جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية

الموضوع:

المساندة الاجتماعية و أثرها على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في الإقامة الجامعية

دراسة ميدانية على عينة من الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة

مذكرة مقدمة استكمالا لمتطلبات الحصول على شهادة ماسترعلوم التربية
تخصص: إرشاد وتوجيه

إعداد الطالبتين:
- نسرين عباس
- سومية بلقاسم

إشراف الدكتورة:
- أمينة رحمون

لجنة المناقشة

الاستاذة الدكتورة	فايزة لحول	رئيسا
الدكتورة	فتيحة فوطية	مناقشا
الدكتورة	امينة رحمون	مشرفا

السنة الجامعية: 2024/2023

شكروتقدير

الحمد لله الذي علم بالقلم علم الإنسان ما لم يعلم، الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم ومنحنا القدرة على مواصلة هذا العمل وأعاننا على إتمامه وما كان أن يتم إلا بتوفيق من الله .

ونتقدم بخالص الشكر والامتنان للدكتورة" **أمينةرحمون**" على توجيهاتها السديدة ومجهوداتها في إثراء هذا العمل طوال مرحلة الإشراف، فجزاها الله كل خير وجعله في ميزان حسناتها.

كما نتقدم بجزيل الشكر إلى كل من ساهم في إتمام هذا العمل ونخص بالذكر الأولياء الأعزاء.

ونشكر جزيل الشكر مستشارة التوجيه" **قصارميرة**" على التربص الميداني .

كذلك نشكر السادة أعضاء لجنة المناقشة على تفضلهم بقراءة هذه الدراسة وتقييمها وتزويدنا أرائهم وملاحظاتهم.

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

{ الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات}

" إذا رزقت بفرحة فابدأ بها مع أمك "

من كان دعاؤها ورضاها بوصلتي في المسير..

إليك والدتي العزيزة

حفظك الله لنا وأطال في عمرك

إلى من حصد الأشواك عن دربي ليمهد طريق العلم

إلى والدي العزيز حفظه الله ورعاه

إلى من تسابقوا وقدموا لي الدعم

وكان لهم دورا كبيرا في مساندتي

إلى ثمرات أمي وأبي

حمزة عبد الرحيم حيزية حنان رفيقة سهيلة سلمى

إلى من شاركتني أجمل أيام حياتي إلى صديقة العمر

أختي وصديقتي عبلة

إلى التي مهما بعد المسافات تبقى صديقة عمري

خلود

إلى رفيقات الدرب

حسينة سهام كريمة اية ياسمين صبرينة اكرام

إلى عصافيري الحلوين حبايب قلب خالتهم

يوسف أشرف معاذ آدم أيوب عمروسيم

نسرين

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

السطور مدينة بعرفانك والكلمات تهتف بامتنانك

أهدي اليكي هذه الثمرة التي رعيتها وسقيتها بدعو اتك فكبرت مع الزمن الكي

أمي

يا من تمنيت اليوم أن يكون بجانبي إلى من سعى بكل قوته وآماله أن أرتقي هذه الدرجة العلمية

إلى الحاضر الغائب وما غاب يوما عن بالي وفكري إلى الغالي دائما و أبدا

إلى روح والدي الطاهرةأسكنه الله فسيح جناته

سومية

ملخص باللغة العربية:

الأهداف: هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية بخميس مليانة،وكذلك التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات، وكذلك معرفة ما إذا هناك فروق ذات دلالة إحصائية في كل من المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية بخميس مليانة ترجع للتخصص.

المنهجية: اتبعت الباحثتان في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، بحيث قامتا بإجراء الدراسة في إقامة فلفول العربي بخميس مليانة. وتمثلت عينة الدراسة في الطالبات المقيمات في كل من التخصصات الجامعية والشبه طبي، كما تكونت العينة الأساسية من (242) طالبة مقيمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، واعتمدت الباحثتان في جمع البيانات على مقياس المساندة الاجتماعية للنجار والصرارية(2008). ومقياس الرضا عن الحياة للدسوقي(2013). وتم استخدام الأساليب الإحصائية المتمثلة في الإحصاءات الوصفية ومعامل ألفا لكرونباخ،معامل الارتباط بيرسون، معادلة الانحدار البسيط، اختبار "ت" لعينة واحدة، اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.

النتائج: توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن المساندة الاجتماعية تؤثر على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة ، ومستوى كل من المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة مرتفع،توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي ترجع لمتغير التخصص، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي ترجع لمتغير التخصص.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية، الرضا عن الحياة، الطالبات المقيمات، الإقامة الجامعية، خميس مليانة.

Abstract:

Objectives: This study aimed to investigate the impact of social support on the life satisfaction of female students residing in university dormitories in Khemis Miliana. Additionally, it aimed to assess the levels of social support and life satisfaction among these residents, and to determine whether there are statistically significant differences in social support and life satisfaction among them based on their majors.

Methodology: The researchers adopted a descriptive-analytical methodology for this study, which was conducted at the Arab Fulful University Residence in Khemis Miliana. The study sample comprised female residents from various university majors and semi-medical fields, with a primary sample size of 242 selected through stratified random sampling. Data collection utilized the Social Support Scale by Najjar and Sararia (2008) and the Life Satisfaction Scale by Desouki (2013). Statistical analysis included descriptive statistics, Cronbach's alpha coefficient, Pearson correlation coefficient, simple linear regression equation, one-sample t-test, and independent samples t-test.

Results: The findings of this study indicated that social support significantly influences life satisfaction among female residents of the Arabi Fulful University Residence in Khemis Miliana. Both social support and life satisfaction levels among these residents were found to be high. Statistically significant differences in social support scores were observed among female residents based on their majors. However, there were no statistically significant differences in life satisfaction scores among them based on their majors.

Keyzords : Social Support, Life satisfaction, female Students, University Residence, khemis Miliana.

فهرس المحتويات

الرقم	الموضوع	الصفحة
شكر وتقدير		
الإهداء		
ملخص الدراسة باللغة العربية		
ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية		
قائمة المحتويات		
قائمة الجداول		
قائمة الأشكال		
مقدمة		أ،ب
الفصل الأول:مدخل الدراسة		
01	الإشكالية	04
02	الفرضيات	06
03	أهداف الدراسة	06
04	أهمية الدراسة	06
05	تحديد مفاهيم الدراسة	07
06	حدود الدراسة	08
الفصل الثاني: الجانب النظري		
	أولا: المساندة الاجتماعية	
	تمهيد	10
01	مفهوم المساندة الاجتماعية	10
02	أنواع المساندة الاجتماعية	11
03	مصادر المساندة الاجتماعية	12

04	وظائف المساندة الاجتماعية	12
05	أبعاد المساندة الاجتماعية	14
06	نظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية	15
	خلاصة	16
ثانيا:الرضا عن الحياة		
	تمهيد	18
01	مفهوم الرضا عن الحياة	18
02	مفاهيم مرتبطة بالرضا عن الحياة	19
03	العوامل المؤثرة في الرضا عن الحياة	19
04	أبعاد الرضا عن الحياة	20
05	مصادر الإحساس بالرضا عن الحياة	21
06	النظريات المفسرةللرضا عن الحياة	21
	خلاصة	23
ثالثا: الدراسات السابقة والتعقيب عليها		
01	الدراسات العربية	25
02	الدراسات الأجنبية	27
03	التعقيب على الدراسات	27

الجانب التطبيقي **الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة**		
	تمهيد	31
01	منهج الدراسة	31
02	العينة الاستطلاعية	31
03	أهداف العينة الاستطلاعية	31

04	مجتمع العينة الاستطلاعية	31
05	عينة الدراسة وطريقة اختيارها	32
06	أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية	33
07	إجراءات الدراسة	38
08	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	38
	خلاصة	39
الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها **أولا: عرض النتائج حسب فرضيات الدراسة**		
	تمهيد	41
01	عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى	41
02	عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية	44
03	عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة	44
04	عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة	45
05	عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة	45
ثانيا: مناقشة نتائج فرضيات الدراسة		
01	تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى	48
02	تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية	49
03	تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة	50
04	تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة	51
05	تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة	52
	استنتاج عام	53
	خاتمة	54
	توصيات واقتراحات	55
قائمة المراجع		57
الملاحق		

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	توزيع مجتمع الدراسة على التخصصات	32
02	توزيع أفراد عينة الدراسة	33
03	قيم عاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية	35
04	أبعاد مقياس الرضا عن الحياة وفقراته	36
05	قيم معاملات الارتباط بيرسون بين البنود والدرجة الكلية الذي تنتمي إليه مقياس الرضا عن الحياة	37
06	قيم بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة	38
07	قيم معامل الارتباط بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة	42
08	نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة أثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة	43
09	اختبار"ت" لعينة واحدة لمعرفة مستوى المساندة الاجتماعية	44
10	اختبار "ت" لعينة واحدة لمعرفة مستوى الرضا عن الحياة	44
11	اختبار"ت" لعينتين مستقلتين وغير متجانستين لدلالة الفروق بين التخصصين في درجات المساندة الاجتماعية	45
12	اختبار"ت" لعينتين مستقلتين ومتجانستين لدلالة الفروق بين التخصصين في الرضا عن الحياة	45

قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة

01	مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية.	41
02	شكل انتشار البواقي مع القيم المتوقعة	42
03	لوحة الانتشار	43

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق
01	مقياس المساندة الاجتماعية
02	مقياس الرضا عن الحياة
03	مخرجات SPSS للدراسة الاستطلاعية والأساسية

مقدمة

مقدمة:

نظرا لما تعرفه حياتنا اليوم من تغيير وتطور في مختلف الميادين بشتى أنواعها، نتج عنه تغيرات في جميع مجالات الحياة وأصبحت أكثر تعقيدا وصعوبة فألقت بثقلها على حياة الأفراد والتي انعكست بالشكل المباشر على شخصيتهم، فتعرضوا يوميا لمصادر متنوعة كمشكلات الدراسة والتربية والعمل، وبالتالي أصبح لزاما عليهم أن يتعاملوا معها بطريقة سوية، فطلبة المرحلة الجامعية مثلا يواجهون يوميا عددا من المشكلات سواء كانت مشكلات أسرية واجتماعية أو مشكلات مدرسية أو جامعية وفي جميع هذه الأحداث يكون هؤلاء الطلبة مطالبين بإنجاز الكثير من المهمات التي تفوق قدراتهم بالإضافة أنهم مطالبين بالتحلي بمهارة إدارة الوقت والعمل على تكوين علاقات ايجابية مع أقرانهم ومثل هذه المسؤوليات والمهام الملقاة على عاتقهم ربما يكون لها تأثير سلبي على شعور بعضهم بالسعادة النفسية والرضا عن الحياة ولأن الجامعة تمثل خبرة جديدة في حياتهم وعلى أساسها سيتحدد مستقبلهم، فإن هذه الخبرة الجديدة تحتاج إلى السعي نحو المواجهة والتعايش السلمي ورح المنافسة ناهيك عن طبيعة الدراسة والموقع الجغرافي للجامعة لدى قد يفرض عليه الابتعاد عن الأسرة والأصدقاء لمسافة قد تطول أو تقصر لفترة طويلة من الزمن مما يشكل عبئا على الطلبة الجدد وقد تحول بينهم وبين التوافق النفسي والاجتماعي والمساندة الاجتماعية اللازمة من المحيطين بهم خاصة إذا كانوا من فئة الطالبات، حيث تؤدي المساندة الاجتماعية دورا بالغ الأهمية في إشباعا لأمن النفسي والاجتماعي وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الصادمة لهم ومن ثم فان المساندة تعد من المتغيرات بالغة التأثير على جوانب شخصية الطلبة واستقرارهم النفسي والسيطرة على المواقف المحبطة والنظرة الايجابية للحياة(داودي،2018).

فالإمداد بالعلاقات وتقديم السند يعتبر مصدرا هاما من مصادر الأمن الذي تحتاجه الطالبة الجامعية المقبلة على العيش في الإقامة الجامعية فهي تحتاج إلى مد العون من داخل وخارج البيئة الاجتماعية نظرا لكونها تشتمل على مجموعة من المصادر التي يمكن أن تلجأ لها طلبا للمساعدة مثل الأسرة، الأصدقاء، والزملاء والأقارب وغيرهم من أعضاء المجتمع الذين لهم أهمية خاصة في حياتها وعليه المساندة الاجتماعية ذلك النظام التي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين والذي يتلقاها الفرد من الجماعة التي ينتمي إليها.

ويبدو مما سبق أن المساندة الاجتماعية تعتبر مصدرا من مصادر الدعم النفسي الذي تحتاجه الطالبة المقيمة حيث تؤثر على مستوى الرضا عن الحياة مما لا شك أن الشعور بالرضا عن الحياة ينطوي على أهمية كبيرة على الفرد في أي مجال من مجالات الحياة حيث يرتبط بعملية تكيفه الشخصي والاجتماعي كما يعكس نظرته الخاصة إلى العالم كما يظهر أهمية هذا الشعور بوصفه القوة الدافعة لسلوك الفرد وأدائه كما يتزايد دوره لاسيما لدى الشباب الجامعي بوصفهم الفئة الأكثر تعرضا وتأثيرا بالتغيرات السريعة(عبد الرحمان،2020).ويعتبر الشعور بالرضا عن الحياة أحد المؤشرات التي تبين مدى تمتع الطالب الجامعي بصحة نفسية وبالشعور بالسعادة في الحياة الجامعية، كما أنه يرتبط ايجابيا بتقدير الفرد لذاته كما أن عدم الشعور بالرضا عن الحياة له تأثير على شخصية الطالب الجامعي وتكيفه وعلاقاته داخل محيطه الاجتماعي الذي يعيش فيه وتعتبر مرحلة الجامعية من المراحل المفصلية في الحياة الفرد التي تحدد شكل حياته المستقبلية ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح فيتوجب علية بذل جهد والمثابرة وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات بالإضافة إلى مواجهة ضغوط الحياة الأخرى(عبد الواحد وآخرون،2021).

