخلي يساعد الفرد على تغيير الظروف المحيطة وخاصة في المواقف الضاغطة وذلك من خلال الاستفادة من الفرص البيئية المتاحة وتعديل الظروف والقدرات الداخلية والخارجية المحيطة به بهدف تحقيق أهداف ذات قيمة وهو يشمل الأبعاد التالية: مفهوم الذات الإبداعي حل المشكلات ،فعالية الذات ،القدرة على التحرك الاجتماعية ، القدرة على الإبداع الاجتماعي.

ج/ تنظيم الذات Self – Regulating:

هو نظام فرعي يشمل عدة مكونات من شأنها توفير الضبط والتحكم في كل من الجوانب المعرفية والانفعالية و الاندفاعية والتي ينتج عنها خبرات الفشل والإحباط والخسارة بحيث تجعل الحياة الانفعالية للفرد مستقرة فهو يشمل الأبعاد التالية: التزامن ،ضبط الاندفاعية والضبط الانفعالي ،وضبط حدة الطبع وتعمل هذه النظم الفرعية معا في تفاعل ديناميكي لتنظيم عمليات التعايش وتوجه الفرد لاستخدام المرونة واستراتيجيات

تنمية الذات وبالتالي توفر المناعة النفسية التوازن بين الفرد والبيئة لكي يكون قادرا على الوصول إلى أعلى مستويات القدرة على التكيف.(علي،2019، ص58)

6-النظريات التي تناولت المناعة النفسية:

أ/ النظرية التحليلية (Psycho analysisTheary)

تعد نظرية التحليل النفسي ركنا أساسيا في الإرشاد والعلاج الحديث وينطلق بعض العاملين في الإرشاد أو العلاج النفسي من مفاهيم وأساليب نابعة من التحليل النفسي ويرى فرويد (Freud) أن الجهاز النفسي يسعى إلى تحقيق حالة من الاتزان ومستوى منخفض من الاستثارة أي إذا تعرض الفرد إلى مثير داخلي أو خارجي فإن تلك الاستثارة التي يشعر بها الفرد تدفعه إلى القيام بنشاط جسمي أو عقلي معين ليتخلص من تلك الحالة ويعود إلى حالته الأولى فبل التعرض للمثير ويرى فرويد أن حالة عدم الاتزان الناشئة عن المثير تجعله يشعر بحالة من الضيق والتوتر وإن نشاط الفرد من أجل تخفيض مستوى الاستثارة في حالة مناسبة.

ويعتقد فرويد أن الفرد الذي يتمتع بالشخصية التوافقية مرهون بقوة الأنا ،وأن وظيفتها الدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع البيئة وحل الصراعات كافة والعمل

على إحداث توازن مع الهو التي تطلب الإشباع والأنا الأعلى التي تعارض للإشباع إلا في ظل الإطار الاجتماعي . (فلسطين،2020، ص23)

ب/ النظرية السلوكية (BehavoirTheory) :

وهي تعد التعلم المحور الأساس للسلوك من خلال تكوين الارتباطات بين المثيرات والاستجابات ،لذا فإن اكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة تساعده على التعاون مع الآخرين في مواجهة مواقف تحتاج إلى اتخاذ القرار ،كما أن الإنسان يحتاج إلى توافقه مع ذاته ومجتمعه فهو المعيار الدال على أن الفرد يتمتع بالصحة النفسية.

وترى المدرسة السلوكية أن الفرد هو نتاج لعملية التعلم والتنشئة التي يتعرض لها الفرد،مضافا للظروف التي تحول دون إحساس الفرد بالأمن المستقبلي أو تضعه باستمرار في مواقف الاختيار ذي البدائل المحدودة وعليه يؤكد بافلوف (Pavlov) أن اضطرابات الصحة النفسية نشأ بسبب أخطاء في تاريخ التعلم الشرطي للفرد كما يرى أن نمو الشخصية يعتمد على عمليات التمرين والتعود في الصغر في حين ركز "سكنر" (Skinner) على أن المهارات الاجتماعية لا تنمو المهارات بسبب التعزيز غير الملائم فإن الفرد يستجيب إلى مواقف اجتماعية بطريقة غير سلمية .(فلسطين ،2020، ص24)

ج/ النظرية الانسانية :(humanistietheory) :

يرى ماسلو أن الفرد الذي يتمتع بالنمو النفسي سليم هو الذي يحظى باشباع حاجاته الأساسية ومحقق لذاته هو الفرد الذي أنجز مستوى عالي من التوافق ويستطيع أن يصدر أحكاما جديدة ،وأن هذا الفرد يحصل على مصدر رئيسي للرضا من خلال نموه وتطوره ولا يعاني من القلق ، أما "روجرز" فيؤكد أن الفرد اذا تلقى تقديرا اجابيا مستمرا وغير مشروط ،تكون لديه شخصية سليمة ويشعر بالاستقرار ،ويعتمد "روجرز" أن السلوك الذي يجلب نتائج ايجابية للفرد لن يكون مشبعا من الناحية الشخصية فحسب، بل سينال تقديرا ايجابيا أيضا من المجتمع، فالنظرية الانسانية ترى أن الانسان في حالة من النمو و النشاط ودائما يسعى الى الأفضل ويستطيع أن يحقق ذاته والعطاء والابداع وتحقيق اتزانه الانفعالي. (فلسطين، 2020 ، ص24)

د/ النظرية المعرفية :(cognitive theory)

ترى النظرية المعرفية بأن التوافق يعتمد على الطريقة التي يفسر بها الفرد الحوادث في البيئة وكيف يقيم تلك الحوادث ، وأن الفرد الذي يفسر الخبرات بالطريقة تمكنه من المحافظة على صحته النفسية من خلال استخدام المهارات المناسبة في حل المشكلات . ويرى (beck) أن الفرد يستجيب للخبرات بشكل محرف غير واقعي ، فاذا كانت الاستجابة وفقا للتعريفات مع الواقع الحقيقي فان الانفعال سيأتي تبعا للوهم وليس للحقيقة

، ويؤكد "بيك" في الأسلوب العلاجي الفرد على نفسه من خلال التعزيزات التي يعبر بها الفرد عن الأحداث ويجعل من الاضطرابات وعلاجها أكثر اتصالا بخبرات الحياة اليومية

أما "كيلي" فيركز على الطريقة التي يستجيب بها الفرد الى المواقف والأحداث ، حيث أن الانسان يقوم بالملاحظة وصياغة الفرضيات بالفطرة ، ويحاول الوصول الى التوافق وتحقيق الصحة النفسية. (فلسطين،2020، ص25)

7-أبعاد المناعة النفسية:

اختلفت الدراسات السابقة فيما يتعلق بأبعاد المناعة النفسية ،وذلك لما تشمله المناعة من قوى داخلية تحرك الإنسان إلى الرقي والسعي الدؤوب للوصول إلى المثالية والكمال حيث يرى "أولاه" (2010) "Olah" أن أبعاد المناعة النفسية تتركز في ثلاث مجموعات هي :

- **المجموعةالأولى:** وتشمل الأمور الايجابية والنمو الداخلي وهي تصنف على النحو الآتي:

الكفاءات ،والتفكير الايجابي والشعور بالتحكم ،والشعور بالاتساق والشعور بنمو الذات .

- **المجموعةالثانية:** وتمثل مجموعة التفاعل الاجتماعي والإبداع وهي تشمل توجه التحدي ،والمراقبة الاجتماعية ومفهوم الذات الابتكارية والتطبع الاجتماعي وحل المشكلات والفعالية الذاتية وتوجه الأهداف والإبداع الاجتماعي .
- **المجموعةالثالثة:** وهي المجموعة المتحكمة بالاندفاعات الداخلية وتشمل : ضبط الاندفاع والتزامن والتحكم العاطفي وضبط والتسرع وقد استخدمت دراسة الشريف 2015 ثلاث أبعاد مناعة نفسية هي:

-البعد الأول : الاحتواء Intojection : أي أنه يعتبر الطابع الوجداني الذي يتم من خلاله تقييم المشاعر المتطرفة وتحويلها بعيدا الوعي والتخلص من الطاقة السلبية والذي يشمل الاستيعاب والتحويل المضاد للمشاعر السلبية .

-البعد الثاني: المواجهة التكيفية Adaptable Confrontation: وهي آليات العمل التي تحفز الأدوات المعرفية للتكيف مع الأحداث وهي التي تتفاعل مع وجدان الفرد.

-البعد الثالث: تنظيم الذات Self –Regulation:وهي القدرة على التعامل مع الأحداث البيئية كمعلومات موجهة لاختبار الخبرات الجديدة واندماجها مع البيئة المعرفية للفرد. (فلسطين،2020، ص20)

8-الشخصية المناعية وسماتها الايجابية:

إن مصطلح أدبيات علم النفس الايجابي يجد هناك تداخلا كبيرا بين مختلف المفاهيم والمواضيع المكونة لهذا العلم كالصلابة النفسية والمرونة النفسية وقوة الأنا وعلاقة كل ذلك بموضوع فاعلية الذات واستخدامها للذكاءات المتعددة من أجل حياة ذات جودة ونوعية هدفها كل الهدف التركيز على مكامن القوة في الشخصية الإنسانية واستغلال مواردنا النفسية من أجل التحصين ضد مختلف الهجمات الغير متوقعة كما أنه يمكننا أن ندرج كل ذلك في مقومات الشخصية المناعية وأهم سمات الشخصية المناعية. (عروج،2021،ص1170)

أ/ الصلابة النفسية :

في دراسة للدكتور "بلوم "والباحثة "مريامة حنصالي "في مقالهما حول إحدى سمات الشخصية المناعية ،تناول الباحثان موضوع الصلابة النفسية كسمة هامة تميز المناعة النفسية للأفراد وقد عرفاها حسب (راجح ،1965) بأنها قدرة لدى الفرد على تأجيل وإرضاء الحاجات الآجلة والصمود أمام الأزمات الآتية من دون أن يختل توازنه الانفعالي وتفكيره ، فضلا على قدرة الفرد على إنتاج معقول في حدود ذكاءه وحيويته واستعداداه كما تعرفها العالمة "كوبوسا" (1979) "Kobossa " بأنها كوكبة من سمات الشخصية والتي تعمل كمصدر للمقاومة في مواجهة الأحداث الضاغطة في حين تذهب "سمين" (1995) على الاعتقاد على أنها قدرة الشخص على مواجهة الظروف والأحداث الحياتية الضاغطة

والمهددة والتعامل معها دون تعريض الصحة الجسمية والنفسية لمختلف الاضطرابات والتي يمكن أن تحدث نتيجة تلك الأحداث.

ب/ المرونة النفسية:

تعرف الجمعية الأمريكية لعلم النفس المرونة بأنها عملية التوافق الجيد والمواجهة الايجابية لمواجهة الشدائد والصدمات والنكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر كالمشكلات الأسرية ،مشكلات العلاقات بين الآخرين ،المشكلات الصحية الخطيرة وضغوط العمل والمشكلات المادية ويعرفها "الأحمدي 2007" بأنها الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة المختلفة وكما تعرف المرونة في علم النفس على أنها القدرة الايجابية للفرد على التكيف مع الضغوط النفسية وتمكنه من أداء وظائفه بشكل جيد فكثيرا ما يتعرض الإنسان لأحداث ومواقف وأزمات كالإهانة أو الخسارة المادية أو وفاة عزيز أو حالات عدم الوفاء ونكران الجميل حيث أن قدرة الإنسان على تحمل ما يتعرض له تتوقف بشكل كبير على العودة إلى حالته الطبيعية وهذا ما يسمى بالمرونة النفسية أو الذهنية التي يتمتع بها ،فالمرونة النفسية ليست وليدة التكوين البيولوجي وحده بل هي عبارة عن نواة مركزية تتألف من عناصر بيولوجية وفسيولوجية وتشريحية وسيكولوجية وهي علامة من علامات الصحة النفسية. (عروج،2021، ص1171)

ج/ قوة الأنا:

تعتبر سمة هامة من سمات الشخصية وعصب الحياة النفسية ومحورها الفعال ومستقر ايجابية الإنسان ،وتأكيد الإمكانات وبزوغها من حيز الكمون إلى حيز التحقيق في الواقع بما تلعبه من دور فعال في التطور النفسي والاجتماعي للفرد ،تشير قوة الأنا إلى التوافق مع الذات ومع المجتمع وتتمثل في قدرة الفرد على استثمار كافة المصادر النفسية والمادية المتاحة من أجل تحقيق التوافق ويعود الفضل لرائد مدرسة التحليل النفسي "سيقموند فرويد" في وضع تصور للأنا من حيث القوة والضعف وذلك ضمن مكونات الجهاز النفسي والذي يفترض أنه يتكون من (الهو– الأنا – الأنا الأعلى)

د/ فعالية الذات:

إن اعتقاد الإنسان في قدرته على الأداء والانجاز والإبداع و الإنتاج هو ما طرحه العالم الأمريكي " "Albert bondura في علم النفس خلال سبعينيات القرن الماضي تحت مسمى فاعلية الذات والذي يعتبر أحد الموضوعات الهامة في علم النفس الايجابي التي تركز على الاعتقاد في القدرة لأن من يملك ذات فعالة قادر على تحقيق الانجازات باعتقاده القوي وبإيمانه الشديد وذلك عند التوفيق من الله عز وجل حيث عرفها العالم bondura" في كتابه الأصول بأنها مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكات معينة ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة

والمعقدة وتحدي الصعاب ومدى مثابرته لإنجاز المهام المكلف بها ،إن فاعلية الذات كما يراها "bondura" هي عبارة عن سياق من التقييم الذاتي حول الكفاءات الشخصية ،أي ما يمكن أن يفعله الفرد بالإمكانيات التي يمتلكها وليس الحكم على القدرات بحد ذاتها ،كما أنها ثقة في قدرات الفرد على تحريك الدافع والمصادر الإدراكية وسلسلة منظمة من الأحداث المطلوبة لمقابلة متطلبات الموقف.

لا يقتصر تأثير الفعالية الذاتية على الثقة بالنفس وقدرتها على الفعل ومواجهة الأزمات والتعامل مع التحديات وحل المشكلات فقط بل تتعدى ذلك إلى تأثيرها المباشر على الصحة النفسية ويضيف "bondura" في هذا السياق إن إدراك الأفراد لفعاليتهم الذاتية يؤثر على أنواع الخطط التي يضعونها فالذين لديهم إحساس مرتفع بالفعالية الذاتية يضعون خططا ناجحة والذين يحكمون على أنفسهم بعدم الفعالية أكثر مثلا للخطط الفاشلة ،والأداء الضعيف ذلك أن الإحساس المرتفع بالفعالية الذاتية ينشئ أبنية معرفية ذات أثر فعال في تقوية الإدراك الذاتي للفعالية .(عروج،2021،ص1172)

9-العوامل المساعدة على تنشيط المناعة النفسية:

يعتمد تنشيط المناعة النفسية على إدارة صاحبها،وعزمه على تصحيح طريقته في تفكير وجهوده في تنمية أفكار ومشاعر السعادة وطرد أفكار ومشاعر اليأس وفيم يلي أهم الوسائل المساعدة في تنشيط المناعة النفسية.

أ/ التفاؤل:

يساعد التفاؤل على السرعة في الشفاء من الأمراض عكس التشاؤم الذي يرتبط بعدم الأمل والغضب والعداء ،فيتسبب في مشكلات صحية كثيرة كارتفاع ضغط الدم ومرض الشريان التاجي والسرطان ،كما يتسبب في انخفاض كل من مستوى الصحة العمر المتوقع وارتفاع معدل الوفاة بالإضافة إلى عملية بطء الشفاء بعد إجراء الجراحة ،كما أكدت بعض الدراسات أن كفاءة الجهاز المناعي تزداد لدى المتفائلين مقارنة بالمتشائمين. (واكد، العوفي،2022،ص38)

ب/ الصفح والتسامح:

يؤدي التسامح وعدم الحقد إلى تقوية نشاط القلب وجهاز والمناعة عند الإنسان حيث يؤدي إلى رفع نظام المناعة في الجسم ،ويساعده على مقاومة الأنفلونزا أو الرشح ففي دراسة تم إجراؤها على 20 شخص مصاب بنقص المناعة المكتسبة لمعرفة تأثير التسامح على تطور المرض لديهم كانت النتيجة أن الأشخاص الذين استطاعوا السيطرة على مشاعرهم ومسامحة من تسبب لهم بالمرض قد تأخر تطور المرض لديهم فيما تعرض الأشخاص الغير قادرين على المسامحة إلى تعقيدات أكثر في حالتهم الصحية وبالنتيجة فالتسامح ليس مفيد فقط لمرض نقص المناعة المكتسبة بل يتعدى الأثر إلى مختلف الأمراض فقد تم تدريب 260 متطوعا في الولايات المتحدة الأمريكية على

التسامح لمدة تسع ساعات يوميا وكانت النتيجة أن تسامح ساهم في تخفيض الشعور بالإرهاق وزاد من ثقة الأشخاص بأنفسهم وساهم أيضا في زيادة شعورهم بالأشخاص المحيطين بهم وتم ملاحظة انخفاض ملموس في حالات الصداع وألام الظهر والمعدة .

(واكد، العوفي،2022 ،ص39).

ج/ الضحك :

اهتم عدد من علماء النفس والبيولوجيا والمناعة والغدد الصماء بتأثير الفكاهة والدعابة على الجسد والدماغ بشكل كبير وعلى مستوى عالمي ،فقد تم إنشاء جمعية مهرجي العيادات في فيينا وهي عبارة عن مؤسسات غير ربحية ترسل المهرجين المتطوعين بانتظام إلى العيادات والمستشفيات بالتنسيق مع إدارة مستشفى والأطباء بغرض الترفيه عن الأطفال وكبار السن حيث أن الضحك يحدث تغييرات في الدماغ ويؤثر على توزيعات الهرمونات في الجسم كما لوحظ أن كثير من المرضى لا يشعرون بالألم أو مرضهم أو خوفهم وقلقهم أثناء حضور المهرج وكل مريض عنده استعداد في تقبل النكتة لكن كل حسب طبيعته ،فالضحك يعزز المرونة الإدراكية في المخ ويحسن الذاكرة أثبتت أحدث الأبحاث العلمية أن الضحك والمرح يقللان من إخراج هرموني الكورتيزول والأدرينالين وغيرهما من الهرمونات الانفعالية الهدامة والتي لها تأثير سلبي على جهاز المناعة وينشطان إفراز الخلايا اللمفاوية التائية المساعدة ،كما أن الضحك ينشط نوعا من

الخلايا الهامة في جهاز المناعة وهي الخلايا القاتلة الطبيعية (NK) وهي الخلايا المسؤولة عن التصدي للفيروسات والخلايا السرطانية التي تنقسم انقساما عشوائيا غير طبيعيا وتقضي عليها في مهدها. (قنوت ،بن إسماعيل ،2021،ص870)

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق نستنتج أن مفهوم المناعة النفسية واسع وشامل وحديث وهي القوة التي يكسبها الجسم ليقاوم ويتغلب على الصعوبات والمشاكل والضغوطات النفسية وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الفروق وتغيرها والتكيف مع البيئة .

