

فعالية برنامج إرشادي نفسي مبني على المساندة الاجتماعية وأثره في التحصيل
الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف بعد ثورة
٢٥ يناير ٢٠١١

إعداد

د. طلعت أحمد حسن علي

أستاذ الصحة النفسية المساعد - كلية التربية - جامعة بني سويف

مستخلص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مدى فعالية برنامج إرشادي مبني على المساندة الاجتماعية وأثره في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف بعد ثورة ٢٥ يناير ٢٠١١. وبلغ حجم العينة (٦٠) طالباً من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية ببني سويف، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متجانستين إحداهما تجريبية (ن = ٣٠) والأخرى ضابطة (ن = ٣٠)، وتمثلت أدوات الدراسة في البرنامج الإرشادي من إعداد الباحث، اختبار تحصيلي في مادة الصحة النفسية، مقياس الاتجاه نحو الحياة، وتمت معالجة البيانات إحصائياً من خلال البرنامج الإحصائي SPSS، وأوضحت النتائج: فعالية البرنامج الإرشادي المبني على المساندة الاجتماعية في رفع مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب وكان الاتجاه نحو الحياة إلى الأفضل وتم تحقيق النجاح والصحة النفسية حيث وجدت فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لصالح المجموعة التجريبية، ووجدت فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) للمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لصالح القياس البعدي، ولم توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة، ولم توجد فروق دالة

إحصائياً بين المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للتحصيل
الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة.
المقدمة ومشكلة الدراسة :

نظراً للتباعد الاجتماعي الذي حدث نتيجة التقدم العلمي والتكنولوجي الهائل أصبح كل فرد في المجتمع بل في الأسرة بعيداً عن الآخر فقد لا يوجد وقت لالتقاء أفراد الأسرة مع بعضهم البعض وعندما يواجه أي فرد منهم مشكلة قد لا يجد من يقدم له العون والمساعدة لحل تلك المشكلات الحياتية مثل مشكلة الشباب التي حدثت في ميدان التحرير بسبب البطالة وارتفاع مستوى المعيشة يوم ٢٥ يناير ٢٠١١م. لذلك كان لابد من إلقاء الضوء على هذا المتغير لما يحمله من أثر إيجابي من شأنه أن يغير في الواقع الحالي وأن يخفف من تأثير كثير من الأمراض عن طريق تخفيف الضغط عن الشخص المريض والترفيه عنه لذلك لابد من المساندة الاجتماعية.

والمساندة الاجتماعية قد حظيت باهتمام كبير من جانب الباحثين، ويرجع ذلك إلى أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة والمواقف السيئة التي يتعرض لها كما أنها تحسن الصحة الجسمية للفرد، لذا تعد المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الآخرين عاملاً هاماً في صحته النفسية والجسمية، وبالتالي فإنه في حالة انعدام هذه المساندة وانخفاضها تزداد الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد، مما يؤدي إلى اختلال صحته النفسية والجسمية.

ويعتبر الشباب ثروة بشرية غالية يجب تركيز الجهود من أجل رعايتها وتميئتها والمحافظة عليها، باعتبار أن الشباب هم الأساس الذي يبني عليه التقدم في كافة المجالات في الحياة (هشام عبد الله، ١٩٨٧، ٥٤).

ولقد باتت عولمة الطالب الجامعي مفهوماً رائجاً عالمياً، ويعبر عن ذلك بالتطبيق العملي في النظم التعليمية التي تصل بالطالب إلى مواصفات دولية، فيبدو في

صورة مختلفة تماماً عما مضى. فلدى الطالب الجامعي الآن ما يكفي من الدوافع كي يتبع أسلوب حياة متعولم لكي يفوز بفرصة عمل وسط هذا الكم الهائل من المنافسة، ويتطلب ذلك الاهتمام التربوي باحتياجات الطالب الجامعي، في الوقت الذي لا يملكون هذه الاحتياجات مما يصل بهم لأنواع عدة من الإحباطات التي تتواتر يوماً بعد يوم، ويخفقون في جني ثمار تعليمهم، لأن التعليم وسوق العمل أصبحا نسيجاً معقداً من الآليات التي لا يمكن تجاهلها، والتي تعتمد بصورة أساسية على الابتكار والإنتاج المتميز والعمل المتقن (فاطمة علي، ٢٠٠٦، ١٩).

ونتيجة لذلك لابد وأن يتعاضد دور المعلم الجامعي وذلك في ظل المساندة الاجتماعية حيث لا يقتصر دوره على التعليم القائم على التلقين بل يتعدى ذلك بتعريف طلابه الإجراءات التي يمكن أن يتبعوها ليكون التعلم أكثر فعالية في تعلم المادة الدراسية وإتقانها لكي تتحقق الصحة النفسية، مما يساعدهم على زيادة كفاءة التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة.

ويواجه المراهقون خلال خبرات التحول الحياتية مهام أساسية تتضمن تحولاً رئيسياً في تعريفات الدور والتوقعات ويتوقع منهم أن يكونوا أكثر مسئولية عن مراقبة سلوكهم وأدائهم الأكاديمي وتغير شبكة علاقاتهم الاجتماعي والتعرف على مصادر المساندة الاجتماعية حيث يجب على الطلاب المراهقين تنمية علاقاتهم مع العديد من المدرسين والطلاب الجدد (Bruene, et al., 1985, 4-5).

ويذكر علاء الدين كفاقي (١٩٩٧، ٤٢٠) أهمية تلك المرحلة والصعوبات التي تعترض المراهقين إلى أهمية المراقبة من زاوية الفرد فيجد أنها تمثل مرحلة حرجية في حياة الفرد وهي السن التي يحدد فيها مستقبله إلى حد كبير، وهي الفترة التي يمر فيها بكثير من الصعوبات أو يعاني من الصراعات والقلق ويمكن أن ينحرف في هذه السن إذا لم يجد من يأخذ يده أو يعاونه في تخطي العقبات، وكثيراً ممن فشلوا في حياتهم وانحرفوا إلى مختلف الصور الاجتماعية من السلوك بدأ انحرافهم وفشلهم في

هذه السن وشهد كثير من التلاميذ الذين كانوا متفوقين دراسياً ويبدو عليهم مظهر التوافق النفسي والاجتماعي في مرحلة الطفولة نجدهم وقد تعثروا في المدرسة الثانوية أو في دراستهم الجامعية وساءت أحوالهم وأصبحوا وأصبح بعضهم على الأقل قاصب قوسين أو أدنى من الجناح أو الجريمة ومعنى ذلك أن المراهقة أشبه بعنق الزجاجة في حياة الفرد.

ومن البحوث والدراسات التي استند إليها الباحث، تلك الدراسات التي أكدت العلاقة الإيجابية بين المساندة الاجتماعية ومتغيرات أخرى مثل دراسة كل من: (South, 1995)، (Gillan, 2008)، (Demaray, et al., 2009)، ومن الدراسات التي عارضت المساندة الاجتماعية دراسة (Warren, 2005).

فبناءً على ما تقدم ومن خلال إطلاع الباحث على الكثير من الدراسات السابقة والبحوث العربية والأجنبية والتي تعارضت فيما بينها والتي لم تتعرض لمتغيرات الدراسة بصورة مجتمعة، مما دفع الباحث إلى إجراء مثل هذه الدراسة وهي تصميم برنامج إرشادي مبني على المساندة الاجتماعية وأثره في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف، وبذلك تتحدد المشكلة.