ومن هنا ركزنا على معرفة أثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في الإقامة الجامعية بالإقامة فلفول العربي بخميس مليانة، وقد تطرقنا في هذه الدراسة إلى جانبين، جانب النظري والجانب التطبيقي بحيث تضمن هذان الجانبين أربعة فصول، الفصل الأول وكان بعنوان الإطار النظري العام للدراسة، وقد تطرقنا فيه إلى إشكالية الدراسة وتساؤلاتها. وأهم الفرضيات المقترحة،وكذا الأهداف والأهمية الخاصة بالدراسة،مع ضبط التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة، والحدود الزمانية والمكانية والبشرية للدراسة. أما الفصل الثاني فتمثل في الإطار النظري وقد قمنا بتقسيمه إلى ثلاث أجزاء،الجزء الأول تناولنا فيه المساندة الاجتماعية مفهومها أنواعها مصادرها، بالإضافة إلى وظائفها وأبعادها والنظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية، أما الجزء الثاني فتطرقنا إلى الرضا عن الحياة مفهومها والمفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة ، وعواملها وأبعادها ومصادرها، بالإضافة إلى النظريات المفسرة للرضا عن الحياة، أما الجزء الثالث تناولنا الدراسات السابقة المتعلقة بالمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة فمنها العربية ومنها الأجنبية وتم التعقيب عليها.أما في الجانب الميداني فقد شمل فصلين الفصل الثالث بعنوان منهجية الدراسة وإجراءاتها،بحيث تم التطرق فيه إلى الإجراءات المنهجية للدراسة بداية من المنهج المستخدم ثم العينة الاستطلاعية وأهدافها، ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة وطريقة اختيارها أيضا أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية، وإجراءات الدراسة وفي الأخير الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة، أما بالنسبة للفصل الرابع فتمثل في نتائج الدراسة ومناقشتها، فتم فيه عرض وتحليل مفصل لنتائج الدراسة، مع مناقشتها وتفسيرها حسب فرضيات الدراسة، وأخير تم وضع استنتاج عام وخاتمة شاملة مع بعض من التوصيات والاقتراحات بالإضافة إلى قائمة المراجع والملاحق.

الفصل الأول

مدخل الدراسة

1- الإشكالية

2- الفرضيات

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- تحديد مفاهيم الدراسة

6- حدود الدراسة

1-الإشكالية:

تمثل الإقامة الجامعية بيئة حيوية للطلبة الذين يسعون للتعلم والنمو الشخصي خلال سنوات دراستهم الجامعية وتعتبر أكثر من مجرد مكان للإقامة بل إنها مجتمع يوفر الفرص لهم لاكتشاف أنفسهم وبناء شبكات اجتماعية وتطوير مهارات الحياة المستقلة والتعاونية.

ويمثلن الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية جزءا أساسيا من تجربة الحياة الجامعية حيث توفر لهن الإقامة الجامعية بيئة مجتمعية وتعليمية فريدة وتمكنهن من بناء علاقات اجتماعية قوية تساهم في تطويرهن شخصيا و أكاديميا.

ويرى العديد من الباحثين أن المجتمع الجامعي بجوانبه المتعددة يحمل الكثير من الآثار الايجابية وكذلك السلبية على الطالبة المقيمة بالحي الجامعي، فالطالبة عن انتقالها من محيط أسرتها إلى المحيط الجامعي تتعرض إلى الكثير من التغيرات والصعوبات في نمط حياتها والتي قد تمس حالتها النفسية مما تؤدي إلى انخفاض في الصحة النفسية وظهور علامات القلق والاكتئاب وغيرها، وهذا ما يؤدي إلى عدم التوافق النفسي والاجتماعي وعدم التقبل لا لذاته وحياتهم ولا لبيئتهم والأشخاص الذين حولهم(بن جخدل وابراهيم،2021).

وهذا ما يستدعي الدعم لهذه الفئة سواء دعما ماديا أو معنويا من اجل مساعدتهم على تجاوز تلك الصعوبات والمشاكل والتغيرات التي تعرضن لها في المحيط الجديد وتحقيق الأمن الاستقرار النفسي والاجتماعي لهن.

وتعتبر المساندة الاجتماعية من أهم وابرز مصادر الأمن التي تحتاجها الطالبات من المجتمع الذي يعشن فيه، فهن بحاجة ماسة إلى المعاونة والمساعدة خاصة وان كان هذا العون من أقرب الناس إليهن وهذا ما يزيد من شعورهن بالرضا عن ذاتهن وحياتهن.

ولقد حظيت المساندة الاجتماعية باهتمام كبير من قبل الباحثين، بعد أن نشر كابلن(1974) دراسته التي تتضمن أصنافا متعددة من المساعدة والعون التي تقدم من الأسرة، الأصدقاء والجيران إلى الفرد. ومن خلال ما سعى إليه في نظريته عن أنظمة المساندة ودورها في الصحة النفسية للمجتمع،فان المساندة الاجتماعية تتضمن نمطا مستديما من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي تلعب دورا هاما في المحافظة على وحدة النفس والجسم للفرد عبر حياته، حيث أوضح من وجهة نظره أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية النفسية للمحافظة على صحته العقلية والنفسية(عاقل،2015،ص.04).

ومن المؤكد أن المساندة الاجتماعية تلعب دورا كبيرا في ارتفاع الرضا عن الحياة للأفراد في حياتهم اليومي، حفاظا على صحتهم النفسية والجسدية وقد تكون المساندة الاجتماعية أما من الأهل، الأصدقاء،أو الزملاء وقد تتخذ أشكالا عدة منها ما هو معنوي كقضاء الحاجة أو كلمة طيبة أو تقديم معلومات ومنها ما هو مادي كالمساعدات المالية.(مكروفلي،2022).

وتعد المساندة الاجتماعية من المطالب الأساسية لجميع أفراد المجتمع للحصول على الدعم والرعاية والاهتمام من قبل المحيطين بهم لزيادة الشعور بالرضا وتقدير الذات والثقة ومقاومة أحداث الحياة السلبية وتجاوز الأزمات، فبدون المساندة الاجتماعية يصبح الفرد معرضا للكثير من المخاطر والأضرار البيئية التي تؤدي إلى عزلته عن الآخرين.

وتؤدي المساندة الاجتماعية إلى إشباع الحاجات الأساسية للفرد من حب واحترام وتفهم وتواصل وتقديم معلومات من الأشخاص ذوي الأهمية في حياة الفرد وبهذا المساندة الاجتماعية تستلزم وجود أشخاص يتسمون بالمساندة والدعم الاجتماعي.

فعائلة الفرد، وأصدقائه، وجيرانه يشكلون مصدر دعم اجتماعي له، ويمكن تصنيف الدعم الاجتماعي إلى ثلاث مجموعات: المالية والعاطفية والمعرفية. الدعم المالي ينطوي على توفير المال والغذاء، والدعم العاطفي يشمل القبول وتلبية احتياجات الأفراد الأساسية والحب والانتباه والثقة والشعور بالانتماء إلى المجموعة والدعم المعرفي يشير إلى توفر المعلومات ومساعدة الأفراد في حل مشاكلهم.وبالتالي الرضا عن حياتهم(الزهراني،2020).

وماما لا شك فيه أن الرضا عن الحياة ينطوي على أهمية كبيرة في حياة الطالبة المقيمة حيث يرتبط بعملية تكيفها الشخصي والاجتماعي ويظهر أهمية هذا الشعور بوصفه القوة الدافعة لسلوك الطالبة وأدائها.

وتعتبر الرضا عن الحياة مؤشرا مهما من مؤشرات الطمأنينة النفسية ويعكس نظرة استبشار نحو المستقبل، ويتفق العديد من الباحثين على أن الشعور بالرضا عن الحياة يشير إلى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وتقديره لذاته، والتنبؤ بمراحل حياته المستقبلية.

يبين الداسوقي(1998) أن الرضا عن الحياة علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية، إذ أن الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد لها والإقبال عليها، والرغبة الحقيقية في أن يعيشها.

لذا فالرضا عن الحياة تتضمن صفات متنوعة كالتفاؤل والرضا عن الواقع وتقبل النفس واحترامها، فإذا تحققت هذه الصفات لدى الإنسان، فانه عندئذ يشعر بالسعادة أكثر في أي وقت آخر.

ويرى كذلك الطيب والهاص(2009) أيضا أن الرضا عن الحياة مؤشرا هاما من المؤشرات الأساسية للتوافق السليم والصحة النفسية. أما الشعور بنقص الرضا عن الحياة فيعتبر واحدا من المشكلات الهامة في حياة الفرد، حيث تعتبر هذه المشكلة بمثابة نقطة البداية لكثير من المشكلات . وشعور الفرد بالرضا عن حياته يشعره بالتفاؤل، ويخفف من التأثير السلبي الناتج عن الضغوط من أحداث الحياة الضاغطة ويساعده على التوافق النفسي والاجتماعي وتعتبر مؤشرا على سعادة الفرد والرضا عن حياته.

فالرضا عن الحياة يتضمن خصائص متنوعة كالتفاؤل والرضا عن الواقع وتقبل النفس واحترامها، فإذا تحققت هذه الخصائص لدى الفرد، فانه عندئذ يشعر بالسعادة أكثر من أي وقت آخر خاصة أن السعادة ترتبط ارتباطا وثيقا بالرضا عن الحياة.(العتيبي،2019).

وتظهر سعادة الفرد مع الآخرين عندما يستمد منهم الدعم الاجتماعي،ومما سبق ذكره فالطالبات المقيمات هن الفئة الأكثر دعما اجتماعيا ومساندة اجتماعية بكل أنواعها من اجل توافقهم النفسي والرضا عن حياتهم وهذا ما أكدته دراسة جخدل وابراهيم (2021) وقد كشفت نتائجها أن هناك علاقة ارتباطيه بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات . وعليه اهتمت الباحثتان بهذه الدراسة والبحث في المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية فلفول العربي بخميس مليانة، وتتحدد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة على التساؤلات التالية:

- هل تؤثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي بخميس مليانة؟
- ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي؟
- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي ترجع لمتغير التخصص؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي ترجع لمتغير التخصص؟

2- الفرضيات:

- تؤثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي خميس مليانة.
- مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي مرتفع.
- مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي مرتفع.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص.

3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية لتحقيق الأهداف التالية:

-التعرف على تأثير المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي خميس مليانة .

-التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي خميس مليانة.

-التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي خميس مليانة.

-الكشف على الفروق بين متوسطي درجات الطالبات المقيمات في الشبه طبي والتخصص الجامعي للمساندة الاجتماعية.

-الكشف على الفروق بين متوسطي درجات الطالبات المقيمات في الشبه طبي والتخصص الجامعي للرضا عن الحياة.

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة التي نتناولها من حيث تأثير المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في الحي الجامعي تتمثل في :

الأهمية النظرية:

- دراسة شريحة أساسية ومهمة في المجتمع وهي الطالبة الجامعية المقيمة في الحي الجامعي والتي يجب تقديم المساندة اللازمة لها من طرف الأسرة والأصدقاء أو غيرهم سواء كانت هذه المساندة مادية أو معنوية والتي تلعب دورا في مقاومة عوامل الخطر المتعلقة بالصحة النفسية .

-تقديم إضافة علمية للموضوع وتنويه مختلف الباحثين الراغبين في الإطلاع على هذه الدراسة وإثراء المكتبات بمحتويات معلوماتية ومرجع علمي للطلبة.

-تناول متغير مهم وهو الرضا عن الحياة والذي يعتبر أحد مظاهر الصحة النفسية والاهتمام به يجعل الرضا عن الحياة لدى الطالبة المقيمة مرتفع يساهم في نمط حياة صحي وشخصية متزنة ،وتوافق النفسي والاجتماعي.

الأهمية التطبيقية :

-التعريف بمقاييس في المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة بحيث تتوفر على خصائص السيكومترية تساعد الباحث في إجراء دراسات مشابهة.

- يمكن أن تساهم نتائج الدراسة الراهنة في بناء برامج إرشادية للرفع من مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبة المقيمة في الحي الجامعي.

- كما يمكن للجامعة الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية من أجل تقديم الخدمات اللازمة التي من شأنها الإسهام في توفير الجو المناسب لدى الطالبة المقيمة في الحي الجامعي .

5- تحديد مفاهيم الدراسة:

5-1المساندة الاجتماعية :

نظريا: فيعرفها المصري(2019) المساندة الاجتماعية بأنها "المساندة الفعلية التي يدركها الشباب الجامعي من قبل الزملاء والأسرة الأصدقاء سواء كانت هذه المساندة عاطفية أو مالية أو معلوماتية أو صحية من أجل إشباع حاجات الفرد وشعوره بالاستقرار النفسي".

أما حسب بن جخدل وإبراهيم(2021) بأنها " نظرة الفرد إلى الأصدقاء والأسرة كمصادر لهم لتقديم الدعم النفسي والصحي".

إجرائيا: هي الدعم الانفعالي والمادي والأدائي الذي تتلقاه الطالبات المقيمات من قبل الآخرين المحيطين بهم، وتقاس من خلال الدرجة الكلية التي تتحصل عليها هؤلاء الطالبات المقيمات في مقياس المساندة الاجتماعية للنجار والصرارية(2008) موزع على بعدين الأسرة و الأصدقاء.

5-2الرضا عن الحياة:

نظريا: عرفه مجدي الداسوقي(1998) بأنه "تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد بأنه مناسب له ولقدراته ولمدركاته وخبراته ولحياته بشكل عام".

أما حسب المجدلاوي (2012) بأنه "شعور الفرد بالفرح والسعادة والراحة والطمأنينة وإقباله على الحياة بحيوية نتيجة لتقبله لذاته وعلاقاته الاجتماعية وإشباعه لحاجاته"

إجرائيا: هو تقييم الطالباتالمقيمات في الإقامة الجامعية لحياتهن بشكل عام اعتمادا على حكمهن الشخصي، ويقاس من خلالالدرجة الكلية التي تتحصل عليها هؤلاء الطالباتفي مقياس الرضا عن الحياة لمجدي الداسوقي (1998) موزع على ستة أبعاد وهي السعادة، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي، القناعة، الاجتماعية والطمأنينة.

6-حدود الدراسة:

تحددت الدراسة الحالية في أربعة حدود رئيسية ومتمثلة في:

6-1-حدود موضوعية:بحيث تناولت الدراسة الراهنة متغيرين رئيسيين وهما: المساندة الاجتماعية، الرضا عن الحياة.

6-2-حدود مكانية: أجريت هذه الدراسة في إقامة فلفول العربي تابعة لجامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة ولاية عين الدفلى.

6-3-حدود زمانية: أجريت هذه الدراسة في السنة الجامعية 2024/2023. بحيث تم تطبيق العينة الاستطلاعية خلال شهر نوفمبر أما الدراسة الأساسية فكانت خلال شهر ديسمبر.

6-4-حدود بشرية: تشمل الدراسة عينة متكونة من (242) طالبة جامعية مقيمة في إقامة فلفول العربي خميس مليانة.

الفصل الثاني

الجانب النظري والدراسات السابقة

أولا: المساندة الاجتماعية.

ثانيا: الرضا عن الحياة.

ثالثا: الدراسات السابقة التعقيب عليها.