ومنه فإن المناعة النفسية هي نظام يشمل الجوانب المعرفية والوجدانية والسلوكية والشخصية مما يؤثر مستوى إرتفاعها على الصحة النفسية السليمة وبالتالي الإستمتاع بالحياة في كل مجالاتها منها المجال التعليمي والتحصيلي.

الفصل الثالث: المساندة الاجتماعية

تـمهيد

1 تعريف المساندة الاجتماعية.

2 أهمية المساندة الاجتماعية.

3 مصادر المساندة الاجتماعية.

4 أشكال المساندة الاجتماعية.

5 وظائف المساندة الاجتماعية.

6 النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية.

7 نماذج المساندة الاجتماعية

خلاصةالفصل.

تمهـــيد:

تعتبر المساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الفرد في حياته اليومية لأنها تلعب دوراً هاماً في إشباع حاجاته للأمن النفسي والاجتماعي.

إن المجتمع عبارة عن مجموعة من الأفراد تربطهم علاقات اجتماعية متنوعة باختلاف التفاعلات وأنماط التأثر والتأثير بين جماعة وأخرى، بحيث تكون هذه العلاقات قوية ومتينة من خلال المساندة التي يتلقاها من الآخرين سواءً كانت الأسرة كأول نواة للتنشئة الاجتماعية أو جماعة الأصدقاء والرفاق ولقد حظيت المساندة الاجتماعية باهتمام الباحثين من خلال الجماعات التي ينتمي إليها الفرد، لأن هذه الجماعات تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية وهذا ما سنقوم بطرحه في هذا الفصل من تعاريف مختلفة للمساندة الاجتماعية ،وأهم مصادر وأشكال المساندة والنظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية وبعض نماذجها.

1/ تعريف المساندة الاجتماعية:

قبل التعرض لتعريف المساندة الاجتماعية سنقوم بالتعريف اللغوي للمساندة.

أ/ التعريف اللغوي للمساندة:

سند الشيء: عمه ووثقه سند سنوداً واستند إليه اعتمد عليه

ساند مساندة وساند الرجل: عاضده، كاتفه.

مساندة: المساندة في الحرب هي أن نستند قوة كالمدفعية مثلا قوة أخرى كالمشاة.(بوناب، بوسعيد،2020،ص15)

ب/ التعريف الاصطلاحي:

لقد تعددت التعاريف الخاصة بالمساندة الاجتماعية باختلاف وجهات نظر العلماء لها وفيما يلي سنقوم بعرض أهم التعريفات.

عرفها "ساراسون وآخرون "(1989) "sarason et al": على أنها " الاعتقاد بوجود بعض الأشخاص الذين يمكن للفرد أن يثق فيهم، وهم الذين يتركون لديه انطباعا على أنهم يحبونه ويقدرونه، ويمكن الاعتماد عليهم عند الحاجة إليهم. (علي،2005،ص09)

كما عرفها كوب "coob " بأنها الرغبة في الاقتراب من الأشخاص المقربين الذين يمكن لهم تقديم المعلومات والحقائق والتوجيه والإرشاد، والتي تشير إلى الحب المتبادل والود.(علي،2005،ص09)

ويعرفها كل من الشناوي وعبد الرحمان بأنها العلاقات القائمة بيم الفرد والآخرين والتي يدركها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها، وأن لها أثراً ملطفاً على ضغوط الحياة. حسن ،2013، ص22)

وعرفها "كوهين وآخرون" "cohan et al" بأنها تعز إشباع متطلبات الفرد بمساندة ودعم البيئة المحيطة به، سواء كان من أفراد أو جماعات تخفف من أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها وتمكنه من المشاركة الاجتماعية الفاعلة في مواجهة هذه الأحداث والتكيف معها. (حسن، 2013م، ص22)

ويعرفها "ليو" "liu "، المساندة الاجتماعية بأنها موقف لإدراك الدعم من خلال العلاقات الاجتماعية المتبادلة لمساعدة الفرد على التعايش مع ضغوط الحياة. (بكر،2013،ص12)

ويعرف علي(2005) المساندة الاجتماعية بأنها الدعم العاطفي والمادي والمعرفي الذي يستمده الفرد من جماعة الأسرة أو زملاء العمل أو الأصدقاء في المواقف الصعبة

التي يواجهها في حياته، وتساعده في خفض الآثار السلبية الناشئة من تلك المواقف، وتساهم في الحفاظ على صحته النفسية والعقلية.(بكر، 2013، ص13)

كما يعرفها "كابلان" (1981) " caplan "بأنها النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين تتسم بأنها طويلة المدى ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها وقت إحساس الفرد بالحاجة إليها لتمده بالسند العاطفي. (مروان، 2006،ص56)

2 – أهمية المساندة الاجتماعية:

إن المساندة الاجتماعية لها دوران أساسيان في حياة الفرد دور إنمائي ودور وقائي، ففي الدور الإنمائي: يكون الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية يتبادلونها مع غيرهم أفضل من ناحية الصحة النفسية عن غيرهم ممن يعتقدون هذه العلاقات، وفي الدور الوقائي : فإن المساندة الاجتماعية تساعد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بأساليب إيجابية وفعالة، فالأشخاص الذين يمرون بأحداث مؤلمة تتفاوت استجاباتهم لتلك الأحداث تبعاً لتوفر المساندة والعلاقات الاجتماعية الجيدة حيث يزداد احتمال التعرض لاضطرابات نفسية كلما نقص مقدار المساندة الاجتماعية كمًّا ونوعاً فحجم المساندة ومستوى الرضا عنها له دوره المؤثر في كيفية إدراك الفرد لضغوط الحياة المختلفة وأساليب مواجهته وتعامله معها.

من خلال ما تقدم تبرز أهمية المساندة الاجتماعية بأنها:

_ تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد.

_ تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الإحباطات، وحل المشكلات بطريقة جيدة.

_ تخفض وتستبعد عواقب الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية.

_ تساعد الفرد على تحمل المسؤولية وتبرز الصفات القيادية له.

_ تقوم بمهمة حماية تقدير الشخص لذاته ومقاومة الأحداث الصادمة.

_ لها قيمة شفائية من الأمراض النفسية.

_ تخفف من وقع الصدمات النفسية وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب.

_ تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن حياته مما يتسنى له تقدير ذاته لاحقاً.(حسن، 2013، ص ص23 24)

3- مصادر المساندة الاجتماعية:

بـالرغم مـن اخـتلاف مفهـوم المسـاندة الاجتماعيـة إلا أن هنـاك مجموعـة مـن المصادر التي يحصل من خلالها الفرد على المساندة الاجتماعية وتتمثل هذه المصادر في:

أ/ المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة: ويقصد بها كل ما يحصل عليه الفرد من مساندة مادية أو معنوية من أفراد أسرته ومدى إدراكه لهذه المساندة والشعور بها.

ب/ المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء: ويقصد بها كل ما يحصل عليه الفرد من مساندة معنوية أو مادية من خلال العلاقات الاجتماعية المتفاعلة والمتشابكة في مجتمعه ومع جيرانه وأصدقائه وزملائه، ومدى إدراكه لهذه المساندة وإحساس بها وتقدير لها.

ج/ الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية: ويقصد به مدى إدراك الفرد لكمية ونوعية المساندة الاجتماعية المقدمة له ومدى رضاه عنها وإحساسه بأهميتها وقيمتها. (بكر، 2013، ص14)

4/ أشكال المساندة الاجتماعية:

لقد تعددت أشكال المساندة وفي ما يلي عرض لمختلف النقاط:

أ/ **المساندة الانفعالية أو الوجدانية:** وهو إظهار التعاطف والاهتمام والمودة والمحبة والثقة والتقبل والتشجيع والرعاية والحنان الذي يقدم للفرد من قبل أفراد العائلة والأصدقاء خاصة في أوقات الضغط عندما يشعر الفرد بالكآبة والحزن والقلق حيث يشعر الفرد بقيمته.

ب/ **المساندة الأدائية أو المادية:** وهو تقديم المساعدة المالية أو السلع أو الخدمات ويسمى أيضا بالدعم الفعال وهذا الشكل من أشكال الدعم الاجتماعي يشتمل الطرق المادية المباشرة لمساعدة الناس لبعضهم البعض وتنطوي على المساعدة في العمل والمساعدة بالمال. (بن عباد،2014،ص ص 84 85)

ج/ **المساندة بالمعلومات أوالدعم المعلوماتي:** وهو تقديم النصيحة والتوجيه والاقتراحات والمعلومات المفيدة للشخص وهذا النوع من المعلومات شأنه أن يساعد الآخرين في حل مشاكلهم، فمثلا إذا أراد الفرد أن يجري فحصا طبيا مزعجا فيمكن للشخص الذي تعرض للفحص نفسه أن يزوده بالمعلومات حول الطريقة التي سيتم بها الفحص بالضبط، وكم من الوقت ستستمر المضايقة بسبب الفحص، وغيرها من الأمور المتعلقة بالموضوع، ويمكن للشخص الذي يواجه صعوبات في وظيفته أن يحصل على معلومات من زملائه في العمل حول أفضل الطرق التي يمكن له أن يتبعها لتنظيم وقته أو إنجاز المهام بالشكل السليم، أو كيفية التعامل مع رسائله بخصوص تغيير بعض المظاهر المتعلقة بعمله.

د/ المساندة التقيمية: والتي تنطوي على التغذية الرجعية المتعلقة بآراء الفرد أو سلوكه، وتتضمن مساعدة الفرد على تحقيق فهم أفضل للحدث الضاغط والاستراتيجيات التي يجب حشرها للتعامل معه من خلال تبادل التقييمات يستطيع الفرد الذي يواجه حدثا ضاغطا أن يقرر مقدار التهديد الذي يسببه الحدث الضاغط، ويستطيع الاستفادة من المقترحات حول كيفية إدارة الموقف.

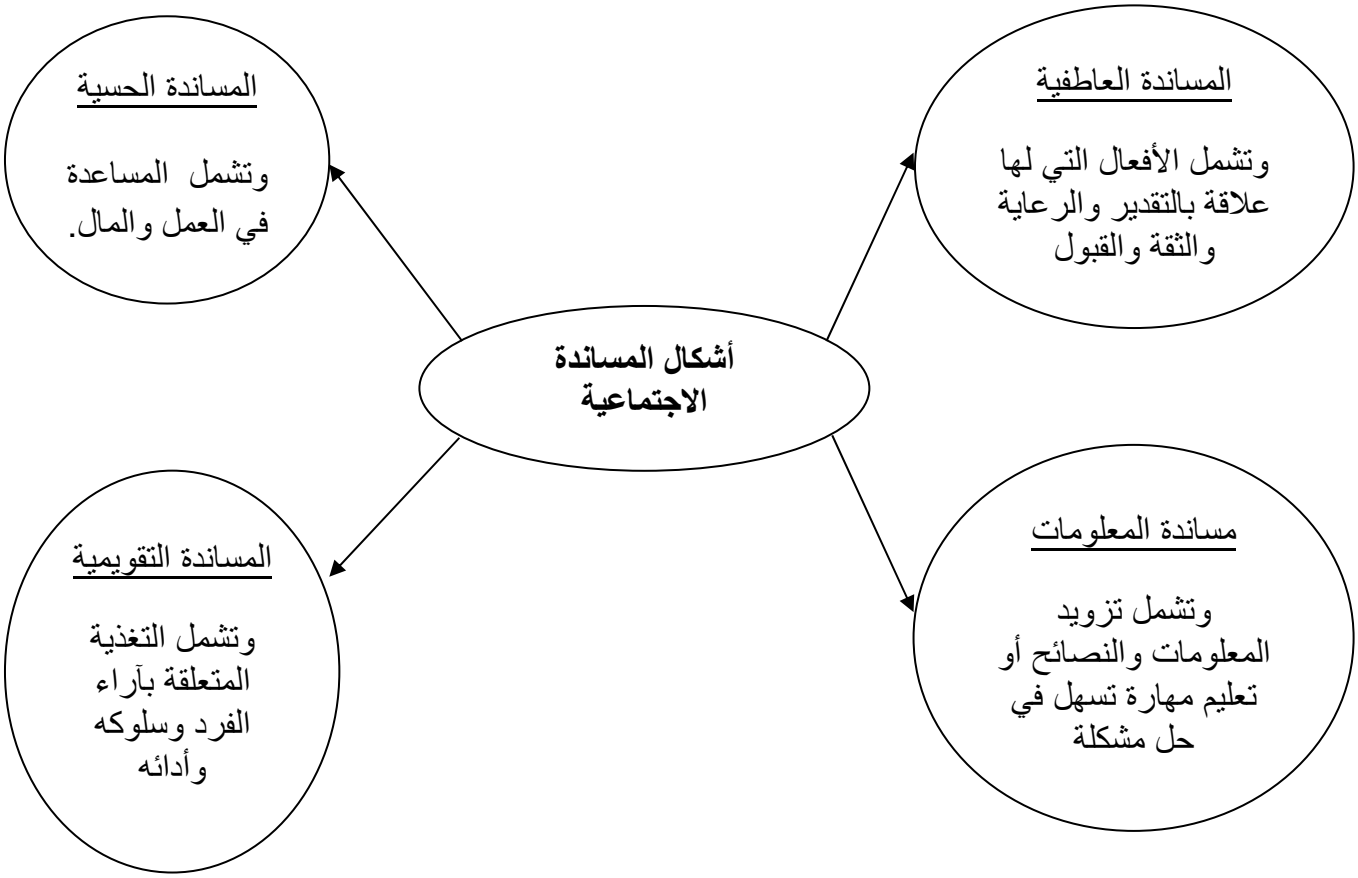
هـ/ مساندة الأصدقاء: والتي تنطوي على ما يمكن أن يقدمه الأصدقاء لبعضهم البعض وقت الشدة، وهذا النوع من الدعم يشعر الفرد بالانتماء الاجتماعي ويسمى أيضا بدعم الانتماء، ويمكن ملاحظته بوجود الأصدقاء أو الانخراط في الأنشطة الاجتماعية المشتركة معهم. (بن عباد، 2014، ص ص85 86)

و/ كما تؤدي المساندة الاجتماعية وظائف هامة تدور حول تلبية احتياجات الفرد وحمايته من التأثير الضار للحزن وتقديم له خبرات الآخرين في مواقف مشابهة لمواقفه ليقارن سلوكه ومشاعره وأفكاره إزاء هذه الخبرة الجديدة.

ويرى عماد محمد مخير بأن المساندة الاجتماعية تختلف باختلاف المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان في مرحلة الطفولة تكون المساندة في جماعات الرفاق والأسرة وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوج أو الزوجة وكذلك علاقات العمل والأبناء.(بن عباد،2014، ص86)

بناء على ما سبق يمكن القول بأن المساندة الاجتماعية تستلزم وجود أشخاص مقربين من الفرد يحبونه ويقدرونه ويرغبونه ويعتبرونه ذو قيمة، ويمكنه الاعتماد عليهم في وقت الحاجة والضيق وهي تتوقف على مدى إدراك ورضا الفرد والمساندة الاجتماعية تتخذ أشكالا مختلفة، وهي تختلف باختلاف المراحل العمرية التي يمر بها الفرد في حياته والتي يمكن توضيحها بالشكل التالي:

الشكل رقم (01) يمثل مخطط المساندة الاجتماعية حسب" karen" (1987) :



(بن عباد،2014،ص ص86 87)

5- وظائف المساندة الاجتماعية :

وتنهض المساندة الاجتماعية بعدة وظائف يمكن إيجازها في الفئات الست التالية حسب كل من "بونك هورنس" "BUUNK HOORENS ".

أ/ **المساندة المادية:** كما تتمثل في النقود والأشياء المادية.

ب/ المساندة السلوكية: وتشير إلى المشاركة في المهام والأعمال المختلفة بالجهد البدني.

ج/ التفاعل الحميم: ويشير بعض سلوكات الإرشاد غير الموجه كالإنصات والتعبير عن التقدير والرعاية والفهم.

د/ التوجيه: كما يتمثل في تقديم النصيحة وإعطاء المعلومات أو التعليمات.

هـ/ العائد أو المردود: ويعني إعطاء الفرد مردودا عن سلوكه وأفكاره ومشاعره.

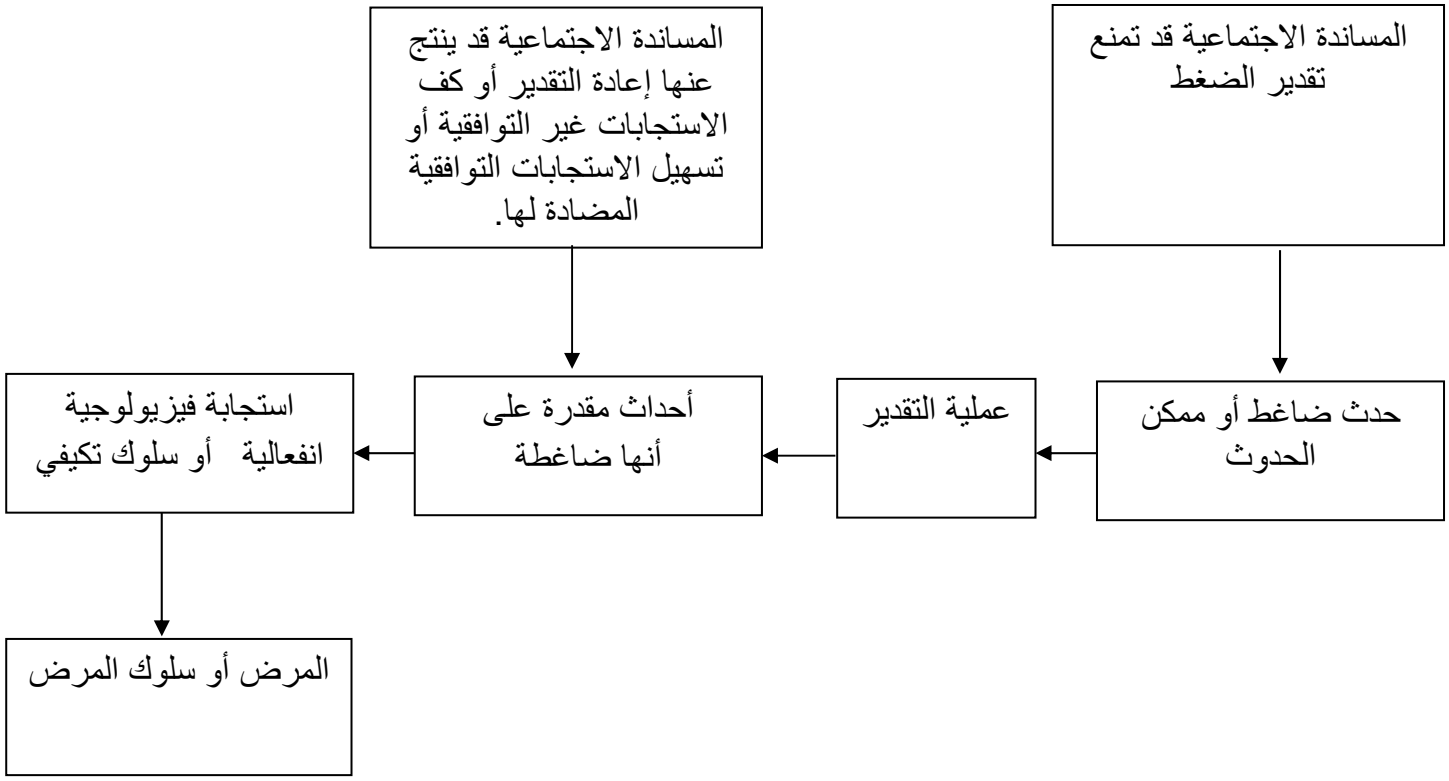
و/ التفاعل الاجتماعي الايجابي: ويشير إلى المشاركة في التفاعلات الاجتماعية بهدف المتعة والاسترخاء.(مروان،2016، ص 63 64)

ويشير "هوس" " hous " إلى وظيفتين مهمتين للمساندة في التدخل بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية، ويمكن إجمال ذلك في هاتين النقطتين:

1/ **النقطة الأولى:** يمكن للمساندة أن تتدخل بين الحادث الضاغط (أن تتوقع هذا الحادث) وبين رد فعل الضغط، حيث تقوم بتخفيف أو منع استجابة تقدير الضغط بمعنى أن إدراك الشخص بأن الآخرين يمكنهم أن يقوموا له الموارد والإمكانات اللازمة قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضرر نتيجة للموقف تقوي لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف ومن ثم فإن الفرد لا يقدر الموقف على أنه شديد الضغط.