مشكلة الدراسة :

في ضوء ما سبق عرضه في المقدمة، يمكن بلورة مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن التساؤلات التالية :

١- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبيية والضابطة في القياس البعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف ؟

٢- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبيية في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف ؟

٣- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف ؟

٤- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف ؟
أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى :

- ١- بناء برنامج إرشادي قائم على المساندة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية ببني سويف لرفع مستوى التحصيل الأكاديمي والإقبال على الحياة.
 - ٢- إلقاء الضوء على العلاقة الارتباطية بين التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لدى طلاب كلية التربية ببني سويف.
 - ٣- اختبار فعالية هذا البرنامج في مساعدة الطلاب على رفع مستوى التحصيل الأكاديمي حتى يجدوا فرص عمل بعد التخرج بناءً على ثورة (٢٥) يناير ٢٠١١، وهذا ما يدفعهم إلى الاتجاه نحو الحياة.
- أهمية الدراسة :

تنبثق أهمية البحث من أهمية الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها ويمكن تحديد هذه الأهمية فيما يلي :

- ١- إمكانية استخدام البرنامج المقترح في حالة ثبوت صلاحيته وجدواه - في العديد من الأغراض البحثية والتطبيقية على عينات مماثلة، بغرض تحسين المستوى التحصيلي الأكاديمي ليجد فرصة للعمل ويتخلص من البطالة ويقبل على الحياة.
- ٢- مساعدة طلاب كلية التربية في بني سويف بصفة خاصة والطلاب في سائر أنحاء الجمهورية بصفة عامة، على أداء أدوارهم المختلفة بفاعلية، وتحقيق التوافق المهني، والرضا النفسي.
- ٣- تسهم في تحسين الصحة النفسية للطلاب مما يعود إيجاباً على ما يؤديه من أدوار مختلفة بعد تخرجهم واستلامهم لعملهم.

- ٤- تسهم هذه الدراسة في مساعدة أولياء الأمور، والعاملين في مجال التربية والتعليم على التعامل والتفاعل الجيد في العملية التعليمية نتيجة لخفض ظاهرة الدروس الخصوصية.
- ٥- ندرة الدراسات التي تطرقت إلى هذا الموضوع في البيئة العربية في حدود علم الباحث.
- مصطلحات الدراسة :

١- البرنامج الإرشادي : Counseling Program

يعرفه " حامد زهران " (١٩٩٩، ١٠) بأنه خدمة مخططة تهدف إلى تقديم المساعدة المتكاملة للفرد حتى يستطيع حل المشكلات الشخصية ، أو التربوية، أو المهنية، أو الصحية، أو الأخلاقية، التي يقابلها في حياته، أو التوافق معها.

وفي الدراسة الحالية البرنامج الإرشادي هو مجموعة من الخبرات والمواقف المنظمة التي تهدف إلى تحقيق المساندة الاجتماعية لطلاب كلية التربية ببني سويف بقصد رفع مستوى التحصيل الأكاديمي والتغلب على البطالة وإتاحة فرص عمل لديهم، فيقبلون على الحياة بنظرة تفاؤلية وليس بنظرة تشاؤمية.

٢- المساندة الاجتماعية : Social Support

تذكر " إنجي محمد رياض " (٢٠٠٥، ٧٤-٧٥) أنه يقصد بالمساندة الاجتماعية مساعدة الإنسان لأخيه في مواقف يحتاج فيها المساعدة والمؤازرة، سواء كانت مواقف سراء (نجاح وتفوق) أو مواقف ضراء (فشل وتأزم).

ويقصد بها في البحث الحالي الدعم المادي والمعنوي الذي يتلقاه الطالب من الأسرة، أو الأصدقاء، أو المعلم، أو المجتمع بمؤسساته المختلفة في المواقف الصعبة مما ينمي لديه مفهوم إيجابي عن ذاته ويجعله يشعر بالثقة وبأنه محل تقدير واحترام من الآخرين كما أنه مسئول عن كل ما يحدث له.

٣- التحصيل الأكاديمي : Academic Achievement

يذكر " إمام مصطفى" (٢٠٠٠) أن التحصيل الأكاديمي هو التحصيل الذي يمثل كم المعلومات والخبرات الدراسية التي اكتسبها الطلاب خلال العام الدراسي، ويقدر بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في نهاية العام الدراسي.

ويعرف الباحث التحصيل الأكاديمي في الدراسة الحالية بأنه " مدى استيعاب الطلاب لما تعلموه من خبرات في مادة دراسية أو أكثر "، ويتحدد مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها في نهاية العام الدراسي في جميع المواد التي درسها طوال العام في الفصلين الدراسيين الأول والثاني.

٤- الاتجاه نحو الحياة : The Attitude Towards Life

يعرف "محمد محمد بيومي" (٢٠٠٣) الاتجاه نحو الحياة بأنه نظرية الفرد للحياة وتفاعله مع أحداثها.

ويعرف الباحث الحالي الاتجاه نحو الحياة بأنه نظرة الفرد للحياة في تحديد سلوكه التوافقي معها إيجابياً أو سلبياً.

الإطار النظري وبعض الدراسات السابقة :

أولاً : الإطار النظري :

١- المساندة الاجتماعية :

تؤكد " هيام صابر شاهين " (٢٠٠٥، ٣٣) على أن المساندة الاجتماعية هي التفاعلات الاجتماعية أو العلاقات التي تزود الأفراد بالمساندة الحقيقية أو إدماجه في النظام الاجتماعي لتزويده بالحب والرعاية.

١-١- أنواع المساندة الاجتماعية :

تذكر حكمة جلال عبد الجواد (٢٠١٠، ٢٩) أن أنواع المساندة الاجتماعية قد تعددت إلا أنها يمكن أن تتركز في خمسة أنواع تساعد الفرد على التعامل مع مواقف الحياة المختلفة :

- المساندة الأدائية : Instrumental support

وتتمثل في إمداد متلقي المساندة بالخدمات والإمكانيات المادية التي يحتاجها وقت التعرض لأزمة.

المساندة التقييمية : Appraisal support

وتشمل تزويد الفرد بالمعلومات والأفكار المناسبة التي تساعد في عملية التقييم الذاتي بشكل يجعله يشعر بأنه مقدر ومصدر ثقة من الآخرين ويطلق على ذلك النوع من المساندة بمساندة التقدير.

الصحة الاجتماعية : Social companionship

وتتمثل في تشجيع الفرد على الانتماء والاتصال بالآخرين لقضاء بعض الوقت معهم مما يبعده عن مشكلات الحياة.

المساندة الانفعالية : Emotional support

وتتمثل في توفير الشعور بالراحة والطمأنينة من قبل الآخرين عندما يواجه الفرد مشكلة مما يجعله يثق بنفسه.

المساندة المعلوماتية : Information support

وتشمل إمداد الفرد بالنصائح والمعلومات التي تساعد على كيفية التعامل مع المشكلات التي تواجهه.

