مجلة التربية للعلوم الانسانية

مجلة علمية فصلية محكّمة، تصدر عن كلية التربية للعلوم الإنسانية / جامعة الموصل

المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة/ مركز نينوى

إقبال محمد رشيد صالح

المديرية العامة لتربية محافظة نينوى/ الكلية التربوية المفتوحة/ مركز نينوى / نينوى / العراق

معلومات الارشفة

تاريخ الاستلام : 2025/4/15

تاريخ المراجعة : 2025/5/29

تاريخ القبول : 2025/6/12

تاريخ النشر : 2025/9/1

الكلمات المفتاحية :

المساندة الاجتماعية ، الاستقرار النفسي، الطلبة، الكلية التربوية المفتوحة، مركز نينوى

معلومات الاتصال

إقبال محمد رشيد صالح

Akbal.mohammad2019@gmail.com

الملخص

هدف البحث الحالي التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة مركز نينوى، والتعرف على مستوى الفروق لكل من المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي تبعاً لمتغيري (الجنس – المرحلة الدراسية) ، والتعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة، بلغت عينة البحث(217) طالباً وطالبة من المرحلتين الثانية والرابعة، ولتحقيق اهداف البحث اعدت الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية وتبنت مقياس الخزرجي (2006) للاستقرار النفسي ، وبعد استخراج الصدق الظاهري بعرضه على الخبراء ، والتحقق من ثبات المقياسين بطريقتي الاتساق الداخلي واعادة الاختبار، عولجت البيانات احصائياً باستخدام برنامج Spss، اظهرت النتائج ان افراد العينة لديهم درجة جيدة من المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي ، وعدم وجود فروت دالة احصائياً في درجة كل من المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي تبعاً لمتغيري (الجنس – المرحلة الدراسية)، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي وفى ضوء النتائج قدمت الباحثة عدة توصيات ومقترحات .

DOI: **********,, ©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Mosul.
This is an open access article under the CC BY 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Journal of Education for Humanities

A peer-reviewed quarterly scientific journal issued by College of Education for Humanities / University of Mosul

Social support and its relationship to psychological stability among students at the Open College of Education/ Nineveh Center

Iqbal Muhammad Rashid Salih

General Directorate of Education of Nineveh Governorate / Open College of Education /Nineveh Center / Nineveh / Iraq

Article information

Received : 15/4/2025
Revised 29/5/2025
Accepted : 12/6/2025
Published 1/9/2025

Keywords:

Social Support, Psychological Stabilitity, Students, Open College of Education, Nineveh Center.

Correspondence:

Iqbal Muhammad Rashid

Akbal.mohammad2019@gmail.com

Abstract

The current research aims to identify the level of social support and psychological stability among the students of the Open Educational College, Nineveh Center, and to identify the level of differences for both social support and psychological stability according to the variables (gender - academic stage), and to identify the relationship between social support and psychological stability among the students of the Open Educational College. The research sample was (217)male and female students from the second and fourth stages. To achieve the research objectives, the researcher prepared a social support scale.

It adopted Al-Khazraji's (2006) measure of technical stability, and after extracting the apparent validity by presenting it to the test, and verifying the stability of the two scales by means of internal consistency and retesting, the data were treated statistically using the SPSS program. The results showed that 181 sample members had a good level of social support and psychological stability, and the absence of It produced statistical significance in the level of both social support and psychological stability according to the variables (gender - educational stage), and there was a positive,

positive correlation between social support and psychological stability. In the results, the researcher presented several recommendations and proposals.

DOI: **********,, ©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Mosul.
This is an open access article under the CC BY 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

مشـــكلة البحث: يعد نموذج الكلية التربوية المفتوحة احد طرق اعداد المعلم في العراق حيث إن الطلبة فيها هم قادة تربويون جمعوا العلم والعمل ، وهم يمارســون التعليم والتدريب ويقومون بالدراســة من اجل التخصــص الدقيق في آن واحد ، إضـافة الى المواد النفسـية والتربوية التي يدرسـونها. ولكون الباحثة احدى التدريسـيات في الكلية التربوية المفتوحة مركز نينوى ، فهي ترى ان طلبة الكلية التربوية المفتوحة يتعرضـــون لأنواع من الضـغوط والمشكلات التكيفية التي من شأنها ان تزيد لديهم القلق والحيرة والارتباك والذي يولد صـراع داخلي لديهم ، بحيث يؤثر في حياتهم الاجتماعية والنفســية وأســلوب حياتهم ، واصــبحوا بحاجة ماســة للمســاندة والمساعدة والدعم من قبل الاخرين والاستقرار النفسي بحيث يحقق لهم التوافق والتكيف مع المتغيرات والظروف التي تطرأ عليهم للتغلب على تلك الضــغوط والمشــكلات ، وان شــعور الفرد لفقدان المســاندة الاجتماعية من المحيطين به ولاسيما الاسرة والاقران والأصدقاء يُفقده الدفء والاجتماعي والاستقرار النفسي ، لذلك ترى الباحثة ضرورة دراسة المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي على طلبة الكلية التربوية المفتوحة من خلال الإجابة عن التساؤل الآتي:-

مامدى علاقة المساندة الاجتماعية بالاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة مركز نينوى ؟

أهمية البحث والحاجة اليه: ان تقدم المجتمعات الإنســانية رهن بمقدار الاهتمام بالتنمية البشــرية التي تعد أهم ركائز التنمية العامة ، وهذا يقودنا الى الاهتمام بمعرفة طبيعة التكوين النفسي للقوى البشرية الداخلة كعنصر فعال في هذه التنمية والتركيز على التعرف على شـخصـيتها مما يسـاعد على إمكانية التفاعل السـليم معهم من اجل انجاز عملية البناء والتطور (الاســدي ، 2002 : 7) . ولعل أهم الموارد البشــرية المعلمين لما لهم من دور كبير في احداث التغييرات المطلوبة في نفوس الأجيال، وان امال الامة كلها متعلق بهم ، وهم قوى فاعلة في نمو المجتمع وتقدمه وبنائه ، كما انهم يعدون ركناً اســاســياً في تحمل مســؤوليات واعباء المجتمع ، وعليه بات من الضـــروري جداً ان يعد المعلم اعداداً متكاملاً يتماشـــى مع التغييرات التي يواجهها العالم الان بحيث يواكب ويتماشى مع عمليات بناء الانسان الجديد لا سيما بعد ان وصفت مسؤولية المعلم في عصرنا الحاضر بانها متعددة الادوار فلم يعد دوره متقصراً على نقل المعرفة من الكتب المدرسية الى عقول الطلبة ، وانما اصبح قائد وموجهاً ومنظماً ومديراً للمواقف التعليمية (ســعادة ، 2005 : 14) لذلك كانت اتاحة الفرص للمعلمين من اكمال دراستهم الجامعية في الجامعات العراقية الصباحية احد طرق اعداد المعلم وتأهليه علمياً تربوياً واجتماعياً

و نفسياً ، إلا أن الكثير من هذه الشريحة لا يستطيع الانخراط في صفوف طلبة الجامعة الصباحية لأسباب كثيرة (اقتصار المقاعد لعدد محدد من المعلمين قد يكونون من ذوي المعدلات العالية او عدم قدرة المعلم الالتزام بالدوام الصباحي في الجامعات .... وغيرها)، لذلك بدأت فكرة الكلية التربوية المفتوحة كبديل يتيح لأعداد كبيرة من المعلمين والمعلمات اكمال دراستهم الجامعية بما يلائم احوالهم. وكما هو معروف للجميع بأن بعض طلبة الجامعة الجدد يواجهون العديد من المشكلات الاكاديمية والاجتماعية والنفسية وتتفاوت قدراتهم في التعامل مع تلك المشكلات والتحديات ، فقد ينجح بعضهم وقد يفشل بعضهم الاخر (الوكيل ، 2020 : 368) ، فما بال الحال اذا كان هؤلاء الطلبة غير متفرغين للدراسة فقط بل عليهم الالتزام بعملهم في مدارسهم،فاصبح طلبة الكلية التربوية المفتوحة يتعرضون لانواع من الضغوط والمشكلات بسبب ظروف العمل المختلفة والواجبات التي يحتم عليهم بذل اقصى الجهود من اجل التوفيق بين عملهم من جهة وبين متطلبات الدراسة والرغبة في التفوق والنجاح من جهة أخرى ،إضافة لمتطلبات الحياة الأخرى المتمثلة بالأسرة. لذا انهم كطلبة بحاجة الى شعور بالحب والدفئ والحنان والى اشباع شعورهم بالانتماء الى اسرة و جماعة إنسانية ولا بد من ان يشعر الطلبة بالأمان بوجود مسند لهم يقف بجانبهم في المواقف والأزمات والشدائد (السلطان ، 2008 : 5)، وعليه فإن الخبرات التي يمر بها الطالب الجامعي في بداية حياته ليس خبرات نجاح فقط بل قد تكون خبرات فشل واحباط ، لان بعض الطلبة قد ينجح والبعض الاخر يفشل ، وبعض الطلبة قد يتعامل مع خبرات الفشل التي يمر بها بشيء من التركيز والمثابرة والصمود والتعاطف الإيجابي مع الذات والانفتاح التام على خبرات المحيطين بهم طلبا للدعم والمساندة (الوكيل : 2020 : 368) واصبحوا بحاجة الى العلاقات الحميمة التي تربط الفرد بالآخرين والتي يشعر الفرد من خلالها بانه جزء من المجموع وان هناك من يشاركه أفكاره واهتمامه ويمد له يد العون اذا ما احتاج الى مساعدة إذ إن مفهوم المساندة الاجتماعية يشير الى طبيعة بناء الروابط الاجتماعية بين الفرد والاخرين من ذوي الأهمية في حياته (الاميري ، 1998 : 4) وتعدالمساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الانسان ، حيث يؤثر حجم المساندة ومستوى الرضا عنها بكيفية ادراك الفرد لاحداث الحياة وأساليب التعامل معها وانعكاساتها على صحته (عثمان ، 2001 : 3)، فإدراك المساندة الاجتماعية يعتبر عنصراً مهما واحد العوامل المساعدة للفرد في تغلبهِ على الضغوط النفسية وعدم توافقه ، لأن شعور الفرد بفقدان المساندة الاجتماعية من المحيطين به ولا سيما الاسرة والاقران فقده الدفء الاجتماعي (عبد الهادي وآخرون ، 2005 : 7) فالمساندة الاجتماعية من الاخرين الموثوق فيهم لها أهمية رئيسية في مواجهة الاحداث الضاغطة ، فهي يمكن ان تخفف او تستعبد عواقب هذه الاحداث (الهملان، 2008: 82) فالفرد بطبيعته الاجتماعية لا يستطيع الاستغناء عن الأشخاص الآخرين فالحاجة الى التكاتف معهم والانتماء اليهم هما مصدران لتحقيق شعورهم بالاطمئنان وعدم الخوف من المستقبل والثقة به ، وبمعرفة طبيعة السلوك الاجتماعي نستطيع فهم طبيعة البناء الاجتماعي وطبيعة العلاقات الاجتماعية القائمة

بين الأشخاص او بين الجماعات(السوادني ، 1990 : 5) إضافة إلى أن المساندة الاجتماعية تساعد على التوافق خلال أوقات الضغوط وتخفف تهديد المرض وتسرع التعافي منه لوجود المساندة الاجتماعية تحت ظروف الضغط المرتفع التي تقلل من قابلية تعرض الفرد للمشاكل الجسدية والانفعالية (ملكوش ويحيى ، 1995 : 2331) ، كما تؤدي المساندة الاجتماعية دوراً مهما في المحافظة على الصحة النفسية والعقلية للفرد (الجاف ، 1992 : 18) فالمساندة من قبل الاخرين تجعل الفرد يستمر في الحياة بصحة نفسية جيدة ، ويشعر بالرفاهية ، والسعادة او الرضا عن الحياة والحب والانتماء الى العمل وللمحيطين (محمد علي ، 2023 : 63) وهذا ما اوضحه (Greenglass,2009) إن المساندة الاجتماعية تعد ضرورية وَمهمة لاستمرار الفرد بصحة نفسية جيدة واستمرار الحياة الاجتماعية (Greenglass, 2009 : 325)، على ان المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الاخرين ليست ذات تأثير إيجابي دائما فقد يكون لها دور سلبي ايضاً ، فتأثير المساندة الصحية بصورة الرعاية والمتمثلة بالحب والاهتمام والمودة وتجنب المضاعفات الصحية الأخرى والحفاظ على المزاج النفسي الإيجابي قد تنتج عنها بعض التأثيرات السلبية كالشعور بالاختناق والضيق والسيطرة(Shumaker& Brownell , 1984 : 27) وعليه فان غياب مصادر الدعم الاجتماعي والوظيفي من الممكن ان تكون مؤشراً على الانعزال عن التفاعلات الاجتماعية والثقافية والقانونية ومن ثم توافر القليل من الدعم اثناء أوقات التوتر والحاجة (randa et. al, 2001: 39)، فنقص المساندة الاجتماعية عند الحاجة اليها يمكن ان يكون في حد ذاته امراً ضاغطاً ، ولا سيما للمجموعات التي لديها حاجات مرتفعة للمساندة الاجتماعية ولكن لا يوجد عندها فرص كافية للحصول عليها مثل كبار السن والمهجرين حديثاً (weiss , 1974 : 162) فضلاً على أن غياب المساندة الاجتماعية يؤدي بدوره الى المزيد من الإحساس بالاكتئاب (عبد الهادي وآخرون ، 2005 : 24) فالمساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الاخرين تعد عاملاً هاماً في صحته النفسية ، ومن ثم يمكن التنبؤ بانه في ظل غياب المساندة وانخفاضها يمكن ان تنشط الاثار السلبية للاحداث والمواقف السلبية التي يتعرض لها الفرد مما يؤدي الى اختلال الصحة النفسية لديه (رضوان ، 1993 : 236)، فاضطراب العلاقة بين الافراد وبعدهم عن بعضهم وعدم وجود مساندة اجتماعية للفرد من اهم العوامل التي تؤدي الى الشعور بالوحدة النفسية (سعد الله ، 2021 : 263) ، ويلعب المجتمع الذي يعيش فيه الفرد دوراً مهماً في درجة احساسه بالوحدة النفسية وفي التأثير في تقديره لذاته ، حيث أشار العديد من الباحثين الى ان الفرد يشعر بتقديره لنفسه من خلال شعوره بالامن والاستقرار بوجود الاخرين الذين يقدمون المساندة بشكليها المادي والمعنوي، فيكون تقديره لذاته عندها ايجابياً (الحامد ، 1995 : 359) وعليه فان ما يتعرض له الافراد من اضطرابات وضغوط ، سواء في البيت او في المدرسة او المجتمع المحيط بهم يجعلهم عرضه لعدم الاستقرار النفسي (حميد ، 2013 : 334)، مما يستدعي الحاجة الى احداث الاتزان والتكيف والوصول الى درجة الاستقرار النفسي الذي بدروه يمكن الفرد من التعامل مع الضغوط وبالأسلوب الملائم لنمط