2/ **النقطة الثانية:** فإن المساندة المناسبة قد تتدخل بين خبرة الضغط وظهور حالة مرضية أخرى (باثولوجية) وذلك عن طريق تقليل أو استبعاد رد فعل الضغط ،وبالتأثير المباشر على العمليات الفيزيولوجية قد تزيل المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم حل المشكلة، وذلك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الشخص لهذه المشكلة وذلك يحدد كبح للهرمونات العصبية بحيث يصبح الشخص أقل استجابة للضغط المدرك أو عن طريق تسيير السلوكيات الصحية ويصور"هوس" ذلك في الشكل التالي:

الشكل رقم (02) يوضح العلاقة السببية بين الضغط والمرض ونقاط عمل المساندة :



(مروان، 2006، ص ص63 64)

وكما يشير هورنس وبينك (1992)(HOORENS،BUUNk) في (مروان ،2006،ص 65) إلى وظائف المساندة الاجتماعية والتي تؤكد على ما سبق ذكره وسوف نوجزها في ما يلي:

أ/ **وظائف مساندة الصحة:** طبقاً للنموذج المساندة فوظيفتها الكلية هي تعزيز وتقوية وتقدير الذات، وتنقسم وظائف مساندة الصحة إلى ما يلي: إشباع حاجة الانتماء، المحافظة على الهوية الذاتية وتقويتها، وتقوية تقدير الذات، وهذه الوظائف الثلاث الخاصة بالمساندة الاجتماعية ترتبط بطبيعة مساندة الذات الخاصة بهذه المظاهر، أي أنه إذا تلقى الأفراد مساندة مستمرة ولهم شعوراً بالأمن وتدعم تقدير الذات لديهم وتقوي هويتهم الذاتية فهم في هذه الحالة أقل تعرضاً لعوامل الضغط عن الأفراد الذين لم يتلقوا مثل هذه المساندة.

ب/ **وظائف تخفيف الضغط:** وتنقسم إلى ما يلي: التقييم المعرفي الأنموذج النوعي للمساندة، التكيف المعرفي والمساندة الاجتماعية مقابل المواجهة.

هذه الوظائف الأربعة الخاصة بالمساندة الاجتماعية التي تستطيع أن تقوم بوظيفتها مباشرة كإستراتيجية مواجهة بإمداد المتلقي بالموارد المطلوبة لمواجهة الحاجات النوعية التي تثيرها عوامل الضغط ويتم التقييم المعرفي عن طريقتين هما: أولي وثانوي ويمر الأفراد بثلاث عمليات ليواجهوا الأحداث التي تهددهم بطريقة معرفية (البحث عن معنى الحدث محاولة استعادة السيطرة على حياتهم وتقوية تقدير الذات) والمساندة يمكن

أن تلعب دوراً هاماً في كل عملية من هذه العمليات والمساندة الاجتماعية يمكن أن توجد مستقلة عن المواجهة مثل وظائف مساندة الصحة والفهم الواضح لهذه الارتباطات يقوي نماذج تخفيف الضغط.

6-النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

تعددت وجهات النظر بين العلماء حول نظريات المساندة الاجتماعية باختلاف الخليفة النظرية لكل عالم ووفق ما يلي عرض أهم النظريات:

أولاً النظريـــة البنائيـــة: يشـير" كـابلن وآخـرون" إلـى أن علمـاء المدرسـة البنائيـة structuralists ركزوا على تدعيم بناء شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد لزيادة حجمها وتعدد مصادرها، وتوسيع مجالاتها لتوظيفها في خدمة الفرد ولمساندته في مواجهة أحـداث الحيـاة الضـاغطة ،ووقايتـه مـن أي أثـار نفسـية سـلبية يواجههـا فـي البيئـة المحيطة.(علي،2005، ص53)

ويـرى "دك" "DUCK" و"سـليفر" "SLIVER" أن النظريـة البنائيـة تهـتم أيضـاً بدراسة الخصائص البنائية لشبكة العلاقات الاجتماعية، وتعدد مصادرها وتأثيرها الفعال في التوافق النفسي والاجتماعي في البيئة المحيطة بالفرد، وأن الاتجاه البنائي في دراسته للمساندة الاجتماعية يقوم على افتراض أن الخصائص الكمية لشبكة المساندة تؤثر على

التفاعلات المتبادلة بين الأفراد، وعلى عمليات التوافق مع أحداث الحياة الضاغطة، وتلعب دوراً هاماً في تعزيز المواجهة الايجابية لهذه الأحداث دون إحداث أي آثار سلبية على الصحة النفسية للفرد.

ولقد قدم "ستوكس" "STOKES" وهو من أحد علماء النظرية البنائية قائمة لقياس بعض أبعاد المساندة الاجتماعية ومن أهمها حجم المساندة الاجتماعية وكثافتها ومصادرها المختلفة. (علي، 2005، ص53)

ثانيا النظرية الوظيفية: يرى" كابلين وآخرون" "KAPLAN ET AL" أن علماء النظرية الوظيفية أكدوا على وظائف العلاقات المتداخلة في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد والتي تعمل على مساندته في الظروف الصعبة التي يواجهها في بيئته، وتركز هذه النظرية أيضاً على تعزيز أنماط المساندة الاجتماعية لدى الفرد.(شعبان،هويدا،2017 ،ص603)

ويشير كل من "دك" "DUCK" و"سليفر" "SILVER" إلى أن المساندة الاجتماعية هي تلك المعلومات التي تؤدي إلى اعتقاد الفرد بأنه محبوب من المحيطين به وأنه يشعر بأنه محاط بالرعاية من الآخرين وبالانتماء إلى شبكة العلاقات الاجتماعية في البيئة المحيطة، ويشعر بالتقدير والاحترام من مصادر المساندة الاجتماعية القريبة أو يكون واعياً أيضاً بواجباته والتزاماته الاجتماعية. (شعبان،هويدا،2017 ،ص603)

ثالثا نظرية المقارنة الاجتماعية: يشير "بيونك وآخرون" "BUUNK ET AL" أنه وفقا لوجهة نظر هذه النظرية أن الأشخاص قد يفضلون أحياناً الاندماج مع الآخرين الذين يتساوون معهم أو يفضلونهم نظراً لأن هذا النمط من الإندماج يقدم لهم تفاعلات سارة ومعلومات دورية تعمل على تحسين موقفهم في البيئة المحيطة بهم. (شعبان،هويدا،2017 ،ص605)

ويرى أيضاً "بيونك وآخرون" "BUUNK ETAL" أن الأفراد الذين يعانون من أحداث الحياة الضاغطة يلتصقون بآخرين أفضل منهم، ولكنهم قد يحبطون بصفة خاصة عند محاولتهم للوصول إلى مصادر المساندة التي يرغبونها فيشعرون بضغوط أحياناً تكون أكثر حدة.(شعبان، هويدا،2017، ص605)

رابعا نظرية التبادل الاجتماعي : ينظر إلى العلاقات من خلال نظرية التكافؤ التي تعتبر من أهم نظريات التبادل الاجتماعي على أنها تتكون من تبادل المصالح والفوائد أي أن الأفراد المشتركين في علاقة تبادل يقترضون أي تقديم فائدة أو منفعة في المقابل وأي خلل في هذا التبادل المتوقع يؤدي إلى ردود فعل وجدانية سلبية ومن بين العوامل الهامة التي تؤثر على أهمية تلك الاعتبارات نوعية العلاقة إذ أن التكافؤ مهم في علاقات العمل (علاقة ملزمة) وكذلك في العلاقات الودية (علاقة الأصدقاء).(حسن، 2013، ص ص26 27)

خامسا النظرية الكلية: تؤكد هذه النظرية على حاجة الفرد إلى المساندة الاجتماعية خاصة في المواقف الصعبة التي يمر بها وتؤكد أيضاً على شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد والخاضعة للمواقف الاجتماعية التي يواجهها في حياته اليومية.(بكر، 2013، ص19)

7- نماذج المساندة الاجتماعية:

من خلال نتائج الأبحاث التي قام بها كل من "كوهين" و"ويليز" (1985) لمعرفة الدور الذي تقوم مصادر المساندة الاجتماعية، قدما نموذجين أساسين يؤديان إلى تمتع الفرد بصحته الجسمية، والنفسية والعقلية وهما:

النموذج الأول: نموذج الأثر الرئيسي على الفرد: وهذا النموذج يصور المساندة الاجتماعية على أنها تفاعل اجتماعي منظم أو الاندماج في الأدوار الاجتماعية المختلفة داخل المجتمع الذي يعيش الفرد ويفترض هذا النموذج أن زيادة حجم وكمية المساندة الاجتماعية يؤدي إلى إحساس الفرد بالرضا عن الحياة والتوافق مع البيئة المحيطة. ويقوم هذا النموذج بالتخفيف أو الحماية على الأفراد الذين يتعرضون لكثير من أنماط أحداث الحياة الضاغطة لتقليل الآثار السلبية الجسمية والنفسية على الفرد، وتزويد الفرد بخبرات ايجابية متعددة، وبمجموعة من الأدوار الاجتماعية المقبولة من المجتمع ، وتفعيل دوره في إحساس الفرد بالاستقرار في مواقف حياته المختلفة والاعتراف بأهمية الذات والشعور

بالكفاءة الشخصية والتوافق مع شبكة العلاقات الاجتماعية ومساعدته في تجنب الخبرات المؤلمة ومحاولة إبعاده عن أية اضطرابات أو مشكلات نفسية سالبة، وهذا النموذج المشتق من مصادر المساندة الاجتماعية له تأثير على الصحة الجسمية للفرد يتمثل في زيادة الهرمونات العصبية نتيجة مواجهة الفرد لبعض المواقف الانفعالية في البيئة المحيطة والتي تؤدي إلى انخفاض كفاءة جهاز المناعة لديه وهذا أيضاً له تأثير على أنماط السلوك الإنساني يظهر في زيادة تدخين الفرد أو تعاطيه الخمور أو إدمانه للمخدرات أو البحث عن المساعدات الطبية الأخرى.

ويؤثر هذا النموذج أيضاً سلبياً على الجوانب الاجتماعية للفرد والتي تتمثل في انخفاض مستوى المشاركة الاجتماعية مع الآخرين والإحساس بالعزلة والوحدة النفسية والاغتراب وانخفاض مستوى التفاعل الاجتماعي مع البيئة المحيطة بالفرد.

النموذج الثاني: نموذج الأثر الواقي المخفف للضغوط النفسية: تتفق آراء كل من "لازاروس " و"لونير" في أن أحداث الحياة الضاغطة تنشأ عندما يتعرض الفرد لموقف ما يحس أنه مهدد له في حياته ويفتقد الاستجابة الإيجابية لمواجهته أو التعامل مع هذه الأحداث، ويرى "سيلز" أنه من الضروري للفرد أن يدرك أحداث الحياة الضاغطة ويحاول مواجهتها، ولكنه يفتقد أساليب المواجهة الإيجابية لتلك الأحداث،ويتعرض بالتالي إلى الآثار السلبية الجسمية والنفسية.

ويشير هذا النموذج إلى المساندة الاجتماعية سواءً أكانت مساندة عاطفية أو مساعدة عملية في المواقف الضاغطة الصعبة تمنحنا الوقاية من التعرض للآثار النفسية السلبية، ويرى "كابلن" وآخرون (1993) أن أحداث الحياة الضاغطة المرتفعة تؤدي إلى إحداث الكثير من الاضطرابات السلوكية والأمراض النفسية لدى الفرد، إذا ما انخفضت مستويات المساندة الاجتماعية يقي الفرد من الوقوع تحت براثن هذه الأمراض، ويؤدي إلى الرضا عن حياته وعن عمله. (علي، 2005، ص ص22 24)

النموذج الثالث: نموذج العلاقات المتداخلة بين مظاهر المساندة الاجتماعية وأساليب المواجهة: يرى "كينثهيلر" وآخرون (1986) أن أسلوب التفاعل الاجتماعي الذي يقوم به الفرد داخل شبكة علاقاته الاجتماعية يتأثر بمدى التقدير الذي يجده من خلال المساندة الاجتماعية التي يقدمها المحيطين به، وهذا ما يبرز مدى أهمية كيف يدرك الفرد المقومات الأساسية التي تدفعه إلى هذا التفاعل الاجتماعي الإيجابي وما هو دور المساندة الاجتماعية في تكوينه وتقديره.

ويشير "لازاروس" إلى أن العلاقات الاجتماعية للفرد تقوم على مقوم انفعالي معرفي تدعمه أساليب مواجهة الفرد وأنشطة الآخرين وتقدير هذا النوع يساعد الفرد على تحديد الوقت، والظروف التي يحتاج إليها في تقديم مصادر المساندة الاجتماعية المطلوبة له. (علي، 2005، ص25)

خلاصة الفصل :

عند الوقوع في المشاكل والصعاب يحتاج الكثير منا إلى المساندة والمساعدة من طرف الآخرين، وقد يتلقى الكثير من المساعدات ويسمع الكثير من عبارات الدعم، لكن إدراكنا لهذه المساندة يكمن في إحساسنا النفسي الصادق من الداخل أن الآخرين يقدمون لنا المساندة وأنه يمكن الاعتماد عليهم وقت الحاجة وهذا الاحساس يؤدي بنا إلى التعبير عن الحب، الانتماء، والتقدير لشبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بنا.

الفصل الرابع: الرسوب في امتحان شهادة البكالوريا

***تمهيد**

1 . تعريف الرسوب المدرسي.

2 . العوامل المؤدية إلى الرسوب المدرسي.

3 . المظاهر التي يتصف بها ذوو الرسوب الدراسي.

4 . أسباب الرسوب المدرسي.

5 . تعريف البكالوريا والرسوب في إمتحان شهادة البكالوريا.

6 . مفهوم المراهقة ومراحلها.

7 . خصائص المراهقة المتأخرة .

***خلاصة الفصل.**

تمهيد

تعتبر مرحلة التعليم الثانوي من المراحل المهمة للطالب لكونها مرحلة انتقالية إلى التعليم العالي أو عالم الشغل وكونها تأتي مرحلة نهائية مهمة وحساسة وهي المراهقة والتي تعرف بمرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج، ويجد التلميذ نفسه يعيش صراعا بين متطلبات المرحلة التعليمية وبين الحاجات الداخلية ،فيعمل دراسته وهذا ما يسبب له الرسوب نتيجة الضغوطات خاصة عند اقباله على شهادة البكالوريا لهذا سنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم الرسوب والعوامل المؤدية للرسوب والإشارة إلى مرحلة المراهقة المتأخرة.

1/ تعريف الرسوب المدرسي:

أ/لغة:

هو السقوط والغوص إلى أسفل الشيء رسب الشيء في الماء أي سقط إلى أسفله وعندما نقول رسب التلميذ في امتحان ،يعني أنه سقط إلى أسفل الدرجات المستعملة للضبط في الامتحانات .

وعليه فإن معنى الرسوب في اللغة جاء بمعنى السقوط بالحصول على الدرجات المتدنية في الامتحانات التي تحدد المستوى المطلوب تحصيله .

ب/ اصطلاحا:

يعرفه باحثو المعهد الوطني للبحث البيداغوجي بفرنسا بأنه " تأخر التلميذ بقسم أو قسمين في المدرسة" يربط هذا التعريف مصطلح الرسوب بالتأخر والذي جاء هنا للدلالة عن السنوات الإضافية التي يقضيهما الراسب بأقسام المدرسة ، كما يشير إلى أن هذا التأخر قصير المدى.

ويفصل "لحرش" جيدا في معنى الرسوب الدراسي والذي حدده في تعريفه : أن يعيد المتعلم السنة الأخرى في الصف الذي كان يدرس فيه وذلك لعدم قدرته على اجتياز

الامتحانات والحصول على درجة النجاح فيها وهذا ما يعني بقاء المتعلم في نفس الصف أو المرحلة التعليمية وإخفاقه في الانتقال إلى الصف والمرحلة الموالية.

وجاء في النشرة الرسمية لوزارة التربية الوطنية مصطلح الرسوب مرتبطا بمصطلح التكرار والذي يعني فرصة تعطى للتلاميذ الذي يمكن أن يستفيدوا تربويا من إعادة السنة يبدو من هذا التعريف أن وزارة التربية الوطنية تستخدم أسلوب الرسوب المدرسي كعلاج تربوي يهدف إلى منح فرصة أخرى للتلاميذ الضعفاء بإعادة السنة حتى يحسنوا من مستواهم الدراسي. (يخلف،2020، ص37)

تعريف إبراهيم عباس فتو: أن الرسوب هو إعادة الطالب لسنة دراسية أو أكثر في نفس الفوج ويترتب على إعادته شغله لمقعد من المقاعد أكثر من مرة ،ويكون تخرجه من المدرسة متأخرا عن الموعد المحدد لذلك بعد سنوات رسوبه. (قدوري،2005، ص50)

"الرسوب هو سنة يقضيها الطالب في نفس القسم ،وعامل نفس العمل الذي أداه في السنة الماضية في المدرسة" . (بركان،1991، ص29)

الرسوب هو:أن يعيد الطالب سنة أخرى في الصف الذي كان فيه وذلك لعدم قدرته على اجتياز الامتحانات والحصول على درجة النجاح فيها أو التغيب عنها لسبب ما. (لحرش،1998، ص373)

ويقول منير محمد مرسي بأن" الرسوب هو ازدياد عدد السنوات التي يقضيها التلميذ بالمدرسة فوق العدد القانوني لسنوات المرحلة التعليمية".(مرسي،1998، ص150)

يطلق هذا المصطلح على التلاميذ الذين ينهون دراستهم في غير عدد السنوات المحددة لها إما لأنهم ينقطعون نهائيا عن الدراسة أو لكونهم يعيدون السنة أو سنوات معينة.