١-٢- النظريات المفسرة لمفهوم المساندة الاجتماعية :

- نظرية التعلق الوجداني: تهتم بالعلاقات والروابط التي تنمو بين الوليد والقائمين على رعايته خلال مراحل حياته المختلفة، والتي تكون مهمتها التزويد بالمساندة والأمن للطفل ويعد " جون بولبي ، وماري أينسورث " هما المؤسسان لتلك النظرية حيث أوضح " بولبي " أن الوليد قبل أن يبلغ عمر السنتين من عمره يرغب في مواصلة التقارب الحميم مع والديه، وإذا انفصل عنهم حتى ولو لفترة قصيرة يصبح متوتراً بدرجة كبيرة ويرفض أن يقوم برعايته شخص آخر ومع تقدم العمر تتكون لدى الطفل القدرة على تحمل الانفصال عن والديه، وتركز الدراسات الخاصة بالتعلق لدى الراشدين على الطرق التي يفكر بها الأشخاص ويتصرفون بها في علاقاتهم مع الآخرين، حيث وجد أن الأفراد الذين ينتمون إلى النمط الآمن يبحثون عن المساندة في أوقات الحاجة إليها ويتميز هذا النمط بوجود معتقدات إيجابية حول الذات ، وبعض الخصال الإيجابية مثل الثقة والمودة عن الأشخاص الذين ينتمون إلى النمط المتجنب

المنعزل الذي يكون أقل تنظيماً لأنفعالاته، وأقل بحثاً عن المساندة وذلك لاعتمادهم على أنفسهم وخوفهم الشديد من رفض الآخرين لهم، ويعتمدون على استراتيجيات القمع والانسحاب في حين يعتمد النمط القلق على التأقلم. فأسلوب التعلق الخاص بالفرد ربما يؤثر على الطريقة التي ترتبط بها مع الآخرين، وطريقته في التعايش (عزة عبد الكريم فرج، ٢٠٠١، ٨٥-٨٨).

- نظرية التبادل الاجتماعي :

ترى هذه النظرية أن الإنسان على العموم كائن يبحث عن اللذة ويتجنب الألم ومن هذا المنطلق، أخذت هذه النظرية تنظر إلى الحياة على أنها سلسلة من المكافآت والتكاليف وهي بمثابة ضوابط تحكم أو تضبط شبكة العلاقات الاجتماعية داخل المجتمع ومما له دلالة في هذا السياق أن نظرية التبادل الاجتماعي، ترجع منطلقاتها الفكرية إلى قانون المنفعة الحدية في الاقتصاد الذي فسّر بدوره السلوك الاقتصادي للإنسان على أساس اللذة والألم. كما وجد أن هذه النظرية تستمد أصولها الفكرية من مبدأ اللذة والألم للفيلسوف الإنجليزي " جيرمي بنتام " إذ يرى في هذا السياق أن كل اهتمام الإنسان ، هو التماس اللذة بدرجة كبيرة وتجنب الألم إلى الحد الذي يتمكن فيه من تجنبه. إن السلوك الاجتماعي من وجهة نظر هذه النظرية، يتألف من ثلاثة مكونات هي: التفاعل الاجتماعي والنشاطات والمشاركة الوجدانية (محمود شمال حسن، ٢٠٠١، ٥٥-٦٠).

- النظرية البنائية الوظيفية :

تأخذ المساندة الاجتماعية مظهرين رئيسيين بنائي ووظيفي. المساندة الاجتماعية البنائية تشير إلى شبكة العلاقات الاجتماعية للشخص. على سبيل المثال، مستويات الزواج وعدد الأصدقاء في حين أن المساندة الاجتماعية الوظيفية تهتم أكثر بنوع علاقات الشخص. على سبيل المثال، هل يعتقد الشخص أن لديه أصدقاء يتحدث إليهم عند الحاجة ؟ وأن الناس يكونوا قادرين على توفير المساعدة الضرورية لتقليل الضغوط. الافتقار للمساندة البنائية ارتبط بالوفاة. إحصائية الوفيات ارتبطت بقلّة مستويات المساندة البنائية في كبار السن (Neal, et al., 1996, 197-198).

وأن علماء النظرية الوظيفية أكدوا على وظائف العلاقات المتداخلة في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، وتركز على أنماط السلوك المتداخل لزيادة مصادر المساندة الاجتماعية لدى الفرد، وأن المساندة الاجتماعية هي تلك العلاقات التي تؤدي إلى اعتقاد الفرد بأنه محبوب من المحيطين به، وأنه يشعر بأنه محاط بالرعاية من الآخرين، والانتماء إلى شبكة العلاقات الاجتماعية في البيئة المحيطة، وبحس بالتقدير والاحترام من مصادر المساندة الاجتماعية القريبة منه، وبحس بواجباته والتزاماته الاجتماعية مع المحيطين به (علي عبد السلام علي، ٢٠٠٥، ٥٣-٥٤).

- النظرية الكلية :

وتهتم بقياس الإدراك الكلي لمصادر المساندة المتاحة للفرد ودرجة رضاه عن هذه المصادر، وهذا الإدراك الكلي للمساندة الاجتماعية يشكل الأساس النظري لعدد من مقاييس المساندة أهمها مقياس إدراك المساندة الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء (علي عبد السلام علي، ٢٠٠٥، ٥٥).

- نظرية المقارنة الاجتماعية :

يرى أصحاب هذه النظرية أن الأشخاص قد يفضلون أحياناً الاندماج مع الآخرين الذين يتساوون معهم، أو يفضلونهم، حيث أن هذا النمط من الاندماج يقدم لهم متفاعلات سارة، ومعلومات ضرورية تعمل على تحسين موقفهم في البيئة المحيطة بهم، وأن الأفراد الذين يعانون من أحداث الحياة الضاغطة يلتصقون بآخرين أفضل منهم (علي عبد السلام علي، ٢٠٠٥، ٥٦).

ونحن نعرف أنفسنا بالمقارنة بالآخرين لو أنك حاولت تحديد مشاعرك، سماتك، قدراتك، فإن مشاعر وسمات وقدرات الآخرين تكون مصدر ذو قيمة للمعلومات، وأن الأفراد يحتاجوا إلى تقييم آرائهم وقدراتهم، لتظهر قوتهم وضعفهم لكي تكون لديهم نظرة دقيقة لأنفسهم، فهي تلك الفكرة التي نتعرف منها على قدراتنا واتجاهاتنا بمقارنة أنفسنا بالآخرين.

٢- الاتجاه نحو الحياة لدى الطلاب المراهقين :

تعد المراهقة مرحلة واقعة بين نهاية الطفولة وبداية الرشد وتنفرد بتغيرات البلوغ، وهي الفترة التي تحدث فيها أكبر التغيرات والتحويلات السريعة في عمليات الشخصية والفسولوجية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية وتحدث تغيرات هرمونية وجسمية كبيرة تؤثر على صورة الذات لدى المراهقين والتي قد تتجاوز قواهم وتؤثر بدورها سلباً على بعض الجوانب النفسية كتقدير الذات وفعاليتها.

وتمثل مرحلة المراهقة بداية النضج والآمال العريضة والأحلام الوردية والطموحات والإعجاب بالذات والانشغال بالحياة والرغبة بالامتناع بأجمل ما فيها كميل المراهقين إلى الحب والمحبة (كمال دسوقي، ١٩٧٩، ١٩١).

ويواجه المراهقون خلال خبرات التحول الحياتية مهام أساسية تتضمن تحولاً رئيسياً في تعريفات الدور Role definitions والتوقعات ويتوقع منهم أن يكونوا أكثر مسئولية عن مراقبة سلوكهم وأدائهم الأكاديمي وتغير شبكة علاقاتهم الاجتماعية والتعرف على مصادر المساندة الاجتماعية حيث يجب على الطلاب المراهقين تنمية علاقاتهم مع العديد من المدرسين والطلاب الجدد (Bruene, et al., 1985, 4-5).