شخصية الفرد وبقدرته التي تمكنه من مواجهة تلك الضغوط (Teinis , 1979 : 162) وافضل وسيلة لتحقيق الاستقرار النفسي هو ان يحقق الافراد ما يرغبون فيه من اهداف تتفق مع امكاناتهم وحاجاتهم المادية والمعنوية ، وتحقيق الذات التي تعنى ان الفرد يرغب في تحقيق ما في مخيلته وما يتمناه لنفسه ، وما يطمح اليه ، وذلك من خلال أداء العمل الذي يتوافق مع قدراته ومؤهلاته وميوله واتجاهاته واستعداداته (حمود ، 2006 : 135) ومن خلال وجود الفرد في مجتمع آمن يحكمه النظام او من خلال عمل مستقر يشعر فيه بالاستقرار أو من طريق القيم الروحية والدينية التي يؤمن بها (kassin , 2001 : 300)، فالشخص الذي يشعر بالاستقرار في بيئته الاجتماعية المباشرة في الاسرة سوف يعمم هذا الشعور فيرى البيئة الاجتماعية الواسعة مشبعة لحاجاته ويرى في الناس الخير والحب فيندفع الى التجمع والتعاون معهم وعمل كل ما بوسعه من أجل تحقيق تقبل الجماعة له (زهران ، 1977 : 116-117)، وعليه فإن نمو شخصية الفرد وتطورها يتأثر بإشباع حاجاته ، حيث يؤدي إشباع الحاجات الى أن يصبح الفرد اكثر استقراراً واتزاناً واكثر انتاجاً وما يترتب عليه من الشعور اللي بالرضا والاستقرار النفسي (Bermand,1952 :142) فالشخصية المستقرة نفسياً والمتوازنة هي التي تتوافق مكوناتها الأساسية بين السلوك والعقل ، كما تتوازن في التفاعلات،، الداخلية لها وتتكيف مع الظروف الخارجية والحاجات الأساسية لها ، ويتصف الشخص المستقر نفسياً بالنضج العاطفي والقدرة على التوازن النفسي والانفعالي والثقة بالنفس وبالآخرين (كمال ، 1988 : 83-86) ، وعليه فإن تطور الاستقرار النفسي للشخصية هو نتيجة التفاعل بين المجالات المعرفية (الفكرية) والعاطفية والسلوكية للشخصية (petrova, 2015:132-133) ، وتتسم شخصية المستقرة بالقدرة على العمل المنتج والعلاقات المرضية التي تتضمن القدرة على مواجهة المجتمع بعيداً عن الانفعالات والشعور بالتهديد ، وإن القدرة على العمل يتضمن القابلية لتحديد الأهداف البعيدة المدى والسعي لتحقيقها وتأجيل إرضاء الدوافع الفطرية (Hjelle & Daniel , 1992 14 :). وبذلك يكون الاستقرار مظهراً من مظاهر النضج الشخصي والذي يرتبط بالقدرة على استهداف اهداف معينة وتنظيم نشاط الفرد مع طبيعة العصر الذي يعيشه ، فالاستقرار النفسي يدمج نظاماً كاملاً من المهارات بما في ذلك تحقيق الذات (Belasheva & petrova , 2016 : 3370) ، وعليه فإن الاستقرار النفسي من السمات الشخصية التي يجب أن تتوافر لدى الافراد والطلبة بشكل خاص لما له من دور كبير وفعال في التعامل مع الضغوط النفسية التي يتعرضون لها والتي تؤثر في أدائهم الاكاديمي(Al- Rousan et.al, 2023: 1471) فكثيراً ما يتعرض الطلبة الى أزمات نفسية نتيجة مواجهتهم لمطالب متلاحقة تتجاوز أو تفوق بعض الأحيان إمكاناتهم وقدراتهم ، إذ إن الصعوبات الدراسية تشكل ضغطا شديدا على الطالب (الزبيدي ، 2012 : 2)، خاصة اذا كانوا طلبة الكلية التربوية المفتوحة الذين يتعرضون لأنواع من الضغوط والمشكلات التكيفية التي من شأنها أن تزيد لديهم القلق الاجتماعي مما يؤثر سلباً في سلوكهم وطريقة تعاملهم مع الأخرين سواء في المواقف التعليمية والاجتماعية (جمال ، 1997 : 1) تجعلهم أكثر عرضة لعدم الاستقرار النفسي

ويصبحون أكثر حاجة الى العلاقات الطيبة والى الدعم والمساندة من قبل الأشخاص المحيطين بهم في الاسرة أو المدرسة أو الكلية مما يجعلهم يؤدون واجباتهم في البيت و المدرسة و الكلية على أفضل وجه.

وبناء على ما تقدم تتجلى أهمية البحث الحالي بتناوله طلبة الكلية التربوية المفتوحة من المعلمين ومعلمات حيث يقوم على اكتافهم تقدم المجتمع إذ أنهم أداة التنمية والتجديد في الجوانب التربوية والتعليمية والاجتماعية فضلاً عن أنهم العنصر الأساس في بناء الجيل الجديد وتحقيق الأهداف التربوية المبتغاة من أجل إعدادهم لقيادة المجتمع (بولص ، 1977 : 4) إضافة الى تناوله متغيري المساندة الاجتماعية باعتبار انها تقوم بدور مهم في دعم الافراد وتقليل الاثار السلبية لما يتعرض له الافراد من ضغوط ومشقة في حياتهم حيث تعد المساندة الاجتماعية مصدراً مهما من مصادر الصحة النفسية (مرسي ، 2019 : 235 –236) والاستقرار النفسي الذي يساعد الفرد على أداء الوظائف والمهام العقلية بصورة منسقة ومنتظمة ، وبذلك يحقق الاستقرار للفرد قدراً افضل من النجاح في اعماله (طبيل وآخرون ، 2009 : 356). وتتضح أهمية البحث الحالي من خلال:

الأهمية النظرية

- د رس البحث متغير المساندة الاجتماعية الذي يعتبر من المصادر الهامة لتنمية الصحة النفسية والجسمية .
- عرض البحث متغير الاستقرار النفسي الذي يعد من مؤشرات الصحة النفسية التي تؤهل الفرد للتوافق مع مجتمعه .
- تحدد البحث بطلبة الكلية التربوية باعتبارهم معلمين ومعلمات يجمعون بين الدراسة والعمل في الوقت نفسه.

الأهمية التطبيقية

- يعد البحث خطوة للوقوف على اهم السبل التي يمكن من خلالها تقديم المساندة الاجتماعية فيها لطلبة الكلية المفتوحة وتحقيق الاستقرار النفسي لهم.
- يعد البحث خطوة لإثراء ميدان البحث العلمي ، وفتح آليات لتناول متغيرات أخرى على طلبة الكلية التربوية المفتوحة .

اهداف البحث :- يهدف البحث الحالي الى التعرف على :

1- درجة المساندة الاجتماعية لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة.

2- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في درجة المساندة الاجتماعية لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة تبعا لمتغيري الجنس (ذكر – انثى) والمرحلة الدراسية (ثانية – رابعة)
3- درجة الاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة .
4- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في درجة الاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة تبعاً لمتغيري الجنس (ذكر – انثى) والمرحلة الدراسية (ثانية – رابعة)
5- طبيعة العلاقة المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة

حدود البحث :

1- الحدود الزمانية : تقتصر حدود البحث الحالي بالعام الدراسي 2023-2024 .
2- الحدود المكانية : يقتصر على الكلية التربوية المفتوحة مركز نينوى
3- الحدود البشرية : يقتصر البحث على طلبة الكلية التربوية المفتوحة مركز نينوى
4- الحدود الموضوعية : يتناول البحث متغيري المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي

تحديد المصطلحات

اولا :المساندة الاجتماعية social Support عرفها كل من :

- Caplan 1981 :- بأنها النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط الاجتماعية مع الاخرين تتسم بأنها طويلة المدى ، ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها في وقت إحساس الفرد بالحاجة اليها لتمده بالسند العاطفي (aplan (C,1981:44) .

2- Sloper & Turner 1993 :- تلك العلاقات القائمة بين الفرد وآخرين يمثلون الشبكة الاجتماعية المؤيدة والمشجعة والتي يدركها على أنها يمكن ان تسانده عندما يحتاج اليها (Sloper & Turner , 1993: 191) .

3-. السلطان 2008 :- ما يتلقاه الفرد من دعم مادي معنوي من الاخرين في بيئته الاجتماعية وقت الحاجة اليها (السلطان ، 2008 : 22).

4- Liut.et al 2020 :- هي حصول الفرد على المساعدة والعون من الأسرة ، والجيران، والأصدقاء، والقادة في أنشطة التفاعل الاجتماعي وتشمل مساندة موضوعية مادية فعلية، ومساندة شخصية عاطفية،

ومساندة معلوماتية (Liu et . al , 2020 :1).

وتعرف الباحثة المساندة الاجتماعية :- هي كل عون ودعم يتلقاه الفرد من الأشخاص القريبين له او الهيئات والمنظمات الحكومية أو غيرها ، التي تبعث الرضا والسعادة في نفس الفرد.

التعريف الاجرائي للمساندة الاجتماعية :- هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (معلم او معلمة) في ضوء اجابته على فقرات مقياس المساندة الإجتماعية .

الاستقرار النفسي psychological stability عرفهُ كل من : -

1- مرسي 1988 :- خلو الفرد من التوترات الزائد ، والاخطاء الضجة ، والانحرافات الكبيرة والاضطرابات الواضحة (مرسي ، 1988 : 87).
2- الدبعي 2003 :- هو قدرة الفرد على التوفيق بين متطلبات الذات والبيئة بما يحقق له توازن النفسي والشعور بالاطمئنان (الدبعي ، 2003 : 21).
3- الخزرجي 2006 :- انه شعور الفرد بالاطمئنان ، وتقبل ذاته والتوافق معها وتقبل الاخرين ، والتسامح معهم فضلاً عن البساطة والتلقائية في التعامل مع الذات ومع الاخرين وشعوره بالصحة الجسدية والنفسية (الخزرجي ،2006 : 19).
4- كجوان 2016 :- قدرة الفرد على التوفيق بين متطلبات الذات والبيئة لتحقيق التوازن النفسي والشعور بالطمأنينة (كجوان 305 : 2016,). وقد تبنت الباحثة تعريف الخزرجي (2006) تعريفاً نظرياً لها لاعتمادها مقياس الاستقرار النفسي الذي اعدته الخزرجي في البحث الحالي .

التعريف الاجرائي للاستقرار النفسي :- هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (معلم او معلمة) في ضوء اجابته على فقرات مقياس الاستقرار النفسي.

الاطار النظري والدراسات السابقة:

أولا: المساندة الاجتماعية social support: ربما تكون بداية ظهور اصطلاح المساندة الاجتماعية حديثاً في العلوم الإنسانية مع تناول علماء الاجتماع لهذا المفهوم في اطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية اذا صاغوا اصطلاح شبكة العلاقات الاجتماعية (social Net Work) الذي يعد البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية (social support) والذي يطلق عليه بعضهم اسم الموارد الاجتماعية او الإمكانات الاجتماعية (الشناوي وعبد الرحمن ، 1994 : 3) إلا أن المساندة الاجتماعية حظيت باهتمام كبير من الباحثين بعد أن نشر كابلن (caplan 1974) دراسته التي تضمنت اصنافاً متنوعة من المساعدة والعون التي تقدم من افراد الاسرة والأصدقاء والجيران والآخرين الى الفرد.(الخالدي ، 2008 : 1) ، واختلف الباحثون في تناولهم للمساندة

الإجتماعية تبعا للمنظور الذي ينظر من خلاله كل باحث، وسوف نتناول بعض النظريات الرئيسية التي تناولت موضوع المساندة الاجتماعية وكالاتي :

1- **نظرية التعلق الوجداني Emotional attachment theory:** تعد نظرية التعلق الوجداني التي افترضها كل من بولبي Bowlby و انسيوورث Aniswaorth ، من اكثر النظريات التي فسرت المساندة الاجتماعية لدى الفرد ، وتنص هذه النظرية على ان الفرد يسعى الى البحث للوصول الى كافة أنواع التعلق المقدمة من قبل الاخرين المحيطين به (Zheng et. al , 2004 : 167) وهي تركيز على استخدام المساندة الاجتماعية المتاحة لتجنب الاضطرابات النفسية التي قد يتعرض لها الفرد والتخفيف منها (الشاعر ، 2005 : 89)، وتفترض ان الانسان يبحث عن مختلف اشكال التعلق المقدمة من الاخرين ، وقد يكون لخبرات التعلق وحدوث نوع المساندة تضمينات مؤثرة في الشخصية والارتقاء الاجتماعي ، وتكون مهمة العلاقات القائمة بين الفرد والقائمين على رعايته خلال مراحله النمائية المختلفة تقديم المساندة له.(Zheng et. al , 2004 : 168). ان نتائج التعلق تمثل دوراً ايجابياً ومهماً في اكتساب الفرد كافة المهارات التي تساعده على التغلب على الصعوبات التي تواجهه في حياته والتعرض لكافة الخبرات ، ولكن دون وجود مخاطر يتعرض لها الفرد للتحقق من صحة الآراء والأفكار الشخصية ، واكتساب السلوكيات الإيجابية من خلال الحب والدفء والأمان (دانيال ، 2012 : 162).

2- **نظرية التبادل الاجتماعي social exchange theory:** ترى أن الافراد في العلاقات التبادلية يقدمون بتقديم الفائدة مع توقع تلقيها في الوقت نفسه ، كما ان وجود أي اضطرابات في توقع تلقي المساندة او تقديمها سوف يؤدي الى المشاعر السلبية (Jonzon & Lindbald , 2004 : 191)، وتتميز المساندة الاجتماعية بأن لها خاصية تبادلية لكونها علاقة تتضمن الاعتماد المتبادل الذي يتم ارادياً ويسمح بالتفاعل بين الافراد ، وفي ظل هذه العلاقة يحصل الافراد على فوائد عديدة منها المساندة والتشجيع والثقة بالنفس والتقييم الإيجابي للذات (رضوان ، 2006 : 75)، وتركز هذه النظرية على وجود العديد من الاليات المعرفية التي يحبذ الشخص استخدامها عند تبادل المساندة مع الاخرين وهي :

- ادخار المساندة : بمعنى ان الشخص لديه رصيد من المساندات كان يقدمها في الماضي للآخرين ، وان ما يقدمه للآخرين حاليا من مساندة تعد قليلة في نطاق المساندة التي كان يقدمها لهم في الماضي
- القابلية للمساواة بين ما يتلقاه من الاخرين وان لا يطلب منهم فوق طاقتهم
- المقارنة الاجتماعية بين ما يحصل عليه الان من مساندة وما كان يحصل عليه في الماضي (غانم ، 2002 : 41)

- المودة او الوحدة المترابطة : وتعني ان افراد المجتمع الواحد من المفترض ان يكونوا مترابطين في وحدة عضوية نفسية اجتماعية واحدة ، وان المودة والحب والعطاء سلوك سائد داخل الاسرة وبالتالي فان ذلك سينعكس عليهم .
- الانتباه الانتقائي او الاختباري : وهي قدرة الشخص على ادراك ما يقدمه للاخرين وما يعجز عن تقديمه ، حتى ان كان على المستوى الشعوري للشخص المقدم للمساندة
- استمرارية الشخصية هي وعي الشخص بان المساندة الاجتماعية بانواعها المختلفة يمكن ان تقدم في جميع مراحل الحياة المختلفة وان اختلفت الأنواع.