يقصد به أيضا اخفاق الطالب في الوصول إلى المستوى المطلوب لنقله إلى الصف الأعلى مما ينجم عنه بقاؤه للإعادة في الصف نفسه لمراجعة المنهج وذلك للوصول إلى المستوى المطلوب في السنة الدراسية التالية .(بلعباس، يسعد،2017، ص310)

2/ العوامل المؤدية إلى الإخفاق والرسوب الدراسي:

حاولت العديد من الدراسات الإحاطة بهذه العوامل وتلخصت وانحصرت في مجملها في ثلاث محاور رئيسية وسنحاول فيما يلي تحديدها :

أ/ العوامل الشخصية المرتبطة بالتلميذ: يرتبط الإنجاز الأكاديمي للمتعلم بجوانب عديدة تتعلق بما يحتويه هذا الأخير من خصائص عقلية وانفعالية وجسمية وقد حاولت دراسات كثيرة توضيح علاقة بعض هذه الخصائص بالرسوب المدرسي أي أن مشكلة الرسوب قد تكون حقا ناتجة عن أزمة لدى التلميذ تتعلق بمعاناته من بعض الاضطرابات والإختلالات ولعل من بين الدراسات التي تناولت هذه الجوانب على سبيل المثال

"Moreano" "البوات" (2006) "الخطابية" و"السعود" (2007) (2008) "الدعاسيين وآخرون" (2016) و التي أوضحت في مجملها أن هناك ارتباط قوي بين مستوى التحصيل المتدني والاضطراب في البنية العقلية أو الانفعالية أو الجسمية للمتعلم ولا يمكن لهذا الأخير تحقيق النجاح إذا كانت هذه العناصر غير متزنة وسوية .(يخلف،2020 ،41)

ب/ العوامل العقلية: من المؤكد علميا أن لها علاقة قوية بمستوى التحصيل الأكاديمي وقد تكون سببا وراء حالات الفشل والتأخر الدراسي نتيجة لوجود ضعف عقلي وتدني في نسبة الذكاء لدى المتعلم فالتلميذ قد يتعرض للفشل في التحصيل إذا ما طلب منه تحصيل حقائق ومعلومات أو مهارات تفوق مستوى قدراته العقلية والتي منها الذكاء والذي يمثل محددا رئيسيا للنجاح أو الفشل في الحياة الدراسية ،فكلما كان مرتفعا كلما أمكن التنبؤ بتفوق التلميذ وكلما انخفض كلما أدى إلى انخفاض تحصيله الدراسي مما يؤدي به إلى التخلف والرسوب وقد حددت منظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونسكو مستوى ذكاء المتأخرين دراسيا ما بين 70 و90 درجة بينما يفوق مستوى ذكاء العاديين 90 درجة.

كما قد تكون حالات الفشل الدراسي نتيجة لوجود الضعف والقصور في الذاكرة لدى المتعلم من خلال عدم قدرته على اختزان المعلومات وحفظها مما يخلق لديه صعوبات في التعلم وخاصة إذا كان نظام الامتحانات يعتمد على الحفظ والاسترجاع

،إضافة إلى ما تقدم يمكن أن نجد أيضا من العوامل العقلية المؤثرة في الرسوب الدراسي ضعف القدرة على التركيز والانتباه فمستويات التحصيل لدى المتعلمين ترتبط بمستويات التركيز والانتباه في عملية التعلم المختلفة وقد بينت عدة دراسات أن مشكلات تدني التحصيل مرتبطة أساسا بتشتت الانتباه وقلة التركيز لدى المتعلمين.(يخلف ،2020،ص41)

ج/ العوامل النفسية والانفعالية :وهي كثيرة جدا ومتداخلة مع بعضها البعض وتؤكد مختلف المباحث النفسية والتربوية على أن الاضطراب فيها يؤثر سلبا على التحصيل الدراسي للمتعلمين ونذكر من هذه الاضطرابات : فقدان الثقة بالنفس وانخفاض تقدير الذات والإحباط والانطواء ،العدوانية، الكذب ،الخمول سوء التكيف،غياب الدافعية والطموح والشعور بالخوف والرهبة ،القلق ، الخجل ،الكراهية ،تدني مستوى الرضا عن الدراسة....الخ، وكلها اضطرابات قد تضعف من دافعية المتعلم للتعلم وتحول دون مشاركته الايجابية والفعالة في حياته الدراسية وتؤدي إلى إهماله لدروسه وأدائه للواجبات ، ومثالا عن الاضطرابات الانفعالية السابقة الذكر نجد عامل الثقة بالنفس والذي يعد من العوامل الانفعالية المهمة في التحصيل الدراسي لأنها أساس كل نجاح وانجاز فالشخص الذي لديه الثقة بنفسه يكون سعيدا بانجازاته ومتقبلا لذاته في جميع مواقف الحياة ولديه القدرة على مواجهة المواقف الانفعالية الصعبة دون الفشل واليأس فيها وهو ما يمثل

عاملا مهما من عوامل النمو والاستقرار الانفعالي الذي يؤسس للنجاح فالثقة بالنفس تشعر المتعلم بقدراته وإمكانياته وكيفية استغلالها وتساعده على التطور والتقدم وتخلق منه شخصية قادرة على الإنتاج بطريقة متواصلة رغم ما قد يعترضه من عقبات وقد أكدتا " فاني ولوش"على أنها من أهم المنبئات بالأداء الأكاديمي وبناء على ذلك فإن الاضطراب فيها يؤثر سلبا على قدرات المتعلم وينبئ بضعف مردوده الدراسي .

ولعل أيضا من بين الاضطرابات الانفعالية التي لقيت حيزا كبيرا من الاهتمام قلق الامتحان والذي بين أبحاث عدة أنه يولد استجابات غير مناسبة مثل تشتت الانتباه وعدم القدرة على الأداء الجيد وبالتالي الفشل في التحصيل الأكاديمي مما يؤثر على نتائج الامتحانات وعلى فرص النجاح فيها ويرتبط هذا القلق في كثير من حالاته بعادات ومهارات المراجعة والاستذكار فالتلاميذ قد يتبعون عادات دراسية سيئة بتأجيلهم للمراجعة والاستعداد للامتحانات مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى القلق لديهم .(يخلف،2020،ص42)

د/ العوامل الصحية والجسمية: انطلاقا من المثل القائل : "**العقل السليم في الجسم السليم** " تبدو أهمية الصحة الجسمية في عملية التحصيل الأكاديمي وعلاقتها الوطيدة بمسألة الرسوب المدرسي فالتلميذ الذي يتمتع بقدر ضئيل من الصحة لا يمكنه مجاراة أقرانه الذين يتمتعون بلباقة بدنية عالية ولا يمكن الانتباه والتركيز طيلة فترة الدرس كما لا يمكنه المراجعة أو القيام بواجباته الدراسية بالمستوى المطلوب لأنه يشعر بالإرهاق والتعب

لأقل مجهود يبذله فالمرض قد يؤدي به إلى التغيب والانقطاع المتكرر عن الدراسة مما يؤدي إلى عدم فهم واستيعاب الدروس ،كما أن التغيب المطول قد يصعب عليه استدراك ما فاته من دروس واللحاق بزملائه.

إضافة إلى الأمراض الجسمية فإن هناك عوامل صحية أخرى مؤثرة على الرسوب الدراسي فالتلميذ قد يعاني أيضا من بعض العيوب والعاهات الجسمية وعيوب النطق والكلام ضعف الحواس ،تأخر النمو وضعف البنية الجسمية أو العكس من ذلك وكلها تؤثر في نفسيته وعلى تحصيله فعيوب البصر من شأنها أن تخلق لديه صعوبات في تعلم القراءة ،أما ضعف السمع وعيوب النطق فهي الأخرى قد تعطل استيعابه للأفكار والمهارات مقارنة بزملائه العاديين ناهيك عن الشعور بالنقص الذي تخلفه هذه العاهات والعيوب والتي قد تجعله محطا للملاحظات من طرف الآخرين أو موضعا للشفقة أو السخرية والتنمر الذي يؤدي به إلى النفور من الدراسة . (يخلف،2020،ص42)

ذ/العوامل الإجتماعية والإقتصادية:

كما يقال المرء ابن بيئته فإذا كان التلميذ التلميذ يعيش في بيئة اجتماعية سيئة فلا شك أنها تؤثر تأثيرا سلبيا على مستواه الدراسي ،وكذلك جماعة رفاق السوء والأطفال المتشردين والأشقياء المهملين في حيه أو في الشارع مثلا أو في أماكن اللهو واللعب فإنه يسلك سلوكهم وتنقل العدوى إليه. (زهرونة،2018، ص18)

هـ/ العوامل الأسرية :

تمثل الأسرة الخلفية الأولى المسؤولة على تربية الطفل وإعداده للنجاح والتحصيل ،حيث يلعب البيت والمناخ العائلي بما فيه من وضع اجتماعي واقتصادي وثقافي دورا مهما في التأثير على التحصيل الأبناء وتهيئتهم للنجاح أو الفشل لكونه يؤثر على حالتهم العقلية والنفسية والصحية فالبيئة المنزلية تعد من أقوى العوامل المؤثرة على تعلم الطفل في المدرسة ولها تأثير واضح على مستوى الرغبة ومستوى الجهد المبذول في التعلم وقد اجتهدت وتعمقت دراسات كثيرة في حصر وتحديد العوامل الأسرية المؤثرة في الرسوب الدراسي للأبناء وأجمعت على أنها تدور حول ثلاث جوانب رئيسية متداخلة هي الجوانب المادية والاقتصادية للأسرة ، المستوى التعليمي والثقافي للأولياء ، نوعية العلاقات الأسرية وأساليب المعاملة الوالدية ومن بين هذه الدراسات "الطوم" (1973) "زهران"(1974) "Anderson" (2000) " Noison" (2001) "Robert smith" " Daiz" (2003) "السرهيد" (2005) و "طناش" (2014).

والتي استعرضتها الدراسة التي قدمها منصوري حول موضوع الرسوب الدراسي وطرق علاجه ، فالحديث عن الجوانب المادية والاقتصادية للأسرة فقد اعتبر الفشل الدراسي ولفترة طويلة عنصر طبيعي يحدثه الفقر والفروق بين الطبقات الاجتماعية والمهنية ،فنسبة الرسوب لها دلالة أكثر وضوح عند انخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة والظروف المعيشية السكنية السيئة وغير الملائمة حيث أوضحت "فلورانس كاشيينو" في

تقريرها المقدم بأشغال المجلس الأعلى الفرنسي لتقويم المدرسة سنة 2005 أن هناك علاقة ارتباطية بين مهنة الأولياء ونمط السكن ونجاح التلميذ. (يخلف،2020 ،ص43)

وذهب " ريمون بودون" في نفس المنحى إذا أشار إلى أن الطبقات الشعبية يتجهون إلى الرسوب لأن طموحهم محدود وفق الإمكانيات التي من الممكن أن توفرها الأسرة لزيادة خبرات ومعارف ومدارك أبنائها من تلفزيون وكمبيوتر ومكتبة ومختلف وسائل التثقيف والترفيه كما أنه قد تدفع في كثير من الأسر بالأبناء إلى العمل للمساهمة في تلبية احتياجاتهم واحتياجات أفراد الأسرة .

كذلك يمكن للوضع الاقتصادي السيئ للأسرة أن يهدد تماسكها ويعرض الأبناء إلى مختلف الخبرات والتجارب القاسية التي تؤثر على توازن صحتهم النفسية والجسدية وتؤدي بهم إلى عدم الاهتمام بالتعليم نتيجة معاناتهم من نقص الحاجات الأساسية والضرورية مما يؤثر على تحصيلهم الأكاديمي ويصل بهم إلى الرسوب الدراسي كنتيجة حتمية لهذا الواقع المتردي .

أما عن تأثير المستوى التعليمي والثقافي للوالدين فقد ارتكز عليهما كل من "بيار " "دبورديو" "وباسرون "في تفسير ظاهرة الرسوب المدرسي والتي ترتبط باللاتوافق القائم بين النموذج الثقافي لمؤسستي الأسرة والمدرسة ،فالأطفال الذين نموا بين الكتب وفي خضم نقاشات ثقافية لا يحسون بالاغتراب عندما يلجون المدرسة ،أما أولئك الذين ترعرعوا في

مساحات جرداء وتفصلهم مسافات عن التلفزيون فإن عليهم قطع مسافات طويلة مادام لا شيء يتحدث إليهم ،الأشياء ولا الأشخاص والأنشطة .

وعلى ذلك فالأطفال الذين يحققون غالبا النجاح يوجد في أسرهم أحسن مما يوجد في المدرسة أو أقرب إلى ثقافتها ،مقابل أولئك الذين يواجهون الرسوب نتيجة اصطدامهم بأشياء في المدرسة لم يجدونها لا في طفولتهم ولا في أسرهم ولذا فإنهم يحاولون جاهدين كما أشار "برونو" استدمج هذه المعايير والقيم المدرسية الدخيلة عن البيئة التي قدموا منها.(يخلف،2020 ،ص ص 43 44)

بناءا على ذلك فإن تدني المستوى التعليمي والثقافي للوالدين أي الافتقار إلى الرأسمال الثقافي (Cultural capital) كما أسماه " بيار بروديو" ينعكس سلبا على المستوى التعليمي للابن ويؤدي إلى تحقيقه لنتائج دراسية متدنية وهي نتيجة حتمية لفقدان الأجواء الثقافية داخل الأسرة ونتيجة لضعف الاهتمام بالمتعلم والإلمام بالعملية التعليمية والتي تظهر من خلال إهمال الآباء لمراقبة ومتابعة انجازهم الأكاديمي .

كما قد يؤثر كذلك المستوى التعليمي والثقافي للوالدين على التصورات والقيم التي يحملونها نحو العلم والتعليم وقيمة المعلم في المجتمع والتي تنعكس بدورها على القيم التي سيحملها الأبناء فتقدير الوالدين للعلم والتعلم يقدم الدعم المعنوي للأبناء بقيمة العلم

والشهادة الدراسية والمكانة الاجتماعية التي يجلبها النجاح مما قد يدفعهم إلى مضاعفة الجهود الدراسية لبلوغ هذه المكانة .

وفي هذا الصدد أوضحت الدراسة التي أجراها "لامبوت" أن القيمة التي يعطيها الآباء للدراسة لها تأثير على متابعة الأبناء للدراسة والنجاح فيها أو الفشل ،حيث وجد أن الشباب الذين لهم أولياء يعتبرون أن متابعة الدراسة هي أمر مهم ينجحون في دراستهم الجامعية مرتين على أولئك الذين يرى أولياؤهم أنها غير مهمة .

وفيما يتعلق بالعلاقات الأسرية وأساليب المعاملة الوالدية فإنه من المؤكد في نتائج كثير من البحوث والدراسات الاجتماعية والتربوية والنفسية التأثير السلبي للعلاقات العاطفية والوجدانية المضطربة داخل الأسرة على التحصيل الدراسي للأبناء نتيجة انعدام البيئة المناسبة للتعلم ،فالمناخ الأسري الذي تسوده الخلافات والشجار والصراع وسوء التفاهم وسيادة مشاعر الكراهية بين الوالدين والإخوة و الأقارب يولد جوا نفسيا مثقلا بالمشاعر السلبية والمتوترة والتي تنعدم معها الراحة والهدوء والاستقرار مما يؤثر سلبا على النمو الانفعالي للأطفال ويؤدي إلى نتائج سيئة على مستقبلهم الدراسي. (يخلف،2020، ص ص43 44)

و/ العوامل المدرسية:

المدرسة هي الحياة على حد تعبير " ديوي " ومنه فإن الأنظمة التعليمية مطالبة بتوفير كل الشروط والظروف المناسبة للتعليم والتكوين والإعداد للحياة لكن من المؤسف أنها في بعض الحالات تنتج أشخاص مهمشين وغير معدين ومؤهلين بما يستلزم نتيجة عجزها عن إيصالهم إلى المسار التربوي المفضي إلى ذلك حيث أجمعنا الكثير من الدراسات التي اختصت ببحث دور العوامل المدرسية في رسوب الطلبة على غرار "العايب" و"بوطون" (1998) "منصوري" (2016) "بن كريمة" و"سلام "(2017) على أن النظام التعليمي يتحمل بصورة عامة مسؤولية كبيرة ومباشرة في زيادة حجم المشكلات المتداخلة بدء من الخصائص الشخصية للمعلم إلى نوعية التعليم ومناهجه والتنظيم التربوي إلى الظروف المادية للتعلم ،فالمعلم يلعب دورا محوريا في العملية التعليمية وتشكل مجموع العوامل الذاتية المرتبطة من تصرفات وأساليب وطرق في التعامل مع التلاميذ ومع المواقف والمشاكل التعليمية دور مهما في نجاح عمله ولذا فإن افتقاده لهذه الصفات قد يؤثر على فرص النجاح لدى طلابه فالمعلم من شأنه أن يكون لدى تلاميذه اتجاهات سلبية من المادة الدراسية أو من التعليم بأكمله نتيجة لعدة عوامل منها : نقص الكفاءة والتأهيل وعدم الإلمام بسيكولوجية المتعلمين وخصائصهم العقلية والجسمية والاجتماعية ،العجز على توفير المناخ المناسب داخل الصف والاعتماد على الإلقاء

المباشر و إصدار الأوامر ،عدم مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ مما يؤثر على درجة كبيرة ومباشرة على تحصيل طلابه ومستقبلهم الدراسي.(يخلف،2020،ص ص45 46)

3/ المظاهر التي يتصف بها ذوو الرسوب الدراسي.

تعتبر عملية تشخيص وتحديد سمات الراسبين دراسيا من الخطوات المهمة في تحديد أسباب المشكل واتخاذ التدابير اللازمة من أجل التقليل من ظاهرة الهدر التربوي التي تؤثر سلبا على الجانب الاقتصادي للبلاد ويمكن تحديد هذه المظاهر في ما يلي:

أ/ المظاهر العقلية:

يلاحظ على التلاميذ ذوي تجارب إخفاق دراسي وضعف القدرة على التركيز وتشتت الانتباه وضعف التفكير الإستنتاجي وهروب الأفكار بالإضافة إلى اضطراب الفهم في نقل ما يتعلم من مفاهيم ومعارف داخل غرفة الصف أو أثناء الموقف التعليمي معين إلى مواقف تعليمية واجتماعية أخرى.

وما ذهبت إليه دراسة "ستيفن مينشو"حينما قدم خصائص لذوي التعثر الدراسي تمثلت في عدم الانتباه ،عدم القدرة على التركيز وضعف الذاكرة. (عاشور،2014، ص55)

ب/ المظاهر الانفعالية :كشفت نتائج العديد من الأبحاث إلى أهم المظاهر الانفعالية التي يعاني منها المتخلفون أو الراسبون هي الخجل والخوف إلى جانب القلق وانعدام الأمن

وضعف الثقة بالنفس ومشاعر النقص والفشل والعجز و تميل هذه الفئة إلى العدوان والتمرد على السلطة أضف إلى أنهم يتصفون باتجاهات سلبية نحو الذات والآخرين كما أشارت دراسة "سلطان 1979" أن نسبة السلوك العدواني ترتفع مع عينة التلاميذ الراسبين وتقل مع عينة التلاميذ المتفوقين . (عاشور،2014،ص55)

ج/ المظاهر الاجتماعية: يمكن حصر هذه المظاهر في : عدم تحمل المسؤولية وعدم التكيف الأكاديمي والاجتماعي، السلوك الانطوائي ،التمرد على السلطة الأبوية والمدرسية هذا ما أشارت إليه كل من دراسة " سيل بيرت" أن التلاميذ ذووي صعوبات تعلم يتصفون مجموعة من الخصائص تتمثل في:

- سرعة الانفعال والغضب .
- البلادة والخمول.
- ضعف الثقة بالنفس.
- الانسحاب والعدوان نحو الذات والآخرين .
- عدم تأدية الواجبات المدرسية.