قد تصبح المراهقة أزمة من أزمات النمو وذلك عندما تتعقد المجتمعات التي يحيا المراهق في إطارها وعندما تتطلب من المراهق إعداداً طويلاً ونضجاً قوياً ليساير بذلك المستويات الاقتصادية السائدة في المجتمع.

وتعتبر المراهقة مشكلة نفسية اجتماعية فمع تمدن المجتمع في القرن الواحد والعشرين وارتفاع معدل تحضرها وتعدد مستويات العيش فيها تضاعفت فرص المراهقين في مجال العمل وترتب على ذلك مشكلات عديدة من شأنها تأخر أو تعطل إمكانية وصول الفرد مبكراً إلى مرحلة النضج بمعناه الشامل والكامل وعندئذ تبرز المراهقة كمشكلة. والمراهقة فترة عواصف وتوتر وشدة

تميزها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق وصعوبات التوافق. إن المراهق في نظر نفسه ليس براشد كما أنه ليس بطفل فإذا قام بدور طفل طلب منه الكبار أن يراعى مظهره النامي وضخامة جسمه وإذا ما حاول ممارسة أدوار الكبار طلبوا منه الالتزام وهو لم يعد بعد ناضجاً فكرياً وعقلياً وهكذا يعمل الكبار المحيطون به على زيادة الضغوط عليه وجعله في حيرة من أمره يعاني غموضاً دائماً وتبدو الحياة لغزاً محيراً يعرضه للعديد من الإحباطات والصراعات (أحلام عبد السميع، ١٩٩٦، ٢٠).

ويرى الباحث إن مرحلة المراهقة عموماً قد تولد توتراً في الأسرة وحيرة بالنسبة للمراهق وذلك نتيجة للتغيرات الفسيولوجية والانفعالية الكبيرة في هذه المرحلة وما تتطلب الأسرة من المراهق هذه المرحلة من أدوار جديدة يجب أن يتعرف عليها ويتوافق معها بطريقة تتناسب مع ذلك النمو السريع والنظر إلى الحياة بطريقة تفاؤلية إيجابية وليست بطريقة تشاؤمية سلبية.
ثانياً: بعض الدراسات السابقة :

من خلال المسح الذي أجراه الباحث للدراسات السابقة العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع ومتغيرات الدراسة الحالية، تم تصنيف هذه الدراسات في ثلاث محاور رئيسية وهي :

١- دراسات تناولت المساندة الاجتماعية ومتغيرات أخرى :

قام جمال محمد علي (٢٠٠٨) بدراسة المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من استراتيجيات المواجهة والأنشطة الاجتماعية لدى طلاب وطالبات الصف الأول الثانوي العام، وتكونت عينة الدراسة من (ن = ٤٣٠) طالباً وطالبة بالصف الأول الثانوي. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية في الأنشطة الاجتماعية لصالح الطلاب، ووجود تأثير موجب دال

إحصائياً للدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية على استراتيجيات (الفعل المباشر في حل المشكلة، السعي للمساندة الاجتماعية، المواجهة الوقائية).

كما هدفت دراسة بالدريم وآخرون (Yildrim, et al., 2008) إلى معرفة العلاقة بين التحصيل الأكاديمي والإنجاز والمساندة الاجتماعية كمنبئات للاختبار القلق. وتكونت عينة الدراسة من (٥٠٥) طالب في المدارس العليا بمنطقة أنقرة. واشتملت أدوات الدراسة على قائمة اختبار القلق، مقياس متعدد الأبعاد للإنجاز ومقياس المساندة الاجتماعية المدركة. إضافة إلى نموذج للمعلومات الشخصية. وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين اختبار القلق والإنجاز، المساندة الاجتماعية والتحصيل الأكاديمي.

أما دراسة روجر وآخرون (Rueger, et al., 2010) هدفت إلى معرفة العلاقة بين المصادر المتعددة للمساندة الاجتماعية المدركة والتوافق النفسي والأكاديمي في المراهقة المبكرة. وتكونت عينة الدراسة من (٦٣٦) طالباً وطالبة. واشتملت أدوات الدراسة على مقياس المساندة الاجتماعية للطفل والمراهق الذي أعده مالكي وآخرون، وأشارت نتائج الدراسة إلى اختلاف الجنس في إدراك المساندة في المراهقة المبكرة، وأن هناك ارتباط دال بين كل من مصادر المساندة مع أعراض الاكتئاب، القلق، تقدير الذات والتوافق الأكاديمي لكن هناك تأثير مختلف لكل مصدر، المساندة الأبوية كانت منبأ قوي للتوافق لكل من الأولاد والبنات، مساندة رفاق الصف كانت منبأ قوي للأولاد.

وأجرى ديلفال وآخرون (Delvalle, et al., 2010) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الآباء والأقران كمدنين للمساندة في بعدين رئيسيين هما المساندة الانفعالية والأدائية، وتكونت عينة الدراسة من (٨٨٤) مراهق أسباني من عمر (١٢-١٧) عام، وأشارت نتائج الدراسة إلى التأثيرات الدالة لكلا البعدين على عوامل الجنس والممد للمساندة المتوفرة من الآباء والأقران خلال

المراقبة تكون مختلفة لكلا البعدين، المساندة من الآباء تظل أفضل مستوى للمساندة الأدائية لكنها ليست كذلك بالنسبة للمساندة الانفعالية.

٢- دراسات تناولت التحصيل الأكاديمي :

قام Kathy, et al., (2002) بدراسة هدفت إلى معرفة أسباب التباين بين التلاميذ في مستويات التحصيل أتها ترجع إلى الخلفيات الثقافية إلى التباين الاقتصادي والاجتماعي، وقد اشتملت عينة الدراسة على تلاميذ المرحلة الابتدائية والإعدادية في مدارس معينة عن مدينة شيكاغو وضواحيها، وتم تحديد طريقة للتدريس المتعددة على مبادئ نظرية الذكاءات المتعددة وتمثلت في استراتيجيات التعلم التعاوني، طريقة المشروعات، وأساليب التقويم المستخدمة واعتمدت على المقابلات وملاحظات المعلمين لأداء التلاميذ وتقييم نتائجهم، وقد دلت نتائج الدراسة على زيادة أنشطة للعلاقات بين التلاميذ وعلى انخفاض معدل الفروق بينهم في التحصيل وعلى تحسن معرفة التلميذ بنفسه.

وهدفت دراسة Fasko (2009) إلى فحص استخدام Gardner للذكاءات المتعددة لتحسين أنشطة الطلاب، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالباً ما قبل الروضة والروضة وفصول المرحلة الابتدائية في مدرستين من مدارس شيكاغو، تم توثيق تصرفات الطلاب مثل الكسل، وعدم المشاركة عن طريق وسائل مثل ملاحظات الفصل وسجلات القصص، وطبقت الدروس في أكتوبر ونوفمبر في السنة الدراسية باستخدام واحدة من الذكاءات النمائية، واستعملت الوسائل البصرية وقوائم التقارير لتوثيق التغيرات في تصرف الطالب، تم تحديد أقوى ذكاء لكل طالب فيما إذا كان الطالب يتصرف بشكل ملائم خلال الدرس متوجهاً نحو ذكاء معين، وأوضحت النتائج بأن (٧٧%) من الطلاب أظهروا تحسناً في تصرفاتهم عندما يقومون بنشاطات معينة نحو أقوى ذكاء لديهم.