3- **النظرية البنائية Constructivist theory :-** ترى النظرية البنائية ان الدعم يؤثر بشكل مباشر من الصحة من خلال تعزيز احترام الذات والتنظيم الذاتي ، بغض النظر عن وجود التوتر(2000:29, akey & LCohen)، فالاتجاه البنائي في دراسته للمساندة الاجتماعية يقوم على افتراض ان الخصائص الكمية لشبكة المساندة تؤثر في التفاعلات المتبادلة بين الافراد وعلى عمليات التوافق مع احداث الحياة الضاغطة وتؤدي دوراً مهماً في تعزيز المواجهة الإيجابية لهذه الاحداث دون احداث أي اثار سلبية على الصحة النفسية (علي ، 2005 : 53)

نظرية المقارنة الاجتماعية social comparison theory : تؤكد هذه النظرية ان الافراد عند تعرضهم لأحداث الحياة الضاغطة وشعورهم بالحاجة الى المساعدة فانهم يسعون للاندماج وطلب المساندة من الاخرين الذي يفضلونهم او يتساوون معهم او الذين مروا بالخبرات الضاغطة حيث يقدم لهم هذا النمط من الاندماج توازناً ومعلومات ضرورية تعمل على تحسن مواقفهم في التعامل مع تلك الاحداث الضاغطة أي ان الحاجة هنا او المساندة تطلب من افراد بعينهم دون غيرهم (رضوان ، 2008 : 33)

النماذج المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية :- قدم (Cohen & Will,1992) نموذجين لتفسير الدور الذي تقوم به المساندة في مواجهة المشقة وهما :-

أ- **نموذج الاثار الرئيسية :-** يقوم هذا النموذج على مسلمة مفادها ان المساندة الاجتماعية ذات تأثير إيجابي على الصحة النفسية والبدنية للفرد وذلك بغض النظر عما اذا كان يتعرض لاحداث حياتية مثيرة للمشقة ام لا (الديداموني ، 2009 : 14)، ويعمل هذا النموذج على التخفيف من الاثار السلبية للضغوط التي يتعرض لها الفرد في حياته ومساعدته على تجنب الخبرات المؤلمة ، وتزويده بالخبرات الإيجابية ، ارشاده الى الكيفية التي يفعل بها دوره في المجتمع ، مما يساهم في احساسه بالاستقرار في مختلف مواقف الحياة ، معترفاً بأهمية الذات ، شاعراً بالكفاءة الشخصية (علي ، 2005 : 22)، وكلما نقص حجم المساندة في هذا النموذج كلما زاد احتمال التعرض للاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب ، محدثا خللا في الصحة

النفسية (الشناوي وعبد الرحمن ، 1994 : 37) كما أن له تأثيراً في الصحة البدنية من طريق آثار الانفعال على الهرمونات العصبية او انخفاض كفاءة جهاز المناعة ، او عن طريق التأثير في أنماط السلوك المتصل بالصحة مثل تدخين السجائر او تعاطي الخمور او البحث عن المساندة الطبية (, Cohen&Wills1985:98),

1- **نموذج الأثر الواقي والمخفف من الضغط :-** يعد هذا النموذج المساندة الاجتماعية احد المتغيرات النفسية الاجتماعية المعدلة او الملطفة ، او الواقية للعلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاصابة بالمرض على اعتبار ان المساندة ترتبط سلباً بالمرض او الحدث الضاغط ، فمن خلال المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من أعضاء اسرته وأصدقائه والمتمثلة في العلاقات الدافئة الحميمية تقل نسبة الأشخاص الذي يتعرضون للإصابة بالمرض (دياب ، 24006 : 67).

ثانيا: الاستقرار النفسي Psychological Stabilitity

1- **نظرية التحليل النفسي** : يرى فرويد ان الشخصية المستقرة مرتبطة بالأنا التي تعمل على حماية الشخصية واحداث حالة التوازن مع الظروف البيئية (هول ولندزي، 1971 : 55) فالشخص المستقر هو الذي تكون الانا عنده بمثابة المدير المنفذ للشخصية (الهابط 1985 : 48) ، وينتج عدم الاستقرار بسبب ضعف الانا وعدم قدرته على الوصول الى حلول تنتهي الصراعات التي تنشا بين نظم الشخصية الثلاثة (الهو ، الانا ، الانا الأعلى) ومطالب بالواقع (Shaffer , 1956 : 407)، في حين يرى سوليفان ان طبيعة العلاقات الشخصية المتبادلة هي التي تحدد درجة الإحساس بالاستقرار النفسي ، فالقلق هو نتاج العلاقات الشخصية المتبادلة وخبرة التوتر ، الذي ينتج عن اخطار حقيقة او موهومة تهدد احساسه بالاستقرار النفسي ، وكلما ازدادت خبرة التوتر كلما قلت قدرة الفرد على اشباع حاجاته ، وادت الى اضطراب علاقاته الشخصية المتبادلة واستقراره النفسي (هول و لندزي ، 1971 :191)

2- **النظريات النفسية الاجتماعية:** يرى ادلر أن الفرد مخلوق اجتماعي يتأثر بالقوى الاجتماعية اكثر من القوى البيولوجية ، يمكن ان يعيش حياته بأمان واستقرار ويحقق أهدافه اذا ارتبط بعلاقات اجتماعية مع الاخرين (صالح ، 1987: 106) ويؤكد أهمية العلاقات الاجتماعية في إقامة التوازن (الاستقرار) النفسي في حياة الفرد (كمال ، 1988 : 126)، أما يونج فقد اعتمد مصطلح الذات المرادف لمعنى النفس أو الشخصية وأعتبر الذات من pmp المكونات الأساسية للشخصية ، وفسر الاستقرار النفسي بالاعتماد على الذات ، فالشخصية المستقرة والمتميزة عن الآخرين تكتسب من خلال التفاعل بين الذات واللاشعور الجمعي واللاشعور الفردي ، إذ يتم التوافق بينها من خلال عملية التسامي (الخزرجي ، 2006 : 38)

أما هورناي فهي ترى إن التوافق يقود الى السواء والاستقرارر النفسي ، واللاتوافق يقود الى العصاب (عدم الاستقرار) ويعود ذلك الى التنشئة الاجتماعية ، وإن القلق وعدم الشعور بالأمان مصدران أساسيان لما يشعر به الفرد ، ويؤديان الى العزلة والتعاسة (داؤود ، 1990 : 181).

3- **النظريات الانسانية:** تتكون الشخصية عند روجز من ثلاثة مفاهيم (الكائن العضوي والمحال الظاهري والذات) فالكائن العضوي يعني الفرد بكليته ، أفكاره ، سلوكه ، ووجوده الجسمي ، أما المجال الظاهري فيشير الى كل ما يخبره الفرد ، ويتفاعل معه ويتأثر به من المواقف ، أما الذات فتعني الكل العضوي الثابت ، والمنظم والمؤلف من مدكارت الفرد ، وعلاقته بالآخرين ، فعندما يحول الفرد خبراته الى رموز يدركها ويقيمها في ضوء مفهوم الذات والمعايير الاجتماعية ، فان تطابق معها فإنها تؤدي الى الاستقرار وعدم التوتر ، وإن تعارضت أدت الى التوتر وعدم الاستقرار (الزبيدي والشمري، 1999 : 26) ، ولكي يصل الفرد الى الاستقرار عليه أن يقيم خبراته باستمرار حتى يحدد فيما إذا كانت هناك ضرورة لاجراء تعديل في بناء القيم وذلك للتفاعل مع الخبرات المستمرة (هول ولندزي ، 1971 : 613)، ويرى ماسلو أن الفرد يسعى الى تحقيق الحاجة الى الاستقرار وذلك عن طريق وجوده داخل مجتمع آمن ومستقر ، تحكمه النظم والقيم الأخلاقية والدينية والروحية التي تجعله في حالة الاستقرار والطمأنينة ، فشعور الفرد بالسعادة والاستقرار النفسي يعتمدان على مستوى الحاجات التي يتمكن من الوصول اليها(1970:453 ,Maslow) فالفرد الذي يشبع حاجات تحقيق الذات يكون اكثر سعادة واستقراراً من فرد آخر ما زال في مستوى اشباع الحاجات الدنيا (حمادي ، 2009 : 35).

4- **النظرية الوجودية:** تميزت هذه النظرية بتقسيمها الشخصية وفقاً لنمطين أساسين ، يمكن أن تصنف على أساسهما الى شخصية مستقرة وغير مستقرة ، مما جعل العديد من العلماء يتبنى هذين النمطين في وضع المعايير للأشخاص المستقرين ، وغير المستقرين نفسياً وهذان النمطان هما (الشخصية الاصلية والشخصية غير الاصلية) (العبيدي ، 1991 : 46)، وحسب النظرية الوجودية ، فإن شخصية الفرد المستقرة لديها شجاعة في مواجهة المستقبل ، وذلك من خلال معرفة الفرد لقدراته وامكاناته والتي يكون لديه القدرة لتحمل النتائج التي ستترتب على افعاله ، ويرى الوجوديون أن الاستقرار النفسي للفرد يكون في الحرية التي يملكها وما لديه من قيم دينية في اللجوء الى الله وعبادته. (الخزرجي ، 2006 : 53) وحسب راي رولومي (Rolomay 1935) ، إن الشخص المستقر نفسياً هو ذلك الشخص القادر على تكوين حالة من التوازن بين الاشكال الثلاثة للوجود (الوجود المحيط بالفرد ، الوجود الخاص بالفرد ، الوجود المشارك في العالم) (أبو عيطة ، 1997 : 181) .

5- **ايزنك:** اعتقد أن الشخصية يمكن وصفها عن طريق ثلاثة أبعاد أساسية هي :-

- الانطواء – الانبساط

- الاستقرار – عدم الاستقرار
- الذهانية (Bourn & Nancy , 1998 : 518): ويقول ايزنك إن العديد من الجوانب المهمة للشخصية الإنسانية يمكن أن تفهم من خلال الارتباط ما بين البعدين الاستقرار – عدم الاستقرار (Carlson et al, 2000 :431) ، فالاستقرار النفسي حالة يتصف بها الفرد لتوفير حاجاته ومطالبه من البيئة التي تحقق له الاشباع الكامل (Eysenck et.al 1972:25). ويصف ايزنك بعد الاستقرار – عدم الاستقرار ، من خلال وصف الناس فيقول إن الناس المستقرون هم الذين يسيطرون على انفعالاتهم ولا يستثارون بسهولة ، وهم عموما هادئون ، يوثق بهم ، ثابتون ويبدو عليهم الانضباط ، وفي الطرف الاخر هم الناس غير المستقرين ، ويكونون مزاجيين وقلقين ، ويتسمون بالحساسية وسرعة التهيج وهم الناس المصابون بالعصاب النفسي او المرض النفسي وفي الغالب يعانون متاعب في النوم والآم الصداع (العيسوي ، 2002: 68)

دراسات سابقة: بما ان عينة البحث الحالي هم من المعلمين – المعلمات الذين يكملون دراستهم وهم مستمرون بعملهم في مدارسهم ، ولأن الباحثة لم تعثر الا على دراسة واحدة تناولت متغير المساندة الاجتماعية مشابهة لعينة البحث الحالي عليه سوف يعرض البحث دراسات سابقة عيناتها من معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية أو الفئات القريبة منها كما يلي : –

أولا: الدراسات التي تناولت المساندة الاجتماعي :-

1- دراسة عبد الحميد 1996: هدفت الدراسة التعرف على تأثير كل من المساندة الاجتماعية وضغط العمل في رضا معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية عن العمل ، والتعرف على الفروق بين المعلمين والمعلمات في كل من المساندة الاجتماعية وضغط العمل والرضا عن العمل ، وتكونت عينة الدراسة من (187) معلماً ومعلمة ، تم تطبيق مقاييس المساندة الاجتماعية وضغط العمل ورضا المعلم عن العمل، وقد أوضحت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في كل من المساعدة المالية والصحية والاجتماعية الملموسة لصالح المعلمين في كل الحالات ، ووجود فرق دال احصائياً بين المعلمين والمعلمات في أحد أبعاد ضغط العمل لصالح المعلمين ووجود تأثير إيجابي دال احصائياً للمساندة الاجتماعية الكلية على الرضا الكلي عن العمل لدى المعلمات ، ووجود تأثير سلبي دال احصائيا لضغط العمل الكلي على الرضا الكلي في العمل لدى كل من المعلمين والمعلمات بالمرحلة الابتدائية ، لا تخفف المساندة الاجتماعية تأثير ضغط العمل الكلي على الرضا الكلي عن العمل لدى المعلمين والمعلمات باستثناء حالتين فقط هما المساعدة المالية والمساندة من الأسرة والأقارب ، إضافة الى نتائج أخرى(عبد الحميد ، 1996).

2- دراسة الفريحات 2017 : هدفت الدراسة الى قياس مستوى ضغط العمل لدى معلمي المرحلة الثانوية في محافظة عجلون ، ودرجة تقديريهم لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لهم من وجهة نظرهم ، وعلاقتها بمتغيري الجنس والخبرة ، تكونت عينة الدراسة من (264) معلماً ومعلمة ممن يعملون في المدارس الحكومية ، ولتحقيق اهداف البحث قام الباحث بإعداد اداتي الدراسة(مقياس ضغوط العمل والمساندة الاجتماعية) ، وبعد المعالجة الإحصائية أظهرت النتائج أن مستوى ضغوط العمل ودرجة تقديراتهم لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لهم كانت مرتفعة ، وعدم وجود فروق بين متوسط درجات عينة الدراسة على مقياس ضغوط العمل والمساندة الاجتماعية يعزى الى متغيري الجنس والخبرة ، وإن هناك علاقة ارتباطية بين مستوى ضغوط العمل والمساندة الاجتماعية (الفريحات ، 2017 : 447).