كما هدفت دراسة نظمي أبو مصطفى: إلى التعريف على أبرز المظاهر السلوكية لدى المتأخرين دراسيا حيث تم اعتماد المعلمين في رصد المظاهر السلوكية أسفرت الدراسة إلى أن المظاهر السلوكية لهذه الفئة تمثلت في :

- عدم المشاركة في الأنشطة المدرسية اللاصفية .
- عدم المشاركة في المناقشة أثناء الدرس.
- عدم القدرة على إبراء الرأي.
- التردد في اتخاذ القرار. (عاشور،2014،ص ص55 56)

4/أسباب الرسوب المدرسي:

لا يمكن أن نحصي أسبابا للرسوب المدرسي أو نحصره في جانب من الجوانب وهذا كون الظاهرة اجتماعية تسبب هدرا تعليميا يكلف الدولة أموالا إضافية وأعباء ثقيلة لذا توجب التعرف على أسبابها المتعددة والمتشبعة العناصر والمتفاوتة في قوتها وتأثيرها من فئة لأخرى وحتى من تلميذ إلى أخر ومن أسباب انتشار هذه الظاهرة نذكر:

- إصابة التلاميذ بأمراض ،إعاقات ،تغيرات جسمية مزاجية ونفسية سلوكية .
- المستوى التعليمي والثقافي المنخفض والمحدود للوالدين .
- معاناة أحد الوالدين أو كلاهما من ذكاء منخفض (بلادة ،عته).
- الدخل اليومي المنخفض والمحدود للعائلة (مستوى اقتصادي ضعيف).
- طبيعة ذهنية المجتمع ونظرته إلى المؤسسة التربوية (مكانة وقيمة المؤسسة التربوية في المجتمع).

- عدم مسايرة المنظومة التربوية للتغيرات والتطورات الحديثة في مجال سيكولوجية التعلم.
- اعتماد المنظومة التربوية على برامج أدوات ،طرق تعليمية و تحصيلية تقليدية غير ملائمة .
- تأثير رفقة السوء على التلميذ وعلى التحصيل الدراسي لديه .

كل هذه الأسباب والظروف من شأنها أن تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي للتلميذ ومردوده التعليمي. (بلعباس سعد ،2017،ص311-312)

5- تعريف البكالوريا والرسوب في إمتحان شهادة البكالوريا:

أ/تعريف امتحان شهادة البكالوريا :

وهو امتحان مصيري لأنه على أساس النجاح فيه يتم الالتحاق بالتكوين العالي والبكالوريا هي شهادة المصادقة الاجتماعية للنجاح في الامتحان الوطني والرسمي الذي يقيم إمكانيات الطلبة المكتسبة في التعليم الثانوي والتي تعتبر نقطة الانطلاق للتعليم الجامعي ،وعبارة البكالوريا (Baccalauréat) مستمدة من الفعل في اللغة الفرنسية Back ôter الذي ينطبق معناه حاليا على الامتحانات والمسابقات. (بوسعيد،مزاري،2021، ص53)

ب/ مفهوم الرسوب في إمتحان شهادة البكالوريا :

هو أيضا عدم حصول التلميذ على معدل نقاط (10) في المسابقة الوطنية في أخر موسم دراسي للسنة الثالثة ثانوي من أجل الالتحاق بالجامعة أو المعاهد الوطنيةالكبرى استعدادا للموسم الدراسي الجامعي المقبل. (الحطاح،2020،ص643)

7- **مفهوم المراهقة:** بما أن عينتنا يقع سنها في هذه المرحلة في العموم يمكن تقديم تعريف لها.

أ/ تعريف المراهقة :

يعرفها "أنجلش " بأنها فترة أو مرحلة من مراحل نمو الكائن البشري من بداية البلوغ الجنسي أي نضوج الأعضاء التناسلية لدى الذكر والأنثى وقدرتها على أداء وظائفها إلى الوصول إلى اكتساب النضج وهي بذلك مرحلة انتقالية خلالها يصبح المراهق رجلا راشدا أو امرأة راشدة. (فندوسي،2021، ص122)

*المراهقة هي المرحلة التي يكون فيها التلميذ الذي يجتاز امتحان شهادة البكالوريا وبالخصوص مرحلة المراهقة المتأخرة التي تكون في الفئة العمرية بين 17 و21 سنة ومنه التلميذ الراسب يكون في مرحلة المراهقة المتأخرة التي سنتطرق لشرحها في مراحها الآتية .

ب/ مراحل المراهقة:

أولا: مرحلة ما قبل المراهقة Preadolexence

أو أحيانا ما قبل البلوغ ويطلق عليه أيضا مرحلة الحفز والمقاومة وهذه المرحلة تكون بين سن العاشرة والثانية عشر (12/10) تقريبا وتظهر في المرحلة مقاومة نفسية تبذلها الذات ضد تحفز الميول الجنسية ومن علامات هذه المرحلة زيادة إحساس الفرد بجنسه ونفور الفتى من الفتاة والابتعاد عنها وكذا الفتاة لدى الفتى.

ثانيا: المراهقة المبكرة Earl adolexence

من السن (12-16) عاما وهي تمتد منذ بدء النمو السريع الذي يصاحب البلوغ حتى البلوغ بسنة تقريبا عند استقرار التغيرات البيولوجية عند الفرد وفي هذه المرحلة يسعى المراهق إلى الاستقلال ويرغب دائما في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط به ويستيقظ لدى الفرد إحساس بذاته وكيانه(http://dspace bouira dz-univ- 23 03 2023 14:22)

ثالثا: المراهقة المتأخرة latteadolexence وهي النوع الذي يشمل فئة البحث:

من سنة (17-21) وفيها يتجه الفرد محاولا أن يكيف نفسه مع المجتمع الذي يعيشه فهو يلاءم بين تلك المشاعر الجديدة وظروف البيئة ليحدد موقفه من هؤلاء الناضجين محاولا التعود على ضبط النفس والابتعاد عن العزلة والانطواء تحت لواء الجماعة فتقل النزاعات الفردية ولكن في هذه المرحلة تتبلور مشكلته في تحديد موقفه بين الكبار وتتحدد اتجاهاته إزاء الشؤون السياسية والاجتماعية وإزاء العمل الذي سعى إليه .

الفئة العمرية التي تخص التلاميذ الراسبين في شهادة البكالوريا تكون في(17-21) سنة أي مرحلة المراهقة المتأخرة ونجدهم في صنفين : البكالوريا النظامي والبكالوريا الأحرار.

(16:00 2023 03 23 –univ– bouira dzhttp://dspace)

7 –خصائص المراهقة المتأخرة:

أ/ **النمو العقلي:** يتضح اكتساب المهارات العقلية والمفاهيم اللازمة من أجل تطوير القدرات ذات الكفاءات ويزداد فهم المفاهيم والقيم الأخلاقية فيم يتعلق بما هو صواب وما هو خطأ.

ويقدم نحو التفكير المجرد والتفكير المنطقي والتفكير الإبتكاري وتزداد القدرة على الفهم والصياغة النظرية ،ويستطيع المراهق حل المشكلات المعقدة .

ب/ النمو الانفعالي:

- القدرة على المشاركة الانفعالية.
- القدرة على الأخذ والعطاء ،زيادة الولاء.
- زيادة الواقعية وفهم الآخرين .
- زيادة الميل إلى الرأفة والرحمة وإعادة النظر في الآمال المطامح.

ج/ النمو الاجتماعي:

ينمو الذكاء الاجتماعي وهو القدرة على التصرف في المواقف الاجتماعية والتعرف على الحالة النفسية للمتكلم والقدرة على تذكر الأسماء والوجوه ،تتضح الرغبة في توجيه الذات وتبدو واضحة في محاولته كسر أي قيود توضح حلوله .

د/ النمو الجنسي: يتم تحقق القدرة على التناسل عند كل المراهقين .

- تنمو الجنسية الغريبة ويزداد الارتباط بين الجنسين .
- تزداد المشاعر الجنسية خصوصية وعمقا .
- التحقق من الجنسية الذاتية وزيادة العلم الجنسي .

و/النمو الفيزيولوجي:

يتم الوصول إلى التوازن الغددي

- يكتمل نضج الخصائص الجنسية الثانوية عند الجميع .
- يتم التكامل بين الوظائف الفسيولوجية والنفسية في شخصية متكاملة. (بوسعيد، مزاري،2022،ص ص60 62)

إذن مراهق المرحلة النهائية الثانوية هو تلميذ بالغ مكلف له قدرات على تحمل أعباء الحياة وتحمل المسؤولية ومنها إنجازه الأكاديمي والتنظيم والتخطيط لسن الرشد لمهنة ما مثلا.

خلاصة الفصل:

إن ما تنطوي عليه ظاهرة الرسوب المدرسي من أهمية في البحث والدراسة بغرض معالجة أسبابها والتخفيف من أثارها الخطيرة على التلاميذ خاصة المقبلين على شهادة البكالوريا يدفع المجتمعات للتفكير والبحث بجد للحد من انتشارها وتفاقمها والتقليص الفعال من هذه الظاهرة وهذا من أجل التلميذ أكثر ايجابية وفعالة .

الفصل الخامس: الأسس المنهجية

تمهيد.

1-الدراسة الاستطلاعية

2-المنهج المستخدم في الدراسة .

3-مجتمع الدراسة.

4-حدود الدراسة .

5-عينة الدراسة .

6-أدوات الدراسة.

7-الأساليب الاحصائية.

تمهيد:

يعتبر الجانب التطبيقي من أهم جانب من جوانب البحث، فمن خلاله نتأكد من صحة أو خطأ الفرضيات التي قدمناها في بداية الدراسة، إذ استوجب علينا القيام بدراسة ميدانية بالإضافة إلى الدراسة النظرية لأن كل بحث نظري يشرط تأكيده ميدانيا، إذ كان قابلا للدراسة، لذا سنتناول في هذا الفصل الإجراءات المنهجية المتعلقة بالدراسة ومختلف المراحل المبدئية بداية من الدراسة الاستطلاعية ومنهج الدراسة إلى أدوات الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

*كان الهدف من هذه الدراسة هي:

التقرب من ميدان البحث و اختيار العينة المناسبة للبحث وكذا الوقوف على الدراسات السابقة لموضوع البحث بالإضافة الى الإحتكاك بأهل الإختصاص في مجال البحث .

حيث تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية لمقياس المساندة الاجتماعية بعد الاتصال بالمؤسسات التربوية، تكونت العينة من (20) تلميذ منهم اناث وذكور وشملت الدراسة التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا بمدينة المدية بكل من (ثانوية زرواق نورالدين،وثانوية الفخار) تم تطبيقه في شهر جانفي 2023 بعدها تم حساب الخصائص السيكومترية (صدق والثبات) ووضعه في صورته النهائية.

8- المنهج المستخدم في الدراسة:

بما أن دراستنا تهدف إلى معرفة العلاقة بين المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الراسبين في شهادة البكالوريا فالمنهج الذي اعتمدناه هو "المنهج الوصفي التحليلي". حيث أنه لا يقف على مجرد بيانات وصفية، وإنما يتعدى ذلك إلى محاولة التشخيص والتحليل والربط والتفسير لهذه البيانات وقياسها وبيان نوعية العلاقة بين متغيراتها وأسبابها واتجاهاتها واستخلاص نتائج حول ظاهرة معينة.

فالمنهج الوصفي يهتم بدراسة الظواهر الطبيعية والاجتماعية فهو المنهج الذي يقوم على دراسة الحالة أو الظاهرة ولكن بصورتها الحقيقية الموجودة في الواقع، ويهتم بدراسة دقيقة دون أي زيادة ويوضح خصائصها من الناحية الكمية والكيفية.(**بوسعيد، مزاري ،2022 ،ص67**).

9- مجتمع الدراسة:

هو جميع العناصر ذات العلاقة المشتركة بمشكلة الدراسة التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج الدراسة لذا فإن الباحث يسعى إلى إشراك جميع أفراد المجتمع، و دراستنا الحالية تكون المجتمع الأصلي من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا بني سليمان ولاية المدية وقدر عددهم (80) بالموسم الدراسي (2022-2023) (ثانوية عميروش، وثانوية سي أمحمد بوقرة، وثانوية محمد بلعالم) و (المعهد الوطني للتكوين المهني ركاش أحمد ببني سليمان).

10- حدود الدراسة:

تمثلت الحدود الزمانية والمكانية كالتالي:

أ/الحدود المكانية:

تم القيام بالدراسة العينية من الراسبين في شهادة البكالوريا ببلدية بني سليمان الموسم الدراسي (2022، 2023) لكل من(ثانوية العقيد عميروش ،وثانوية سي امحمد بوقرة، وثانوية محمد بلعالم) و (المعهد الوطني ركاش أحمد).

ب/ الحدود الزمانية:

تم تطبيق مقياس المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية في موسم الدراسي (2022-2023) من شهر فيفري إلى شهر أفريل2023 بين الفصلين الأول والثاني.

11- عينة الدراسة:

تم تطبيق مقياس المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية على عينة قصدية حيث اخترنا العينة من

التلاميذ المعيدين في شهادة البكالوريا قدر عددها(80) تلميذ.

أ/ المعطيات العامة للعينة:

الجدول(01) يبين حجم العينة وجنسها:

الذكور	الإناث
33	47

*من حيث العمر: يتراوح (17-41) نظرا لتطبيق العينة على بعض التلاميذ الأحرار.

6- أدوات الدراسة:

***مقياس المناعة النفسية:**

1/ وصف المقياس:

بعد التطرق للتراث النظري والدراسات السابقة تم استخدام مقياس المناعة النفسية للباحث " فلسطين ابراهيم مصطفى جبرني " بعنوان المناعة النفسية كمتغير وسيط بين الضغوط النفسية والاتزان الانفعالي لدى العاملات في الأجهزة الأمنية الفلسطينية سنة (2019-2020)، حيث إستعان الباحثتان بهذا المقياس المكيف من طرف الباحثتان "فايزة بورحلة" و "نبيلة صحراوي" بعنوان التفاعل الصفي وعلاقته بالمناعة النفسية لدى الناجحين في شهادة التعليم المتوسط حيث تم تطبيقه على (20)

تلميذ بكل من ثانوية (سليمان بوعبد اللاوي و صديقي نوري) بمدينة البرواقية، خلال مطلع شهر فيفري إلى غاية منتصف شهر مارس ، وتم الإعتماد عليه بعد موافقة الأستاذة المشرفة "زبيدة الحطاح"،واحتوى المقياس على (37)بند موزعين على ثلاث أبعاد هي:

البعد الأول: الاحتواء: ويعتبر الطابع الوجداني الذي يتم من خلاله تغيير المشاعر المتطرفة وتحويلها بعيدا عن الوعي والتخلص من الطاقة السلبية، والذي يشمل الاستيعاب والتحويل المضاد للمشاعر السلبية.

البعد الثاني: المواجهة التكيفية: وهي آليات العمل التي تحفز الأدوات المعرفية للتكيف مع الأحداث وهي التي تتفاعل مع وجدان الفرد.

البعد الثالث: تنظيم الذات: وهي القدرة على التعامل مع الأحداث البيئية كمعلومات موجهة لاختبار الخبرات الجديدة واندماجها مع البيئة المعرفية للفرد

والجدول رقم(02)يبين أبعاد مقياس المناعة النفسية والبنود التي تنطوي تحتها.

الأبعاد	البنود
الاحتواء	8-7-6-5-4-3-2-1
المواجهة التكيفية	25-24-23-22-21-20-19-18-17-16-15-14-13-12-11-10-9
تنظيم الذات	36-35-34-33-32-31-30-29-28-27-26-25

جدول رقم (03) يتضمن البنود الايجابية والبنود السلبية لمقياس المناعة النفسية كما هي موضحة في الآتي:

البنود الإيجابية	1-2-3-4-5-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-32-34-35
البنود السلبية	6-31-33-36

2/مفتاح التصحيح لمقياس المناعة النفسية :وهو كالاتي:

_دائما: 5 درجات.

_غالبا: 4 درجات.

_أحيانا: 3 درجات.

_قليلا: 2 درجات (درجتين).

_أبدا: 1 درجة (درجة واحدة).