وهدفت دراسة عماد أحمد حسن وخضر مخيمر أبو زيد (٢٠١١) إلى معرفة المكونات العاملية لاستراتيجيات التعلم للذكاءات المتعددة وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب الدبلوم العامة نظام العام الواحد بكلية التربية بأسسوط، وبلغ حجم العينة الأساسية (١٢٠) طالباً (٦٠ بنون، ٦٠ بنات)، وتمثلت أدوات الدراسة في بطارية اختبارات للذكاءات المتعددة، واختبار تحصيلي في مادة علم النفس التربوي، وتم تطبيق هذه الأدوات على العينة الأساسية، وتمت معالجة البيانات إحصائياً من خلال البرنامج الإحصائي (SPSS)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ثمانية عوامل لاستراتيجيات التعلم للذكاءات المتعددة، وعدم وجود علاقات ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات التعلم للذكاءات المتعددة والتحصيل في مادة علم النفس التربوي.

٣- دراسات تناولت الاتجاه نحو الحياة وأحداث الحياة :

هدفت دراسة Yong & Clum (1994) إلى معرفة مهارات المواجهة والمساندة الاجتماعية لدى عينة من الطلاب في محاولة للتعرف على المتغيرات المصاحبة للضغوط والمساندة الاجتماعية التي يؤدي إلى تصور فكرة اليأس من الحياة لدى الشباب، وتكونت عينة الدراسة من (١٠١) شاب (٧٣ ذكر، ٢٨ إناث)، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس بيك لليأس المكتسب، مقياس مسح خبرة الحياة، مقياس Zung للاكتئاب، مقياس Miller لتصور فكرة الانتحار، وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط دال موجب بين الضغوط النفسية بكل من الاكتئاب واليأس، كما تبين أن ضغوط الحياة تؤدي إلى انخفاض في مستوى فاعلية الذات لدى الشباب، وأن السعادة الشخصية تتأثر إلى حد كبير بالمتغيرات الديموجرافية والصحة بصفة عامة.

وأجرى عمرو رفعت (٢٠٠٤) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة السببية بين متغيرات إدارة الحياة وحالة القلق والشعور بالوحدة النفسية لدى

عينة من المراهقين المكفوفين، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨) طالباً، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس إدارة الحياة ومقياس الشعور بالوحدة النفسية ومقياس حالة القلق، وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي قد أدى إلى خفض القلق والشعور بالوحدة النفسية لدى هؤلاء الأفراد المراهقين من فاقد البصر.

وهدفت دراسة وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥، ٥٦٩-٥٩٨) إلى معرفة فعالية برنامج إرشادي عقلائي إنفعالي لخفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالباً وطالبة، ومتوسط أعمارهم ١٧,٨ سنة بانحراف معياري ١,٢٣، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الأفكار اللاعقلانية، مقياس أحداث الحياة الضاغطة، البرنامج الإرشادي العقلائي الانفعالي، وأسفرت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج الإرشادي العقلائي الانفعالي في خفض أحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعة، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين كل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعة.

تعقيب على الدراسات السابقة :

في ضوء العرض السابق للدراسات يلاحظ أن بعض الدراسات ركزت على استخدام المساندة الاجتماعية التي تؤدي إلى تحقيق التوافق والصحة النفسية، وهناك مجموعة أخرى من الدراسات استخدمت التحصيل الأكاديمي وأكدت أن التحصيل الأكاديمي يزيد من قدرة المتعلم على حل المشكلات التي تواجهه أثناء الموقف التعليمي مما يؤدي إلى التفوق والشعور بالرضا، وتناولت المجموعة الأخيرة من الدراسات السابقة الاتجاه نحو الحياة وكيفية مواجهة أحداث الحياة، حيث لم يعثر الباحث على أية دراسات في حدود المسح

الذي تم القيام به - تتعلق بالدراسة الحالية سواء أجنبية أم عربية، مما دفع الباحث إلى إجراء مثل هذه الدراسة.
فروض الدراسة :

صاغ الباحث الفروض التالية كإجابات محتملة لما أثاره في مشكلة الدراسة من تساؤلات :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لصالح المجموعة التجريبية.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لصالح القياس البعدي.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة.

إجراءات الدراسة :

أولاً : منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج التجريبي ، واعتمد على التصميم التجريبي ذي المجموعتين المتجانستين، التجريبية والضابطة، والقياس القبلي ثم البعدي لتلك المجموعتين، واعتمد على التصميم التجريبي ذي المجموعة الواحدة، والقياس القبلي ثم البعدي لهذه المجموعة.

ثانياً : عينة الدراسة :

أ - العينة الاستطلاعية : تم اختيار عينة استطلاعية قوامها (٥٠) طالباً من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بني سويف، وكان الهدف من العينة الاستطلاعية تقنين أدوات الدراسة والوقوف على كفاءتها ومدى وضوح التعليمات.

ب- العينة الأساسية : اشتملت عينة الدراسة الأساسية على (٦٠) طالباً (٣٠ مجموعة تجريبية، ٣٠ مجموعة ضابطة) من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بني سويف، وأفرادها ليسوا من أفراد العينة الاستطلاعية.

ثالثاً : أدوات الدراسة :(*)

١- مقياس الاتجاه نحو الحياة إعداد وتقنين الباحث

٢- اختبار تحصيل في مادة الصحة النفسية..... إعداد وتقنين الباحث

٣- البرنامج الإرشادي المستخدم..... إعداد الباحث

التحقق من المعالم السيكومترية لأدوات الدراسة (كفاءة الأدوات) :

١- مقياس الاتجاه نحو الحياة : إعداد وتقنين الباحث

لبناء مقياس الاتجاه نحو الحياة في الدراسة الحالية قام الباحث بالاطلاع على مجموعة من الدراسات التي تناولت الاتجاه نحو الحياة وأحداث الحياة، والمقاييس التي استخدمت لقياسها، ومنها مقياس الاتجاه نحو الحياة الذي أعده محمد بيومي خليل (٢٠٠٠)، ودراسة (Yong & Clum 1994) التي تناولت الاتجاه نحو الحياة، ودراسة عمرو رفعت (٢٠٠٤) التي تناولت العلاقة السببية بين متغيرات إدارة الحياة وحالة القلق والشعور بالوحدة النفسية، ودراسة وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥) التي تناولت فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي لخفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب الجامعة.

(*) انظر ملاحق الدراسة.

وتم إعداد مقياس الاتجاه نحو الحياة في صورته النهائية من (١٠٠) عبارة، تتعلق بأربعة أبعاد هي: الإقبال على الحياة، والتعاطف مع الحياة، والزهد في الحياة، والسخط والتبرم بالحياة وهذه الأبعاد تمثل اتجاهات إيجابية واتجاهات سلبية. الاتجاهات الإيجابية :

البعد الأول: الإقبال على الحياة: ويقاس اتجاهات الأفراد نحو الحياة بتفاؤل وحب للحياة بشكل يتبدى في الرضا والسرور، والشعور بالسعادة والرغبة في استمرار الحياة. البعد الثاني: التعاطف مع الحياة: ويقصد به التلذذ بالكفاح والعرق الشريف في مجابهة مواقف الحياة والرغبة في الانتصار على عقباتها، وعدم الاستسلام لها أو الهروب من مواجهة مشكلاتها مهما كانت الظروف، وتمثل الدرجة المرتفعة على الاتجاهين الإيجابيين الوضع الأفضل. الاتجاهات السلبية :

البعد الثالث: الزهد في الحياة : ويقصد به الإعراض عن الحياة والانصراف عن زخارفها، والعزوف عن الاستمتاع بها، وعدم الاهتمام بأحداثها، والرضا والتقبل السلبي لكل معطياتها، ومحاولة اعتزالها.