اولا:المساندة الاجتماعية

تمهيد

1 - مفهوم المساندة الاجتماعية.

2 -أنواع المساندة الاجتماعية.

3 - مصادر المساندة الاجتماعية.

4 -وظائف المساندة الاجتماعية.

5 - أبعاد المساندة الاجتماعية.

6 -نظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية

خلاصة

تمهيد

إن المجتمع عبارة عن مجموعة من الأفراد تربطهم علاقات اجتماعية متنوعة بحيث تكون هذه العلاقات قوية ومتينة من خلال المساندة التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء من الأسرة كأول نواة للتنشئة الاجتماعية أو جماعة الرفاق. لذا تعتبر المساندة الاجتماعية من أهم مصادر الدعم الاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الإنسان حيث يؤثر على حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عن الحياة،والذي يعتبر هذا الأخير أحد مؤشرات لتمتع الفرد بالصحة النفسية وسعادته وسلامة البناء النفسي لديه، ويمثل مظهرا هاما من مظاهر حياة الفرد، لذا يؤثر على شخصيته وتكيفه وعلاقاته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه، ويدرك لضغوط الحياة المختلفة. وهذا ما سنقوم بطرحه في هذا الفصل من تعاريف المساندة الاجتماعية وأنواعها ومصادرها وسنتناول أيضا أبعادها ووظائفها وأهم النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية.وكذلك سنتطرق إلى عناصر مهمة حول الرضا عن الحياة أهمها مفهومه،و بعض المفاهيم المرتبطة به وكذلك العوامل المؤثرة فيه بالإضافة إلى أبعاده و مصادر الإحساس بالرضا عن الحياة،وفي الأخير النظريات المفسرة له.

1- المساندة الاجتماعية:

1-1مفهوم المساندة الاجتماعية:

المساندة الاجتماعية هو مفهوم واسع ومعقد والدليل على ذلك اختلاف الباحثين في طريقة تناولها وتعريفهم لها ولذلك هناك العديد من التعريفات للمساندة الاجتماعية نذكر منها ما يلي:

عرفها سارسوزان وآخرين(1982) أنها " تعبر عن مدى وجود وتوافر الأشخاص الذين يمكن للفرد أن يثق بهم وهم أولئك الأشخاص الذين يتركون إليه انطباعا بأنهم بوسعهم أن يعتنوا به ويقدرونه ويحبونه" (بوجلطية وقاجة،2022).

وتعرفها كاترونا(1996) على أنها " إشباع للحاجات الأساسية للفرد حب واحترام وتقدير وتفهم وتواصل ومشاركة الاهتمامات وتقديم النصيحة والمعلومات وذلك من الأشخاص ذوي الأهمية في حياة الفرد خاصة وقت حدوث أزمات والضغوط"(داودي،2017 ص.104).

ويعرف شحاتة ربيع (2011) المساندة الاجتماعية " قيام شخص أو أشخاص بمساعدة لآخرين وبذل مجهود من أجل تخفيف ما يعانونه من متاعب ومحن" (بوناب وبوسعيد،2020).

تعريف الجمعية الأمريكية لعلم النفس(APA) فاندن بوس (2007) المساندة الاجتماعية هي "تقديم المساعدة أو الراحة من أجل مساعدتهم على التكيف مع مختلف الضغوط البيولوجية والنفسية والاجتماعية وقد تنشأ المساندة الاجتماعية من أي علاقات بين الأشخاص في شبكة الأفراد الاجتماعية من خلال إشراك أعضاء الأسرة والأصدقاء والجيران ومؤسسات والزملاء "(بوناب وبوسعيد،2020، ص.16).

أما المحتسب(2010) عرفها بأنها" الدعم المادي العاطفي والمعرفي الذي يستمده الفرد من جماعة الأسرة والأصدقاء والمعلمين في المواقف الصعبة التي يواجهها في حياته وتساعده في خفض أثار النفسية والسلبية الناشئة عن تلك المواقف" (عميرة،2021ص.45).

في حين يرى فايد أن المساندة الاجتماعية " إدراك الفرد أنه يوجد عدد كافي من الأشخاص في حياته تمكنه من الرجوع إليهم عن الحاجة وأن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له".

ويذهب كوهين وآخرون إلى إن المساندة الاجتماعية " تعني متطلبات الفرد بمساندة ودعم البيئة المحيطة به سوء كان من الأفراد أو الجماعات تخفف من أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها" (عاقل،2015ص.23).

من خلال التعريفات السابقة يتضح أن معظم الباحثين عرفوا المساندة الاجتماعية أنها مدى إدراك الفرد للآخرين بتقديم المساندة لهم، ومحاولتهم التخفيف من أحداث الحياة الضاغطة.

1-2أنواع المساندة الاجتماعية:

إن اختلاف أشكال المساندة الاجتماعية قد أدى إلى اختلاف الباحثين حول تحديد أنواعها لهذا سنحاول ذكر بعضها فيما يلي:

- مساندة التقدير: تتمثل هذا النوع من المساندة على شكل معلومات تقدم للفرد أنه شخص مقبول ومحبوب رغم الصعوبات التي يمر بها وتعميق إحساسه بأنه يحظى بالتقدير.
- المساندة الإجرائية: تشتمل على تقديم العون المادي والخدمات اللازمة والتي تساعد الفرد على التخفيف من الضغوط التي يتعرض لها عن طريق الحل المباشر للمشكلات الإجرائية وإتاحة الشعور بالراحة وتقليل التوتر للفرد المتلقي للعون.
- مساندة المعلومات: وتعرف أيضا بمساندة النصح والإرشاد وهذا النوع من المساندة تتمثل في إمداد المتلقي المعلومات والنصح والإرشاد والتوجيه تفيده في حل مشكلة صعبة يواجهها في حياته اليومية.
- الصحبة الاجتماعية: تعني قضاء الوقت مع الآخرين المحيطين بالفرد في ممارسة بعض الأنشطة الترفيهية والترويجية بهدف إشباع الحاجة للانتماء والتواصل مع الآخرين.

أما هاوس(1981)houseفإنه يرى أن المساندة الاجتماعية تأخذ عدة أشكال منها:

- المساندة الانفعالية: والتي تنطوي على الرعاية والثقة والقبول.
- المساندة الأدائية: والتي تنطوي على المساعدة في العمل والمساعدة بالمال.
- المساندة بالمعلومات: وتتمثل في إعطاء نصائح أو معلومات أو تعليم مهارة تؤدي الى حل مشكلة أو موقف ضاغط.
- مساندة الرفاق: والتي تنطوي على ما يمكن أن يقدمه الأصدقاء والزملاء لبعضهم البعض في أوقات الشدة

(عاقل،2015،ص.31).

ومنه يمكن القول أن أشكال المساندة الاجتماعية تختلف باختلاف حاجات الفرد اليها وما يتلاءم مع وضعيته وظروفه أحداث الحياة الضاغطة.

1-3مصادر المساندة الاجتماعية:

يؤكدfulginti&al(2022)أن الساندة الاجتماعية تتمثل في الأصدقاء وهي علاقات الصداقة التي توفر دعما عاطفيا واجتماعيا مهما والأسرة والتي تعتبر مصدرا نسبيا للدعم والاستقرار العاطفي والتعليم وهم الزملاء في المدرسة أو الجامعة ويعتبرون مصدرا للتفاعل الاجتماعي والمجتمع المحلي أي المشاركة في الأنشطة المجتمعية والمبادرات لتعزيز الانتماء وتوفر فرصا لبناء علاقات اجتماعية حيث أن هذه الصادر تعتبر أساسية لتعزيز التواصل الاجتماعي ورفع مستوى الدعم العاطفي، مما يساهم في تعزيز رضا الشباب الجامعي عن حياتهم(fulginti&al,2022).

أما السيد(2012) فيرى أن مصادر المساندة الاجتماعية تتمثل في:

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

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

-**الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية**: ويقصد بها مدى إدراك الفرد لكمية ونوعية المساندة الاجتماعية المقدمة له، ومدى رضاه عنها (جربان،2013،ص.14).

ويضيف عبد العزيز(2014) أن المساندة الاجتماعية تنقسم إلى مصدرين وهما:

-**المصدرغيرالرسمي:** هو المصدر الذي يحصل فيه الفرد المساندة من المتخصصين مثل المحامين، الأطباء، موظفي الخدمات العامة.

-**المصدر الرسمي:** هو المصدر الذي يحصل فيه الفرد المساندة من الأسرة، الأصدقاء، زملاء الدراسة والجيران(عبد الرحمان،2020).

وقد لخص ثوريك(1984) مصادر المساندة الاجتماعية في ثمان مصادر:الزوجة، الزوج، الأقارب، الأصدقاء، المعلمين، الجيران، الطوائف الدينية وهي الشبكات الواقعية التي تنتهي إليها الأفراد(بوناب وبوسعيد،2019).

خلاصة القول أن مصادر المساندة الاجتماعية تتمثل في الأفراد المتواجدون في المحيط الاجتماعي للفرد ويقدمون له الدعم المادي والاجتماعي الذي يحتاجه لمواجهة مواقف الحياة المختلفة.

1-4وظائف المساندة الاجتماعية:

للمساندة الاجتماعية وظائف متعددة التي تركز على تقديم المساعدة للأفراد والمجتمعات للتعامل مع التحديات الاجتماعية والنفسية.

فالأشخاص الذين يتمتعون بعلاقات اجتماعية جيدة والثقة والخبرات المتبادلة بين الأفراد يكونون قادرين على مواجهة أحداث الحياة الصعبة، ولهذا يرى shumaker et brownel(1984)أن للمساندة الاجتماعية وظيفتين وهما:

1-4-1الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية:

تشير هذه الوظائف إلى الحفاظ على الوحدة الكلية للصحة الجسمية والنفسية وصولا إلى تقوية سعادة المتلقي للمساندة وإحساسه بالراحة النفسية والاطمئنان وتنقسم هذه الوظائف إلى:

أ. **إشباع حاجات الانتماء:** يشمل على بناء علاقات اجتماعية قوية والشعور بالانتماء إلى المجتمع أو المجموعة ويمكن تحقيق ذلك من خلال التواصل الفعال والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية مما يؤدي إلى تخفيف من التأثير الضار للعزلة .

ب. **المحافظة على الهوية الذاتية وتقويتها:** وذلك من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين تنمو شخصية الفرد ويكتسب وعيه بذاته الاجتماعية ويكون ذلك عن طريق التغذية الرجعية المرتبطة بمظاهر الذات.

ت. **تقوية تقدير الذات:** يمكن للمساندة الاجتماعية أن تقوي شعور الفرد بقيمته وذلك عن طريق تعزيز التفكير الايجابي حيال الذات والتركيز على الجوانب الايجابية والسعي لتطوير المهارات واكتساب المعرف وتعزيز الثقة بالنفس والتأكيد على القدرات الشخصية والاعتناء بالصحة النفسية من خلال الاستماع لحاجيات العقل والتعامل معها بطرق صحية.

1-4-2التخفيف أو الوقاية من الآثار النفسية السلبية لأحداث الحياة الضاغطة:

تقوم هذه الوظائف على تخفيف الضغط أو الوقاية من الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة من خلال تعليم الفرد الأسلوب الأنسب لمواجهة الضغوط والمشكلات بأساليب ايجابية تمنع آثارها السلبية وتنقسم الى:

أ. **التقييم المعرفي:** وبدوره ينقسم إلى دورين وهما:

- **التقييم الأولي:** يفسر الفرد عوامل الحياة الضاغطة المحتملة ويمكن للمساندة أن توسع تفسير الفرد للمواقف وتحسن فهمه عن طريق إمداده بالمعلومات والاستجابة النموذجية له.

- **التقييم الثانوي:** تقييم الأفراد لمصادر المواجهة المتاحة للفرد وتستطيع المساندة أن توسع عدد اختيارات المواجهة بتوفير المعلومات وأساليب المواجهة وحل المشكلات.

ب. **النموذج النوعي للمساندة:** يركز على فهم وتفسير الظواهر الاجتماعية من خلال الدراسة المتأنية والتحليل العميق للتجارب النوعية والفردية والحياتية، ويتضمن هذا النموذج على التفاعل الشخصي والفهم العميق والتفاعل العاطفي والسياق الاجتماعي للفرد.

ت. **التكيف المعرفي:** يمر الأفراد بثلاث عمليات لمواجهة الأحداث التي تهددهم بطريقة معرفية والمساندة يمكن ان تلعب دورا مهما في عملية من العمليات وذلك عن طريق تزويد الفرد بالمعلومات اللازمة عن الحدث الضاغط وأساليب مواجهته وطرق السيطرة عليه بالإضافة إلى مساندته من خلال المحافظة على تقوية تقديره لذاته(لراري،2014،).

ويضيف (1981)shaefer& al أن وظائف الدعم الاجتماعي تتمثل في الدعم العاطفي والملموس والمعلوماتي الذي يتلقاه الفرد حيث يشمل الدعم العاطفي الحميمية والانتماء والتأكيد والقدرة على الاعتراف بالأخر والاعتماد عليه ويشمل الدعم الملموس على المساعدة المباشرة أو الخدمات العملية تتمثل في المساعدات المادية والذي له تأثير ايجابي على الصحة النفسية والتكيف مع الضغوط الحياتية ويعزز الشعور بالأمان والاستقرار الاجتماعي(1981,shaefer& al).

ومن هنا يتضح أن وظائف المساندة الاجتماعية تعمل في اتجاهين أساسيين الاتجاه الأول يتمثل في أن المساندة الاجتماعية تزيد من استجابات الفرد في العمل وتحقق له القبول والتفاعل مع المجتمع والاتجاه الثاني يتمثل في أن المساندة الاجتماعية تعمل كمنظمة عازلة ومخففة للضغوط.

5-1 أبعاد المساندة الاجتماعية:

تنوعت أبعاد المساندة الاجتماعية التي تلعب دورا في تحسين الرفاهية الشخصية والاجتماعية.

وقد أشار سارسون وآخرون(2003) أن أبعاد المساندة الاجتماعية تتكون من بعدين أساسيين هما:

- **وفرة المساندة:** تعني وجود كمية كبيرة ومتنوعة من الدعم الاجتماعي المتاح للفرد وهذا يشمل وجود شبكات داعمة من العائلة، الأصدقاء، المجتمع والمؤسسات عندما يكون هنا وفرة المساندة للفرد يستفيد من مصادر متعددة للدعم العاطفي والمادي.
- **الرضا عن المساندة**: الشعور بالراحة والارتياح فعالية الدعم الذي يتلقاه الفرد عندما يكون هناك توازن وفعالية في الدعم الاجتماعي المقدم يكون هناك تحسين في العلاقات الشخصية وتعزيز الصحة النفسية.