أ- **الصدق:**

الصدق المحكمين: قامت الباحثتان"بورحلة فايزة" و" نبيلة صحراوي"بتوزيع المقياس في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة بلغ عددهم (6 أساتذة) من ذوي الاختصاص قصد إبداء رأيهم فيه من حيث -وضوح الفقرات ومن حيث الصياغة اللغوية- السهولة والصعوبة- مدى ملائمة البدائل للأجوبة المقترحة- مدى انتماء الفقرات للأبعاد والمقياس ككل-ومدى قياس السمى مراد قياسها- وبعد عملية

التوزيع قامت الباحثتان بجمع استبيانات المحكمة من طرف الأساتذة الذين دونوا ملاحظتهم على مجمل الفقرات والنتائج المدونة في الجدول الآتي:

الجدول رقم (04) يبين نتائج تحكيم الاستبيان لمقياس المناعة النفسية من طرف الأساتذة المحكمين:

الفقرة قبل التحكيم	الفقرة بعد التحكيم	التكرار بالموافقة	النسبة
1-أعتقد أن المستقبل يكون مشرف	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
2-أشعر أنني متحكم في مجرياتي حياتي	أشعر أنني متعلم في مجريات حياتي	4 أساتذة	%66.6
3-أتخلص بسهولة من مشاعري الحزينة	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
4-أحب أن أتكون حياتي منظمة	أحب أن تكون حياتي منظمة	5 أساتذة	%83.3
5-أشعر أنه لي قدرة كافية لتوجيه مسار حياتي في الاتجاه الصحيح	أشعر أنه لدى القدرة الكافية	3 أساتذة	%50
6-في غالب الأحيان لي مشاعر سلبية لمدة زمنية طويلة بعد انتهاء الحدث	في غالب الأحيان لدي مشاعر سلبية لمدة زمنية طويلة بعد انتهاء الحدث	4 أساتذة	%66.6
7-أشعر بأن لدي الثقة في قدرتي	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3

على صنع النجاح			
8-أشعر بالطمأنينة اتجاه مستقبلي	بقيت على حالها	3 أساتذة	%50
9-أعتقد بأني محظوظا في حياتي	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3
10-عندما أشاهد نفسي الآن أرى أنني حققت شيئا مرضيا	عندما أقيم نفسي الآن أرى أنني حقت شيئا مرضيا	5 أساتذة	%83.3
11-تفكيري بمستقبلي يعطيني شعورا إيجابيا	تفكيري بالمستقبل يعطيني شيئا إيجابيا	6 أساتذة	%100
12-أفتقد للرومانسية في المواقف التي تتطلب ذلك	يرفض	1 أساتذة	%16.6
13-أعتقد بأني موفق في اختياراتي	أعتقد بأنني موفق غالبا في اختياراتي 5 أساتذة	%83.3	
14-ما أقوم به ناتج عن إيماني به	ما أقوم به ناتج عن طموحاتي وأهدافي	5 اساتذة	%83.3
15-أدرك ما ينبغي علي القيام به وأمتلك المهارة على ذلك	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3
16-أرى أن الأحداث حولي تسير لصالحي	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3

17-من خبراتي سابقة لدي ثقة بالأشياء التي أفعلها	نتيجة خبراتي السابقة تشكلت لدي ثقة	4 أساتذة	%66.6
18-قدراتي مصدر نجاحي	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3
19-أمتلك الكثير من المقومات النجاح في الحياة	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3
20-أشعر أن النهايات ستكون سعيدة	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
21-أشعر بأن الجميع يحترموني ويقدرونني جيدا	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3
22-أعتقد بأنني أملك كافة الخيارات التي أتمناها	أعتقد بأنني أملك الكثير من الخيارات التي	4 أساتذة	%66.6
23-لدي من الانجازات في حياتي ما يجعلني أفتخر بنفسي	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
24-أحافظ على صورة إيجابية لنفسي للمستقبل	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3
25-أعتقد أن أحلامي ستتحقق يوما	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100

26-أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	مكرر	4 أساتذة	%66.6
27-محاولتي أحل مشكلتي تشعرني بالارتياح لأنها مجدية	محاولتي أحل مشكلتي تشعرني بالارتياح لأنها مجدية في الغالب	5 أساتذة	%83.3
28-تساعدني الأحداث الإيجابية نفي التعبير بسلاسة عن انشغالي	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
29-أشعر بأن القادم أجمل	لا تنتابني مشاعر الخوف اتجاه المستقبل	3 أساتذة	%50
30-مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق الأهداف	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
31-أفكاري عن الماضي كثيرا ما تهمني	بقيت على حالها	4 أساتذة	%66.6
32-تنتابني مشاعر سلبية بين الحين والآخر دون سبب لها	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3
33-أبدأ الأعمال جديدة عند الانتهاء من الأعمال السابقة	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
34-أشعر بالتعب بسرعة	بقيت على حالها	5 أساتذة	%83.3

35-أفضل الترتيب كلامي قبل البدء في الكلام	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
36-عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى	بقيت على حالها	6 أساتذة	%100
37-أفقد تركيزي عندما أعبر عن مشاعري في الأزمات والأوقات الصعبة	أفقد تركيزي في التعبير عن مشاعري في أوقات الصعبة	4 أساتذة	%66.6

من خلال الجدول رقم (04) يتضح أن معظم فقرات الاستبيانات لقيت القبول من طرف المحكمين، وبالتالي فالمقياس صادق:

***الخصائص السيكومترية:**

1-الصدق:

أ- صدق ارتباط البنود بالدرجة الكلية:

تم استخدام معامل الارتباط(بيرسون) بين درجات البنود والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج مدونة في الجدول التالي :

الجدول رقم(05): يبين نتائج حساب ارتباط البنود بالدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية :

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
01	0.423	13	0.389	25	0.634*
02	0.807*	14	0.342**	26	0.678**
03	0.437*	15	0.455**	27	0.638*
04	0.702**	16	0.501**	28	0.425
05	0.608*	17	0.726*	29	0.632**
06	0.346*	18	0.507*	30	0.756**
07	0.437*	19	0.382**	31	0.426*
08	0.802**	20	0.831**	32	0.645
09	0.617	21	0.486	33	0.546*
10	0.729*	22	0.614*	34	0.678**
11	0.618**	23	0.726**	35	0.798**
12	0.633**	24	0.459**	36	0.417*

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيم الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية تراوحت ما بين (0.342 و 0.831)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05).

ومنه فالمقياس صادق.

ب – صدق ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية:

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة ما بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس،

والجدول التالي يبين نتائج حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية:

الجدول رقم(06): يبين نتائج حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية .

الابعاد	معامل الارتباط
الاحتواء	0.823**
المواجهة التكيفية	0.796*
تنظيم الذات	0.725

نلاحظ من الجدول رقم(06): أن قيم معامل ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية تراوحت ما بين(0.725 و 0.823) عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05) وهي دالة.

وبالتالي فالمقياس صادق.

ج– إرتباط البنود مع أبعاد المقياس:

قامتا الباحثتان بحساب صدق المقياس باسخدام طريقة ارتباط البنود مع الأبعاد، وذلك باستعمال معامل بيرسون للارتباط، والنتائج مدونة في الجدول الأتي:

الجدول رقم (07): يبين نتائج حساب ارتباط البنود مع الأبعاد المنتمية إليه

رقم البند	معامل ارتباط البنود مع البعد المنتمية إليه (الاحتواء)	رقم البند	معامل ارتباط البنود مع البعد المنتمية إليه (المواجهة التكيفية)	رقم البند	معامل ارتباط البنود مع البعد المنتمية إليه (تنظيم الذات)
1	0.865*	9	0.675*	26	0.751**
2	0.625**	10	0.531	27	0.523*
3	0.455	11	0.689**		
4	0.534	12	0.426*		

5	0.356	13	0.483		
6	0.576*	14	0.433		
7	0.567**	15	0.674**		
8	0.435*	16	0.756**		
		17	0.586*		
		18	0.471*		
		19	0.736**		
		20	0.891**		
		21	0.758*		
		22	0.435		
		23	0.758**		
		24	0.687*		
		25	0.521		

من خلال الجدول رقم (07) يتبين أن البنود من (1 إلى 8) قيم ارتباطها مع البعد المنتمية إليه (الاحتواء) تراوحت ما بين(0.356 و 0.865) عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05). وهي دالة.

كما تبين أن قيم إرتباط البنود (9 إلى 25) مع البعد المنتمية إليه (المواجهة التكيفية) تراوحت ما بين(0.426 و 0.891) عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05). وهي دالة

ومن جهة أخرى تبين أن قيم إرتباط البنود (25 إلى 26) مع البعد المنتمية إليه (تنظيم الذات) تراوحت ما بين(0.523 و 0.751) عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05). وهي دالة

مما سبق نستنتج أن المقياس صادق.

ومنه من خلال ما تم استعراضه لمختلف أنواع الصدق، يتبين أن مقياس المناعة النفسية صادق.

2-الثبات

تم استخدام معامل ألفا لكرونباخ، والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (08): يبين نتائج حساب معامل ألفا لكرونباخ

	قيمة معامل ألفا لكرونباخ
مقياس المناعة النفسية	0.918

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيمة معامل الفا لكرونباخ قدرت بـ(0.918) وهي قيمة عالية جدا، مما يدل على أن مقياس المناعة النفسية ثابت.

وبما أن المقياس صادق وثابت فإنه يصلح لتطبيقه على الدراسة الحالية.

***مقياس المساندة الاجتماعية**

1/وصف المقياس:

بعد التطرق للتراث النظري وللدراسات السابقة تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية للباحثتين "مريم بوناب، نوال بوسعيد"، بعنوان المساندة الاجتماعية وعلاقتها بفعالية الذات لدى الأساتذة سنة (2020/2019) تكون من 42 بندا موزعين على بعدين وهما (داخل الأسرة/ خارج الأسرة).

- داخل الأسرة يتضمن العبارات الآتية: (1-2-6-7-9-11-16-23-24-25-26-28-29-30-32-33-34-37-38-39-41)

الجدول رقم(09) يمثل عبارات البعد الداخلي لمقياس المساندة الإجتماعية:

الرقم	العبارات
1	يزورني أقاربي في مواعيد محددة
2	أتلقى المساعدة من أشقائي
3	أتلقى العون من شقيقاتي في اختيار ملابسي

4	يزورني أبناء أعمامي وأبناء خالاتي في مواعيد محددة
5	يزورني أشقائي للاطمئنان علي
6	أتلقى المساعدة من أبنائي في أعمال المنزل
7	أحظى بحب أبنائي
8	أعتبر نفسي محبوبا من والدي
9	مازلتأحظى بحب ورعاية والدي
10	هناك من يحفظ أسراري
11	أحظى بصداقتي مع أبنائي
12	عندما أقوم بسلوك خاطئ أجد من يقومني
13	لا أشعر بالغربة وسط أقاربي
14	ألقى العون من أسرة زوجي
15	أجد من يساندني من إخوتي عندما أواجه مشكلة مع أبنائي
16	يساعدني أفراد أسرتي في تربية الأبناء
17	لا يترك لي أفراد أسرتي الفرصة لكي أجلس وحيدا
18	أشعر بأن أبنائي يقدمون لي النصح دون أن أطلب منهم ذلك
19	ألقى التشجيع من أبنائي عند القيام بشيء ما
20	يقدم لي أبنائي الهدايا في المناسبات
21	أشقائي ووالدي يقدمون الهدايا لأبنائي دون انتظار للمناسبات

- خارج الأسرة تتضمن العبارات الآتية (21 بندا) (3-4-5-8-10-12-13-14-15-17-18-19-20-21-22-27-31-35-36-40-42)

الجدول رقم (10) يمثل عبارات البعد الخارجي للمقياس المساندة الاجتماعية :

الرقم	العبارات
1	أحظى بالدعم ممن حولي عندما أقوم بعمل جيد
2	أجد العون أثناء قيامي بمهمة ما
3	أتلقى النصائح والإرشادات من الأكبر سنا
4	أعتقد أني موضع رعاية واهتمام من الآخرين
5	يدعوني أصدقائي للخروج معهم في مواعيد منتظمة
6	أحظى بعلاقات اجتماعية طيبة
7	علاقاتي مع جيراني جيدة جدا
8	يزورني جيراني في المنزل للاطمئنان علي
9	أجد من يقيم أدائي
10	أتلقى النصيحة من المحيطين بي كلما احتجت لها
11	عندما أكون في ضائقة مادية أتلقى من المحيطين المساعدة الكافية
12	أحظى بالتشجيع الدائم
13	عندما أكون سعيد أجد السعادة في وجوه المحيطين بي
14	في أوقاتي العصيبة أجد من يهتم بي

15	أحظى بقدر كافي من حب الأصدقاء
16	أحظى بحب زملائي في العمل
17	أتلقى الجوائز التقديرية على الأعمال التي أقوم بها
18	يشجعني أبنائي على تحمل أعباء الحياة
19	أحظى بعدد من الأصدقاء المخلصين
20	زملائي في العمل يقفون بجواري عند الحاجة
21	أتلقى اتصالا من أحد أفراد أسرتي للاطمئنان على صحتي

الجدول(11) يتضمن البنود الاجابية والبنود السلبية لمقياس المساندة الاجتماعية :

البنود الإيجابية	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36-37-38-39-40-41-42
البنود السلبية	0

***مفتاح التصحيح لمقياس المساندة الاجتماعية** :وهوكالأتي :

_ دائما: 4 درجات.

_ غالبا: 3 درجات.

_ أحيانا: 2 درجات (درجتين).

_ أبدا: 1 درجة (درجة واحدة).

أ/صدق المحكمين:

قامتا الباحثتان "بوشيلات منال، أمينة عميش" بعد ذلك بتوزيع المقياس في صورته الأولية بمجموعة من الأساتذة المحكمين ذو الاختصاص (06 أساتذة) بقصد أبداء رأيهم فيه من حيث:

- وضوح الفقرات من حيث الصياغة اللغوية.
- السهولة والصعوبة.
- مدى ملائمة البدائل للأجوبة المقترحة.
- مدى انتشار الفقرات للأبعاد وللمقياس ككل ومدى قياس السمة المراد قياسها.

بعد عملية التوزيع قامتا الباحثتان بتجميع الاستبيانات المحكمة من طرف الأساتذة الذين دونوا ملاحظاتهم على مجمل الفقرات والنتائج المدونة في الجدول الآتي:

الجدول رقم (12): العبارات المعدلة من طرف المحكمين لمقياس المساندة الإجتماعية:

الفقرة فبل التحكيم	الفقرة بعد التحكيم	التكرار بالموافقة	النسبة
1-يزورني أقاربي في مواعيد محدد	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
2-أتلقى المساعدة من أشقائي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
3-أتلقى العون من أفراد أسرتي في اختيار الملابس	أتلقى العون من أفراد أسرتي في اختيار الملابس	3=موافق 3= غير موافقين	%66.6
4-يزورني أبناء أعمامي وأبناء	لدي علاقة جيدة مع	3=موافق	%66.6

خالاتي في مواعيد محددة	أقاربي	3= غير موافقين	
5-يزورني أقاربي للاطمئنان علي	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
6-أتلقى مساعدات إخواني في الأعمال المنزلية	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
7-أحظى بحب أسرتي	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
8-أعتبر نفسي محبوبا من والدي	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
9-مازلت أحظى بحب ورعاية والدي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
10-أحظى بصداقة مع إخوتي وأفراد أسرتي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
11-عندما أقوم بسلك خاطئ أجد من يقومني	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
12-لا أشعر بالرغبة وسط أقاربي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
13-ألقى العون من أقاربي	أتلقى مساعدة من أقاربي	4= موافقين 2= غير موافقين	%66.66

14-أجد من يساندني من إخوتي عندما أواجه مشكلة مع أي أحد	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
15-يساعدني أفراد أسرتي لإنجاز مهامي	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
16-لا يترك لي أفراد أسرتي فرصة لكي أجلس وحيدا	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
17-يشجعني والدي على تحمل أعباء الحياة	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
18-أشعر بأن والدي يقدمان لي نصح دون أن أطلب منهم	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
19-ألقى التشجيع من والدي عند القيام بشيء ما	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
20-يقدم لي إخوتي الهدايا	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
21-والدي يقدمان لي الهدايا دون انتظار المناسبات	بقيت على حالها	4= موافقين 2= غير موافقين	%66.66
22-أحظى بالدعم ممن حولي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100

عندما أقوم بعملي جيد			
23-أجد العون أثناء القيام بمهمة ما	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
24-أتلقى النصائح والإرشادات من الأكبر سنا	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
25-أعتقد أنني موضع الرعاية واهتمام من آخرين	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
26-يدعوني أصدقائي للخروج معهم في مواعيد منظمة	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
27-أحظى بعلاقات اجتماعية طيبة	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
28-علاقاتي مع جيراني جيدة جدا	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
29-يزورني جيراني في منزلي للاطمئنان علي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
30-أجد ما يقيم أدائي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
31-أتلقى النصائح من محيطين بي كلما احتجت إليهم	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100

32-عندما أكون في ضائقة مادية أتلقى من المحيطين بي المساعدة الكافية	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
33-أحظى بالتشجيع الدائم	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
34-عندما أكون سعيدا أجد السعادة في وجوه المحيطين بي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
35-في الأوقات العصيبة أجد من يهتم بي	بقيت على حالها	5=موافق 1= غير موافق	%83.33
36-أحظى بقدر كافي بحب أصدقائي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
37-هناك من يحفظ أسراري	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
38-أحظى بحب زملائي في الدراسة	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
39-أتلقى الجوائز التقديرية على الأعمال التي أقوم بها	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
40-أحظى بعدد من الأصدقاء المخلصين	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100

41-زملائي في الدراسة يقفون بجواري عند الحاجة	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100
42-أتلقى اتصالا من أحد أفراد زملائي للاطمئنان على صحتي	لا يوجد تعديل	6 موافقين	%100

من خلال الجدول رقم (12) يتضح أن معظم فقرات المقياس لقيت القبول من طرف المحكمين وبالتالي فالمقياس صادق.

الخصائص السيكومترية :

1-الصدق:

أ- صدق ارتباط البنود بالدرجة الكلية:

تم استخدام معامل الارتباط(بيرسون) بين درجات البنود والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج مدونة في الجدول الأتي:

الجدول رقم (13) يبين نتائج حساب ارتباط البنود بالدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية :

البند	معامل الرتباط	البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
01	0.642**	15	0.549**	29	0.533**
02	0.607**	16	0.421*	30	0.491**
03	0.551**	17	0.447*	31	0.471**
04	0.537**	18	0.491**	32	0.425*
05	0.520**	19	0.491.**	33	0.555**
06	0.502**	20	0.507**	34	0.510**
07	0.459*	21	0.484**	35	0.448*
08	0.512**	22	0.533**	36	0.491**
09	0.310	23	0.468**	37	0.448*
10	0.438*	24	0.510**	38	0.510**
11	0.512**	25	0.542**	39	0.876**
12	0.552**	26	0.550**	40	0.567*
13	0.633	27	0.562*	41	0.673
14	0.389	28	0.635	42	0.532

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيم الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية تراوحت ما بين (0.310 و 0.876)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05).

ومنه فالمقياس صادق.

ب – صدق ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية :

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة ما بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس،

والجدول التالي يبين نتائج حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية:

الجدول رقم(14): يبين نتائج حساب ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية :

الابعاد	معامل الارتباط
داخل الأسرة	0.789
خارج الأسرة	0.836**

نلاحظ من الجدول رقم(14): أن قيم معامل ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية تراوحت ما بين(0.789 و 0.836) عندا مستوى دلالة (0.01 و 0.05) وهي دالة.

وبالتالي فالمقياس صادق.

ج- إرتباط البنود مع أبعاد المقياس:

قامتا الباحثتان بحساب صدق المقياس باسخدام طريقة ارتباط البنود مع الأبعاد، وذلك باستعمال معامل بيرسون للارتباط، والنتائج مدونة في الجدول الأتي:

الجدول رقم (15): يبين نتائج حساب ارتباط البنود مع الأبعاد المنتمية إلي مقياس المساندة الاجتماعية .

رقم البند	معامل ارتباط البنود مع البعد المنتمي إليه(داخل الأسرة)	رقم البند	معامل ارتباط البنود مع البعد المنتمي إليه(خارج الأسرة)
1	0.595**	22	0.787**
2	0.806	23	0.523*
3	0.560*	24	0.478
4	0.576**	25	0.594**
5	0.681**	26	0.352
6	0.501*	27	0.387
7	0.331	28	0.506
8	0.405	29	0.499
9	0.408	30	0.687**
10	0.367	31	0.349
11	0.341	32	0.534
12	0.594**	33	0.545*
13	0.670**	34	0.501*
14	0.482*	35	0.679
15	0.686**	36	0.436
16	0.313	37	0.558*
17	0.590**	38	0.627**
18	0.414	39	0.497*
19	0.679**	40	0.566**
20	0.628**	41	0.417
21	0.637**	42	0.445*

من خلال الجدول رقم (15) يتبين أن البنود من (1 إلى 21) قيم ارتباطها مع البعد المنتمية إليه (داخل الأسرة) تراوحت ما بين(0.313 و 0.806) عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05). وهي دالة.

ومن جهة أخرى يتبين أن قيم إرتباط البنود (22 إلى 42) مع البعد المنتمية إليه (خارج الأسرة) تراوحت ما بين(0.349 و 0.787) عند مستوى دلالة (0.01 و 0.05). وهي دالة

مما سبق نستنتج أن المقياس صادق.

ومنه من خلال ما تم استعراضه لمختلف أنواع الصدق، يتبين أن المقياس صادق.