البعد الرابع: السخط والتبرم بالحياة : ويقصد به رفض الحياة رفضاً تاماً، وعدم الرضا عن الحياة بأي صورة من الصور (سلبية أو إيجابية) والنظر للحياة بعين السخط والغضب والتشاؤم، والرغبة في التخلص من الحياة ذاتها، وتمثل الدرجة المرتفعة على الاتجاهين السلبيين الوضع الأسوأ.

ويتبع المقياس الطريقة الثلاثية في الاستجابة وهي :

العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
العبارات الموجبة	٣	٢	١
العبارات السالبة	١	٢	٣

صدق المقياس (صدق المحكمين) :

للتحقق من صدق المحتوى قام الباحث بتوزيع المقياس على مجموعة من المتخصصين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية، والمناهج وطرق التدريس في الجامعات المصرية، وذلك للاطلاع على مفردات المقياس بدقة، وإبداء وجهة نظرهم في مدى مناسبة الفقرات المقابلة لكل بعد من مقياس الاتجاه نحو الحياة، وبلغت نسبة الاتفاق (٠,٨٠) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١).

ثبات المقياس :

قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ على العينة الاستطلاعية، وبلغت قيمة معامل الثبات (٠,٧٩) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١)، ويتضح من الإجراءات السابقة أن المقياس ثابت وصادق بدرجة مطمئنة، وهو يقيس ما وضع لقياسه.

٢- الاختبار التحصيلي في مادة الصحة النفسية :.....إعداد وتقنين الباحث

يهدف الاختبار التحصيلي إلى قياس مستوى تحصيل طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بني سويف في مقرر الصحة النفسية، تبعاً للمستويات المعرفية لـ " بلوم "، وتمثل خطوات إعداد الاختبار التحصيلي فيما يلي :

إجراء تحليل للجوانب المعرفية المتضمنة في موضوعات المحتوى، وإعداد جدول المواصفات لعدد أسئلة الاختبار التحصيلي في مستويات التذكر والفهم والتطبيق. بالإضافة إلى التحقق من صدق المحتوى المتمثل في جدول المواصفات، قام الباحث باستخدام طريقة المقارنة الطرفية للتحقق من صدق هذا الاختبار بطريقة أخرى، حيث تمت مقارنة متوسطات درجات الطلاب مرتفعي التحصيل (الأقوياء) ودرجات نظرائهم من منخفضي التحصيل (الضعاف) في مقرر الصحة النفسية من أفراد العينة الاستطلاعية، وتم حساب دلالة الفروق بين هذه المتوسطات عن طريق حساب النسبة الحرجة، التي بلغت قيمتها (١٧,٤)، مما يعني وجود فروق جوهرية بين

الأقوياء والضعاف على الاختبار التحصيلي، وأن الاختبار التحصيلي يميز بينهما، وهذا يدل على صدق الاختبار.

تم حساب ثبات الاختبار التحصيلي بطريقة تحليل التباين باستخدام معادلة Kuder-Richardson ، وبلغت قيمة معامل الثبات (٠,٨٤) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، وتم حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار بعد أسبوعين أعلى العينة الاستطلاعية، وتم حساب معامل الارتباط وكانت قيمته (٠,٨٥)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، وهذا كله يدل على أن معاملات ثبات الاختبار التحصيلي مطمئنة.

٣- البرنامج الإرشادي المستخدمإعداد الباحث

إن محور التجربة في البحث الحالي تقوم على إعداد برنامج إرشادي مبني على المساندة الاجتماعية، ويعرف الباحث المساندة الاجتماعية هي كل ما يقدم للطالب الجامعي من دعم معنوي ومادي من الأسرة، أو الأصدقاء، أو المعلم أو المجتمع بمؤسساته المختلفة في المواقف الصعبة، مما يؤدي إلى شعور الطالب بمفهوم إيجابي عن ذاته ويجعله يشعر بالثقة في النفس وبأنه محل تقدير واحترام من الآخرين كما أنه مسئول عن كل ما يحدث له.

ويتكون هذا البرنامج من مجموعة من الجلسات هي :

المجموعة الأولى من الجلسات تتمثل في مساندة الأسرة للطالب وهي كل ما يقدم للطالب من دعم مادي ومعنوي من أفراد أسرته، المجموعة الثانية من الجلسات تتمثل في مساندة الأصدقاء وهي كل ما يقدم للطالب من دعم مادي ومعنوي يجعله يشعر بالراحة والطمأنينة للتواجد مع أصدقائه، المجموعة الثالثة تتمثل في مساندة المعلم وهي كل ما يقدم للطالب من دعم مادي ومعنوي من المعلم مما يجعل الطالب يشعر بالتقدير والاحترام.

خطوات بناء البرنامج :

٣-١- الإطلاع على البحوث والدراسات والبرامج الإرشادية التي تناولت المساندة الاجتماعية، والإلمام بالطرق والأساليب والفنيات المستخدمة بالوقوف بجانب الفرد في وقت الشدة والأزمات وتعديل الأفكار وتغييرها إلى ما هو أفضل ومن هذه الفنيات والأساليب المناقشة، النمذجة، العصف الذهني، حل المشكلات،

مراقبة الذات، السيكودراما، التعزيز، الواجبات المنزلية، ورفع مستوى التحصيل والاتجاه نحو الحياة إلى الأفضل.

٣-٢- تحديد الهدف الرئيسي للبرنامج المقترح، والأهداف الفرعية له تحديداً دقيقاً، وكذلك الوسائل والمعينات المختلفة التي يمكن أن تسهم في الوصول إلى تحقيق الأهداف.

٣-٣- التخطيط لجلسات البرنامج، وأن يكون لكل جلسة هدف محدد، وتتنوع هذه الأهداف وتتكامل، لتصل في النهاية إلى تحقيق الهدف الرئيسي من البرنامج.

٣-٤- عرض الجلسات ومحتوياتها على مجموعة من الخبراء، وذلك لإبداء الرأي في محتويات هذه الجلسات، والتحكيم عليها، وتقديم ما يروونه من أفكار.

٣-٥- قام الباحث بتجريب بعض جلسات البرنامج على العينة الاستطلاعية بلغت (٥٠) طالباً من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية ببني سويف، وذلك بفرض صياغة التعليمات بصورة مناسبة، والاطمئنان المبدئي بأن الجلسات مناسبة.

٣-٦- يتكون البرنامج الإرشادي من (١٨) جلسة مبنية على المساندة الاجتماعية والتي بنهايتها يرتفع مستوى تحصيل الطلاب ويكون اتجاههم نحو الحياة إلى الأفضل وخاصة بعد ثورة ٢٥ يناير ٢٠١١.

نتائج الدراسة، ومناقشتها:

الفرض الأول: اختباره، ومناقشته:

والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم حساب قيمة "ت" لمتوسطات درجات الطلاب بالمجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج على الأداء في الاختبار التحصيلي ومقياس الاتجاه نحو الحياة، والجدول رقم (١) يوضح ذلك.