وأوضح شعبان(2002) أن المساندة الاجتماعية تشتمل على بعدين أساسيين:

- أن يدرك الفرد وجود عدد كاف من الأشخاص في حياته يمكن أن يرجع إليهم عند الحاجة.
- أن يكون لدى الفرد درجة من الرضا عن الحياة هذه المساندة المتاحة له والاعتقاد في كفاية الدعم.

ويرى عبد السلام(2005) أن للمساندة الاجتماعية ثلاث أبعاد تتمثل في:

- العلاقات الاجتماعية التي يقيمها الأفراد مع الآخرين.
- المساندة الاجتماعية المدركة.
- المساندة العقلية.

إذ أن المساندة الاجتماعية أبعاده متعددة متمثلة في الدعم العاطفي من طرف الأسرة، الأصدقاء أو المجتمع والدعم المعلوماتي والذي يتمثل في الإرشاد والتوجيه حول مواضيع معينة والتي تعمل كوظائف تستطيع المساندة تحقيقها والتفاعل معها بشكل ايجابي.

6-1 النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

تعددت النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية باختلاف التوجه الذي يتبناه الباحثون وسنعرض بعض النظريات فيما يلي:

1-6-1 نظرية الارتباط:

افترض بولبي أن الأفراد الذين يقومون علاقات وروابط تعلق صحية مع الآخرين يكونون أكثر أمنا واعتمادا على أنفسهم مع أولئك الذين يفتقدون مثل هذه الروابط، فحينما تعاق قدرة الفرد على إقامة علاقات وروابط متوافقة مع الآخرين يصبح الفرد عرضة للعديد من المخاطر والأضرار البيئية التي تؤدي إلى عزلته مع الآخرين(الشيبة ورضوان،2006).

ويشير الأساس النظري لهذه النظرية إلى توجيه الفرد ومساعدته لاستخدام مصادر المساندة الاجتماعية المتاحة له لتجنب المخاطر والأضرار التي يمكن أن تلحق به في البيئة المحيطة وتبصره بالفهم الكامل بالأساليب الايجابية الفعالة لمواجهة المخاطر تى لا يتعرض لآثار جسمية ونفسية(داودي،2017،ص.123).

2-6-1 نظرية التبادل الاجتماعي:

صاغ هذه النظرية ثيبوت وكيلي وذلك للتفسير العوامل الدافعة للانضمام إلى الجماعة وترى هذه النظرية أن العلاقات بين الأفراد هي تبادل فوائد بينهما وتفترض أن الأفراد في العلاقات التبادلية تتوقع تلقيها بنفس الوقت أيضا وجود اضطرابات لتوقع تلقي المساندة أو تقديمها سوف يؤدي إلى أوجاع نفسية سيئة.

ويبين السيد (2014) أن هذه النظرية تؤكد على التفاعل الاجتماعي على الأفراد أو الهيئات الجماعية ويمكن وصفه على انه محاولات للوصول إلى الحد الأقصى من المكافآت المادية وغير المادية(حوشيه،2017).

وتركز أيضا هذه النظرية على وجود العديد من الآليات عند تبادل المساندة مع الآخرين:

- **ادخار المساندة الاجتماعية**: هي أن الشخص لديه رصيد من المساندات كان يقدمها في الماضي للآخرين أن ما يقدمه للآخرين حاليا تعد قليلة بالنسبة للفرد.

- **قابلية للمساواة**: وهي أن الشخص يدرك مقدار المساندة التي تبذل له من قبل الآخرين وبالتالي لا يطلب المساندة تفوق طاقته.

- **المودة أو الوحدة المترابطة**: هي أن المجتمع الواحد المفروض أن يكونوا مترابطين في وحدة عضوية نفسية اجتماعية.

- **انتباه الانتقائي أو الاختياري**: هي قدرة الشخص على إدراك ما يقدمه الآخرين وما يعجز عن تقديمه(عاقل،2015،ص.38).

2-6-1النظرية البنائية:

أشار كابلان (1993)kaplan إلى أن علماء المدرسة البنائية ركزوا على تدعيم بناء شبكة علاقات اجتماعية المحيطة بالفرد لزيادة حجمها وتعدد مصادرها وتوسيع مجالاتها لتوظيفها في خدمة الفرد ومساندته لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

ويرى دوك وسيلفر (1995)duck&silverأن الاتجاه البنائي في دراسته للمساندة الاجتماعية يقوم على افتراض أن الخصائص الكمية لشبكة المساندة تؤثر على التفاعلات المتبادلة من الأفراد وعلى عمليات التوافق، كما تلعب دورا حيويا في تدعيم المواجهة ضد الأحداث الصعبة دون آثار سلبية على المتلقي.

وقد أشار علي عبد السلام(2005) أن هذه النظرية تتسم ببعض العيوب وتتمثل في:

- إهمالها لدراسة شبكات والتفاعلات اجتماعية الكبيرة التي تحيط بالمجتمعات الكبيرة.

- لم تصل هذه النظرية في دراستها لأبعاد المساندة الاجتماعية إلى نتائج صادقة(عبد الحميد،2021)

1-6-3النظرية الوظيفية:

يرى علماء هذه النظرية أن المساندة الاجتماعية هي تلك المعلومات التي تؤدي إلى اعتقاد الفرد بأنه محبوب من المحيطين به وانه محاط بالرعاية بالآخرين وانه ينتمي لشبكة من العلاقات الاجتماعية المحيطة.

تشدد هذه النظرية إلى أهمية العواطف والمشاعر لتحديد سلوك الفرد وتشجع على فهم الأبعاد اجتماعي للعلاقات الإنسانية كما تركز على تعزيز أنماط السلوك المتداخل في هذه العلاقات لزيادة مصادر الدعم الاجتماعي وكذلك تحديد فاعلية أنواع المساندة في ضبط توقيت تقديمها للمتلقي.

على الرغم من مزايا هذه النظرية إلا أن باحثيها لم يستطيعوا تحديد أي نوع من أنواع المساندة أن يكون مفيد للأفراد الذين يمرون بأحداث ضاغطة(مداني وحمري،2015).

1-6-4النظرية الكلية:

تهتم هذه النظرية في دراسة المساندة الاجتماعية بقياس الإدراك الكلي للمواد المتاحة للفرد ورضاه عنها وبالتالي وفقا لهذا الاتجاه فان المساندة هي الإدراك الفعلي لوجود الأفراد يقدمون المساندة للفرد وهذا الإدراك الكلي للمساندة يشكل الأساس النظري لعدد من مقاييس المساندة منها مساندة الأسرة والأصدقاء.

تؤكد هذه النظرية على حاجة الفرد للدعم الاجتماعي خاصة في الظروف الصعبة، وتركز أيضا على الخصائص الشخصية وعلى التحديات الاجتماعية التي تؤثر على شبكة العلاقات للفرد والرضا عن الحياة لدى المتلقي(بوناب وبوسعيد،2019).

وبالاطلاع على النظريات التي تناولت المساندة الاجتماعية نرى أن لكل نظرية وجهة نظر تختلف على الأخرى في تفسيرها للمساندة الاجتماعية وكيفية تخطي الفرد لأحداث الحياة الضاغطة حيث أن نظرية الارتباط تركز على أن الأفراد الذين يقومون بعلاقات ذات طابع صحي مع الآخرين يكونون أكثر اعتمادا وثقة مع أنفسهم بالمقابل الذين يفتقدون علاقات التعلق مع الآخرين هم عرضة للعزلة في حين نظرية التبادل الاجتماعي ترى أن العلاقات بين المتلقي والآخرين هي علاقات تبادل الفوائد والمعلومات في الوقت المناسب وأشار كابلان من علماء النظرية البنائية على تدعيم بناء العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد وتوسيع وظائفها لخدمة المتلقي ومساندته في مواجهة الحياة الضاغطة وترى النظرية الوظيفية أن المساندة الاجتماعية أن المعلومات التي تقدم للفرد التي تشعره أنه محبوب ومحاط بالرعاية من الآخرين وتهتم النظرية الكلية أن المساندة هي الإدراك الكلي للمواد المتاحة وان الفرد في حاجة إلى الدعم الاجتماعي في الظروف الصعبة.

ثانيا: الرضا عن الحياة

تمهيد

1- **مفهوم الرضا عن الحياة.**
2- **مفاهيم مرتبطة بالرضا عن الحياة.**
3- **العوامل المؤثرة في الرضا عن الحياة.**
4- **أبعاد الرضا عن الحياة.**
5- **مصادر الإحساس بالرضا عن الحياة.**
6- **النظريات المفسرة للرضا عن الحياة.**

الخلاصة

2- الرضا عن الحياة:

2-1مفهوم الرضا عن الحياة:

يعد مفهوم الرضا عن الحياة من المفاهيم التي لاقت اهتماما كبيرا في مجال علم النفس لما له أهمية بالغة في حياة الفرد وقد تعددت واختلفت التعريفات حول الرضا عن الحياة من باحث لآخر وسوف نذكر البعض منها كالآتي:

عرفته الشلبي(2011) أنه "سمة نفسية تتكون لدى الفرد من خلال تقييمه لنوعية الحياة التي يعيشها في ضوء ما لديه من مشاعر وأحاسيس واتجاهات، وقدرته على التعامل مع البيئة المحيطة به، وما يشعر به من حماية وتلبيته لحاجاته بصورة مرضية لهن والإحساس بالتقدير والاعتراف من قبل الآخرين"(الشيخ،2017،ص.373).

وعرفه عبد الخالق(2008) انه "التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتمادا على حكمه الشخصي"(شعباني،2019،ص.126).

كما عرفه دينر وهرتز(2000) " هو تقييمات الفرد الايجابية حول ذاته وحياته وشعوره بالنمو والتطور المتواصلين ونظرته إلى الحياة بأن لها مغزى وغرض ومشاركته في علاقات ذات جودة مع الآخرين وقدرته على التعامل بفاعلية مع العالم المحيط به وشعوره باستقلالية وتقبل عال للذات"(أسمع،2023،ص.340).

ويعرفه الداسوقي(1998) أنه تقييم الشخص لنوعية حياته وفقا لقيمه الشخصية، مع المقارنة بالمستوى المثالي الذي يراه مناسبا له(جلالة،2015).

ويرى علي ديب(1988) الرضا عن الحياة أنه" تقبل الفرد لذاته، وأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي الذي يحيط به ، فهو متوافق مع ربه وذاته وأسرته وسعيدا في عمله متقبلا لأصدقائه وزملائه، راضيا عن انجازاته الماضية،متفائلا بما ينتظره من مستقبل،مسيطرا على بيئته ، فهو صاحب قرار ، قادرا على تحقيق أهدافه"(عبد العال،2018،ص.10).

في حين يرى شقورة(2013) أن الرضا عن الحياة يعبر عن كيفية تقييم الأفراد لحياتهم سواء عبر الإدراك والتقييم العام أو لجوانب محددة مثل الرضا عن الزواج أو الرضا عن العمل، بالإضافة إلى تقييم تأثير الأحداث السارة أو غير السارة على مشاعرهم مثل السعادة أو الاكتئاب (عفانة،2018).

كما تشير عبد الوهاب(2007)" أنه حالة داخلية يشعر بها الفرد وتظهر في سلوكه واستجاباته، وتشير إلى ارتياحه وتقبله لجميع مظاهر الحياة من خلال تقبله لذاته ولأسرته والآخرين وللبيئة المدركة وتفاعله مع خبراتها بصورة متوافقة"(جبر ومنشد،2015،ص.128).

وعرفت منظمة الصحة العالمية(1995) الرضا عن الحياة أنه "عبارة عن معتقدات الفرد عن موقعه من الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه، وهو مفهوم واسع يتأثر بطريقة مركبة بالصحة الجسيمة للفرد وبحالته النفسية وباستقلاليته وعلاقاته الاجتماعية وعلاقاته بكل مكونات البيئة التي يعيش فيها"(الفحل،2016،ص.8).

ومن خلال التعريفات السابقة يتضح أن معظم الباحثين عرفوا الرضا عن الحياة على أنه حالة نفسية تشير إلى القبول ورضا الفرد عن ذاته وعن الظروف والتغيرات التي تحدث في حياته، ومدى توافقه وتكيفه معها، وفي نفس الحين شعوره بالسعادة والطمأنينة والارتياح لماضيه وحاضره والثقة والتفاؤل لمستقبله. أي الشعور بالرضا الشخصي والاجتماعي في كل جوانبه.

2-2المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة:

يرتبط الرضا عن الحياة بعدد من المفاهيم يمكن تناولها فيما يلي:

-**السعادة:** وهي حالة شعورية يمكن أن تستنتج من الحالة المزاجية للفرد،وهو تقييم الفرد ورضاه عن حياته. وتعتبر الرضا عن الحياة المفهوم المرادف للسعادة الشاملة، حيث يتضح أن السعادة تتطلب حكما متوازنا عن حياة الفرد ككل. بما يتفق وإمكانياته وتوقعاته وخبراته، وما يصاحب ذلك من سلوك ايجابي موجه لتحقيق أهدافهن إذ تتمثل السعادة في شعور الفرد بالقناعة والتفاؤل والتوجه نحو الحياة.

- **جودة الحياة:** أن الرضا عن الحياة من مؤشرات جودة الحياة التي تمثل انعكاسا لتقدير الفرد الخاص وتقييمه لجودة حياته التي يعيشها. وتعرف منظمة الصحة العالمية(1995) جودة الحياة بأنها" إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة التي يعيش فيها، ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بالصحة البدنية، حالته النفسية،مستوى استقلاليته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، علاقته بالبيئة بصفة عامة وبالتالي فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته".

- **التدين:** هو من عوامل شعور الفرد بالرضا والسعادة والتوافق مع نفسه ومع الآخر، وهو أيضا من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان التي تبعث على الشعور بالرضا عن الحياة والإحساس بالسعادة، وهو الاتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه ويشكل من خلاله مفاهيمه ومبادئه في الحياة.

- **التو افق:** يكمن في أنه أحد مظاهر الصحة النفسية، إلى أحداث موائمة بين ما هو موجود لدى الفرد وما يحيط به، لحفظ توازنه النفسي مما يدفعه إلى تعديل ما حوله أو تطويع نفسه لمسايرته، وقد يكون ذلك تحت خضوع أو استسلام، ومن ثم ينشأ تقبله لها.(علي،2022،ص.51-52).

2-3العوامل المؤثرة في الرضا عن الحياة:

هناك عدة عوامل تؤثر في الرضا عن الحياة وهي على النحو التالي:

- **تأثيرالظروف الموضوعية على الشعور بالرضا:**الظروف الحياتية لها دور كبير في شعورنا بالرضا، مثل الاستقرار في الزواج والعمل الملهم والصحة الجيدة. ومع ذلك ليس كل شيء يعتمد على هذه العوامل، فالنشاطات الممتعة التي ترتبط بإشباع الحاجات يمكن أن تساهم في شعورنا بالرضا أيضا.