2-الثبات

تم استخدام معامل ألفا لكرونباخ، والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (16): يبين نتائج حساب معامل ألفا لكرونباخ

	قيمة معامل ألفا لكرونباخ
مقياس المساندة الاجتماعية	0.896

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيمة معامل الفا لكرونباخ قدرت بـ(0.896) وهي قيمة عالية جدا، مما يدل على أن المقياس ثابت.

وبما أن المقياس صادق وثابت فإنه يصلح لتطبيقه على الدراسة الحالية.

7-الأساليب الاحصائية المتخدمة:تم استخدام :

_نظام الحزمة الاجتماعية spss.

_ المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية.

_ معامل الإرتباطبرسون

الفصل السادس:عرض ومناقشة نتائج فرضيات الدراسة

1-عرض ومناقشة وتفسير نتائج فرضيات الدراسة.

2- الاستنتاج العام .

3- الصعوبات.

4- الاقتراحات.

5- الخاتمة.

6- قائمة المراجع.

7- قائمة الملاحق.

1- عرض ومناقشة و تفسير نتائج فرضيات الدراسة:

أ/ عرض ومناقشة وتفسير الفرضية العامة:

والتي تنص على أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، والنتائج المتحصل عليها مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (17) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية	80	112.8250	9.20758	0.768**	0.001	0.01	دالة
الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	80	130.5625	6.60273				

أشار الجدول رقم(17) الى المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمناعة النفسية قدرت قيمته ب(112.8250) لانحراف معياري بلغت قيمته ب(9.20758)، وأشار أيضا الى المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية حيث بلغت قيمته ب(130.5625) لانحراف معياري قدر ب(6.60273) ومنه قدرت قيمة معامل الارتباط (0.768) بدلالة إحصائية بلغت (0.001) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0،01).

وبالتالي تحققت الفرضية القائلة بأنه توجد علاقة إرتباطية قوية موجبة ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا، حيث كلما كان هناك دعم و مساندة ارتفعت المناعة النفسية.

قد يفسر هذه النتيجة إلى أن عندما يجد التلاميذ الراسبين في إمتحان شهادة البكالوريا الدعم الأسري من طرف أفراد الأسرة وكذا الدعم والمساندة من طرف فريق التدريس بعيدين عن اللوم والعتاب للتقليل من حجم المشكلة والتي تتمثل طبعا في الرسوب، وزيادة التحفيز والتشجيع لتخطي هذه الأزمة، ان المساندة الاجتماعية من طرف الأصدقاء والآباء والمدرسين تجعل التلميذ يشعر بالحب والاهتمام مما يرفع لديه مستوى المناعة النفسية التي تجعله قادرا على التخلص من الضغوط النفسية والإحباط والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي في حل المشكلات.

لذا فالتحفيز والتشجيع والدعم يرفع لدى التلاميذ الثقة في النفس وارتفاع تقدير الذات ، مما يجعل لديهم حصانة وقوة وصحة نفسية تحميهم من الصدمات وبالتالي تشكل لديهم مناعة نفسية جيدة.

أما في الجهة المقابلة وعكس ذلك فعندما يؤنب الوالدين والأصدقاء والأساتذة الراسبين ويتسببون لهم في الإحباط وخفض المعنويات والتخلي عنهم وعدم مساندتهم فحتما سيؤدي بهم الأمر إلى الانطواء وتولد لديهم الأفكار الغير عقلانية مثل الانتحار، والهروب وانخفاض في مستوى التغذية والنوم، وطبعا فإن كل هذا يعود سلبا ويساهم في تدني مستوى المناعة النفسية التي تظهر في عدم القدرة على التحمل وحل المشكلات.

فالنتيجة المتحصل عليها من خلال هذه الفرضية قد تدل على أن هذه الفئة تلقت دعما نفسيا ومعنويا ومساندة اجتماعية جعلت مناعتها النفسية ترتفع فكلما كان هناك دعم ومساندة ارتفعت المناعة النفسية.

وهذا ما أكدته دراسة الحلبي 2021، حينما رأى أن المستوى المرتفع من المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية يؤدي إلى النجاح والعكس صحيح حيث التلاميذ يتبنون توجه سلبي نحو المستقبل مما يضعف خططهم لاحقا، ويصبحون أكثر تشاؤما وإحباطا وأقل تفاؤلا وتوجه إيجابي نحو المستقبل وذلك حين ينخفض مستوى المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية.

ب/ عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الأولى:

والتي تنص على أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد الاحتواء للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، والنتائج المتحصل عليها مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (18) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد الاحتواء والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية .

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
بعد الاحتواء للمناعة النفسية	80	27.7375	4.99048	0.597**	0.032	0.05	دالة
المساندة الاجتماعية	80	130.5625	6.60273				

أشار الجدول رقم(18) الى المتوسط الحسابي لمتوسط للدرجة الجزئية لبعد الاحتواء لمقياس المناعة النفسية قدرت قيمته ب(27.7375) لانحراف معياري بلغت قيمته (4.99048)، وأشار أيضا الى المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية بلغت ب(130.5625) لانحراف معياري قدر ب(6.60273) ومنه قدرت قيمة معامل الارتباط (0.597) ،بدلالة إحصائية بلغت (0،032) وهي عند مستوى دلالة (0.05).

وبالتالي تحققت الفرضية القائلة بأنه توجد علاقة إرتباطية موجبة متوسطة ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد الاحتواء للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

وهذا ما يفسر أن الاحتواء هو الطابع الوجداني الذي يتم من خلاله تقييم المشاعر المتطرفة بعيدا عن الوعي والتخلص من الطاقة السلبية ويشمل الاستيعاب والتحويل المضاد للمشاعر السلبية أيضا اذا كان التلميذ المقبل على امتحان شهادة البكالوريا له قدرا عاليا من الاحتواء مما يجعله قادرا على التخلص بسهولة من مشاعره الحزينة والتحكم في تسيير اتجاهات حياته ويكون واثقا في صنع النجاح والإقدام نحو مستقبله فإنه بذلك يقدم الدعم لنفسه ،ويشعر الآخرين بأنه قادر على تحمل المسؤولية وعدم الخوف فيتلقى مساندة عالية من طرف الآخرين مما يؤدي به طبعا إلى رفع مستوى مناعته النفسية.

وقد يعد الاحتواء عاملا أساسيا من العوامل المؤدية إلى الرسوب حيث إذا ما كان التلميذ محبطا وخائفا وقليل المسؤولية والمواجهة، وليس لديه القدرة على احتواء مشاعره وضعف في شخصيته يكون بذلك قد ساهم في خفض معنوياته ومناعته النفسية وهذا ما يؤدي إلى الرسوب، ومن بين العوامل أيضا التي لها علاقة مباشرة مع هذا البعد وهو المعاملة الوالدية التي تتسم بالانتقادات والسخرية وبالتالي عدم احتواء التلميذ من الأهل ومن طرف الأصدقاء والمدرسين يساهم ويساعد سلبيا على خفض مستوى المناعة النفسية لديه.

وهذا ما أكده "ركلس" حيث رأى أن نظرية الاحتواء تعد من النظريات التكاملية والتي اهتمت بدراسة الفرد في المجالين السيكولوجي النفسي والسيكولوجي الاجتماعي، وركز "ريكلس" من خلال نظريته على نوعين من الاحتواء وهما:

- **الاحتواء الداخلي:** أو العوازل الداخلية ويشمل مفهوم ذات جيد، آنا قوية وآنا أعلى متطورة، وضبط ذات جيد وتحمل عالي للإحباط والقدرة على إيجاد بدائل للإشباع، وتحديد الأهداف والإحساس بالمسؤولية بما يطور الإحساس الموجب بالذات والالتزام بالقيم والقوانين.

- **الاحتواء الخارجي:** أو العوازل الخارجية التي تشكل الحاجز والعازل البنائي في بيئة الفرد ومحيطه الاجتماعي، وتتألف من عوامل مثل "الإحلال وتعزيز السلوك الجيد والقيم والمعايير والتوقعات الاجتماعية والانضباط الكافي والإشراف والإحساس بالانتماء والهوية والعلاقات خصوصا في العائلة، وهذه العوامل تساعد كل من (الأسرة، المدرسة، جماعة الرفاق) في احتواء الأطفال، وتفترض نظرية الاحتواء أن السلوك المنحرف يزداد عندما يضعف الاحتواء أن السلوك المنحرف يزداد عندما يضعف الاحتواء الداخلي والخارجي. **(وريكات، المجالي، 2014، ص 419).**

ج/ عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثانية:

والتي تنص على أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، والنتائج المتحصل عليها مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (19) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
بعد المواجهة التكيفية للمناعة النفسية	80	47.2500	9.73640	0.487**	0.036	0.01	دالة
المساندة الاجتماعية	80	130.5625	6.60273				

أشار الجدول رقم(19)الى المتوسط الحسابي للدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية لمقياس المناعة النفسية قدرت قيمته ب(47.2500) لانحراف معياري بلغت قيمته ب(9.73640)،وأشار أيضاالى المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية بلغت قيمته (130.5625) ،لانحراف معياري قدر ب(6.60273) ومنه قدرت قيمة معامل الارتباط (0،487) بدلالة إحصائية بلغت (0.036) وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01).

وبالتالي تحققت الفرضية القائلة بأنه توجد علاقة إرتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد المواجهة التكيفية للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

وقد تعزو هذه النتيجة الى أن الطالب يحتاج إلى مواجهة تكيفية مع الأحداث الواقعة والتكيف معها والتي تتفاعل بدورها مع وجدان الفرد. فبعد المواجهة التكيفية له علاقة ارتباطية موجبة بالمساندة الاجتماعية ومن خلال التحفيز والدعم المستمر يجد الطالب نفسه في وضع يسمح له بمواجهة الأحداث والضغوطات والتطلع إلى مستقبل جميل ومشرق والتكيف مع البيئة والوضع وقدرة التقبل والاستمرار، والمغزى من كل هذا أنه إذا ارتفع مستوى المواجهة والتكيف مع الواقع يكون ذلك سببا من أسباب الدعم النفسي والمعنوي والسند الحقيقي من طرف الوسط الداخلي والخارجي للمجتمع

يمكننا القول بأن الرسوب مشكلة مدرسية أو عقبة يواجهها الطالب ويتخوف منها كثيرا ودائما ما يصدم بها التلميذ ويرتعب من الفشل وفي عدم تحقيق النتائج الايجابية.

والمواجهة التكيفية عامل مؤدي إلى الرسوب من خلال عدم التكيف مع الواقع وانعدام القدرة على التفاعل مع الأحداث والتفاؤل بالمستقبل كما أن اكتساب طاقة سلبية في الإحباط وارتفاع نسبة الفشل تدفعه لفقدان الإرادة في التقدم والتغيير وهذا حتما يدهور مستوى المناعة لديه مما يحط من قيمة ذاته ليصبح شخصا فاشلا، والأسرة التي تنبذ ابنها ولا تشجعه على المواجهة والتكيف لها النصيب الأوفر في فشله أكاديميا .

د/ عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثالثة:

والتي تنص على أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد تنظيم الذات للمناعة النفسية ومتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

ولاختبار صحة الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، والنتائج المتحصل عليها مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (20) يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد تنظيم الذات للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
بعد تنظيم الذات للمناعة النفسية	80	37.8375	9.08225	0.697**	0.000	0.01	دالة
المساندة الاجتماعية	80	130.5625	6.602734				

أشار الجدول رقم(20) الى المتوسط الحسابي لمتوسط للدرجة الجزئية لبعد تنظيم الذات لمقياس المناعة النفسية قدرت قيمته ب(37.8375) لانحراف معياري بلغت قيمته (9.08225)، وأشار أيضا الى المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية بلغت قيمته(130.5625) لانحراف

معياري قدر ب(6.60273) ومنه قدرت قيمة معامل الارتباط (0،697) بدلالة إحصائية بلغت (0.000) وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01).

وبالتالي تحققت الفرضية القائلة بأنه توجد علاقة إرتباطية موجبة قوية ذات دلالة احصائية بين متوسط الدرجة الجزئية لبعد تنظيم الذات للمناعة النفسية و الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

وهذا مايفسر أن بعد تنظيم الذات هو أسلوب من أساليب الحياة وهو القدرة على التعامل مع الأحداث البيئية كمعلومات موجهة لاختبار الخبرات الجديدة واندماجها مع البنية المعرفية للفرد، والطالب المقبل على اجتياز امتحان شهادة البكالوريا وتلقيه الدعم النفسي والاجتماعي من طرف البيئة الاجتماعية وأفراد محيطه يحفزه على تنظيم ذاته والتحكم في مجريات حياته اليومية، وتخطي العقبات والتعامل الأمثل مع الأحداث البيئية والترتيب في حياته والتركيز والتحكم في مشاعره والتعامل الجيد مع المشاعر المتقلبة في الأوقات الصعبة.

فالدعم المسند من طرف الأسرة والأصدقاء والمدرسين يساعد الفرد كثيرا في تنظيم ذاته وتحقيق أهدافه وتنظيم أفكاره لتجاوز المشكلات خاصة كيفية استجابته عند إجابته على أسئلة امتحان شهادة البكالوريا، وكل هذا طبعا يؤدي إلى رفع المناعة النفسية للفرد والنجاح.

في حين إذا حصل عكس ذلك فإن المناعة تنخفض حتما فعندما يكون الفرد لا يستطيع تنظيم ذاته وعدم الاندماج مع مجريات الحياة وعدم القدرة على تقبل أحداث الحياة الضاغطة كالإمتحانات ونقص

المعرفة بالتعامل مع مختلف القرارات والإجابة على الأسئلة والمواقف فهذا كله يساهم في فشل الطالب وسقوطه في دائرة الرسوب.

وهذا يوافق ما أشارت إليه دراسة "طيبة عبد السلام" حيث تناولت نظريات تنظيم الذات، حينما صنفتها الى نوعين:

- **نظرية المصير الذاتي:** وتستند هذه النظرية، على مفهوم المنفعة الذاتية والتي تتم من خلال تحقيق الذات كمحك أساسي في الوجود الأفضل للفرد انطلاقا من أن البشرية تشترك في الحاجات النفسية الأساسية التي يجب أن تشبع لتتحقق نمائها وانسجامها إذ أنه كلما أشبعت هذه الحاجات كلما أحسن الأفراد بالحيوية وبالانسجام الداخلي، والاندماج النفسي، فهذه النظرية تتباين مع نظرية المنفعة حيث تخلص إلى أن البشر ينزعون بطريقة جبلية إلى تحقيق ثلاثة إشباعات نفسية رئيسية وهي الحاجة إلى الاستقلالية، الحاجة للقدرة، والحاجة إلى ربط علاقات مع الآخرين. فالاستقلالية تفترض على التلميذ أن يقرر بمحض إرادته نشاطاته وانفعالاته بالطريقة التي تحقق له الانسجام مع ذاته مع تحمل تبعاتها كليا لأن الفعل المستقل هو الذي ينبع من الذات بروح الإقناع والرغبة .

- **نظرية الحفز السلوكية:**

لاتركز هذه النظرية على كيفية إعداد الأهداف فحسب بل تمتإلى متابعة تلك الأهداف ومدى تحقيق التعديل السلوكي المطلوب ويتجسد هذا عن طريق نماذج والتي تركز على عمليات الإرادة في توجيه السلوك انطلاقا من وعي الفرد بمشكلته إلى الشروع في اتخاذ القرار تم تحقيق النجاح والحفاظ على السلوك الناجح. (https://search.emarefa.net, 21/05/2023, 11.55)

استنتاج عام:

من خلال ما تطرقنا إليه في الإطار النظري والتطبيقي وبعد إتمام دراستنا التي صممت بهدف الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة البحث من الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا وكذا طبيعة العلاقة الارتباطية بين أبعاد المناعة النفسية الثلاثة (الاحتواء، المواجهة التكيفية، وتنظيم الذات) بالمساندة الاجتماعية.

نستنتج أن التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا إذا ما تم الإلمام بهم ودعمهم نفسيا ومساندتهم من طرف الأسرة، الأصدقاء، وفريق التدريس وإشباع حاجاتهم للأمن النفسي وشعورهم بالحب، وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن المشاكل الدراسية والتقليل من حجمها فإن هذا الاهتمام والدعم يرفع لديهم مستوى المناعة النفسية وهذا ما توصلنا إليه في نتائج الفرضية العامة التي كانت نتيجتها ذات ارتباط قوي موجب بين المتغيرين لمتوسط الدرجة الكلية للمناعة النفسية ولمتوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية.

إذا تمكن الطالب من التخلص من الطاقة السلبية والتحكم في مشاعره واتجاهه والإقدام نحو المستقبل ودافع أفضل فإنه يكتسب القدرة العالية من الوعي والاستيعاب وقدر كافي من الاحتواء بكل الظروف والتغيرات الواقعة والمتجددة ولابد من تقديم المساعدة والمساندة والدعم النفسي من طرف الآخرين سواء الوالدين أو غيرهم لترتفع لديه نسبة المناعة النفسية ويصبح بذلك شخصا يتميز بمعنويات مرتفعة ومناعة نفسية جيدة وهذا ما أكدته نتيجة الفرضية الخاصة بعد الاحتواء وعلاقته بالمساندة الاجتماعية حينما كان ارتباطها موجبا متوسطا.

إن تفاعل الطالب مع وجدانه وقدرته على مواجهة الأحداث والتكيف مع البيئة والوضع يجعله قادرا حل المشاكل والسيطرة عليها وبالتالي يرفع من معنوياته ومناعته النفسية والتعامل الجيد مع الضغوطات وصدها، وتوفر السند الحقيقي والمعنوي يمكنه أيضا من الاستمرار والتطلع إلى مستقبل مشرق، والتفاؤل بحال أفضل مما يقلل أثر الرسوب. وهذا ما توقعناه في نتيجة الفرضية المتعلقة ببعد المواجهة التكيفية والعلاقة الارتباطية بالمساندة الاجتماعية التي أشار ارتباطها ارتباطا موجبا.

وفيما يخص تنظيم الذات يتخذ الطالب هذا الجانب كأسلوب من أساليب الإيجابية في الحياة التي تتمثل في مدى قدرة الطالب على تنظيم حياته وأولوياته وترتيبها والتحكم فيها واتخاذ القرارات الصائبة. إن تقبل الأحداث ومعرفة التعامل يجعله يتجاوز المواقف والمشاكل والصعوبات وتحمل فشله في الانتقال والمحاولة من جديد وهذا لا يمكن أن يحدث إذا ما تم دعمه ومساندته اجتماعيا فعكس ذلك يكسره ويدمره نفسيا ويساهم في خفض مناعته وفي نتيجة الفرضية الخاصة بتنظيم الذات نجد أنها تحتوي على ارتباط موجب وقوي.

إضافة إلى كل ما توصلنا إليه فيمكننا القول أن إذا نقص الدعم وحل محله النبذ والسخرية والإحباط تنقص المناعة النفسية وتنخفض والعكس صحيح وبالتالي ان الدعم الاجتماعي للطالب الراسب في امتحان شهادة البكالوريا أمر مهم جدا في رفع مستوى المناعة لديه.