جدول رقم (١)

يوضح قيم "ت" لمتوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة للطلاب بعد تطبيق البرنامج في متغيرات الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المجموعة التجريبية ن = ٣٠		المجموعة الضابطة ن = ٣٠		المجموعات المتغيرات
		١٤	١٦	١٤	١٦	
		٠,٠١	١٨,٥٥	٣,١٢	٤٢,٥٨	
٠,٠١	١٢,٤١	٤,٥٢	٦١,٣٥	٣,٤١	٤٨,٣٢	الاتجاه نحو الحياة

يتضح من الجدول رقم (١) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة للطلاب في التحصيل الأكاديمي، والاتجاه نحو الحياة، بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية وبذلك تتحقق صحة الفرض الأول. ويرجع التحسن الدال لطلاب المجموعة التجريبية إلى أثر الخبرات التي تضمنها البرنامج من المساعدة والمساندة الاجتماعية من الدعم المادي والمعنوي من المعلمين والأسرة والأصدقاء والرضا عن الحياة، والتحكم في الذات، وإقامة علاقة طيبة مع الآخرين، تحقيق التوافق المهني والشخصي والاجتماعي للطلاب، مما أدى إلى تحقيق الصحة النفسية ورفع مستوى التحصيل الأكاديمي، وتغير الاتجاه نحو الحياة إلى الأفضل وزيادة دافعيتهم للإنجاز، ورفع روحهم المعنوية، وقدرتهم على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، وهذا يتفق مع دراسة كل من: (Yong & Clum (1994)، عمرو رفعت (٢٠٠٤)، (Kathy, et al. (2002)، Yildirim, e al., (2008)، جمال محمد علي (٢٠٠٨)، عماد أحمد حسن وخضر مخيمر أبو زيد (٢٠١١).

الفرض الثاني : اختباره ، ومناقشته :

والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة لصالح القياس البعدي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض ، تم حساب قيمة " ت " للتطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة باستخدام معادلة الفروق في حالة المتوسطات المرتبطة.

$$T = \frac{\text{مجموع } F}{\text{ن (ن-1)}}$$

والجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول رقم (٢)

يوضح قيم "ت" للتطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة

المجموعة التجريبية الواحدة	ن	م	مجموع F	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التحصيل الأكاديمي	٣٠	٤٥,١٤	٨٩,٦٤	٤,٦٩	٠,٠١
الاتجاه نحو الحياة	٣٠	٥٤,٩٠	٨٥,٧٥	٥,٨٤	٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (٢) أن هناك فروقاً جوهرية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح الأداء البعدي في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة، وبذلك تتحقق صحة الفرض الثاني، وتؤكد هذه النتائج فعالية البرنامج الإرشادي المبني على المساندة الاجتماعية، في رفع مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب والاتجاه نحو الحياة بنجاح وتحقيق التقدم والرقي لهذا الوطن والقضاء على الثورات المبنية على الظلم وتحقيق الصحة النفسية.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات عديدة منها: وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥)، علي عبد السلام علي (٢٠٠٥)، (Fasko (2009)، (Rueger, et al. (2010)، (Delvalle, et al. (2010).

الفرض الثالث : اختباره ، ومناقشته :

والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة". وللتحقق من صحة هذا الفرض ، تم حساب قيمة " ت " للتطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة باستخدام معادلة الفروق في حالة المتوسطات المرتبطة، والجدول رقم (٣) يوضح ذلك.

جدول رقم (٣)

يوضح قيم " ت " للتطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة

المجموعة الضابطة	ن	م	مجموع 'ف'	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التحصيل الأكاديمي	٣٠	١,٤	٥٧,٤	٠,١٨	غير دال
الاتجاه نحو الحياة	٣٠	١,٢	٥٥,٤	٠,١٦	غير دال

ويتضح من الجدول رقم (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة، وبذلك تتحقق صحة الفرض الثالث.

ويفسر ذلك بأن نتائج الفرض الثالث تدعم بشكل غير مباشر فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم حيث كشفت عن أن المجموعة الضابطة والتي لم تتعرض للبرنامج لم يحدث لأفرادها أي تغير له دلالاته وذلك بالنسبة للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة في حين وجدنا كما كشفت نتائج الفرض الثاني أنه قد حدث تحسن دال في التحصيل الأكاديمي وكان الاتجاه نحو الحياة إلى الأفضل للمجموعة التجريبية في القياس البعدي على أثر تعرضهم للبرنامج، وهذا ما أكدته الدراسات السابقة مثل دراسة كل من: كمال نسوقي (١٩٧٩)، Bruene, et al. (1985)، أحلام عبد السميع (١٩٩٦)، جمال محمد علي (٢٠٠٨).

الفرض الرابع : اختباره ، ومناقشته :

والذي ينص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة". وللتحقق من صحة هذا الفرض ، تم حساب قيم " ت " للتطبيقين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة باستخدام معادلة الفروق في حالة المتوسطات المرتبطة، والجدول رقم (٤) يوضح ذلك.

جدول رقم (٤)

يوضح قيم " ت " للتطبيقين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية في التحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة

المتغيرات	المجموعة التجريبية	ن	م	مجموع 'ف'	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التحصيل الأكاديمي	٣٠	١,٦	٧٠,٧٠	٠,١٩	غير دال	
الاتجاه نحو الحياة	٣٠	١,٥	٦٨,٠٠	٠,١٧	غير دال	

ويتضح من الجدول رقم (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للتحصيل الأكاديمي والاتجاه نحو الحياة، وبذلك تتحقق صحة الفرض الرابع.

وقد يرجع هذا إلى ما تم خلال المرحلة الأخيرة من البرنامج من خبرة أفراد المجموعة التجريبية من الأنشطة والمهام والنصائح والرضا بالواقع بعد المساندة الاجتماعية والدعم المعنوي والمادي من قبل الأسرة والأصدقاء والمعلمين والوقوف بجانب الطالب في وقت الشدة والضيق والأزمات التي تضمنها البرنامج وما تم تمييزه خلاله من مهارات. وذلك بعد تدريبهم عليها خلال المرحلة السابقة من البرنامج مما أدى إلى عدم حدوث انتكاسة بعد انتهائه، وأن البرنامج أدى إلى رفع مستوى التحصيل الأكاديمي لطلاب كلية التربية بني سويف والإقبال والاتجاه نحو الحياة إلى الأفضل بعد ثورة ٢٥ يناير ٢٠١١ والتخلص من الحقد والكراهية والشعور بالظلم، ومن ثم يؤدي ذلك كله إلى التوافق مما يحقق الصحة النفسية، وهذا ما أكدته دراسة كل من: إنجي محمد رياض (٢٠٠٥)، هيام صابر صادق (٢٠٠٥)، جمال محمد علي (٢٠٠٨)، حكمة جلال عبد الجواد (٢٠١٠).

أوجه الإفادة من الدراسة الحالية :

١- تؤكد نتائج الدراسة الحالية على أهمية استخدام البرنامج الإرشادي المبني على المساعدة الاجتماعية في خفض الضغوط النفسية ورفع مستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب وزيادة دافعيتهم، والرضا بالواقع وتغيير اتجاههم إلى الحياة نحو الأفضل وتحقيق النجاح والتوافق الشخصي والمهني والاجتماعي للطلاب.

٢- بناء برامج إرشادية وتدريبية تناسب كل فئة عمرية ومرحلة للطلاب.

٣- تدريب المعلمين والمعلمات والأخصائيين النفسيين في جميع المراحل التعليمية على طرق استخدام هذه البرامج القائمة على المساندة الاجتماعية، وذلك لزيادة مستوى التحصيل الأكاديمي والاتجاه الأفضل إلى الحياة وتحقيق التوافق والصحة النفسية.