- **خبرة الأحداث السارة:**الشعور بالرضا لا يعتمد دائما على الظروف الموضوعية. بل يمكن أن يتأثر أيضا بتجارب الأحداث الايجابية التي تولد مشاعر ايجابية، وحتى وضع الأشخاص في حالة مزاجية جيدة يمكن أن يزيد شعورهم بالرضا اتجاه الحياة عامة.

- **الطموح والانجاز:**يزداد الشعور بالرضا عندما تتحقق الطموحات وتقل عندما تبتعد عنها، ويتأثر بالمقارنة بالآخرين وخبرات الفرد الماضية.

- **المقارنة مع الآخرين:**لتحديد ما إذا كان الشخص قصيرا أو طويلا يعتمد على مقارنة الآخرين، وكيفية تقدير الأفراد لأوضاع تعتمد على فهمهم لمعنى الدرجات على مقاييس التقدير. قد تكون التقديرات الذاتية للرضا عن الحياة تعتمد على المقارنة بالآخرين، بينما قد يعتمد تقدير السعادة على الحالة المزاجية المباشرة. (كويسح،2021)

وحسب دينر وراهتز (Rahtz&Diener(2000 فالعوامل المؤثرة في الرضا عن الحياة متغيرة عبر الزمن، والأحداث الايجابية والسلبية تؤثر على تقييم الشخص لدرجة الرضا، ويرى الباحثون أن هناك عوامل خارجية كالظروف الاجتماعية، والعوامل الداخلية مثل التفاؤل. والعوامل المعرفية مثل كيفية تفسير الأحداث. تلعب دورا في استقرار الرضا عبر الأيام(قدور،د ت).

من هذا نستنتج أن العوامل التي تؤثر في الرضا عن الحياة تكمن في الظروف التي يعيشها الفرد وتشعره بالمن والاستقرار النفسي، وان يدرك الأحداث السارة، وأن يحقق طموحاته وانجازاته، وكذا المقارنة مع الآخرين.

2-4أبعاد الرضا عن الحياة:

حدد الداسوقي(1998) ستة أبعاد للرضا عن الحياة وتمثلت فيما يلي:

- **السعادة**: ويقصد بها مقدار ما يشعر به الفرد من سعادة وشعوره بالرضا والارتياح عن ظروف حياته.

- **الاستقرار النفسي**: ويتمثل في الرضا عن النفس، والشعور بالبهجة والتفاؤل اتجاه المستقبل.

-**التقدير الاجتماعي:** ويتمثل في ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته، والإعجاب اتجاه سلوكه الاجتماعي.

-**القناعة:** وتعبر عن رضا الفرد وقناعته بما وصل إليه واقتناعه بمستوى الحياة التي يعيشها.

- **الاجتماعية**: وهي وصف لسلوك الفرد بالتسامح والمرح وميله للضحك وتبادل الدعابة وتقبل الآخرين والتعايش معهم.

-**الطمأنينة:** تعبر عن استقرار الحالة الانفعالية، ممثلة في النوم الهادئ والمسترخي، والرضا عن الظروف الحياتية وتقبل نقد الآخرين(تيف،2014،ص.29).

وميزت الضرغامي(2016) بين ثلاث أبعاد للرضا عن الحياة وهي الموضوعية وتشمل الجوانب الشخصية للأفراد، والذاتية وتمثل مدى شعور الفرد بالرضا الشخصي، والوجودية وهي إشباع حاجات الفرد وتوافقه النفسي مع ذاته ومجتمعه(حليم،2021).

ويرى فرانك أن مظاهر الرضا عن الحياة: السعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي، لأن من يشعر بهذه الأشياء ويعمل على تحقيقها يكون راضيا عن حياته(علي،2021).

من خلال ما سبق ذكره فان أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل في الشعور الدائم بالسعادة والطمأنينة والقدرة على بناء علاقات اجتماعية والاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي وكذلك تتمثل في القناعة بحياته وهذا كله يجعل الفرد متوافقا مع نفسه ومع مجتمعه بالأخير راض عن حياته.

2-5مصادر الإحساس بالرضا عن الحياة:

حدد كرومباخ ومورليش(1996) أربعة مصادر يجد الإنسان فيها ما يحقق له الرضا عن جودة حياته، وهي:

- القناعة في الحياة.
- القدرة على وضع أهداف محددة وإنجازها.
- أن تكون لدى الفرد القدرة للسيطرة على حياته.
- الاستثمار والحماسة والجد في الحياة.

أما بريجر(1998) فحدد مصادر الرضا عن الحياة بالتالي:

- النمو الشخصي كما يتجلى في تحقيق معارف أكثر وتطوير الإمكانيات العقلية.
- يظهر في خدمة أو مساعدة الآخرين.
- العلاقات المتبادلة مع الآخرين.
- العيش طبقا لمعتقدات محدودة.
- التعبير والإبداع من خلال الفن، الجمال، الموسيقى، الشعر، التأليف.
- النواحي المادية من خلال حيازة الممتلكات وأسباب الرفاهية.
- التوجيه الوجودي القائم على اللذة والمتعة (بلاغيث و بكاير،2020، ص.36).

من خلال ما سبق يتضح أن تتجلى مصادر الرضا عن الحياة تحقيق الأهداف الشخصية والعمل الذ ذي يمنح الشعور بالانجاز، بناء علاقات إيجابية مع العائلة، الأصدقاءن الغهتمام بالصحة العقلية والبدنية، بالإضافة إلى النمو الشخصي والروحي، وكذلك المساهمة في المجتمع من خلال خدمة الآخرين.

2-6النظريات المفسرة للرضا عن الحياة:

هناك العديد من النظريات التي يتم من خلالها التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى الأفراد وتفسيره، ومن هذه النظريات نذكر:

2-6-1نظرية التكيف والتعود:

ترى هذه النظرية أن التكيف حدث يجري دائما، وأن الأفراد قادرون على التعود على الأحداث الجديدة في حياتهم، تبعا لنمط شخصياتهم وردود أفعالهم وأهدافهم في الحياة، وبالتالي مهما تعرض الفرد لأحداث قد تؤثر سلبا عليهن فان لديه القدرة على العودة إلى ما كان عليه قبل تعرضه لهذه الأحداث، فالأفراد من مختلف الأعمار وبغض النظر إلى الجنس(ذكور أو إناث) لا يختلفون بدرجة الشعور بالسعادة أو الرضا الحياتي، وذلك بسبب التكيف مع الأوضاع الجديدة في حياتهم(الأحيوات، 2017، ص.12).

2-6-2نظرية المقارنة الاجتماعية:

يرى استر لين (2001)Easterline أن الأفراد يقارنون أنفسهم مع الآخرين، ويكونون أكثر سعادة إذا كانت ظروفهم أفضل ممن يحيطون بهم، فالمقارنة تخلق درجات مختلفة من الرضا ضمن المجتمع الواحد، فالرضا الحياتي يعتمد على المقارنة بين المعايير الاجتماعية، أو المادية أو الثقافية من ناحية، وما تم انجازه على أرض الواقع من ناحية أخرى. ولا تقتصر المقارنة على الأفراد في مجتمع معين فحسب، بل تمتد المقارنة بين الدول المختلفة والمجتمعات الأخرى، وبالتالي تختلف درجات الرضا الحياتي باختلاف المعايير الاجتماعية والاقتصادية(الأحيوات،2017،ص.12).

3-6-2نظرية التقييم الجوهري للذات:

يشير صاحب النظرية جودج(1997)Judge أن التقييم الجزئي لكل الجوانب الخاصة بأي مجال من مجالات الحياة هو الذي ينتج الشعور النهائي بالرضا عن ذلك المجال الخاص في الحياة مثل (العمل والأسرة)، ومن ثم يتسبب في الشعور العام بالرضا الحياتي، والتقييم الجوهري هو مجموعة الاستنتاجات الأساسية التي يصل إليها الأفراد عن ذواتهم وقدراتهم، حيث أن هناك أربعة محكات تحدد العوامل الممثلة للتقييم الجوهري للذات وهي مرجعية الذات وبؤرة التقييم والسمات السطحية واتساع الرؤية وشمول المنظور، وأن الأفراد الذين يمتلكون تقييما جوهريا مرتعا للذات أكثر شعورا بالرضا الحياتي وعن الميادين العديدة للحياة مثل الأسرة والعمل والمدرسة لأنهم أكثر ثقة بقدراتهم على الاستفادة بكل ميزة وفرصة تلوح في أفق حياتهم(الأحيوات،2017،ص.12).

4-6-2نظرية الفجوة بين الطموح والانجاز:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الإنسان يرضى عن حياته عندما يحقق طموحاته أو عندما تكون انجازاته وأعماله قريبة من طموحاته، أما عندما تكون طموحاته أعلى من إمكانياته ولا تستطيع تحقيق أهدافه فلا يرضى عن نفسه ولا عن حياته، بل يكون ساخطا متذمرا من نفسه ومن الحياة، فالطموح الزائد مع ضعف الإمكانيات وعدم القدرة على تحقيق الأهداف يعرض الإنسان للإحباط المتكرر ويجعله تعيسا حزينا على ما فات، قلقا على ما سيأتي في المستقبل، ويدعو أصحاب هذه النظرية إلى تحقيق التوازن بين الطموحات والإمكانيات فيضع الإنسان لنفسه طموحات يقدر على تحقيقها حتى يشعر بالنجاح والتفوق ويشعر بالكفاءة والجدارة فيرضى عن نفسه وعن حياته ويسعد بها(الأحيوات،2017،ص.13).

بالاطلاع على بعض النظريات التي تناولت الرضا عن الحياة نرى أن لكل نظرية وجهة نظر تختلف عن الأخرى في تفسيرها لتحقيق الرضا عن الحياة، حيث أن نظرية الفجوة ترى أن الرضا عن الحياة يتعلق بتحقيق الفرد لطموحاته وانجاز أهدافهن وترى نظرية التكيف أن الأفراد يتكيفون مع الأحداث الجديدة هذا ما يجعلهم لا يتأثرون سلبا ولا تنخفض نسبة الرضا لديهم، اتجاه آخر يرون أن الأفراد يكونون أكثر سعادة عندما تكون ظروفهم أفضل ممن يحيطون بهم ويعتمد الرضا عن الحياة عندهم على المقارنة مع غيرهم ، وهناك اتجاه آخر يرى أن التقييم الذاتي للفرد والتقييم لقدراته يجعله أكثر ثقة بنفسه وأكثر شعور بالرضا عن حياته.

خلاصة

من خلال التطرق في هذا الفصل إلى عناصر المساندة الاجتماعية وعناصر الرضا عن الحياة،يتضح لنا أن أن المساندة الاجتماعية هي من أهم مصادر الدعم المعنوي والاجتماعي لدى الإنسان، والتي تؤمن له قدر كبير من إشباع الحاجة للأمن النفسي وتعمل على تلطيف تلك الظروف الضاغطة وتحسين تقدير الفرد لذاته وترفع مستوى الرضا عن الحياة لديه،والذي يعد أحد الغايات الكبرى التي يسعى لتحقيقها معظم البشر، وهو بعد أساسي من أبعاد الصحة النفسية ومن السمات الايجابية الشخصية التي تساعد على زيادة مشاعر التقبل والإحساس بالأمن والطمأنينة، ويتمثل كذلك في تقبل الفرد لذاته نحو أسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به، ويكون متوافق مع نفسه ومع الآخرين، وقادرا على التكيف مع المشكلات التي تواجهه والتي تؤثر على سعادته وقناعته بحياته و ما فيها، ومتمكنا من بناء جسور من العلاقات الايجابية مع المحيطين به.

ثالثا: الدراسات السابقة والتعقيب عليها

1- الدراسات العربية

2- الدراسات الأجنبية

3- التعقيب على الدراسات السابقة

تمهيد:

في هذه الخطوة من الفصل النظري سوف نقومبذكر أهم الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة الراهنة سعيا للاستفادة المنهجية والتزويد النظري، وسنعرض مجموعة من الدراسات العربية والأجنبية.

1-الدراسات العربية التي تناولت المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة:

1-1دراسة علي علي(2000): بعنوان المساندة الاجتماعية والعاطفية من الأسرة والرفاق مع الطلاب المقيمين بالمدنالجامعية:

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية والعاطفية من الأسرة والرفاق في تخفيف الصراع النفسي التي تواجه طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم ومقارنتهم مع الطلاب المقيمين في المدن الجامعية،تكونت عينة الدراسة من مجموعتين المجموعة التجريبية من (50) طالبا مقيم بالحي الجامعي وغير مدعمين بالمساندة الاجتماعية الكاملة من أسرهم، المجموعة الضابطة تكونت من (50) طالبا مقيما مع أسرهم ومدعمين بالمساندة الاجتماعية من أسرهم، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس أحداث الحياة الصاعقة و مقياس التوافق مع الحياة الاجتماعية، تم الاعتماد على المنهج التجريبي تم اختيارهم بطريقة قصدية، وقد توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغير المساندة الاجتماعية لصالح المجموعة الضابطة.

1-2دراسة جبرومنشد(2015): بعنوان الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة.

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة الرضا عن الحياة والأمل لدى طلبة كلية الآداب جامعة القادسية والكشف على العلاقة بين الأمل والرضا عن الحياة لعينة متكونة من (200) طالبو وطالب، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الداسوقي(1998) وفي حين قام الباحثان ببناء مقياس الأمل، واستخدام الأساليب الإحصائية المتمثلة في معامل بيرسون والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي واختبار"ت"، وقد أسفرت النتائج إلى ما يلي:

- الطلبة يتمتعون بدرجة عالية من الرضا عن الحياة.
- الطلبة يتمتعون بدرجة عالية من الأمل.
- هناك علاقة ترابطية ايجابية بين الرضا عن الحياة والأمل.

1-3دراسة فارس زين العابدين(2020): بعنوان الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى عينة من طلاب جامعة سيدي بلعباس بالجزائر.

هدفت الدراسة إلى تحديد طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة والتفاؤل لعينة متكونة من (300) طالب وطالبة بجامعة جيلالي الياس سيدي بلعباس، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي تم اختيارهم بطريقة قصدية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الرضا عن الحياة لدينر وزملائه(1985) والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم لأمحمد محمد عبد الخالق(1996)، وقد تم استخدام معالجات إحصائية متمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل بيرسون، وقد أسفرت النتائج إلى ارتباط متغير التفاؤل ارتباطا إحصائيا بمتغير الرضا عن الحياة.