3-الاقتراحات:

بعد الانتهاء من الفصول النظرية والتطبيقية وما لخصت له الدراسة من نتائج تقدم بعض الاقتراحات المتمثلة في :

-ضرورة الاعتماد على أخصائيين ومشرفين لمساعدة التلاميذ على حل المشكلات النفسية والتربوية التي تعرقل مسارهم الدراسي.

- التناوب بين المؤسسات والأسرة على دعم التلاميذ الراسبين وتقديم لهم مساعدات لتحقيق النجاح.

- تنمية مستوى الطموح لدى الراسبين بما يخدم نجاحاتهم الدراسية وما يتفق مع الواقع التعليمي.

- الاهتمام بتقوية المناعة النفسية للتلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا.

- تنظيم دورات إرشادية لمعاينة ومتابعة الراسبين في شهادة البكالوريا.

الخاتمة

الخاتمة:

في نهاية هذه الدراسة وعرض سيرورتها بداية من الإطار العام مرورا بالجانب النظري الثري لكل متغيرات الدراسة والجانب التطبيقي الذي تضمن عينة من الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا ببلدية بني سليمان يمكن القول أن هناك علاقة بين المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا، حيث كشفت النتائج عن تحقق الفرضية العامة والفرضيات الجزئية للدراسة، وتوصلنا من خلال النتائج الإحصائية إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية للمناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى الراسبين في شهادة البكالوريا ،كما تحققت جميع فرضيات الدراسة التي تنص على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الدرجة الجزئية لأبعاد المناعة النفسية والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية للعينة من الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا ببلدية بني سليمان.

وفي الختام يمكن القول أن التلاميذ الذين يتمتعون بالثقة في النفس ولديهم ثباتا انفعاليا يمكنهم السيطرة على رد فعلهم وانفعلاتهم، واكتساب القدرة على حل المشكلات التي تواجههم مما يجعلهم يتمتعون بالسكينة والطمأنينة، وتكون نظرتهم للحياة ايجابية هم الذين يمتلكون مناعة نفسية جيدة وقوية حتى يكون التلميذ مرنا قادرا على التحكم في نفسه ومجابهة الاحباطات والضغوط في مساره الدراسي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- بركان محمد أرزقي،1991، التسرب المدرسي عوامله ونتائجه وطرق علاجه، الجزائر، مقال منشور من مجلة الرواسي العدد 3 باتنة.

- بلعباس فضيلة، يسعد فايزة، 2017، الرسوب المدرسي في التعليم الثانوي في الجزائر، مجلة المحكمة للدراسات التربوية والنفسية، الجزائر، المجلد 5، العدد 11 ص (307-323).

- بن عباد هوارية قدور، 2014، المساندة الاجتماعية في مواجهة الأحداث الضاغطة كما يدركها العاملات المتزوجات، الجزائر، رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في النفس العمل.

- بن سالم خديجة،2021، اليات تعزيز المناعة النفسية وتنشيط التفكير الإجابي وقت الأزمات "ازمة كورنا انموذجا"،الجزائر، مجلة المعيار، مجلد 25، عدد 62، ص (848 867).

- بوسعيد إيمان، مزاري إكرام ،2022، المناعة النفسية وعلاقتها بالضغوط الأكاديمية لدى عينة من الراسبين في شهادة البكالوريا ببعض بلديات ولاية المدية، الجزائر، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم تربية إرشاد وتوجيه.

- بوناب مريم، بوسعيد نوال، 2020، المساندة الاجتماعية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى الأساتذة، مذكرة نيل شهادة الماستر في علم النفس.

- الجزار رانيا خميس، 2018، المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي، مجلة البحث العلمي في الآداب، ج9، (4-42).

- الحطاح زبيدة ،2020، الانفصال والرفض والتوجه المفرط نحو الآخرين وعلاقته بالفشل الأكاديمي الرسوب في امتحان شهادة البكالوريا، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية ص (637-625).

- الحلبي حنان خليل ،2021، المناعة النفسية والمسندة الاجتماعية كمنبئات بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل لدى عينة من طالبات جامعة القصيم، السعودية، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 9، العدد الثاني، ص (469-487).

- دياب مروان عبد الله، 2006م، دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، فلسطين، رسالة مقدمة كمتطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس.

- رابعة عبد الناصر محمد مسجل، 2018، المناعة النفسية وعلاقتها بكل من الكفاءة المهنية والضغوط المهنية لدى العاملين بالجهاز الإداري، مصر، مجلة قطاع الدراسات الإنسانية، المجلد 22 العدد 22 الصفحة (1165-1238).

- رمضان عمومن، جقديل سمية، 2014، المساندة الاجتماعية بين تحقيق الصحة النفسية والاندماج الاجتماعي للشباب، الجزائر، مجلة العلوم الاجتماعية، العدد 9، ص (169-178).

- زهرونة سارة،2018، العوامل المؤدية إلى الرسوب المدرسي من وجهة نظر أساتذة التعليم المتوسط دراسة استكشافية بمدينة تقرت،الجزائر،مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي .

- السلطان محمود محمد سلطان ابتسام، 2009، المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، الطبعة 1، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع.

- سومة أحمد محمد الحضري، 2021، المناعة النفسية وعلاقتها بالتوجه الديني والمشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا المستجد covied لدى طلاب وطالبات جامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مصر، مجلة التربية، العدد 192، الجزء الأول ص (471-557).

- عاشور نادية، 2014م، العجز المتعلم وعلاقته بالرسوب الدراسي لدى عينة تلاميذ المرحلة الثانوية، الجزائر، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس.

- عروج فضيلة،2021، السيكولوجيا الإيجابية ومكامن القدرة البشرية، المناعة النفسية أنموذجا، مجلة العلوم الإنسانية جامعة أم بواقي، الجزائر، المجلد 8، العدد 3(1165- 1177).

- علي أماني عادل سعد ،2019، المناعة النفسية وعلاقتها بعوامل الصمود الأسري المدركة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الفعلية القابلة للتعلم، مصر، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد 24 ص (81 – 104).

- علي عبد السلام علي، 2005، المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العلمية، الطبعة الأولى، مصر، توزيع مكتبة النهضة المصرية.

- فلسطين إبراهيم مصطفى الجبريني، 2020، المناعة النفسية كمتغير وسيط بين الضغوط النفسية والإنزال الانفعالي كمتغير وسيط بين الضغوط النفسية الفلسطينية، فلسطين، قدمت هذه الرسالة استكمال لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي التربوي، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

- قدوري الحاج ،2005، الإهدار التربوي لدى طلاب كلية العلوم الهندسة بالجامعة الجزائرية لنيل شهادة الماجستير في علم نفس المدرسي جامعة ورقلة.

- القطراوي حسن عبد الرؤوف، 2013، (المساندة الاجتماعية- الإهمال) والرضا عن خدمات الرعاية، وعلاقتها بالصلابة النفسية للمعاقين حركيا بقطاع غزة، فلسطين، استكمالا لمتطلب الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي.

- قنوت خميسة ،وبن سماعيل رحيمة، 2021، علم المناعة النفسية العصبية، مجلة الإحياء، العدد 21 ، ص (865 – 874).

- لحرش محمد ،1998، أسباب الرسوب في البكالوريا في رأي الأساتذة والأولياء وعروض الأيام الوطنية الثالثة لعلم نفس وعلوم التربية حول النفس وقضايا المجتمع، الجزائر، الجزء الأول دار الحكمة.

- محمد الفاتح عبد الله حسينة ،2022، المناعة النفسية وعلاقتها بالاستقلال الذاتي لدى الطلاب المرحلة الثانوية ،مجلة كلية التربية ،ص (145 -174).

- مرسي محمد منير، 1998، تخطيط التعليم واقتصادياته ،ط1، مصر عالم الكتاب، القاهرة.

- ناجي بكر جربان سليم، 2013، المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإرادة الانفعالات لدى طلبة المرحلة الثانوية في قضاء حيفا، الأردن، رسالة مقدمة استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير فيعلم النفس التربوي.

- واكد رابح، العوفي عبد الرحمن ،2020، المناعة النفسية العصبية في وسط التربوي الجزائري في ظل جائحة الكورونا، الجزائر، ملتقى وطني.

- وريكات عابد، المجالي أنجود، 2014، اختبار نظرية الاحتواء في تفسير سلوك المنحرف لدى الأحداث في دور التربية والتأهيل الأردنية، الأردن، المجلة الأردنية للعلوم، المجلد 7 العدد 3 الصفحة (417-437).

- يخلف نجاة، 2020، مظاهر الرسوب المدرسي وعوامله، الجزائر، مجلة جسور المعرفة، المجلد 6، عدد 4، ص (35-49).

- http://dspace-Univ-bouir-dz.

- http://search.emarefa.net.

الملاحق

الملاحق

الملحق رقم 01: مقياس المناعة النفسية

التعليمة:

يحتوي هذا المقياس على مجموعة من العبارات التي تصف مجموعة من المواقف التي تصدر من أحد أفراد أسرتك أو من أحد محيطين بك.

يرجى قراءتها جيدا وأن تضع (×) أمام اختيار المناسب.

نرجو منك التركيز أثناء قراءة العبارات، كما نرجو منك عدم إغفال أي بند.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐ السن ☐ الشعبة: .....

الفقرات	دائما	غالبا	أحيانا	قليلا	أبدا
1_اعتقد ان المستقبل سيكون مشرقا.					
2_ أشعر اني متحكم في مجريات حياتي.					
3_اتخلص بسهولة من مشاعري الحزينة.					
4_أحب ان تكون حياتي منظمة.					
5_أشعر انه لدي القدرة الكافية لتوجيه مسار حياتي في الاتجاه الصحيح.					
6_في غالب الاحيان لدي مشاعر سلبية لمدة زمنية طويلة بعد انتهاء الحدث.					
7_أشعر بأن لدي الثقة في قدرتي على صنع النجاح.					

8_أشعر بالطمأنينة اتجاه المستقبل.					
9_أعتقد بأني محظوظ في حياتي.					
10_عندما أقيم نفسي أرى انني حققت شيئا مرضيا.					
11_تفكيري بالمستقبل يعطيني شعورا ايجابيا.					
12_أعتقد بأني موفق غالبا في اختياراتي.					
13_ما أقوم به ناتج عم طموحاتي وأهدافي.					
14_أدرك ما ينبغي علي القيام به وأمتلك القدرة والمهارات لعمل ذلك.					
15_أرى ان الاحداث حولي تسير لصالحي.					
16_نتيجة خبراتي السابقة تشكلت لدي ثقة بالأشياء التي أقوم بها.					
17_قدراتي مصدر نجاحي.					
18_أملك الكثير من مقومات النجاح في الحياة.					
19_اشعر أن النهايات ستكون سعيدة بحياتي.					
20_اشعر بان الجميع يحترمونني ويقدرونني جيدا.					
21_اعتقد بأنني أملك الكثر من الخيارات التي اصبو الى تحقيقها.					
22_لدي من الانجازات في حياتي ما يجعلني افتخر بنفسي.					

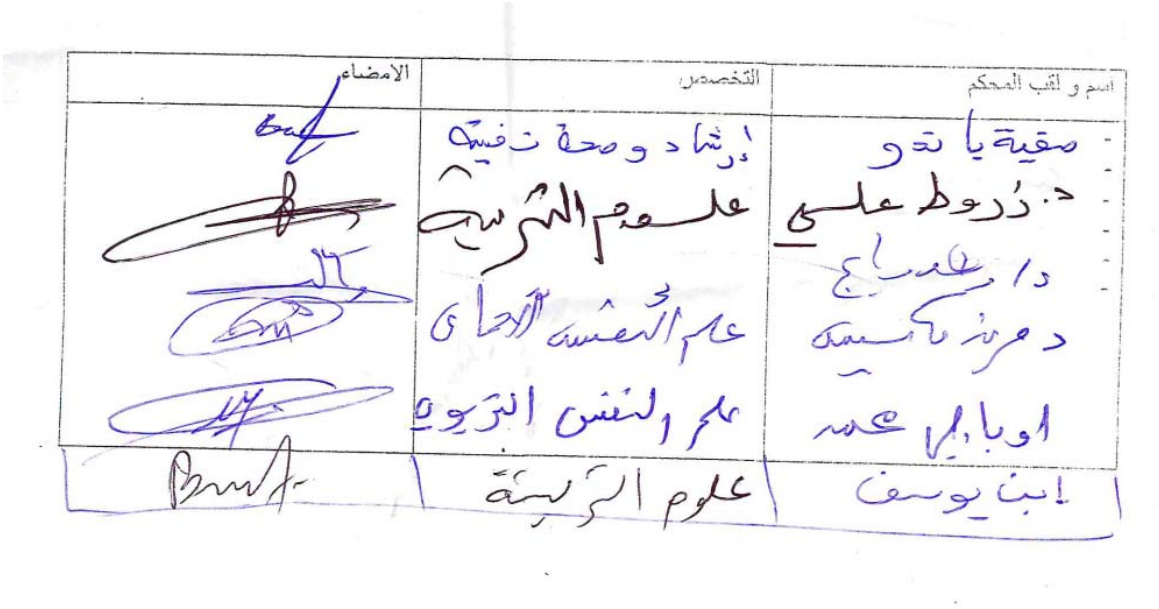
23_احافظ عى صورة ايجابية لنفسي للمستقبل.					
24_أعتقد ان احلامي سيتحقق يوما.					
25_أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.					
26_محاولتي لحل مشكلتي تشعرني بالارتياح لانها مجدية في الغالب.					
27_تساعدني الاحداث الايجابية في التعبير بسلاسة عن انفعالاتي.					
28_لا تنتابني مشاعر الخوف اتجاه المستقبل.					
29_ مهما كانت العقبات فانني استطيع تحقيق اهدافي.					
30_أفكارا عن المضي والمستقبل كثيرا ما تلهني.					
31_تنتابني مشاعر سلبية بين الحين والاخر دون سبب لها.					
32_أبدا الاعمال الجديدة عند الانتهاء من الاعمال السابقة.					
33_اشعر بالتعب بسرعة.					
34_افضل ترتيب كلامي قبل البدء في الكلام.					
35_عندما احل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة اخرى.					
36_أفقد تركيزي في التعبير عن مشاعري في الاوقات الصعبة					

الملحق رقم 02: مقياس المساندة الاجتماعية

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	أبدا
01	يزورني أقاربي في مواعيد محددة				
02	أتلقى مساعدة أشقائي				
03	أتلقى العون من أفراد أسرتي في اختيار الملابس				
04	لدي علاقات جيدة مع أقاربي				
05	يزورني أقاربي للاطمئنان علي				
06	أتلقى مساعدات إخواني في الأعمال المنزلية				
07	أحظى بحب أسرتي				
08	أعتبر نفسي محبوبا من والدي				
09	ما زلت أحظى بحب ورعاية والدي				
10	أحظى بصداقة إخوتي وأفراد أسرتي				
11	عندما أقوم بسلوك خاطئ أجد من يقومني				
12	لا أشعر بالغربة وسط أقاربي				
13	أتلقى مساعدة من أقاربي				
14	أجد من يساندني من إخوتي عندما أواجه مشكلة مع أي أحد				
15	يساعدني أفراد أسرتي لإنجاز مهامي				
16	لا يترك لي أفراد أسرتي فرصة لكي أجلس وحيدا				
17	يشجعني والدي على تحمل أعباء الحياة				
18	أشعر بأن والدي يقدمان لي نصح دون أن أطلب منهم				
19	ألقى التشجيع من والدي عند القيام بشيء ما				
20	يقدم لي إخوتي الهدايا				
21	والدي يقدمان لي الهدايا دون انتظار للمناسبات				

22	أحظى بالدعم من حولي عندما أقوم بعمل جيد				
23	أجد العون أثناء القيام بمهمة ما				
24	أتلقى النصائح والإرشادات من الأكبر سنا				
25	أعتقد أني موضع الرعاية والاهتمام من الآخرين				
26	يدعوني أصدقائي للخروج معهم في مواعيد منتظمة				
27	أحظى بعلاقات اجتماعية طيبة				
28	علاقاتي مع جيراني جيدة جدا				
29	يزورني جيراني في منزلي للاطمئنان علي				
30	أجد ما يقيم أدائي				
31	أتلقى النصائح من المحيطين بي كلما احتجت إليهم				
32	عندما أكون في ضائقة مادية أتلقى من المحيطين بي المساعدة الكافية				
33	أحظى بالتشجيع الدائم				
34	عندما أكون سعيدا أجد السعادة في وجوه المحيطين بي				
35	في الأوقات العصبية أجد من يهتم بي				
36	أحظى بقدر كافي بحب أصدقائي				
37	هناك من يحفظ أسراري				
38	أحظى بحب زملائي في الدراسة				
39	أتلقى الجوائز التقديرية على الأعمال التي أقوم بها				
40	أحظى بعدد من الأصدقاء المخلصين				
41	زملائي في الدراسة يقفون بجواري عند الحاجة				
42	أتلقى اتصال من أحد أفراد زملائي للاطمئنان علي				

الملحق رقم 03:قائمة الأستاذة المحكمين



اسم و لقب المحكم	التخصص	الامضاء
- صقية بانو	إرشاد وصحة نفسية	
- د. زروط علي	علوم التربية	
- د. علي طباع	علم النفس الاجتماعي	
- د مريم بكيس		
- أوبابا محمد	علم النفس التربوي	
ابن يوسف	علوم التربية	

الملحق رقم 04: Corrélations

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
Totalegeneralemosanada	112,8250	9,20758	80
Totalgeneralmosanada	130,0000	6,60273	80

Corrélations

		Totalegeneralemosanada	Totalgeneralmosanada
Totalegeneralemosanada	Corrélation de Pearson	1	,768
	Sig. (bilatérale)		,001
	N	80	80
Totalgeneralmosanada	Corrélation de Pearson	,768	1
	Sig. (bilatérale)	,001	
	N	80	80

الملحق رقم 05: Corrélations

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
Totaleihtoua	27,7375	4,99048	80
Totalegeneralemosanada	130,5625	6,60273	80

الملحق رقم 06: Corrélations

		Totaleihtoua	Totalegenerale mosanada
Totaleihtoua	Corrélation de Pearson	1	,597
	Sig. (bilatérale)		,032
	N	80	80
Totalegeneralemosanada	Corrélation de Pearson	,597	1
	Sig. (bilatérale)	,032	
	N	80	80

الملحق رقم 07: Corrélations

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
Totalemowajaha	47,2500	9,73640	80
Totalegeneralemosanada	130,5625	6,60273	80

الملحق رقم 08: Corrélations

		Totalemowajaha	Totalgeneralemosanad
Totalemowajaha	Corrélation de Pearson	1	**0,487
	Sig. (bilatérale)		,036
	N	80	80
Totalgeneralemosanada	Corrélation de Pearson	**,487	1
	Sig. (bilatérale)	,036	
	N	80	80

الملحق رقم 09: Corrélations

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
Totaletandim	37,8375	9,08225	80
Totalegeneralemosanada	130,5625	6,60273	80

الملحق رقم 10: Corrélations

		Totaletandim	Totalgeneralemosanada
Totalegeneraletandim	Corrélation de Pearson	1	,697
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	80	80
Totalgeneralemosanada	Corrélation de Pearson	,697	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	80	80