3- دراسة مصطفى (2019): هدفت الدراسة الى التعرف على علاقة العبء المعرفي والمساندة الاجتماعية وفعالية الذات والقلق بالرضا الدراسي لدى الطلبة المعلمين ، وكذلك الى تحديد مدى إسهام هذه المتغيرات في التنبؤ بالرضا الدراسي في مقرر القياس والتقويم المقدم لطلبة الدبلوم العام بكلية الدراسات العليا للتربية ، تكونت عينة الدراسة من (199) طالباً وطالبة ، أعدت الباحثة مقياس الرضا الدراسي عن مقرر القياس والتقويم من مقياس العبء المعرفي ، واعتمدت مقياس أسماء السرسي وأماني عبد المقصود للمساندة الاجتماعية ونبيل عيد الزهار ودنيس هوسفر لقائمة قلق الاختبار ومقياس فعالية الذات لاماني عبد المقصود و سميرة محمد شند وبعد المعالجة الإحصائية أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا الدراسي عن مقرر القياس والتقويم وكل من العبء المعرفي وفعالية الذات والمساندة الاجتماعية من قبل الاسرة ووجود علاقة ارتباطه موجبة بين الرضا الدراسي عن مقرر القياس والتقويم وكل من العبء المعرفي وفعالية الذات والمساندة الاجتماعية من قبل الأسرة ، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الرضا عن مقرر القياس والتقويم وكل من العبء المعرفي (الداخلي والخارجي)، في حين كانت العلاقة غير دالة بين كل من الرضا الدراسي عن مقرر القياس والتقويم وكل من المساندة من قبل الاقران والرضا الذاتي عن المساندة والقلق، ووجود علاقة دالة احصائياً لكل من العبء الخارجي والعبء الداخلي وثيق الصلة بالقلق والمساندة من قبل الاسرة وفعالية الذات في التنبؤ بالدرجة الكلية للرضا الدراسي في مقرر القياس والتقويم (مصطفى ، 2019 : 309-310).

4- **دراسة كاتسانتونيس (katsantonis, 2020):** هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين فعالية الذات والمساندة الاجتماعية الإيجابية ومواجهة الضغوط المرتبطة بالوظيفة لدى المعلمين ، ومعرفة الفروق بين الذكور والاناث في فعالية الذات والمساندة الاجتماعية الإيجابية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (100) معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الابتدائية ، وما قبل الابتدائية في المدارس الحكومية ، ولتحقيق اهداف البحث تم اعتماد مقياس المساندة الاجتماعية ل(Seidman &Zager, 1987) ومقياس مواجهة الضغوط

ل (Seidman &Zager, 1997) ومقياس فعالية الذات ل (Tschannen– Moran& woolfolk– Hay–2001) ، وقد أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة قوية بين فعالية الذات والمساندة الاجتماعية، ووجود فروق بين الذكور والاناث في فعالية الذات لصالح الذكور ، وكذلك وجود فروق بين الذكور والاناث في المساندة الاجتماعية لصالح الاناث .(katsantonis, 2020:141)

ثانيا: الدراسات التي تناولت الاستقرار النفسي

1- **دراسة الجميلي (2004):** هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى الاستقرار النفسي لدى عينة من المعلمين والمدرسين ، وأساتذة الجامعة والأطباء والموظفين ، والشعراء والصحفيين والفنانين وطلبة الجامعة وطلبة الإعدادية ، وشريحة الفلاحين ، والعمال، كما استهدفت الدراسة الكشف عن اسهام المتغيرات (الشريحة الاجتماعية ، الجنس ، الحالة الاجتماعية ، التحصيل الدراسي ، العمر) في الاستقرار النفسي ، وبلغت عينة الدراسة (560) فرداً ، ولتحقيق أهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس الاستقرار النفسي ، وقد دلت النتائج ان (71.50%) من افراد العينة يتمتعون باستقرار نفسي عال و (29.49 %) من افراد العينة الذكور يتمتعون باستقرار نفسي واطئ وإن الاناث أقل استقراراً من الذكور. (الجميلي 2004)

دراسة كجوانَ (2016): هدفت الدراسة إلى قياس الاستقرار النفسي لدى مدرسي المرحلة الثانوية وفق متغير الجنس (ذكور – اناث) وتكونت عينة البحث من (80) مدرساً ومدرسة بواقع (40) مدرساً و (40) مدرسة ، ولتحقيق أهداف البحث تنبى الباحث مقياس طيبل وآخرين (2008)،وقد أظهرت النتائج اتصاف مدرسي المرحلة الثانوية بمستوى عال من الاستقرار النفسي ، ووجود فرق بين الذكور والاناث في الاستقرار النفسي لصالح المدرسين (كجوان ، 2016 : 297 –298).

تعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة تبين أن الدراسات جميعها قد اجريت على فئات المعلمين ماعدا دراسة مصطفى (2019) التي اجريت على المعلمين المتفرغين دراسيا، كما أنها تناولت متغيري البحث الحالي كلٌ على حدة، أما الدراسة الحالية فقد إنفردت بتناولها عينة طلبة الكلية التربوية حيث أنهم يجمعون بين الوظيفة والدراسة معاً اضافة الى أنها تناولت متغيري المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي سوية.

وقد استفادة الباحثة من الدراسات في صياغة الاهداف ومنهجية البحث واستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة

إجراءات البحث:

منهجية البحث: تم استخدام منهج البحث الوصفي الذي يعرف بانه طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على اشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها (المحمودي، 2019 : 46) ، ومن نوع الدراسات الارتباطية الذي تعمل على جمع البيانات من عدد من المتغيرات و تحديد ما اذا كانت هناك علاقة بينها، وإيجاد قيمة تلك العلاقة والتعبير عنها بشكل كمي من خلال ما يسمى بمعامل الارتباط (أبو زايدة ، 2012 : 47).

اولا :مجتمع البحث*: ويقصد بالمجتمع على أنه جميع الوحدات أو الأفراد أو المشاهدات التي تشترك في صفة أو مجموعة من الصفات تميزها عن غيرها، ويرغب الباحث في تعميم نتائجها (مصطفى، 2019: 18) ويشمل مجتمع البحث الحالي على طلبة الكلية التربوية المفتوحة /مركز نينوى للعام الدراسي 2023–2024 والبالغ عددهم (595)طالباً وطالبة، (355) ذكور و(240) إناث، موزعين على عشر اقسام ،كما في الجدول(1)

جدول (1) توزيع مجتمع البحث حسب القسم والمرحلة والجنس

المرحلة / القسم	المرحلة الأولى		المرحلة الثانية		المرحلة الثالثة		المرحلة الرابعة		مجموع حسب القسم
	ذكور	اناث	ذكور	اناث	ذكور	اناث	ذكور	اناث	
التربية الاسلامية	6	7	14	7	13	14	4	5	70
اللغة العربية	1	3	5	5	9	4	2	3	32
اللغة الانجليزية	–	7	12	7	20	17	1	4	68
الرياضيات	6	9	22	10	40	13	4	10	114
التاريخ	3	2	14	7	18	3	4	5	56
معلم صفوف اولية	2	7	9	9	7	7	8	9	58
الإدارة ارة التربوية	11	5	/	/	/	/	/	/	16
العلوم	8	3	/	/	/	/	/	/	11
التربية الفنية	27	13	28	16	14	16	9	8	131

علوم بدنية وتربية الرياضية	5	1	18	2	8	2	3	/	39
المجموع حسب المرحلة الجنس	69	57	122	63	129	76	35	44	595

*تم الحصول على هذه البيانات من ادارة مركز نينوى/ الكلية التربوية المفتوحة للعام الدراسي 2023 - 2024

ثانيا : عينة البحث: العينة هي جزء من المجتمع ، وهي عدد الحالات التي تؤخذ من المجتمع الأصلي وتجمع منها البيانات بقصد دراسة خصائص المجتمع الأصلي ، وبهذه الطريقة فإنه يمكن دراسة الكل عن طريق دراسة الجزء بشرط أن تكون العينة ممثلة للمجتمع المأخوذة منه (العسكري ، 2004 : 168)، وعليه قامت الباحثة باختيار المرحلتين الثانية والرابعة عينة للبحث الحالي ، والبالغ عددهم (245) طالباً وطالبة ، وموزعين على (166) طالباً وطالبة في المرحلة الثانية و (79) طالباً وطالبة في المرحلة الرابعة ، وبواقع (145) طالباً و(100) طالبة موزعين على (7) اقسام كما في الجدول (1) السابق ذكره (تم استبعاد قسم اللغة الإنجليزية المرحلة الثانية لكونها عينة الثبات)، ولدى التطبيق وتصحيح الاستمارات تبين ان (28) استمارة غير صالحة لعدم اكتمال الإجابة عنها ، وبذلك حذفت هذه الاستمارات فأصبحت العينة النهائية (217) طالباً وطالبة كما في الجدول (2)

جدول (2) توزيع افراد عينة البحث على الأقسام حسب المرحلة والجنس

المرحلة / القسم	المرحلة الثانية		المرحلة الرابعة		مجموع حسب القسم
	ذكور	اناث	ذكور	اناث	
التربية الاسلامية	14	7	4	5	30
اللغة العربية	5	5	2	3	15
اللغة الانجليزية	/	/	1	4	5
الرياضيات	17	7	4	10	38
التاريخ	12	3	4	4	23
معلم صفوف اولية	9	9	8	9	35
التربية الفنية	25	13	8	8	54
علوم بدنية وتربية الرياضية	13	2	2	/	17

المجموع حسب الجنس	95	46	33	43	217

ثالثا: اداتا البحث : لتحقيق اهداف البحث الحالي في قياس متغيراته لا بد من توافر أداة لقياس المساندة الاجتماعية واداة لقياس الاستقرار النفسي ، فقد أعدت الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية وتبنت مقياس الخزرجي(2006) للاستقرار النفسي.

مقياس المساندة الاجتماعية Social support: أجرت الباحثة مسحاً للبحوث والدراسات السابقة التي تناولت متغير المساندة الاجتماعية ، ولعدم توفر مقياس عراقي أو عربي لقياس المساندة الاجتماعية يلائم عينة البحث المتمثلة بطلبة الكلية التربوية المفتوحة، واستطاعت الباحثة الاستفادة من تلك الدراسات في صياغة فقرات مقياس المساندة الإجتماعية وبالاعتماد على نظرية التبادل الاجتماعي Social exchang Theory.

1 – صياغة فقرات المقياس :- بعد ان تم تحديد مفهوم المساندة الاجتماعية نظرياً، تمكنك الباحثة من صياغة (30) فقرة ، وقد وضعت أمام كل فقرة ثلاثة بدائل هي (تنطبق علي غالباً ، تنطبق على احياناً ، لا تنطبق علي) اعطيت للبديل الأول ثلاث درجات ، وللبديل الثاني درجتان ، وللبديل الثالث درجة واحدة.

2-الخصائص السيكومترية للمقياس:-

أ/الصدق vatidity :-

- **الصدق الظاهري** : هو المظهر العام للاختيار، أو الصورة الخارجية له (مجيد ، 2014 : 102) ، لذلك فقد عرضت الباحثة فقرات المقياس بصيغته الأولية ، على مجموعة من الخبراء والمحكمين والمتخصصين في مجال العلوم التربوية و النفسية ،للاستفادة من آرائهم ومقترحاتهم في مدى ملائمة أو عدم ملائمة الفقرات لمتغير المساندة الإجتماعية او حاجتها الى التعديل، وتم الأخذ بآرائهم وذلك من خلال اعتماد بنسبة 80% من اتفاق الخبراء معياراً لقبول الفقرات او رفضها ، وبناءعلى ملاحظاتهم ثم قبول فقرات المقياس ، مع اجراء بعض التعديلات البسيطة من حيث لغة واسلوب بعض الفقرات لكي تتلاءم مع عينة البحث ، فأُجري تعديل على الفقرة رقم (1) يقف زوجي/ زوجتي معي في المواقف الصعبة الى تقف اسرتي معي في المواقف الصعبة، والفقرة رقم (10) يحاول الاخرون التقرب مني الى يتقرب الأخرون مني لمساعدتي .
- **التحليل الاحصائي للمقياس (القوة التمييزية)** :- إن الهدف الرئيس من التحليل الاحصائي للفقرات هو الاحتفاظ بالفقرات المميزة واستبعاد الفقرات غير القادرة على التمييز للمقياس (Frisble , 1991:392 &Ebel) ويشير كرونباخ أن هناك علاقة قوية بين القوة التمييزية للفقرات ، ودقة المقياس (شلبي ، 2001 : 77) ، وتعد القوة التمييزية لقدرة الفقرات على تمييز إجابات الطلبة ذوي الدرجات العالية في الظاهرة، أو السمة المقاسة وبين الطلبة ذوي الدرجات المتدنية في المقياس، بمثابة الصدق الداخلي والخارجي للأداة

(Gronlund, 1977 : 253)، ولغرض الحصول على الفقرات المميزة طبقت الباحثة المقياس على عينة التمييز من طلبة المرحلتين الاولى والرابعة والتي اختيرت بطريقة عشوائية والبالغة (159) طالباً وطالبة، وبعد الانتهاء من تصحيح الاستمارات ثم اهمال (9) استمارات لعدم اكتمال الاجابة عليها ، وبذلك اصبحت عينة التمييز تبلغ (150) طالباً وطالبة بصورتها النهائية ، وتم حساب الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات المقياس ومن ثم ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى ادنى درجة واختيرت نسبة 27 % من الاستمارات الحاصلة على درجات عليا والتي بلغت (41) استمارة و 27% من الاستمارات الحاصلة على درجات دنيا والتي بلغت (41) استمارة ايضاً ، وتم حساب القوة التمييزية باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وباستعمال الحقيبة الإحصائية لتحقيق هذا الغرض ، تم التحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين (العليا، والدنيا) وعند مقارنة القيمة التائية المحسوبة بالقيمة الثانية الجدولية. والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (80) ظهر أن الفقرات جميعها كانت ذات دلالة إحصائية .