4-1دراسة محمد وبخيت(2021): بعنوان المساندة الاجتماعية كمنبئ بالمناعة النفسية لدى طلاب جامعة جنوب الوادي.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية لدى طلاب الجامعة لعينة متكونة من (150) طالبة وطالب، تم اختيارهم بطريقة قصديه وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية من إعداد الباحثتين، واستخدام الأساليب الإحصائية المتمثلة في المتوسط الحسابي، معامل بيرسون، النسبة التائية، تحليل التباين وقد أظهرت النتائج:

- وجود علاقة دالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية.
- عدم وجود فروق (ذكور/إناث) في المساندة الاجتماعية .

5-1دراسة بن جغدل و إبراهيم(2021): بعنوان مؤشرات الرضا عن الحياة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية المدركة لدى الطالبات المقيمات في الإقامة الجامعية.

هدفت الدراسة إلى الكشف على العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية المدركة لدى عينة متكونة من 59 طالبة مقيمة بالإحياء الجامعية في ولاية المسيلة، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي باستخدام المعالجات الإحصائية المتمثلة في مقياس الرضا عن الحياة لدينر وزملائه(1995) ومقياس متعدد الأبعاد للمساندة الاجتماعية المدركة لزمت وزملاءه(1988) بالاعتماد على معامل الارتباط بيرسون، وقد أظهرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية المدركة لدى الطالبات المقيمات.

6-1دراسة بوجلطيةوقاجة(2022): بعنوان المساندة الاجتماعية المدركة لدى طلبة الجامعة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية المدركة لعينة متكونة من (120) طالب وطالبة في جامعة حسيبة بن بوعلي بشلف باستخدام المنهج الوصفي ولتحقي أهداف الدراسة، تم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية للمصري(2019)، واستخدام المعالجات الإحصائية المتمثلة في المتوسط الحسابي، المتوسط الفرضي، واختبار"ت"، توصلت الدراسة إلى مستوى المساندة الاجتماعية المدركة لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة سواء ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد،كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في مستوى المساندة الاجتماعية المدركة بين طلبة الجامعة تعزى لمتغير الإقامة الجامعية، والمستوى الدراسي والتخصص سواء كان ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد التالية المساندة العاطفية، المساندة المالية، المساندة بالمعلومات.

6-1دراسة بركات حمزة(2022): بعنوان دور الرضا عن الحياة في تحقيق السعادة لدى عينة من الطلبة الجامعيين بجامعة المسيلة:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى نوعية الحياة لدى الطلبة الجامعيين وكذلك مستوى السعادة لديهم، حيث تكونت عينة الدراسة(100) طالب وطالبة بجامعة المسيلة تم اختيارها بطريق عشوائية، ولقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي والارتباطي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الرضا عن الحياة لدسوقي(1998) وقائمة السعادة لمارتن وزملائه وتم استخدام معالجات إحصائية متمثلة في معامل الارتباط بيرسون، الاتساق الداخلي، وقد توصلت النتائج إلى إيجاد علاقة ايجابية العلاقة الارتباطية الدالة إحصائيا بين كل من الرضا عن الحياة والسعادة عند الطلبة الجامعيين.

2-دراسات أجنبية التي تناولت المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة:

2-1دراسة بيرغمان بيرغمان (2008): بعنوان المساندة الاجتماعية كعامل من أثار الضغوط بالولايات المتحدة الأمريكية.

هدفت الدراسة إلى توضيح أثار المساندة الاجتماعية كعامل مخفف من أثار الضغوط أو كعامل من الصحة النفسية للفرد ويقلل من تعرضه للأمراض النفسية، تكونت عينة الدراسة من(424) ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية، الأعراض النفسية، الرضا عن الحياة، وقد توصلت النتائج إلى أن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن حياته.

2-2دراسة الكاني وأدوبواران(2008) : بعنوان الدعم الاجتماعي المتصور والرضا عن الحياة لدى الطلاب الجدد فينيجيريا.

هدفت الدراسة إلى البحث عن الدوار الوسيطة الكفاءة الذاتية والأكاديمية والتعديل الأكاديمي وعلاقة الدعم الاجتماعي المتصور والرضا عن الحياة لدى الطلاب الجدد، تكونت عينة الدراسة من0721) طالبا جامعي بنيجيريا، حيث كشفت النتائج بعد تحليل الانحدار مع الوساطة الجزئية عن تعديل الأكاديمي فقط لتوسط بشكل كبير في العلاقة بين المساندة الاجتماعية المدركة والرضا عن الحياة. ووجود علاقة ارتباطية دال إحصائيا بين شبكات المساندة الاجتماعية من العائلة وأعضاء هيئة التدريس تعزز من الرضا عن الحياة المتعلقة بالتكيف الأكاديمي لدى الطلبة الجدد.

2-3دراسة ماهتناأجورال(2013): بعنوان أثر المساندة الاجتماعية المدركة على الرضا عن الحياة الهند:

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر المساندة الاجتماعية المدركة على الرضا عن الحياة تكونت عينة الدراسة(100) طالبا بجامعة دلهي بالهند، تم الاعتماد على مقياس المساندة الاجتماعية المدركة(parcidano&al(1985 ومقياس الرضا عن الحياة لدينروآخرون،وقد أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في المساندة الاجتماعية المدركة من الأسرة تعزى للنوع، بينما وجود فروق دالة إحصائيا في المساندة الاجتماعية المدركة في الأصدقاء، ووجود فروق ذات دالة إحصائيا في الرضا عن الحياة تعزى لصالح الإناث ووجود ارتباط موجب دال بيم المستويات المرتفعة من المساندة الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء والمستويات المرتفعة من الرضا عن الحياة.

3-التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة تبين لنا أن هناك دراسات متنوعة تناولت متغيرات الدراسة الحالية فنجد منها ما تناولت المساندة الاجتماعية مع أحد أبعادها ومنها ما تناولت الرضا عن الحياة مع أحد أبعادها ومنها من تناولت المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة معا.

من حيث الهدف:

يلاحظ من خلال عرض الدراسات السابقة أنها تعددت وتنوعت من حيث الهدف حسب طبيعة موضوع كل منها فمنها ما هدفت لدراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة ومتغيرات اخرى كدراسة جبر ومنشد (2015) ودراسة بن جدل وإبراهيم(2021)، ومنها ما هدفت لدراسة أثر المساندة الاجتماعية كدراسة برغمان(2008) ودراسة ماهتنا(2013) وهدفت دراسة علي(2000) ودراسة بركات(2022) إلى دور المساندة الاجتماعية ودور الرضا عن الحياة، أما دراستنا الحالية فهدفت للتعرف على أثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة.

من حيث العينة:

أما من حيث عينة الدراسة فقد اهتمت الدراسات بعينات مختلفة من طلبة الجامعة كدراسة محمد وبخيت(2022) ودراسة زين العابدين(2022) ودراسة بوحليطة قاجة(2002) وهناك دراسة تتفق مع دراستنا الحالية في العينة المبحوثة والمتمثلة في الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية وهي دراسة بن جدل وإبراهيم(2021) وكذلك دراسة علي(2000). أما طريقة اختيار العينة فبعض الدراسات اعتمدت الطريقة القصدية كدراسة علي(2000) والعض الآخر اعتمدت على الطريقة العشوائية كدراسة جبر ومنشد(2015) وهذا ما يتفق مع دراستنا الحالية.

من حيث المنهج:

أما فيما يخص المنهج المتبع فمعظم الدراسات تبنت المنهج الوصفي وهذا هو المنهج المناسب في دراستنا الحالية لمعرفة الأثر بين متغيرات الدراسة ما عدا دراسة علي(2000) فاتبع المنهج التجريبي. ومن أهم الأدوات المستخدمة في جمع البيانات وتحقيق الهداف في هذه الدراسات فكانت عبارة عن مقاييس واستبيانات لقياس المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة. أما بالنسبة للأساليب الإحصائية فأغلب الدراسات استخدمت الإحصاءات الوصفية ومعامل الارتباط بيرسون واختبار"ت" وتحليل التباين والانحراف المعياري والمتوسط الحسابي والاتساق الداخلي.

من حيث النتائج:

أما من حيث نتائج الدراسة المتوصل إليها فمعظم الدراسات أسفرت على وجود علاقة ترابطية بين متغيرات الدراسة.

وقد استفادت الباحثتان من هذه الدراسات السابقة في الجانب النظري من ناحية بناء الإشكالية وجمع المعلومات حول موضوع الدراسة والجانب التطبيقي من حيث اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة ومناقشة فرضيات الدراسة الحالية. ومما أعطى لاختيارنا لهذا الموضوع أهمية هو اختلاف في العينة المبحوثة والمتمثلة في الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية وهي فئة تحتاج لاهتمامك بها والتركيز عليها ومن هنا جاءت الدراسة وهي المساندة الاجتماعية وأثرها علة الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بالإقامة الجامعية فلفول العربي بخميس مليانة.

الجانب الميداني

الفصل الثالث:منهجية الدراسة وإجراءاتها

تمهيد

1- **منهج الدراسة.**
2- **العينة الاستطلاعية.**
3- **أهداف العينة الاستطلاعية.**
4- **مجتمع الدراسة.**
5- **عينة الدراسة وطرق اختيارها.**
6- **أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية.**
7- **إجراءات الدراسة.**
8- **الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.**

تمهيد:

بعد ما تطرقنا في الفصول السابقة إلى الجانب النظري تطرقنا إلى المفاهيم الأساسية للدراسة سنعرض في هذا الفصل منهجية الدراسة وإجراءاتها بإعطاءفكرة حول المنهج المتبع في الدراسة والعينة لاستطلاعية وتحديد الهدف منها وتحديد المجتمع الأصلي للدراسة و كذلك الأدوات التي تم استخدامها في جمع بيانات الدراسة بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة لتحليل تلك البيانات من اجل الإجابة و التحقق من الأسئلة و فرضيات الدراسة و وصف أدوات ومقاييس الدراسة و فيما يلي عرض لهذه الإجراءات.

1-منهج الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة اعتمدت الباحثتان على المنهج "الوصفي التحليلي". بهدف الوصول الى التحقق من الفرضيات التي تمت صياغتا لأنه يدرس الأثر بين المتغيرات بطريقة كيفية كمية وذلك من خلال تفسير الظاهرة بعد وصفها وصفا علميا ودقيق.

2-الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية عنصر هام ينطلق منه الباحث فهي تعتبر كدراسة استكشافية بغرض الحصول على معلومات أولية حول الموضوع كما تسمح لنا بالتعرف على الظروف والإمكانيات المتوفرة في ميدان الدراسة ومدى صلاحية الوسائل والأدوات المستخدمة وقد أجرت الباحثتان الدراسة الاستطلاعية في إقامة "فلفول العربي" ببلدية خميس مليانة على الطالبات المقيمات في نفس الإقامة و انطلقت الدراسة في شهر ديسمبر 2023 وهذا باختيار العينة الاستطلاعية بصفة عشوائية قوامها (50 طالبة مقيمة).

3-أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تمثل الهدف من إجراء الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها فيما يلي:

- تحديد وضبط مجتمع الدراسة.
- التعرف على خصائص المجتمع وعينة الدراسة وحجمها.
- معرفة الصعوبات والعراقيل التي يتعرض لها الباحث أثناء تطبيق الجانب الميداني للدراسة.

4-مجتمع الدراسة:

هو مجموعة المفردات والوحدات التي تشكل مجال الدراسة تجتمع فيه خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من المجتمعات، وفي الدراسة الحالية فان المجتمع الأصلي لها مكون من (660) طالبة مقيمة في الإقامة الجامعية فلفول العربي بلدية خميس مليانة.

الجدول رقم (1)

توزيع مجتمع الدراسة على التخصصات.

التخصصات	العدد	النسبة المئوية
التخصص الجامعي	560	%84.84
الشبه طبي	100	%15.15
المجموع	**660**	**%100**

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه انه يوجد تباين في توزيع مجتمع الدراسة على مختلف التخصصات، بحيث تصدر التخصص الجامعي اكبر نسبة مئوية والشبه طبي أدنى نسبة مئوية.

5-عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

5-1عينة الدراسة:

تعد عينة الدراسة جزء من المجتمع الأصلي فهي تشمل نفس خصائصه ومكوناته وتمثله تمثيلا دقيقا، وقد اشتملت عينة الدراسة طالبات الإقامة الجامعية بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة في التخصص الجامعي والشبه طبي، وقد تم اختيار العينة من المجتمع الأصلي البالغ حجمه(660) وذلك بالاعتماد على جدول التقدير حجم العينة الممثلة للمجتمع المستهدف، وكان الحد الأدنى للعينة هو(242) طالبة مقيمة.

5-2طريقة اختيار العينة:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على العينة العشوائية الطبقية وذلك من خلال تقسيم مجتمع الدراسة إلى طبقات حسب التخصصات التي يتكون منها ونأخذ عينة عشوائية عن طريق القرعة من كل طبقة وذلك بالاعتماد على القانون التالي: العينة الطبقية=(حجم الطبقة/حجم المجتمع)*حجم العينة (النجار،2010).

فبعد تحديد المجتمع ونوع وحجم عينة الدراسة، تم تقسيم مجتمع البحث إلى طبقات، مع اخذ عينة عشوائية بسيطة مع كل طبقة لتتناسب مع حجم الطبقة وذلك بالاعتماد على قانون (النجار،2010) تم تحديد حجم العينة الأساسية من كل طبقة.

وبتطبيق المعادلة كان حجم عينة الدراسة موزع كما يلي:

- التخصصات الجامعية 205 طالبة مقيمة.
- الشبه طبي 37 طالبة مقيمة.

وقد تم سحب من كل طبقة عينة عشوائية بسيطة بطريقة القرعة المتمثلة في كتابة أرقام الطلاب حسب القائمة في قصاصات ورقية ووضعها في إناء وتم تحريك الإناء في كل مرة لسحب أفراد العينة مع الإرجاع من كل طبقة.

الجدول رقم (2)

توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية.

التخصصات	العينة المحددة	النسبة المئوية
التخصص الجامعي	205	%85
الشبه طبي	37	%15
المجموع	**242**	**%100**

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن هناك تباين في توزيع أفراد العينة على التخصصات، بحيث بلغت التخصص الجامعي اكبر عدد من الطالبات المقيمات في الإقامة الجامعية بواقع(205) طالبة، وبأعلى نسبة مئوية ب (85%) وذلك لأن الإقامة الجامعية خاصة بالطالبات الجامعيات فتكون أكثر نسبة. أما الشبه طبي فبلغ عدد الطالبات فيها (37) بنسبة (15%).