٤- تذكر الآيات الكريمة التي تدل على المساندة الاجتماعية أمام الطلاب، كما قال الله عز وجل " إِنْ تَنْصَرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيَ اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَخْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَى وَكَلِمَةَ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ " (سورة التوبة: ٤٠)، وأيضاً قال الله على لسان سيدنا موسى عليه السلام قال " اشْرَحْ لِي صَدْرِي [٢٥] وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي [٢٦] وَأَحْلِلْ غَدَاةَ مِنِّ لِسَانِي [٢٧] يَفْقَهُوا قَوْلِي [٢٨] وَأَجْعَلْ لِي وَزِيْرًا مِّنْ أَهْلِي [٢٩] هَارُونَ أَخِي [٣٠] اشْدُدْ بِهِ أَزْرِي [٣١] وَأَشْرِكْهُ فِي أَمْرِي [٣٢] كَيْ نُسَبِّحَكَ كَثِيْرًا [٣٣] وَنَذْكُرَكَ كَثِيْرًا [٣٤] " (سورة طه: الآيات ٢٥-٣٤).

المراجع العربية والأجنبية

أولاً: المراجع العربية :

- ١- أحلام عبد السميع مصطفى (١٩٩٦): الاغتراب عند المراهقات الصم والعاكبين (دراسة مقارنة)، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- ٢- إمام مصطفى سيد (٢٠٠٠): أسلوب العزو وما وراء الذاكرة والدافعية الأكاديمية، متغيرات تنبؤية للتحويل الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية بدمياط، جامعة المنصورة، العدد (٣٣)، الجزء الأول، يناير.
- ٣- إنجي محمد رياض محمد (٢٠٠٥): ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالمساعدة الاجتماعية لدى المراهق الأصم. دراسة ارتباطية مقارنة. رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- ٤- جمال محمد علي الدماصي (٢٠٠٨): المساعدة الاجتماعية وعلاقتها بكل من استراتيجيات المواجهة والأنشطة الاجتماعية لدى طلاب وطالبات الصف الأول الثانوي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- ٥- حامد عبد السلام زهران (١٩٩٩): التوجيه والإرشاد النفسي، ط٤، القاهرة، عالم للكتاب.
- ٦- حكمه جلال عبد الجواد نصر (٢٠١٠): المساعدة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بني سويف.
- ٧- عزة عبد الكريم فرج مبروك (٢٠٠١): استخدام المساعدة النفسية الاجتماعية لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي والصحي لدى المسنين "دراسة تجريبية"، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- ٨- علاء الدين كفاقي (١٩٩٧): علم النفس الارتقائي، مؤسسة الرسالة، القاهرة.
- ٩- علي عبد السلام علي (٢٠٠٥): المساعدة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية في حياتنا اليومية، القاهرة، النهضة المصرية.
- ١٠- عماد أحمد حسن علي، خضر مخيمر أبو زيد (٢٠١١): المكونات العملية لاستراتيجيات التعلم للذكاءات المتعددة وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب الدبلوم العامة بكلية التربية بأسويط، مجلة كلية التربية، جامعة أسويط، المجلد السابع والعشرون - العدد الأول - جزء أول، يناير.
- ١١- عمرو رفعت (٢٠٠٤): العلاقة السببية بين متغيرات الحياة وحالة القلق والشعور بالوحدة لدى عينة من المراهقين المكفوفين، المؤتمر السنوي الحادي عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- ١٢- فاطمة علي السعيد (٢٠٠٦): الاحتياجات التربوية الضرورية للطلاب الجامعي للتفاعل مع تحديات العولمة، مجلة التربية، كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد (١٢٩)، الجزء الثاني، يونيو.
- ١٣- كمال نسوقي (١٩٧٩): النمو التربوي للطفل والمراهق، مكتبة النهضة العربية، القاهرة.
- ١٤- محمد محمد بيومي خليل (٢٠٠٠): سيكولوجية العلاقات الأسرية، دار قباء للنشر والتوزيع، القاهرة.
- ١٥- محمد محمد بيومي خليل (٢٠٠٣): مقياس السلوك الاجتماعي/الاقتصادي/الثقافي المطور، في انحرافات الشباب في عصر العولمة، المجلد الثاني.
- ١٦- محمود شمال حسن (٢٠٠١): سيكولوجية الفرد في المجتمع، القاهرة، دار الأفاق العربية.
- ١٧- هشام عبد الله إبراهيم (١٩٨٧): دراسة تحليلية لمشكلات طلبة محافظة الشرقية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- ١٨- هيام صابر صادق شاهين (٢٠٠٥): المساعدة الاجتماعية كما تدرجها عينة من مرضى السرطان وعلاقتها ببعض الأبعاد المزاجية والمعرفية، رسالة ماجستير، كلية البنات، جامعة عين شمس.
- ١٩- وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥): فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في خفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة دراسات نفسية، العدد ٤، المجلد ١٥.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 20- Bruen, L. Beierm J. & Elias M. (1985): Training students in thinking skills for solving social problems: A strategy for helping students cope constructively with school stressors, paper presented at the annual meeting for the American Educational Research Association (69) the Chicago, 11, March-April 4, Ed 257017.
- 21- Bruen, L. Beierm J. & Elias M. (1985): Training students in thinking skills for solving social problems: A strategy for helping students cope constructively with school stressors, paper presented at the Annual Meeting for the American Educational Research Association (69) the Chicago, 11, March-April 4, ED 257017.
- 22- Dearay, M.K., Malecki, C.K., Rueger, S.Y., Brown, S.E. & Summers, K.H. (2009): The role of youth's ratings of the importance of socially supportive behaviors in the relationship between social support and self-concept. (References). Journal of youth and Adolescence, 38, 1, 13-28.
- 23- Delvalle, T., Bravo, A. & Lope, Z.M. (2010): Parents and peers as providers of support in adolescent's social network: A developmental perspective. Journal of Community Psychology, 38, 1, 16-27.
- 24- Fasko, J. (2009): An analysis of multiple intelligences theory and its use with the gifted and talented. Roeper Review, 23(3), 126-130.
- 25- Gillan, L.A. (2008): Self-concept of students with learning Disabilities in self contained environments: The relationships between global and academic self-concept, perceived social support, and academic "discounting". Ph. D. Dissertation, University of California.
- 26- Kath, C., Pamela, B., & Luida, L. (2002): "Teaching with multiple intelligences", Elementary and early childhood Edu. ERIC.
- 27- Neal, J.M., Davison, G.C. & Haaga, D.A.F. (1996): Exploring abnormal psychology. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- 28- Rueger, S., Malecki, C. & Demaray, M. (2010): Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence, 39, 7, 47-61.
- 29- South, L.D. (1995): The relationship of self concept and social support in school age children with leukemia. Dissertation abstract international. Section, B. the sciences and engineering, 56, 4, 1939.
- 30- Warren, P.L. (2005): First-time mothers: Social support and confidence infantcare. Jr, Journal of advanced nursing, 50, 5, 479-488.
- 31- Yildirim, I., Genctanirim, D. & Baydan, Y. (2008): Academic achievement, perfectionism and social support as predictors of test anxiety. Hacettepe University Journal of Education, 34, 287-296.
- 32- Yong & Clum G. (1994): Life stress, social support and problem skills predictive of depressive symptoms, Hopelessness and suicide in an Asian student population. Asest of Model Suicide and life, Threatening Behavior, 29(2).