جدول (3) القوة التمييزية لفقرات مقياس المساندة الاجتماعية

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة(ت) المحتسبة	مستوى الدلالة
	س -	+ - ع	س -	+ - ع		
.1	2.014	0.548	1.414	0.619	**4.647**	**معنوي**
.2	1.991	0.616	1.391	0.518	**4.773**	**معنوي**
.3	2.082	0.791	1.482	0.460	**4.199**	**معنوي**
.4	2.014	0.897	1.414	0.497	**3.746**	**معنوي**
.5	2.309	0.532	1.709	0.564	**4.955**	**معنوي**
.6	2.241	0.641	1.641	0.640	**4.241**	**معنوي**
.7	2.059	0.656	1.459	0.780	**3.770**	**معنوي**
.8	1.991	0.518	1.391	0.508	**5.295**	**معنوي**
.9	2.105	0.500	1.505	0.710	**4.424**	**معنوي**
.10	1.855	0.787	1.255	0.827	**3.365**	**معنوي**
.11	2.059	0.463	1.459	0.855	**3.951**	**معنوي**
.12	2.195	0.511	1.595	0.870	**3.808**	**معنوي**
.13	1.855	0.745	1.255	0.449	**4.417**	**معنوي**
.14	2.173	0.689	1.573	0.434	**4.718**	**معنوي**
.15	2.105	0.567	1.505	0.841	**3.788**	**معنوي**
.16	2.059	0.797	1.459	0.785	**3.434**	**معنوي**
.17	2.400	0.548	1.800	0.353	**5.894**	**معنوي**
.18	2.173	0.929	1.573	0.743	**3.230**	**معنوي**
.19	2.195	0.520	1.595	0.624	**4.730**	**معنوي**

.20	2.105	0.518	1.505	0.815	**3.978**	**معنوي**
.21	2.468	0.548	1.868	0.353	**5.894**	**معنوي**
.22	2.105	0.515	1.505	0.903	**3.696**	**معنوي**
.23	2.150	0.436	1.550	0.530	**5.599**	**معنوي**
.24	2.241	0.980	1.641	0.968	**2.789**	**معنوي**
.25	2.264	0.651	1.664	0.611	**4.304**	**معنوي**
.26	2.218	0.963	1.618	0.858	**2.979**	**معنوي**
.27	2.286	0.889	1.686	0.932	**2.983**	**معنوي**
.28	2.423	0.425	1.823	0.603	**5.209**	**معنوي**
.29	2.105	0.475	1.505	0.287	**6.921**	**معنوي**
.30	2.491	0.986	1.891	0.482	**3.502**	**معنوي**

***ت جدولية : 1.96 عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 80**

ب/الثبات:- لاستخراج ثبات مقياس المساندة الاجتماعية ، استخدمت الباحثة الطريقتين الآتيتين :-

❖ **طريقة الفاكرونباخ (Cranbach Alpha Method) :-** يسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة بمعامل الاتساق الداخلي، ويشير إلى حساب الارتباطات بين درجات جميع فقرات المقياس على أساس أن الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته وذلك يعد مؤشراً على أتساق استجابات الفرد والتجانس بين فقرات المقياس (عودة والخليلي ، 2000: 254) ، وقد تم استخراج معامل الاتساق الداخلي لمقياس المساندة الاجتماعية باستخدام معادلة الفاكرونباخ (croubach Alpha) ، حيث بلغ معامل ثبات الفا لمقياس المساندة الاجتماعية (0.79)، وهو معامل ثبات جيد ، حيث يشير العيسوي (1985) الى أن معامل الثبات الذي يتراوح بين(70.0– 0.90) هو مؤشر جيد لاختبار الثبات (العيسوي ، 58:1985).

إعادة الاختبار Test - Retest : تعتمد هذه الطريقة على تطبيق المقياس على المجموعة نفسها من الافراد مرتين متلاحقتين متباعدتين (اسبوعين تقريباً) ثم نقارن درجات المقياس في المرتين ويستخرج معامل الارتباط بينهما (العيسوي ، 50:2005) ، ولتحقيق هذا الاجراء طبقت الباحثة المقياس على عينة من طلبة المرحلة الثانية قسم اللغة الانجليزية والبالغ عددها (19) طالباً وطالبة بتاريخ2023/12/11. واعيد تطبيقهُ مرة ثانيةعلى العينة نفسها بفاصل زمني فترة اسبوعين بتاريخ 2023/12/26 ، وتم استخراج معامل الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية باستخدام معامل ارتباط بيرسون ، وقد بلغت درجة معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين (0.79) وهو معامل ارتباط جيد.

ج- وصف المقياس : تكون مقياس المساندة الاجتماعية بصيغته النهائية من (30) فقرة ، أمام كل فقرة ثلاثة بدائل هي(تنطبق علي غالباً ، تنطبق علي احياناً ، لا تنطبق علي) تقابلها الدرجات (3 ، 2 ، 1) على التوالي، وبذلك تراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (30) درجة وهي ادنى درجة وبين (90) درجة وهي أعلى درجة ، ومتوسط فرضي (60) درجة .

مقياس الاستقرار النفسي : لأجل تحقيق أهداف البحث تم الاعتماد على مقياس الخزرجي (2006) الذي يتكون من (29) فقرة ، يوجد أمام كل منها ثلاثة بدائل هي (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي أحيانا ، لا تنطبق علي ابداً).

أ/صدق المقياس : تم الاعتماد على الصدق الظاهري في استخراج صدق الأداة وذلك بعرض فقرات المقياس بصيغته الأولية ،على مجموعة من الخبراء والمحكمين والمتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية وبناءً على ملاحظاتهم تم قبول جميع فقرات المقياس، مع اجراء بعض التعديلات البسيطة من حيث لغة وأسلوب بعض الفقرات لكي تتلاءم مع عينة البحث، والتي حصلت نسبة 8% الجدول (4) .

جدول (4) التعديلات التي اجريت على بعض فقرات مقياس الاستقرار النفسي بناءً على ملاحظات الخبراء

تسلسل الفقرة في المقياس	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
7	اتقبل نقد افراد اسرتي وأصدقائي دون ان اشعر بالانزعاج.	اتقبل نقد افراد اسرتي وأصدقائي دون انزعاج.
10	أخاف الموت رغم انه حقٌ علينا.	اؤمن بان الموت حقٌ علينا.
12	افضل الالتزام بالمظاهر الاجتماعية.	التزم بالمظاهر الاجتماعية.
14	اشعر ان مهنتي في المستقبل ستساعدني على تكوين اسرة.	أرى ان مهنتي ستساعدني على تكوين اسرة.
18	انام نوماً عميقاً خال من الكوابيس الليلية.	انام نوماً عميقاً خالياً من الكوابيس.
20	من الأفضل ان أكون شخصاً يأخذ اكثر مما يعطي.	افضل ان اخذ من الاخرين اكثر مما اعطي.
24	مساعدة اهلي في البيت وإنجاز واجباتي معاً يشعراني بالضيق.	اتضايق عندما أُساعد اهلي وإنجاز واجباتي معاً.

25	اشعر بالرغبة في الانسحاب عندما أكون مع الاخرين.	ارغب في الانسحاب عندما أكون مع الاخرين.
26	اشعر بالضيق والانزعاج عندما يتحدث الاخرون بسرعة ودون توقف.	انزعج عندما يتحدث الاخرون بسرعة ودون توقف.

ب) الثبات : تم استخراج الثبات لمقياس الاستقرار النفسي بطريقتين وهي:-

طريقة الفاكرونباخ: تم استخراج معامل الاتساق الداخلي لمقياس الاستقرار النفسي باستخدام معادلة الفاكرونباخ(Croubach Alpha)،حيث بلغ معامل ثبات الفا لمقياس المساندة الاجتماعية (0.85) ، وهو معامل ثبات جيد.

اعادة الاختبار: ولتحقيق هذا النوع من الثبات طبقت الباحثة المقياس على عينة من طلبة المرحلة الثانية قسم اللغة الانجليزية والبالغ عددها (19) طالباً وطالبة بتاريخ12/11/ 2023 وأُعيد تطبيقهُ مرة ثانية على العينة ذاتها بفاصل زمني فترة اسبوعين بتاريخ 2023/12/26 ، وتم استخراج معامل الثبات لمقياس الاستقرار النفسي باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وقد بلغت درجة معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين (0.83) وهو معامل ارتباط جيد.

ج- وصف المقياس: تكون مقياس الاستقرار النفسي بصيغته النهائية من (29) فقرة ، أمام كل فقرة ثلاثة بدائل هي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي احياناً ، لا تنطبق علي ابداً) تقابلها الدرجات (3،2،1)على التوالي، وبذلك تراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين(29) درجة وهي ادنى درجة وبين(87) درجة وهي أعلى درجة ، ومتوسط فرضي (58) درجة.

رابعاً : التطبيق النهائي: طبقت الباحثة مقياسي المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي على أفراد العينة من طلبة المرحلة الثانية والرابعة في الكلية التربوية المفتوحة في الفترة الواقعة بين 12/28/ 2023 الى 2024/1/14.

عرض نتائج البحث ومناقشتها: سيتم عرض ومناقشة النتائج التي تم التوصل اليها وكما موضح في ادناه:

1-عرض ومناقشة الهدف الاول: التعرف على درجة المساندة الاجتماعية لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة: لغرض التعرف على درجة المساندة الاجتماعية لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة وبعد تطبيق المقياس بصيغته النهائية على عينة البحث الأساسية والبالغ عددها (217) طالباً وطالبة، وبعد تحليل

استجابات الطلبة ، فقد تبين أن المتوسط الحسابي المحقق قد بلغ (71.410) بانحراف معياري (8.888) وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (60)، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة One sample T-test ، اتضح أن القيمة التائية المحسوبة (18.910) أي أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.960) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (216)، وهذا يعني وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي المحقق.، والجدول (5) يوضح ذلك

الجدول (5) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس درجة المساندة الاجتماعية لعينة البحث الاساسية

العدد	الوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية	
217	71.410	60	8.888	18.910	1.960 (216)(0,05)	يوجد فرق دال

وتشير هذه النتيجة إلى أن طلبة الكلية التربوية المفتوحة يتمتعون بدَرجة جيدة من المساندة الاجتماعية، وقد يرجع سبب ذلك الى شعور الطلبة بوجود المساندة الاجتماعية من المحيطين بهم والتي بدورها تؤدي الى التخفيف من الآثار الناجمة عن ضغوط الدراسة والعمل التي تواجههم، كما يشير كل من (Sarason, Levine, Basham, S,1983) الى أن المساندة الاجتماعية تؤدي دوراً بارزاً في تخفيف الاصابة بالاضطرابات النفسية، وتساعد عل تعميق التوافق النفسي والاجتماعي للفرد، وتقي الفرد من الآثار التي يتعرض لها في مواجهتهِ لاحداث الحياة الضاغطة، فالمساندة الاجتماعية تعني وجود اشخاص يثق بهم الفرد ويبادلونه المحبة والتقدير ويقدمون له العون والمساندة ويشمل مفهوم المساندة أن يدرك الفرد أن هناك عدداً كافياً من الاشخاص حوله يمكن أن يلجأ اليهم عندما يحتاج لذلك وأن يكون راضياً عن مساندتهم له (Sarason et. al ,1983:127)، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة فريحات (2017).

2- الهدف الثاني: التعرف على الفروق في درجة المساندة الاجتماعية وفق متغيري الجنس (ذكور، اناث) والمرحلة الدراسية (الثانية ، الرابعة):

الفروق في درجة المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغيرات: -

أ- متغير الجنس (ذكور، اناث): للتعرف على الفروق في درجة المساندة الاجتماعية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث). استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، قد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الذكور (72.117) بانحراف معياري (9.030)، أما المتوسط الحسابي لدرجات الاناث فقد بلغ (70.393) بانحراف معياري (8.628)، أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (1.408) أصغر من القيمة التائية الجدولية

(1.960) عند مستوى (0,05) ودرجة حرية (215)، مما يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين تبعا لمتغير الجنس، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في درجة المساندة الاجتماعية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث).

الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
الذكور	128	72.117	9.030	1.408	1.960 (215)(0,05)	غير دال
الاناث	89	70.393	8.628			

وتشير هذه النتيجة الى أن طلبة الكلية التربوية المفتوحة ذكوراً وإناثاً يتلقون المساندة الاجتماعية من خلال الجماعات التي ينتمون اليها كالأسرة والاصدقاء والزملاء في العمل أو المدرسة أو الكلية، تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث الضاغطة والمواقف السيئة التي يتعرضون لها ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الفريحات (2017) .

ب – المرحلة الدراسية (الثانية – الرابعة): للتعرف على الفروق في درجة المساندة الاجتماعية وفقاً لمتغير المرحلة الدراسية (الثانية – الرابعة) استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المرحلة الثانية (70.851) بانحراف معياري (8.693)، أما المتوسط الحسابي لدرجات المرحلة الرابعة فقد بلغ (72.447) بانحراف معياري (9.206)،أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (1.264) أصغر من القيمة التائية الجدولية (1.960) عند مستوى (0,05) درجة حرية (215)، مما يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين وفق متغير المرحلة الدراسية والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في درجة المساندة الاجتماعية وفقاً المرحلة الدراسية (الثانية –الرابعة)

المرحلة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
الثانية	141	70.851	8.693	1.264	1.960 (215)(0,05)	غير دال
الرابعة	76	72.447	9.206			

وتشير هذه النتيجة الى أن طلبة المرحلتين الثانية والرابعة يتلقون الكمية عينها من المساندة الاجتماعية، حيث أنهم يعيشون في المجتمع ذاتهِ ويتلقون الدعم المادي والعاطفي والمعرفي من الأسرة أو زملاء العمل أو في الكلية أو الاصدقاء في المواقف الصعبة التي يواجهونها في اثناء حياتهم، حيث تعينهم على مواجهة الآثار السلبية التي تحدثها تلك المواقف.

ولم تتناول اي من الدراسات السابقة التعرف على الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية.

3–عرض ومناقشة الهدف الثالث: التعرف على درجة الاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة:
لغرض التعرف على مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة وبعد تطبيق المقياس بصيغته النهائية على عينة البحث والبالغ عددها (217) طالباً وطالبة، وبعد تحليل استجابات الطلبة ، فقد تبين أن المتوسط الحسابي المحقق قد بلغ (69.110) بانحراف معياري (6.006) وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (58) وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة One sample T–test ، اتضح أن القيمة التائية المحسوبة (27.248) أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.960) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (216)، وهذا يعني وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي المحقق، والجدول (8) يوضح ذلك.

الجدول (8) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس درجة الاستقرار النفسي لعينة البحث الأساسية

العدد	المتوسط الحسابي المحقق	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية	
217	69.110	58	6.006	27.248	1.960 (216)(0,05)	يوجد فرق دال

وتشير هذه النتيجة الى أن طلبة الكلية التربوية المفتوحة يتمتعون درجة عالية من الاستقرار النفسي، ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الكلية التربوية المفتوحة يميلون الى الظهور بمستوى التوازن والاستقرار لتحقيق الاهداف التي رسموها لحياتهم من اكمال مسيرتهم العلمية، إضافة الى الدعم والمساندة الذي تقدمه لهم أُسرهم من جانب وإدارة الكلية والتدريسين من جانب آخر، إضافة الى الوضع الامني الذي تمر به المحافظة والاستقرار في جميع مجالات الحياة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الجميلي (2004)، ودراسة كجوان (2016) .