6-أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية:

من اجل التحقق من فرضيات الدراسة، اعتمدت الباحثتان على مقياسين تمثلا في:

- مقياس المساندة الاجتماعية النجار والصرايرة(2008).

- مقياس الرضا عن الحياة الدسوقي(1998).

6-1مقياس المساندة الاجتماعية:

6-1-1وصف المقياس: قام النجار والصرايرة(2008) بتطوير مقياس المساندة الاجتماعية والذي تكون في صورته النهائية من(34) بندا.

اشتمل على بعدين رئيسيين هما: مساندة أفراد الأسرة ويضم(17) بندا، ومساندة الأصدقاء ويضم(17) بندا. وكان مفتاح تصحيحه وفق التدرج الخماسي وتم تحديد مستوى الاستجابة (موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة) وكان تدريج البدائل على النحو التالي:

موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
5	4	3	2	1

6-1-2الخصائص السيكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية في بيئته الأصلية:

أولا: معاملات الصدق لمقياس المساندة الاجتماعية:

أ- صدق المحكمين:

اعتمد الباحث على صدق المحكمين عن طريق عرض المقياس على مجموعة من المحكمين والبالغ عددهم(7) من أعضاء هيئة التدريس في أقسام علم النفس، والإرشاد والتربية الخاصة، بهدف الحكم على مدى صلاحية هذه الفقرات من حيث وضوحها وملاءمتها للهدف الذي يراد قياسه، وفي ضوء ملاحظاتهم واقتراحاتهم تم إعادة صياغة بعض الفقرات وإجراء تعديلا في بعضها الآخر.

ب- صدق الاتساق الداخلي:

كما اعتمد على الاتساق الداخلي، أي حساب الارتباط بين العلامة على الفقرة والعلامة على المقياس الكلي وتراوحت معاملات الارتباط مابين (0.32-0.74) وجميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01، وهذا يدل على المقياس يمتاز بالاتساق الداخلي.

ثانيا: معاملات ثبات المقياس:

قام الباحث بحساب معامل الثبات بالطرق التالية:

أ-طريقة إعادة التطبيق: على عينة الصدق نفسها بفارق زمني أسبوعين وكانت قيمة معامل الارتباط بين مرتي التطبيق(0.85) وهو دالة إحصائيا عند المستوى (0.01).

ب- طريقة التجزئة النصفية: بين فقرات ذوات الأرقام الفردية والفقرات ذوات الأرقام الزوجية وكان يساوي (0.88). وبعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان-براون أصبح معامل الثبات يساوي (0.94).

ج-معامل ألفا كرونباخ: فوجد أنه يساوي (0.92) وهذا يدل أن المقياس يتمتع بدرجة صدق وثبات عالية ويعتبر ذلك كافيا لأغراض الدراسة الحالية.

6-1-3الخصائص السيكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية في الدراسة الحالية:

6-1-4صدق المقياس:

قمنا بحساب الصدق بطريقة التجانس الداخلي، وقد تم ذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية فيما بينها ومع الدرجة الكلية للمقياس وتحصلنا على النتائج الاتية:

الجدول رقم (03)

قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها وبين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية.

الابعاد	الدرجة الكلية	مساندة الأصدقاء	مساندة أفراد الأسرة
الدرجة الكلية	**1**	**.904****	**.856****
مساندة الأصدقاء		**1**	**.552****
مساندة أفراد الأسرة			**1**

ملاحظة: ** دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.01

من خلال الجدول يتبين أن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها بلغت (0.55)، وبين الأبعاد والدرجة الكلية تراوحت بين (0.85-0.90) وكانت كلها دالة عند (0.01)، وهذا يدل على أن أبعاد المقياس متناسقة فيما بينها ومع الدرجة الكلية، وهو مؤشر من مؤشرات الصدق.

6-1-5ثبات المقياس:

قمنا بحساب ثبات درجات المقياس باستعمال معادلة ألفا لكرونباخ، لأننا نريد معرفة مدى اتساق البنود لقياسالمساندة الاجتماعية، كما أن عدد البدائل أكثر من بديلين، وعليه نستطيع تطبيق معادلة ألفالكرونباخ، وقد بلغت قيمتها لكل بنود المقياس 0,70، وهي تشير إلى درجة مرتفعة من الاتساق الداخلي للمقياس، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

6-2مقياس الرضا عن الحياة

6-2-1وصف المقياس:

اعد مجدي الدسوقي(1998) مقياس الرضا عن الحياة فتكون المقياس من 30 فقرة موزعة على (6) ابعاد وهي: السعادة، الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي، القناعة بحيث تتوزع ابعاد مقياس الحياة الحياة كما يلي:

الجدول رقم(4)

أبعاد مقياس الرضا عن الحياة وفقراته.

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	تسلسل الفقرات
1- السعادة	7	3، 1، 7، 8، 9، 11، 15
2- الاجتماعية	5	14، 16، 18، 22، 28
3- الطمأنينة	6	19، 20، 23، 25، 29، 30
4- الاستقرار النفسي	3	2، 5، 12
5-التقدير الاجتماعي	6	4، 6، 21، 24، 26، 27
6- القناعة	3	10، 13، 17

6-2-2تصحيح المقياس:

أما كل فقرة خمس بدائل وهي: (تنطبق دائما، تنطبق، بين وبين، لا تنطبق، لا تنطبق أبدا). وتم إعطاء بدائل المقياس التصحيح التالي:

تنطبق دائما	تنطبق	بين وبين	لا تنطبق	لا تنطبق أبدا
5	4	3	2	1

6-2-3الخصائص السيكومتري لمقياس الرضا عن الحياة في بيئته الأصلية:

أولا: صدق المقياس:

تم حساب الصدق بعدة طرق منها:

الصدق البنائي: وذلك بحساب ارتباط درجة كل بند من بنود المقياس بالدرجة الكلية على بقية البنود بعد استبعاد قيمة هذا البند من الدرجة الكلية على (150) طالب وطالبة وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط الناتجة بين 0.263 و0.412، وجميع المعاملات دالة إحصائيا عن المستوى 0.01، وتسير إلى اتساق المقياس وصدق محتواه(بنوده).

الصدق التمييزي: تطبيق المقياس على طلاب وطالبات المرحلة الجامعية (ن=2009ن وتم حساب النسبة الحرجة لدرجات أعلى 27%، ودرجات أدنى 27%. فجاءت قيم النسبة الحرجة 12.91 لطلاب وطالبات الجامعة، وهذه، وهذه القيم دالة إحصائية عن المستوى 0.01. مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الرضا عن الحياة.

الصدق التجريبي: تم حساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها طلاب وطالبات المرحلة الجامعية (ن=100) على المقياس الحالي، وتم التوصل إلى معامل ارتباط قدره 0.672 وهذه القيم دالة إحصائيا عن مستوى 0.01 مما يشير إلى صدق التلازمي مرتفع.

ثانيا: ثبات المقياس:

تم حساب الثبات بعدة طرق منها:

- **طريقة إعادة التطبيق:**

تم تطبيق أعيد تطبيق مرة أخرى بفاصل زمني قدره شهر، وبعد ذلك تم حساب معامل الارتباط حيث تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين 0.694 – 0.803.

- **طريقة التجزئة النصفية:**

تم حساب معامل الارتباط بين درجات بنود الفردية ودرجات البنود الزوجية لأفراد كل مجموعة حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين 0.79- 0.82 وأما دالة ألفا بين 0.88- 0.93.

- **طريقة كرونباخ:**

تم استخدام أسلوب كرونباخ في التحقق من ثبات المقياس، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين 0.846- 0.873.

6-2-4الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة في الدراسة الحالية:

6-2-5 صدق المقياس:

قمنا بحساب الصدق بطريقة التجانس الداخلي، وقد تم ذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بينبنود المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، كما يوضحه الجدول الآتي:

الجدول رقم (5)

قيم معاملات الارتباط بينالبنود والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في مقياس الرضا عن الحياة.

السعادة		الاجتماعية		الطمأنينة		الاستقرار النفسي		التقدير الاجتماعي		القناعة	
رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
01	.748**	14	.778**	19	.864**	02	.617**	04	.575**	10	.815**
03	.512**	16	.693**	20	.524**	05	.797**	06	.641**	13	.875**
07	.680**	18	.542**	23	.699**	12	.757**	21	.821**	17	.770**
08	.824**	22	.661**	25	.680**			24	.759**		
09	.858**	28	.756**	29	.582**			26	.638**		
11	.746**			30	.816**			27	.779**		
15	.610**										

**دالة عند 0,01

من خلال الجدول يتبين أن قيم معاملات الارتباط بين بنود المقياس والبعد الذي تنتمي إليه كانت كلها دالة عند 0.01، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بينبعد السعادة وبنوده بين (0.51-0.85)، أما قيم معاملات الارتباط بين بعد الاجتماعية وبنوده تراوحت بين (0.54-0.77)، بينما قيم معاملات الارتباط بين بعد الطمأنينة وبنوده تراوحت بين (0.52-0.86)، أما قيم معاملات الارتباط بين بعد الاستقرار النفسي وبنوده تراوحت بين (0.61-0.79)، أما قيم معاملات الارتباط بين بعد التقدير الاجتماعي وبنوده تراوحت بين (0.57- 0.82)، وأخيرا قيم معاملات الارتباط بين بعد القناعة وبنوده تراوحت بين (0.77-0.87)، وباعتبار كل معاملات الارتباط دالة فهو يعتبر مؤشرا للاتساق الداخلي، وهو مؤشر من مؤشرات الصدق.

كذلك قمنا بحساب معامل الارتباط بين الأبعاد الستة لمقياس الرضا عن الحياة فيما بينها ومع الدرجة الكلية للمقياس وتحصلنا على النتائج الآتية:

الجدول رقم (6)

معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها وبين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياسالرضا عن الحياة.

الأبعاد	الدرجة الكلية	السعادة	الاجتماعية	الطمأنينة	الاستقرار النفسي	التقدير الاجتماعي	القناعة
الدرجة الكلية	1	.902**	.584**	.899**	.819**	.887**	.770**
السعادة		1	.349*	.779**	.747**	.807**	.621**
الاجتماعية			1	.415**	.400**	.342*	.496**
الطمأنينة				1	.653**	.807**	.610**
الاستقرار النفسي					1	.715**	.612**
التقدير الاجتماعي						1	.556**
القناعة							1

ملاحظة: ** دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 * دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05

من خلال الجدول يتبين أن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها تراوحت بين (0.34-0.80)، وبين الأبعاد والدرجة الكلية تراوحت بين (0.58-0.90) وكانت كلها دالة عند (0.01) أو 0.05، وهذا يدل على أن أبعاد المقياس متناسقة فيما بينها ومع الدرجة الكلية، وهو مؤشر من مؤشرات الصدق.

6-2-6 ثبات المقياس:

قمنا بحساب ثبات درجات المقياس باستعمال معادلة ألفا لكرونباخ، لأننا نريد معرفة مدى اتساق البنود لقياسالرضا عن الحياة، كما أن عدد البدائل أكثر من بديلين، وعليه نستطيع تطبيق معادلة ألفا لكرونباخ، وقد بلغت قيمتها لكل بنود المقياس 0,93، وهي تشير إلى درجة مرتفعة من الاتساق الداخلي للمقياس، وعليه المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

7-إجراءات الدراسة:

قامت الباحثتان بتطبيق أدوات الدراسة على العينة النهائية البالغ حجمها(242) طالبة مقيمة في الإقامة الجامعية لكل من التخصصات الجامعية والشبه طبي بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة، وهذا بع التأكد من وضوح تعليمة المقاييس وفقراتهن والتعرف على صعوبات التي قد تظهر أثناء التطبيق، مع حرص الباحثتين على إجابة جميع أفراد العينة على فقرات المقياس.

8-الأساليب الإحصائية المستخدمة للمقياس:

بغرض الوصول إلى نتائج الدراسة، استخدمت الباحثتين في الدراسة الحالية برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS لمعالجة البيانات، بحيث تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- الإحصاءات الوصفية

- معامل ألفا لكرونباخ.
- معامل الارتباط بيرسون.
- معادلة الانحدار البسيط.
- اختبار "ت" لعينة واحدة.
- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.

خلاصة الفصل:

تم التطرق في هذا الفصل والذي يمثل خطوات المنهجية للدراسة إلى المنهج المتبع وهو المنهج الوصفي التحليلي، ثم التطرق إلى الدراسة الاستطلاعية أهدافها وهذا من اجل التأكد من وضوح فقرات المقاييس، كما تم التطرق إلى عينة الدراسة وطريقة اختيارها، أدوات جمع البيانات التحقق ثم الخصائص السيكومترية للدراسة، كما تم التعرف على إجراءات الدراسة أخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة لعرض وتحليل نتائج الدراسة.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها

أولا: عرض النتائج حسب فرضيات الدراسة.

تمهيد.

- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.**
- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.**
- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة.**
- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة.**
- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة.**

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل لنتائج الدراسة المتوصل إليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة وحساب تلك النتائج عبر برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعيةSPSS، وهذا للإجابة على أسئلة وفرضيات الدراسة وهذا بهدف الكشف عن أثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات القيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة، كما سيتم في هذا الفصل مناقشة وتفسير تلك النتائج، وفيما يلي عرض وتحليل لنتائج الدراسة.

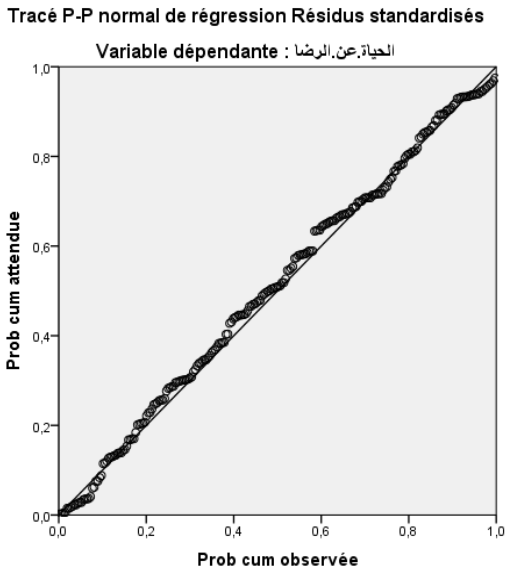
1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

للإجابة عن التساؤل الأول الذي صيغت له فرضية المساندة الاجتماعية تؤثر على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة.

قامت الباحثتان بالتحقق من أهم افتراضات وشروط تطبيق معادلة الانحدار البسيط (التوزيع الطبيعي للخطأ العشوائي، تجانس تباين الخطأ العشوائي، عن طريق الرسم البياني لشكل وانتشار البواقي) ثم قامتا بحساب معادلة الانحدار البسيط كما توضحه الجداول الآتية:

الشكل رقم (1):

مخطط التوزيع الطبيعي للأخطاء العشوائية.