4-عرض ومناقشة الهدف الرابع: التعرف على الفروق في درجة الاستقرار النفسي وفق متغيري الجنس (ذكور، اناث) والمرحلة الدراسية (الثانية ، الرابعة)

الفروق في درجة الاستقرار النفسي تبعاً لمتغيرات: -

أ- متغير الجنس (ذكور ، اناث): للتعرف على الفروق في درجة الاستقرار النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث). استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الذكور (69.632) بانحراف معياري (5.564)، أما المتوسط الحسابي لدرجات الاناث فقد بلغ (68.359) بانحراف معياري (6.550)أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة (1.541) أصغر من القيمة التائية الجدولية (1.960) عند مستوى (0,05) درجة حرية (215)، مما يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث) ، والجدول (9) يوضح ذلك.

الجدول (9) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في درجة الاستقرار النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، اناث)

الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
الذكور	128	69.632	5.564	1.541	1.960 (215)(0,05)	غير دال
الاناث	89	68.359	6.550			

وتشير هذه النتيجة الى أن طلبة الكلية التربوية المفتوحة ذكوراً و إناثاً يتمتعون بالاستقرار النفسي بالدرجة نفسها ، ويمكن تفسير هذه النتيجة لعدة اسباب منها تطبيق مبدأ المساواة بين الرجل والمرأة، والى عدم التفرقة بين الذكور والاناث من الناحية المادية والشخصية والعاطفية ،أضف الى أن الطلبة ذكوراً وإناثاً يتسمون بالتوازن ورسم أهداف محددة يسعون لتحقيقها والى أنهم يعيشون بنفس المجتمع ونفس الظروف المتمثلة بالاستقرار الامني في المحافظة ولاتتفق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة .

ب – المرحلة الدراسية (الثانية – الرابعة): للتعرف على الفروق في درجة الاستقرار النفسي وفقاً

لمتغير المرحلة الدراسية (الثانية – الرابعة) إستخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المرحلة الثانية (68,808) بانحراف معياري (5,695)، أما المتوسط الحسابي لدرجات المرحلة الرابعة فقد بلغ (69,671) بانحراف معياري (6,547)، أظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (1,009) أصغر من القيمة التائية الجدولية (1,960) عند مستوى (0,05) ودرجة حرية (215)، مما يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين المتوسطين الحسابيين وفق متغير المرحلة الدراسية والجدول (10) يوضح ذلك.

الجدول (10) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في درجة الاستقرار النفسي وفقاً لمتغير المرحلة الدراسية (الثانية –الرابعة)

المرحلة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
الثانية	141	68.808	5.695	1.009	1.960 (215)(0,05)	غير دال
الرابعة	76	69.671	6.547			

وتشير هذه النتيجة الى أن طلبة الكلية التربوية المفتوحة المرحلتين الثانية والرابعة يتصفون بالاستقرار النفسي ، وقد يعود ســـبب ذلك الى أن طلبة الكلية التربوية المفتوحة بالمرحلتين الثانية والرابعة يتأثرون بنفس المؤثرات التي تسود المناخ الدراسي في الكلية وما يسود المجتمع من عوامل أمن واستقرار من جهة والى أن أفراد العينة وصلوا الى درجة من النضج والتوازن في شخصياتهم ، ولم تتناول الدراسات السابقة التعرف على الفروق في مستوى الاستقرار النفسي تبعاً للمرحلة الدراسية.

5- التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة.

الجدول(11)المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لعينة البحث بين المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي

المعالم الإحصائية / المقياس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ر) المحتسبة	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية
المساندة الاجتماعية	217	71.410	8.888	*0.477	7.958	1.960
الاستقرار النفسي		69.110	6.006			

* قيمة ت معنوية عند نسبة خطأ (0.05) ودرجة حرية (215) = ت الجدولية (1.960)

يتبين من الجدول (11) أن قيمة (ت) لمعامل الارتباط بلغت (7.958) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية (1.960) مما يدل على وجود ارتباط إيجابي بين المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي عند نسبة خطأ (0.05)

أي كلما ارتفعت قيمة متغير المساندة الاجتماعية ارتفعت قيمة متغير الاستقرار النفسي ، تشير هذه النتيجة الى أن ما يتلقاه طلبة الكلية التربوية المفتوحة من المساندة ودعم ممن حولهم قد يؤدي الى استقرارهم النفسي.

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

اولاً : الاستنتاجات :- استناداً إلى نتائج البحث تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية :

1- إن طلبة الكلية التربوية المفتوحة مركز نينوى يتمتعون بدرجة جيدة من المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي.
2- إن طلبة الكلية التربوية المفتوحة ذكوراً و إناثاً يتمتعون بمساندة اجتماعية والاستقرار النفسي بالدرجة عينها .

ثانياً : التوصيات :- في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة توصي بالاتي :-

1 -إقامة ندوات ودورات لجميع شرائح المجتمع لبيان أهمية المساندة الاجتماعية ودورها في تعزيز السلم المجتمعي والاستقرار النفسي.

2- زيادة الاهتمام بظروف طلبة الكلية التربوية المفتوحة، ومراعاة حاجاتهم وميولهم وقدراتهم ، من قبل ادارة الكلية والهيئة التدريسية من جهة، وإدارات مدارسهم من جهة أخرى.

3- نشر ثقافة التسامح والتعاون بين صفوف الطلبة من خلال وسائل الاعلام ووسائل التواصل الاجتماعي والتي تعمل على تعزيز المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي.

٤- حث الجهات المسؤولة على توفير الانشطة الثقافية والاجتماعية والترفيهية التي تعزز المساندة الاجتماعية والتي تؤدي بدورها الى الاستقرار النفسي.

ثالثاً : المقترحات :- استكمالاً لمتطلبات هذا البحث تقترح الباحثة الاتي :-

1- إجراء دراسة للمساندة الاجتماعية مع متغيرات اخرى (التماسك الاجتماعي، فاعلية الذات ، التسامح الاجتماعي).
2- إجراء دراسة للاستقرار النفسي مع متغيرات أخرى(التفكير المفعم بالامل ، الثقة بالنفس ،الهناء النفسي)
3- إجراء دراسة مقارنة لمتغيري المساندة الاجتماعية والاستقرار النفسي بين طلبة الكلية التربوية المفتوحة وكليات اخرى في جامعة الموصل.
4- إجراء دراسة تجريبية تربوية أو إرشادية لتعزيز دور المساندة الاجتماعية وتحقيق الاستقرار النفسي.

قائمة المراجع:-

- الأميري ، احمد علي محمد (1998) : **الضغوط النفسية التي يتعرض لها طلبة جامعة تعز وعلاقتها بتحصيلهم الدراسي** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، بغداد ، العراق.
- أبو زايدة ، حاتم (2012) **مناهج البحث العلمي** ، ط1، مركز ابحاث المستقبل غزة ، فلسطين.
- أبو عيطة ، سهام درويش (1997) : **مبادئ الإرشاد النفسية**، ط1 ، دار الفكر للطباعة ب.
- الاسدي ، سعيد جاسم (2002) : **التوافق الاجتماعي لدى طلبة الكليات الاهلية** ، مجلة كلية المأمون الجامعة ، العدد (8) ، بغداد ، العراق
- بولص ، جورج افرام (1977) : **اتجاهات طلبة جامعة بغداد نحو بعض المفاهيم التربوية والاجتماعية** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية – ابن رشد، جامعة بغداد ، العراق.
- الجاف، رشدي علي (١٩٩٢) : **سلوك المساعدة لدى طلبة الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات**، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية ، العراق.
- جمال ، سلوى محمود (1997) : **اثر برنامج ارشادي في خفض القلق الاجتماعي للطلبة الجدد في المعاهد الفنية** ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية – ابن رشد ، جامعة بغداد ، العراق.
- الجميلي ، كريم حسن حمد صالح (2004) : الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية ، بغداد ، العراق .
- الحامد ، محمد بن معجب (1995) : **العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز الدراسي**، مجلة الإمام بن سعود الإسلامية ، العدد 14.
- حمادي ، رعد عبد عبدالله (2009) : **القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى كبار السن** ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، بغداد ، العراق .
- . حمود ، خضير كاظم (2002) : **السلوك التنظيمي** ، ط ١ ، دار الصفا للنشر والتوزيع ، عمان .
- حمود محمود (2001)، **الطفولة والمراهقة والمشكلات النفسية والعلاج**، المطبعة الفنية الحديثة ، مصر.
- حميد، زينب مجيد (2013) : **الاستقرار النفسي وعلاقته بالأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الاعدادية** ، مجلة الفتح، العدد(55) ، كلية التربية الاساسية ، جامعة ديالى، العراق.
- الخالدي ، اديب (2001) : **الصحة النفسية** ، ط 1 ، الدار العربية للنشر والتوزيع
- الخالدي ، جاجان جمعة محمد (2008) : **دور الإسناد الاجتماعي في تدعيم الصحة النفسية للمراهقين**، مجلة الآداب، جامعة الموصل، المجلد (10) ، العدد (1)
- الخزرجي ، سناء صاحب محمد (2006) : **القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة** ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، بغداد ، العراق.

- دانيال عفاف عبد الفادي (2012) : **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالافكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الصف الاول من المرحلة الثانوية** : دراسة ارتباطية مقارنة ، مجلة دراسات عربية في علم النفس ، المجلد (11) العدد (1) .
- داؤود عزيز حنا والعبيدي ، ناظم هاشم (1990) : **علم نفس الشخصية**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد ، بغداد ، العراق.
- الدبعي ، كفاح سعيد غانم (2003) : **الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي وعلاقته بالتصنيف الاجتماعي لدى الموظفين والموظفات بدوائر الدولة الحكومية بأمانة العاصمة صنعاء**، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الاداب، جامعة بغداد العراق
- دياب، مروان عبدالله (2006) : **دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الاحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين** ، رسالة ماجستير في كلية التربية ، الجامعة الاسلامية ،غزة، فلسطين.
- الديداموني ، شيماء احمد محمد (2009) : **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالموهبة الإبتكارية للمراهقين**، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق، مصر.
- رضوان ، شعبان جاب الله (1993) : **علم النفس الاجتماعي والصحة النفسية**، القاهرة ، مطابع زمزم، مصر.
- رضوان ، شعبان جاب الله (2006) : **دور المساندة في الإفصاح عن الذات والتوجه الاجتماعي لدى الفصاميين والاكتئابيين** ، دراسات نفسية ، جمعية رابطة الاخصائيين النفسين المصرية ، المجلد (1) ، العدد 2 .
- رضوان ، فوقية حسن (2008) : **العلاقات الإنسانية**، دار الكتب الحديث، القاهرة ، مصر .
- الزبيدي، مروة شهيد صادق (2012): **الاستقرار النفسي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الاعدادية**، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الاساسية، جامعة ديالى ،العراق .
- الزبيدي, كامل علوان والشمري ، جاسم فياض (1999) : **علم نفس التوافق** ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، العراق.
- زهران ، حامد عبد السلام (1977) : **علم النفس الاجتماعي**، ط 4 ، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
- سعادة ، يوسف جعفر (2005) : **الاتجاهات العالمية الحديثة في تدريس المادة الاجتماعية**، مكتبة الخليج العربي، القاهرة، مصر .
- سعدالله ، ابو قاسم (2021) : **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية** – دراسة ميدانية على عينة من طلاب وطلبات جامعة الجزائر 2 ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد 12 ، العدد 1، مركز البصيرة للبحوث ، الجزائر.

- السلطان، ابتسام محمود محمد (2008) : **المساندة الاجتماعية واحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة** ، رسالة دكتوراه منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية – ابن الهيتم ، العراق.
- السوداني، يحيى محمد سلطان (1990) : **قياس التوافق النفسي والاجتماعي لابناء الشهداء في المرحلة المتوسطة**، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية–ابن رشد ، جامعة بغداد ، العراق .
- الشاعر، درداج حسين (2005). **اتجاهات طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظات عدة وعلاقتها بكل من المساندة الاجتماعية وقيمة الحياة لديهم**، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الأقصى، فلسطين.
- شلبي ، محمد احمد(2001) : **مدخل الى علم النفس المعرفي**، ط1، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة، مصر.
- الشناوي، محمد محروس و عبد الرحمن ، محمد السيد (1994) : **المساندة الاجتماعية والصحة النفسية**، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة ، مصر .
- صالح، قاسم حسين (1987). **الإنسان من هو**، دار الحكمة للنشر، بغداد ، العراق.
- طبيل ، علي حسين ومحمد علي، فراس محمود ونقولا، ايناس بهنام (2009): **تقويم مستوى الاستقرار النفسي لدى العاملين في وحدات التربية الرياضية والفنية في كليات جامعة الموصل وعلاقته بتحقيق الذات**، مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية ، مجلد (8) ، العدد (4) ، كلية التربية الاساسية ، جامعة الموصل، العراق
- عبد الحميد ، عزت (1996) : **المساندة الاجتماعية وضغط العمل وعلاقة كل منهما برضا المعلم عن العمل**، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، مصر.
- عبد الهادي، محمد محمد و مطر، عبد الفتاح رجب علي و غنايم ، عادل صلاح محمد (2005) : **ادمان الانترنيت وعلاقته بكل من الأكتئاب والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة** ، مجلة كلية التربية ، جامعة بني سويف ، المجلد (2) ، العدد (4).
- العبيدي، محمد ابراهيم (1991) : **قياس الاتزان الانفعالي عند ابناء الشهداء واقرانهم الذين يعيشون مع والديهم** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كليه التربية – ابن رشد ، جامعه بغداد ، العراق .
- عثمان، فاروق السيد (2001) : القلق وادارة الضغوط النفسية ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر
- العسكري ، عبود عبد الله (2004): **منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية**، ط 2، دار النمير، دمشق، سوريا .
- علي ، علي عبد السلام (2005) : **المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية في حياتنا اليومية** – مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر

- عودة ، احمد سليمان والخليلي، خليل يوسف (2000) : **الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية** ، دار الأمل للنشر والتوزيع، القاهرة ، مصر.
- العسيوي ، عبد الرحمن (1985) : **القياس والتجريب في علم النفس والتربية**، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية ، مصر.
- العيسوي، عبد الرحمن محمد (2002): **سيكولوجية الشخصية**، منشأة المعارف، الاسكندرية ، مصر.
- العيسوي، عبد الرحمن (2005) : **فن القياس النفسي** ، ط 1 ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت ، لبنان.
- غانم ، محمد حسن (2002) : **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين** ، دراسات عربية في علم النفس ، المجلد (1) ، العدد (3) ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، مصر.
- الفريحات ، عمار عبد الله (2017) : **مستوى ضغط العمل والمساندة الاجتماعية لدى معلمي المرحلة الثانية في محافظة عجلون من وجهة نظرهم** ، المجلة العلمية لكلية التربية ، جامعة أسيوط ، المجلد (33) ، العدد (7)
- كجوان ، قاسم خلف (2016) : **الاستقرار التقني لدى مدرسي المرحلة الثانوية** ، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية ، المجلد (33) العدد (10) تكريت ، العراق
- كمال ، علي (1988) : **النفس انفعالاتها وامراضها وعلاجها**، ط4 ، ج2 ، دار واسط للدراسات والنشر والتوزيع، بغداد ، العراق .
- مجيد ،سوسن شاكر (2014) : **الاختبارات النفسية نماذج** ، ط1 ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- محمد علي ، حنان احمد (2023) : **الدور الوسيط للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين فعالية الذات وجودة الحياة لدى معلمي المرحلتين الابتدائية والثانوية محلة الارشاد النفسي** ، المجلد (74) ، العدد (1) ، جامعة عين شمس.
- المحمودي ، محمد سرحان علي (2019) : **مناهج البحث العلمي** ، ط 3 ، دار الكتب، صنعاء ، الجمهورية اليمنية.
- مرسي، صفاء اسماعيل (2019) : **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من القلق والوحدة النفسية لدى المسنين من النوعين ، المجلة المصرية للدراسات النفسية** ، المجلد (29) ، العدد (102) ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية.
- مرسي، كمال ابراهيم (1988) : **المدخل إلى علم الصحة النفسية**، دار القلم للطباعة والنشر ، الكويت .

- مصطفى ، أسماء توفيق مبروك (2019) : **الاسهام النسبي لكل من العبء المعرفي والمساندة الاجتماعية وفعالية الذات والقلق في التنبؤ بالرضا الدراسي لدى الطلاب والمعلمين** ، مجلة دراسات نفسية ، جمعية رابطة الاخصائيين ذالنفسين المصرية ، المجلد (29) ، العدد (2).
- مصطفى ، الطويطي (2019) : **اساليب الإحصاء الاستدلالي البارامترية**، دار الحامد للنشر والتوزيع، ط 1، الجزء 1 ، عمان ، الأردن.
- ملكوش ، رياض محمد أمين ويحيى ، خولة احمد (1995): **الضغوط النفسية والدعم الإجتماعي لدى آباء وأمهات الأطفال المعاقين في مدينة عمان** ، مجلة دراسات العلوم الانسانية والإجتماعية، مجلد (22) ، العدد (5)،
- الهايط محمد السيد (1985م)، **التكيف والصحة النفسية الإسكندرية**, المكتب الجامعي الحديث.
- الهملان ، امل فلاح فهد (2008) : **الاحتراق النفسي والمساندة الاجتماعي وعلاقتهما باتجاه العاملين الكويتيين نحو التقاعد المبكر**، (دراسة سيكومترية – كلينيكية) ، رسالة ماجستير منشورة ، جامعة الزقازيق، كلية التربية ، مصر.
- هول ، كالن ولندزي ، جاردنر (1971) : **نظريات الشخصية** ، ترجمة فرج احمد فرج وآخرون ، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، القاهرة ، مصر .
- الوكيل ، سيد احمد محمد (2020) : **الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية كمنبئين بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الفيوم**، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينكي والارشادي ، المجلد (8) ، العدد (3) ، تصدر عن الجمعية المصرية للمعالجين النفسيين.
- AL- Rousan, A. H. Ayasrah, M. N. and Khasawneh •M.A. S. (2023): Psychological Stability and its Relationship to Academic Per for mance Among Secondary School Students, Information Sciences Letters An International Journal, Inf. Sci. Lett. 12, - No. (3).
- Aranda, M., Castaneda. I, Lee. P., Sabe L. E., (2001); coping as predictor of Stress Social Support, and depressive symptoms: Gender differences among Mexican American, Social Work Research, Vol 25, No 1. (37-
- Belasheva, I.v. Petrova, N. F. (2016) psychological" stability of a personality and Capability of Tolerant Interaction as Diverse Manifestations of Tolerance International Journal of Environmental & Science Education, Vol(1), No.10).
- Bernard, How (1952): mental hygiene for class room teacher, mcgraw- -Hill book com.inc.ny- - Bourne, L. E. & Nancy F. R. (1998). Psychology: Behavior in .Context, Norton a6nd Company, Inc, New York

- Caplan, G.(1981) Mastery of stress: psychological aspects. American Journal of .Psychiatry. Vol.138
- ,Carlson, N. R, et al. (2000). Psychology: The Science of Behavior. Prentice Hall .Inc
- Cohen, S. & Wills,T. A. (1985); stress, social support and the buffering.
- Ebel, R. L., & Frisbie, R.A. (1991): Essentials of Educational Measurement, (5th ed), USA: Bhuvnesh Seth at Rajkamal Eledric Press.
- .Eysenck, H. J. & Mcili, W. Arnold, R. (1972) Encyclopedia od Psychology, Vol .London: Search Press ,1
- Green glass, E. (2009) The contribution of social Support to coping strategies. Applied Psychology, Vol.42) No14.
- Gronlund, N. (1977): Measurement and Evaluation in teaching, (4hed), Macmillan, New York.
- Hjelle, L. A.& Daniel, J. z. (1992) personality Theories, 3rded, McGraw-Hill Company, New York- Inc,
- .Teinis, I.(1979): psychological stress, 2nd ed, New York, Academic press
- Jonzon, E., & Lindblad, F. (2004): Disclosure, reactions and social support: Finding from a sample of adult victims of child sexual abuse. Child Maltreatment, VOL (9), No(2)
- .Kassin, S. (2001): Psychology, 3 rd ed Prentice-Hall, New Jersey .
- Katsantonis, I .(2020): Teachers' Self-efficacy, Perceived administrative support and positive attitude toward students: their effect on coping with job-related stress Hellenic Journal of Psychology, Vol(17), No (1)
- Lakey, B. &Cohen, Sh. (2000): Social Support Theory and Measurement in book: Social Support Measurement and Intervention
- Liu, Q., Mo.L., Huang, X., Yu, L., R Liu, Y. (2020). Path analysis of the effects of social support, self- efficacy, and coping style on psychological stress in children with malignant tumor during treatment. Medicine, Vol 99, No (43).
- :Maslow, Abraham H. (1970). Motivation and Personality, (2nd ed.) New York .Harper & Brothers
- Petrova2nd ed, N .F. (2015) Psikhologicheskaya Zaschita kak , sredstvo obespecheniya bezopasnosti lichnosti i sohraneniya psikhicheskogo zdorovya [psychological defense as a tool for providing safety of a personality and preserving mental health). Mir nauki, Kultury, obrazovaniya, 5(54)
- .May, Rolo (1935), Man Search for Himself, WWW. Norton. Com., Inc N. Y

- Sarason. I. G., Levine, H.M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983): Assessing social support the social support questionnaire Journal of Personality and social Psychology, VoL (44) No(1).
- Shumaker. .S & Brownell. A. (1984) Toward a theory of social support Closing conceptual goals, Journal of Social Issues, Vol. 40, No.4. (11-36)
- Sloper, p. & turner, S. (1993): risk and resistance factors in adaptation of parents of children with severe physical Disability, Journal of child Psychology and psychiatry, No. (34).
- Weiss, R. (1974) Loneliness the provisions of Social relationships, in ZRubin (Ed). Doing unti other Prentice hill, Englewood cliffs, New jersey
- well-being among psychologist, VOL(39), No(2). 191
- Zheng, &.X Sang, D. & Lin, .(2004): Personality, Cognitive and social orientations and subjective Chinese students. Australian.

Bibliography of Arabic References (Translated to English)

- Al-Amiri, Ahmad Ali Muhammad (1998): Psychological Stress Experienced by Taiz University Students and Its Relation to Their Academic Achievement, Unpublished Master's Thesis, College of Education, Al-Mustansiriyah University, Baghdad, Iraq.
- Abu Zayda, Hatem (2012): Scientific Research Methods, 1st edition, Future Research Center, Gaza, Palestine.
- Abu Ayta, Siham Darwish (1997): Principles of Psychological Guidance, 1st edition, Dar Al-Fikr, Cairo.
- Al-Asadi, Saeed Jasim (2002): Social Adjustment among Students of Private Colleges, Journal of Al-Ma'mun University College, Issue 8, Baghdad, Iraq.
- Boulos, George Avram (1977): Attitudes of Baghdad University Students Towards Some Educational and Social Concepts, Unpublished Master's Thesis, College of Education – Ibn Rushd, University of Baghdad, Iraq.
- Al-Jaf, Rushdi Ali (1992): Helping Behavior among University Students and Its Relation to Some Variables, Unpublished Master's Thesis, College of Arts, Al-Mustansiriyah University, Iraq.
- Jamal, Salwa Mahmoud (1997): Effect of a Guidance Program in Reducing Social Anxiety of New Students in Technical Institutes, Unpublished Master's Thesis, College of Education – Ibn Rushd, University of Baghdad, Iraq.
- Al-Jumaili, Karim Hassan Hamad Saleh (2004): Psychological Stability and Its Relation to Some Variables, Unpublished Master's Thesis, College of Arts, Al-Mustansiriyah University, Baghdad, Iraq.
- Al-Hamed, Muhammad Bin Mu'jeb (1995): Factors Affecting Academic Achievement Motivation, Al-Imam Bin Saud Islamic Journal, Issue 14.
- Hamadi, Raad Abdul Abdullah (2009): Religious Values and Their Relationship with Psychological Stability among the Elderly, Master's Thesis, College of Education, Al-Mustansiriyah University, Baghdad, Iraq.
- Hamoud, Khudair Kazem (2002): Organizational Behavior, 1st edition, Dar Al-Safa for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- Hamoud, Mahmoud (2001): Childhood, Adolescence, Psychological Problems and Therapy, Modern Technical Printing, Egypt.
- Hamid, Zainab Majid (2013): Psychological Stability and Its Relation to Obsessive Thoughts among Secondary Stage Female Students, Al-Fath Journal, Issue 55, College of Basic Education, Diyala University, Iraq.

- Al-Khalidi, Adeeb (2001): Mental Health, 1st edition, Dar Al-Arabi for Publishing and Distribution.
- Al-Khalidi, Jagan Jumaa Muhammad (2008): The Role of Social Support in Enhancing Mental Health of Adolescents, Journal of Arts, University of Mosul, Vol. 10, Issue 1.
- Al-Khazraji, Sanaa Sahib Muhammad (2006): Religious Values and Their Relationship with Psychological Stability and Self-Knowledge among University Students, Unpublished Doctoral Dissertation, College of Education, Al-Mustansiriyah University, Baghdad, Iraq.
- Daniel, Afaf Abdul Fadi (2012): Social Support and Its Relationship with Irrational Thoughts among First-Year Secondary Students: A Comparative Correlational Study, Journal of Arab Studies in Psychology, Vol. 11, Issue 1.
- Dawood, Aziz Hanna & Al-Obaidi, Nazem Hashim (1990): Personality Psychology, Ministry of Higher Education and Scientific Research, University of Baghdad, Baghdad, Iraq.
- Al-Dubai, Kifah Saeed Ghanem (2003): Social Identity, Psychological Stability, and Its Relation to Social Classification among Employees in Government Departments in Sana'a, Unpublished Doctoral Dissertation, College of Arts, University of Baghdad, Iraq.
- Diab, Marwan Abdullah (2006): The Role of Social Support as a Mediating Variable between Stressful Events and Mental Health of Palestinian Adolescents, Master's Thesis, College of Education, Islamic University, Gaza, Palestine.
- Al-Didamouni, Shaimaa Ahmed Muhammad (2009): Social Support and Its Relationship with the Creative Talent of Adolescents, Master's Thesis, College of Education, Zagazig University, Egypt.
- Radwan, Shaaban Jaballah (1993): Social Psychology and Mental Health, Cairo, Zamzam Press, Egypt.
- Radwan, Shaaban Jaballah (2006): The Role of Support in Self-Disclosure and Social Orientation among Schizophrenics and Depressives, Psychological Studies, Egyptian Association of Psychologists, Vol. 1, Issue 2.
- Radwan, Fawqiya Hassan (2008): Human Relations, Dar Al-Kutub Al-Hadith, Cairo, Egypt.
- Al-Zubaidi, Marwa Shaheed Sadiq (2012): Psychological Stability and Its Relation to Mindfulness among Secondary Stage Students, Unpublished Master's Thesis, College of Basic Education, Diyala University, Iraq.

- Al-Zubaidi, Kamel Alwan & Al-Shammari, Jasim Fayyad (1999): Psychology of Adjustment, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, Mosul, Iraq.
- Zahran, Hamed Abdul Salam (1977): Social Psychology, 4th edition, Alam Al-Kutub, Cairo, Egypt.
- Saada, Youssef Jafar (2005): Modern Global Trends in Teaching Social Studies, Arab Gulf Library, Cairo, Egypt.
- Saadallah, Abu Qasim (2021): Psychological Loneliness and Its Relationship with Social Support – A Field Study on a Sample of Students at University of Algiers 2, Psychological Studies Journal, Vol. 12, Issue 1, Basira Research Center, Algeria.
- Al-Sultan, Ibtisam Mahmoud Muhammad (2008): Social Support, Life Stressors, and Their Relationship with Psychosocial Adjustment among University Students, Published Doctoral Dissertation, University of Baghdad, College of Education – Ibn Al-Haytham, Iraq.
- Al-Sudani, Yahya Muhammad Sultan (1990): Measuring Psychological and Social Adjustment of Martyrs' Children in the Intermediate Stage, Unpublished Doctoral Dissertation, College of Education – Ibn Rushd, University of Baghdad, Iraq.
- Al-Shaer, Dardaj Hussein (2005): Attitudes of Palestinian University Students in Several Governorates and Their Relationship with Social Support and Life Value, Unpublished Doctoral Dissertation, Al-Aqsa University, Palestine.
- Shalabi, Muhammad Ahmad (2001): Introduction to Cognitive Psychology, 1st edition, Dar Gharib for Printing and Publishing, Cairo, Egypt.
- Al-Shanawi, Muhammad Mahrous & Abdul Rahman, Muhammad Al-Sayed (1994): Social Support and Mental Health: Theoretical Review and Applied Studies, Anglo-Egyptian Library, Cairo, Egypt.
- Saleh, Qasim Hussein (1987): Who is Man?, Dar Al-Hikma for Publishing, Baghdad, Iraq.
- Tabil, Ali Hussein, Muhammad Ali, Firas Mahmoud & Nicola, Inas Behnam (2009): Assessment of Psychological Stability among Employees in Physical Education and Arts Units in Colleges of Mosul University and Its Relation to Self-Actualization, Journal of Basic Education Research, Vol. 8, Issue 4, College of Basic Education, University of Mosul, Iraq.
- Abdelhamid, Izzat (1996): Social Support, Work Pressure, and Their Relation to Teachers' Job Satisfaction, Unpublished Doctoral Dissertation, College of Education, Zagazig University, Egypt.
- Abdelhadi, Muhammad Muhammad, Matar, Abdul Fattah Rajab Ali & Ghunaim, Adel Salah Muhammad (2005): Internet Addiction and Its Relationship with

Depression and Social Support among University Students, Journal of the College of Education, Beni-Suef University, Vol. 2, Issue 4.

- Al-Obaidi, Muhammad Ibrahim (1991): Measuring Emotional Balance among Martyrs' Children and Their Peers Living with Their Parents, Unpublished Master's Thesis, College of Education – Ibn Rushd, University of Baghdad, Iraq.
- Othman, Farouk Al-Sayed (2001): Anxiety and Stress Management, 1st edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
- Al-Askari, Abboud Abdullah (2004): Scientific Research Methodology in Humanities, 2nd edition, Dar Al-Namir, Damascus, Syria.
- Ali, Ali Abdul Salam (2005): Social Support and Its Practical Applications in Daily Life, Anglo-Egyptian Library, Cairo, Egypt.
- Ouda, Ahmad Suleiman & Al-Khalili, Khalil Yousif (2000): Statistics for Researchers in Education and Humanities, Dar Al-Amal for Publishing and Distribution, Cairo, Egypt.
- Al-Asiwi, Abdul Rahman (1985): Measurement and Experimentation in Psychology and Education, Dar Al-Ma'rifa Al-Jami'iyya, Alexandria, Egypt.
- Al-Isawi, Abdul Rahman Muhammad (2002): Personality Psychology, Al-Ma'arif Establishment, Alexandria, Egypt.
- Al-Isawi, Abdul Rahman (2005): The Art of Psychological Measurement, 1st edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi for Printing, Publishing, and Distribution, Beirut, Lebanon.
- Ghanem, Muhammad Hassan (2002): Social Support and Its Relationship with Psychological Loneliness among the Elderly, Arab Studies in Psychology, Vol. 1, Issue 3, Egyptian Association of Psychologists, Egypt.
- Al-Freihat, Ammar Abdullah (2017): Work Stress Level and Social Support among Secondary Stage Teachers in Ajloun Governorate from Their Perspective, Scientific Journal of the College of Education, Assiut University, Vol. 33, Issue 7.
- Kajwan, Qasim Khalaf (2016): Technical Stability among Secondary Stage Teachers, Tikrit University Journal of Humanities, Vol. 33, Issue 10, Tikrit, Iraq.
- Kamal, Ali (1988): The Psyche: Its Emotions, Diseases, and Treatment, 4th edition, Vol. 2, Dar Wasit for Studies, Publishing and Distribution, Baghdad, Iraq.
- Majid, Sawsan Shaker (2014): Psychological Tests: Models, 1st edition, Dar Safa for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- Muhammad Ali, Hanan Ahmad (2023): The Mediating Role of Social Support in the Relationship between Self-Efficacy and Quality of Life among Primary and Secondary School Teachers, Journal of Ain Shams University, Vol. 74, Issue 1.

- Al-Mahmoudi, Muhammad Sarhan Ali (2019): Scientific Research Methods, 3rd edition, Dar Al-Kutub, Sana'a, Yemen.
- Morsi, Safaa Ismail (2019): Social Support and Its Relationship with Anxiety and Psychological Loneliness among the Elderly of Both Genders, Egyptian Journal of Psychological Studies, Vol. 29, Issue 102, Egyptian Association of Psychological Studies.
- Morsi, Kamal Ibrahim (1988): Introduction to Mental Health, Dar Al-Qalam for Printing and Publishing, Kuwait.
- Mustafa, Asmaa Tawfiq Mabrouk (2019): The Relative Contribution of Cognitive Load, Social Support, Self-Efficacy, and Anxiety in Predicting Academic Satisfaction among Students and Teachers, Psychological Studies Journal, Egyptian Association of Psychologists, Vol. 29, Issue 2.
- Mustafa, Al-Tuwaiti (2019): Parametric Inferential Statistics Methods, Dar Al-Hamed for Publishing and Distribution, 1st edition, Part 1, Amman, Jordan.
- Malkoosh, Riyad Muhammad Amin & Yahya, Khawla Ahmad (1995): Psychological Stress and Social Support among Parents of Children with Disabilities in Amman, Journal of Humanities and Social Sciences Studies, Vol. 22, Issue 5.
- Al-Hayt, Muhammad Al-Sayed (1985): Adaptation and Mental Health, Alexandria, Modern University Office.
- Al-Hamlan, Amal Falah Fahd (2008): Burnout and Social Support and Their Relationship with Kuwaiti Employees' Attitudes toward Early Retirement (A Psychometric-Clinical Study), Published Master's Thesis, Zagazig University, College of Education, Egypt.
- Hall, Calvin & Lindsey, Gardner (1971): Personality Theories, translated by Faraj Ahmad Faraj et al., Egyptian General Authority for Authorship and Publishing, Cairo, Egypt.
- Al-Wakeel, Sayed Ahmad Muhammad (2020): Self-Compassion and Social Support as Predictors of Life Satisfaction among Fayoum University Students, Egyptian Journal of Clinical and Counseling Psychology, Vol. 8, Issue 3, Egyptian Association of Psychotherapists.
- AL- Rousan, A. H. Ayasrah, M. N. and Khasawneh •M.A. S. (2023): Psychological Stability and its Relationship to Academic Per for mance Among Secondary School Students, Information Sciences Letters An International Journal, Inf. Sci. Lett. 12, - No. (3).

- Aranda, M., Castaneda. I, Lee. P., Sabe L. E., (2001); coping as predictor of Stress Social Support, and depressive symptoms: Gender differences among Mexican American, Social Work Research, Vol 25, No 1. (37-
- Belasheva, I.v. Petrova, N. F. (2016) psychological" stability of a personality and Capability of Tolerant Interaction as Diverse Manifestations of Tolerance International Journal of Environmental & Science Education, Vol(1), No.10).
- Bernard, How (1952): mental hygiene for class room teacher, mcgraw- -Hill book com.inc.ny- - Bourne, L. E. & Nancy F. R. (1998). Psychology: Behavior in .Context, Norton a6nd Company, Inc, New York
- Caplan, G.(1981) Mastery of stress: psychological aspects. American Journal of .Psychiatry. Vol.138
- ,Carlson, N. R, et al. (2000). Psychology: The Science of Behavior. Prentice Hall .Inc
- Cohen, S. & Wills,T. A. (1985); stress, social support and the buffering.
- Ebel, R. L., & Frisbie, R.A. (1991): Essentials of Educational Measurement, (5th ed), USA: Bhuvnesh Seth at Rajkamal Eledric Press.
- .Eysenck, H. J. & Mcili, W. Arnold, R. (1972) Encyclopedia od Psychology, Vol .London: Search Press ,1
- Green glass, E. (2009) The contribution of social Support to coping strategies. Applied Psychology, Vol.42) No14.
- Gronlund, N. (1977): Measurement and Evaluation in teaching, (4hed), Macmillan, New York.
- Hjelle, L. A.& Daniel, J. z. (1992) personality Theories, 3rded, McGraw-Hill Company, New York- Inc,
- .Teinis, I.(1979): psychological stress, 2nd ed, New York, Academic press
- Jonzon, E., & Lindblad, F. (2004): Disclosure, reactions and social support: Finding from a sample of adult victims of child sexual abuse. Child Maltreatment, VOL (9), No(2)
- .Kassin, S. (2001): Psychology, 3 rd ed Prentice-Hall, New Jersey .
- Katsantonis, I .(2020): Teachers' Self-efficacy, Perceived administrative support and positive attitude toward students: their effect on coping with job-related stress Hellenic Journal of Psychology, Vol(17), No (1)
- Lakey, B. &Cohen, Sh. (2000): Social Support Theory and Measurement in book: Social Support Measurement and Intervention

- Liu, Q., Mo.L., Huang, X., Yu, L., R Liu, Y. (2020). Path analysis of the effects of social support, self- efficacy, and coping style on psychological stress in children with malignant tumor during treatment. Medicine, Vol 99, No (43).
- :Maslow, Abraham H. (1970). Motivation and Personality, (2nd ed.) New York .Harper & Brothers
- Petrova2nd ed, N .F. (2015) Psikhologicheskaya Zaschita kak , sredstvo obespecheniya bezopasnosti lichnosti i sohraneniya psikhicheskogo zdorovya [psychological defense as a tool for providing safety of a personality and preserving mental health). Mir nauki, Kultury, obrazovaniya, 5(54)
- .May, Rolo (1935), Man Search for Himself, WWW. Norton. Com., Inc N. Y
- Sarason. I. G., Levine, H.M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983): Assessing social support the social support questionnaire Journal of Personality and social Psychology, VoL (44) No(1).
- Shumaker. .S & Brownell. A. (1984) Toward a theory of social support Closing conceptual goals, Journal of Social Issues, Vol. 40, No.4. (11-36)
- Sloper, p. & turner, S. (1993): risk and resistance factors in adaptation of parents of children with severe physical Disability, Journal of child Psychology and psychiatry, No. (34).
- Weiss, R. (1974) Loneliness the provisions of Social relationships, in ZRubin (Ed). Doing unti other Prentice hill, Englewood cliffs, New jersey
- well-being among psychologist, VOL(39), No(2). 191
- Zheng, &.X Sang, D. & Lin, .(2004): Personality, Cognitive and social orientations and subjective Chinese students. Australian.

ملحق (1) أسماء السادة الخبراء

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	التخصص الدقيق	مكان العمل
.1	د. ابتسام محمود محمد سلطان	استاذ	علم النفس التربوي	وزارة التربية \معهد الفنون الجميلة بغداد
.2	د. احمد يونس البجاري	أستاذ	الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الإنسانية
.3	د. فضيلة عرفات محمد	استاذ	علم النفس التربوي	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية
.4	د. ذكرى يوسف جميل	أستاذ	علم النفس التربوي	جامعة الموصل / / كلية التربية الأساسية
.5	د. . أزهار يحيى قاسم	استاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعة الموصل / كلية التربية بنات
.6	د. ياسر محفوظ حامد	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الإنسانية
.7	عدي نعمت بطرس عجاج	استاذ مساعد	علم النفس التربوي	مديرية تربية نينوى
.8	ظفر حاتم فضيل	استاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية
.9	د. بدرية سليم موسى	مدرس	علم النفس التربوي	الكلية التربوية المفتوحة \مركز نينوى
.10	د. منال محمد رشيد صالح	مدرس	علم النفس التربوي	مديرية تربية نينوى

ملحق (2) مقياس المساندة الاجتماعية بصيغتهِ النهائية

ت	الفقرات	تنطبق عليَ غالباً	تنطبق عليَ احياناً	لاتنطبق عليَ
.1	تقف أسرتي معي في المواقف الصعبة			
.2	تساندني اسرتي مادياً			
.3	يقدم زملائي لي بعض الكتب والملازم الدراسية			
.4	يدافع عني زملائي عند تعرضي لأي اعتداء			
.5	يسأل عني زملائي عند غيابي			
.6	يشجعني مديري/ة لإكمال دراستي			
.7	يشاركني الاخرين في حل مشاكلي			
.8	يعجب زملائي بآرائي			
.9	يواسيني زملائي في احزاني			
10	التقرب زملائي مني لمساعدتي			
11	يساعدني اساتذتي/اصدقائي في شرح موضوع صعب عليّ			
12	تذلل الكلية المشاكل التي تواجهني			
13	يتعاون الاساتذة في الكلية معي			
14	تدعمني اسرتي اوقات الامتحانات			
15	يساعدني زملائي في جمع المعلومات التي احتاجها			
16	يمتدح زملائي ما أقوم به من مبادرات			
17	ينبهني زملائي ويقدم لي النصيحة عندما أخطأ			
18	يتعاون معي زوجي /زوجتي في الاعمال المنزلية			
19	يرشدني أساتذتي الى طرق المذاكرة السليمة			
20	يساعدني زملائي على اتخاذ قرارات صائبة			
21	يلازمني بعض زملائي وقت الضيق			
22	يصطحبني أهلي/ زملائي عند ذهابي الى الكلية			
23	يوفر لي أهلي مكاناً مريحاً أثناء الدراسة			

24	تقف أسرتي معي عندما أواجه مشاكل			
25	يزورني زملائي في حالة اصابتي بالمرض			
26	تساندني إدارة مدرستي في اكمال دراستي في الكلية			
27	يتعاون زملائي في المدرسة معي			
28	يقف زملائي معي في مناسباتي الاجتماعية			
29	يستمع الي اساتذتي عندما اشكوا اليهم مشاكلي			
30	يوفر لي اساتذتي المصادر والمراجع التي احتاجها			

ملحق (5) مقياس الاستقرار النفسي بصيغتهِ النهائية

ت	الفقرات	تنطبق عليَ غالبا	تنطبق عليَ احياناً	لاتنطبق عليَ
.1	تقف أسرتي معي في المواقف الصعبة			
.2	تساندني اسرتي مادياً			
.3	يقدم زملائي لي بعض الكتب والملازم الدراسية			
.4	يدافع عني زملائي عند تعرضي لأي اعتداء			
.5	يسأل عني زملائي عند غيابي			
.6	يشجعني مديري/ة لإكمال دراستي			
.7	يشاركني الاخرين في حل مشاكلي			
.8	يعجب زملائي بآرائي			
.9	يواسيني زملائي في احزاني			
10	التقرب زملائي مني لمساعدتي			
11	يساعدني اساتذتي/اصدقائي في شرح موضوع صعب عليّ			
12	تذلل الكلية المشاكل التي تواجهني			
13	يتعاون الاساتذة في الكلية معي			
14	تدعمني اسرتي اوقات الامتحانات			
15	يساعدني زملائي في جمع المعلومات التي احتاجها			

16	يمتدح زملائي ما أقوم به من مبادرات			
17	ينبهني زملائي ويقدم لي النصيحة عندما أخطأ			
18	يتعاون معي زوجي /زوجتي في الاعمال المنزلية			
19	يرشدني أساتذتي الى طرق المذاكرة السليمة			
20	يساعدني زملائي على اتخاذ قرارات صائبة			
21	يلازمني بعض زملائي وقت الضيق			
22	يصطحبني أهلي/ زملائي عند ذهابي الى الكلية			
23	يوفر لي أهلي مكاناً مريحاً أثناء الدراسة			
24	تقف أسرتي معي عندما أواجه مشاكل			
25	يزورني زملائي في حالة اصابتي بالمرض			
26	تساندني إدارة مدرستي في اكمال دراستي في الكلية			
27	يتعاون زملائي في المدرسة معي			
28	يقف زملائي معي في مناسباتي الاجتماعية			
29	يستمع الي اساتذتي عندما اشكوا اليهم مشاكلي			
30	يوفر لي اساتذتي المصادر والمراجع التي احتاجها			