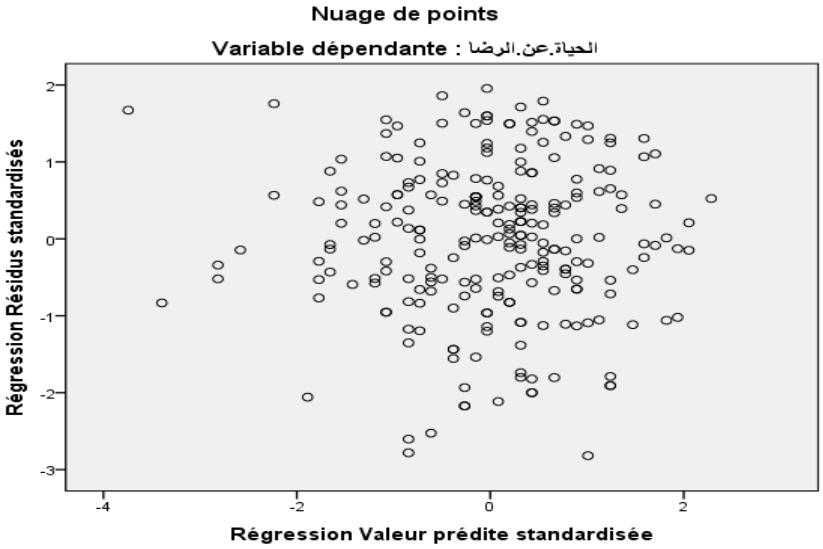


المصدر: مخرجات برنامج spss 22.

من خلال الشكل نلاحظ أن كل النقاط تتجمع قرب الخط المستقيم، وهذا يدل على أن البواقي تتوزع طبيعيا.

الشكل رقم (2):

شكل انتشار البواقي مع القيم المتوقعة.



المصدر: مخرجات برنامج spss 22.

من خلال الشكل نلاحظ عدم وجود نمط معين للنقاط، وهذا يتسق مع شرط الخطية.

وبعد التأكد من شروط تطبيق معادلة الانحدار البسيط، قامتا بحسابها كما توضحه الجداول الآتية:

الجدول رقم(7):

قيمة معامل الارتباط بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة.

المتغيرات	معامل الارتباط R	مستوى الدلالة	معامل التحديد R^2	معامل التحديد المعدل
المساندة الاجتماعية الرضا عن الحياة	.178	.01	.032	.028

من خلال الجدول يتبين أن قيمة معامل الارتباط بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة هي 0.178 عند مستوى الدلالة0.01، مما يعني أن هناك علاقة طردية دالة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة، ومعامل التحديد كانت قيمته 0.032، ومعامل التحديد المعدل 0.028، مما يعني أن حوالي 3% من تباين المتغير التابع تم تفسيرها باستخدام المستقل، بمعنى أن حوالي 3% من تباين متغير الرضا عن الحياة تم تفسيرها باستخدام متغير المساندة الاجتماعية، والنسبة المتبقية حوالي 97% ترجع إلى عوامل أو متغيرات أخرى.

الجدول رقم (8):

نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لمعرفة أثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة.

النموذج	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	معادلة الإنحدار البسيط $\hat{y} = a + b(x)$
المساندة الاجتماعية	الإنحدار	2214.031	1	2214.031	7.853	0.01	$\hat{y}$=65.977+0.351(x)
	البواقي	67667.969	240	281.950			
	المجموع	69882.000	241				

من خلال الجدول يتبين أن قيمة "ف" قدرت بـ 7.853، وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01، مما يعني أن المتغير المستقل له أثر دال إحصائيا في التنبؤ بالمتغير التابع، بمعنى أن متغير المساندة الاجتماعية له أثر دال إحصائيا في التنبؤ بالرضا عن الحياة، وعليه يمكن اشتقاق معادلة رياضية تنبؤية تسمى معادلة الانحدار الخطي البسيط وهي كالتالي:

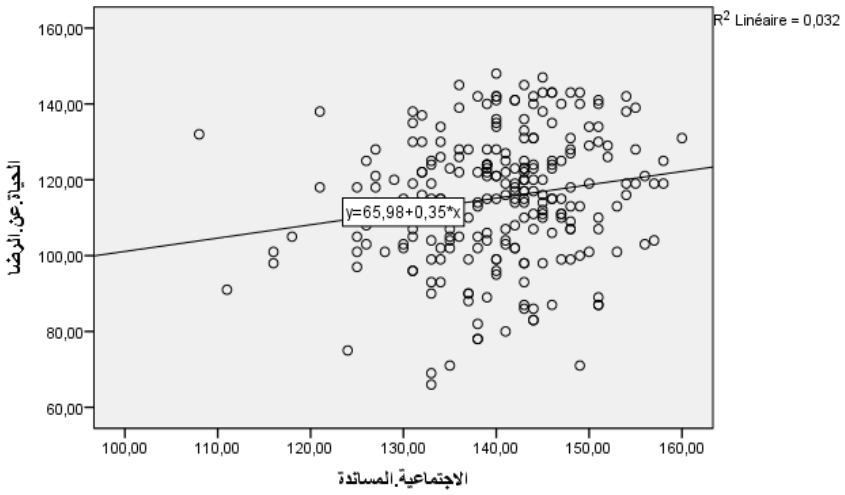
الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة= 65.977+ 0.351 المساندة الاجتماعية.

ومن هذا كله يمكن القول أن المساندة الاجتماعية تؤثر على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة.

وللتأكد من هذا يمكن رسم لوحة الانتشار كما يلي:

شكل رقم (3):

لوحة الانتشار



المصدر: مخرجات برنامج spss 22.

من خلال الشكل يتبين لنا أن العلاقة طردية بين المساندة الاجتماعية الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة.

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

للإجابة عن التساؤل الثاني الذي صيغت له فرضية مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة مرتفع، قامت الباحثتان في البداية بالتحقق من افتراضات اختبار "ت" لعينة واحدة، وبعد التأكد من أن البيانات تتوزع طبيعيا، قامتا بحساب اختبار "ت" لعينة واحدة كما يوضحه الجدول الأتي:

الجدول رقم (9):

نتائج اختبار"ت" لعينة واحدة لمعرفة مستوى المساندة الاجتماعية لدىالطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة

	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	درجة الحرية df	مستوى الدلالة
المساندة الاجتماعية	242	140.289	8.625	102	69.053	241	.000

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لمتغير المساندة الاجتماعية قدرت قيمته بـ 140.289بانحراف معياري 8.625، والمتوسط الفرضي قدرت قيمته بـ102، أما اختبار "ت" لعينة واحدة قدرت قيمتها بـ69.053، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01 بدرجة حرية241، مما يعني وجود فرق دال إحصائيا بين المتوسطين لصالح المتوسط الحسابي، فقيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وتقع ضمن المجال [119-170]، وهذا يشير إلى أن مستوى المساندة الاجتماعية لدىالطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانةمرتفع.

3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

للإجابة عن التساؤل الثالث الذي صيغت له فرضية مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة مرتفع، قامت الباحثتان في البداية بالتحقق من افتراضات اختبار "ت" لعينة واحدة، وبعد التأكد من أن البيانات تتوزع طبيعيا، قامتا بحساب اختبار "ت" لعينة واحدة كما يوضحه الجدول التالي:

الجدول رقم (10):

نتائج اختبار"ت" لعينة واحدة لمعرفة مستوى الرضا عن الحياة لدىالطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة

	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	درجة الحرية df	مستوى الدلالة
الرضا عن الحياة	242	115.272	17.028	90	23.088	241	.000

من خلال الجدول يتبين أن المتوسط الحسابي لمتغير الرضا عن الحياة قدرت قيمته بـ 115.272 بانحراف معياري 17.028، والمتوسط الفرضي قدرت قيمته بـ90، أما اختبار "ت" لعينة واحدة قدرت قيمتها بـ23.088، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01 بدرجة حرية 241، مما يعني وجود فرق دال إحصائيا بين المتوسطين لصالح المتوسط الحسابي، فقيمة المتوسط الحسابي أكبر من قيمة المتوسط الفرضي، وتقع ضمن المجال [105-150]، وهذا يشير إلى أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة مرتفع.

4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

للإجابة عن التساؤل الرابع الذي صيغت له الفرضية التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص، قامت الباحثتان بالتحقق من افتراضات اختبار "ت" لعينتين مستقلتين T Test، وبعد التأكد أن البيانات تتوزع طبيعيا، تم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين كما يوضحه الجدول الأتي:

جدول رقم (11)

اختبار"ت" لعينتين مستقلتين وغير متجانستين لدلالة الفروق بين التخصصين في درجات المساندة الاجتماعية.

المتغير	التخصص	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	اختبار "ت"	مستوى الدلالة	درجة الحرية
المساندة الاجتماعية	**جامعي**	**205**	**139.722**	**8.923**	**5.390**	**0.021**	**-3.215**	**0.002**	**69.648**
	شبه طبي	37	143.432	5.909					

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للتخصص الجامعي في المساندة الاجتماعية بلغت (139.722) بانحراف معياري مقدر بـ(8.923)، أما قيمة المتوسط الحسابي لتخصص شبه طبي فبلغت (143.432) بانحراف معياري مقدر بـ(5.909)، اما قيمة "ت" لعينتين مستقلتين وغير متجانستين قدرت بـ3.215- وعند درجة حرية 69.65 وهي دالة إحصائيا عند 0.01 وهذا يشير الى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي ترجع لمتغير التخصص لصالح تخصص شبه طبي.

5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة:

للإجابة عن التساؤل الخامس الذي صيغت له الفرضية التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص، قامت الباحثتان بالتحقق من افتراضات اختبار "ت" لعينتين مستقلتين T Test، وبعد التأكد أن البيانات تتوزع طبيعيا، تم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين كما يوضحه الجدول الأتي:

جدول رقم (12)

اختبار"ت" لعينتين مستقلتين ومتجانستين لدلالة الفروق بين التخصصين في الرضا عن الحياة.

المتغير	**التخصص**	**حجم العينة**	**المتوسط الحسابي**	**الانحراف المعياري**	**قيمة "ف"**	**مستوى الدلالة**	**اختبار "ت"**	**مستوى الدلالة**	**درجة الحرية**
الرضا عن الحياة	جامعي	205	114.678	17.421	1.892	0.17	-1.280	0.20	240
	شبه طبي	37	118.567	14.429					

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي للتخصص الجامعي في الرضا عن الحياة بلغت (114.678) بانحراف معياري مقدر بـ (17.421)، أما قيمة المتوسط الحسابي لتخصص شبه طبي فبلغت (118.567) بانحراف معياري مقدر بـ(14.429)، اما قيمة "ت" لعينتين مستقلتين ومتجانستين قدرت بـ1.280- وعند درجة حرية240 وهي غير دالة إحصائيا

عند 0.05 وهذا يشير الى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي ترجع لمتغير التخصص.

ثانيا: تفسيرومناقشة نتائج فرضيات الدراسة

1. تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الأولى.
2. تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الثانية.
3. تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الثالثة.
4. تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الرابعة.
5. تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الخامسة.

1-تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه:**"تؤثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة".**

أسفرت نتائج الدراسة على أنه يوجد أثر ذو دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة".

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن المساندة الاجتماعية من طرف العائلة أو الأصدقاء أو الزملاء تؤثر على الرضا عن الحياة لديهم، حيث أن المساندة الاجتماعية تلعب دورا حاسما في زيادة مستويات الرضا عن الحياة والسعادة لدى الطالبة المقيمة، حيث تساهم في بناء علاقات ايجابية وتوفير الدعم العاطفي والاجتماعي الضروري وتلك العلاقات والدعم يمكن أن تعزز الشعور بالانتماء والتقبل وتوفر الشعور بالأمان والثقة، كما تساعد في التعامل مع التحديات وتحقيق النجاحات، مما يؤدي في النهاية إلى زيادة الرضا والسعادة في حياتها اليومية. وتحسن المساندة الاجتماعية الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بالدعم العاطفي سواء من الأصدقاء أو العائلة وهذا يخفف من الضغط النفسي ويزيد من الشعور بالراحة والسعادة والطمأنينة، وتساعد المساندة الاجتماعية في بناء علاقات قوية وداعمة للطالبة المقيمة في المجتمع الجامعي، وهذا ما يعزز لها الشعور بالانتماء والتقبل مما يؤدي إلى زيادة الرضا عن الحياة.

كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة إلى إنالمساندة لاجتماعية تلعب دورا هاما في زيادة مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بصفة عامة ولدى الطالبات المقيمات بصفة خاصة. فعندما تشعر الطالبة المقيمة بالدعم من الأصدقاء والعائلة والمجتمع فانه يمكنها التعامل بشكل أفضل مع التحديات والصعوبات التي تتعرض لها في البيئة الجامعية، مما يساهم في زيادة شعورها بالسعادة والتقدير الاجتماعي والرضا عن الحياة، وتشمل المساندة الاجتماعية عدة جوانب منها الدعم العاطفي والذي يتضمن التعبير عن المحبة والاهتمام والتقدير، ويمكن أن يعزز الشعور بالثقة بالنفس والتأكيد على القيم والقدرات الشخصية لدى الطالبة المقيمة. وكذلك الدعم المعنوي الذي تتلقاه الطالبة من الآخرين سواء من الأسرة أو الأصدقاء، وعلى سبيل المثال عندما تواجه مشكلة ما مثل رسوب في الامتحان أو مرض، يمكن لهذا الدعم أن يقلل من مستوى الضغط النفسي وتوفر لها الدعم اللازم للتعامل مع الوضع بشكل أفضل، ومن خلال ذلك يؤدي إلى زيادة مستوى الرضا والسعادة في حياتها. أما الدعم المادي فقد يشمل المساعدة مثلا في إعطاء أموال تكفي حاجيات الطالبة من طرف الأسرة، ومساعدة الرفاق لبعضهم عند الحاجة، هذا ما يخفف الضغوط ويسهل الحياة وبالتالي يعتبر عاملا مهما لتعزيز الرضا بالحياة من خلال خلق بيئة داعمة ومحفزة تساعد الطالبات على التأقلم مع التحديات والاستمتاع باللحظات الايجابية.

واتفقت هذه النتائج مع دراسة بارغمان(2008) التي توصلت نتائجها إلى إن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن حياته.

ودراسة اجورال(2013) التي توصلت نتائجها إلى وجود ارتباط موجب دال بين المستويات المرتفعة من المساندة الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء والمستويات المرتفعة من الرضا عن الحياة.

2-تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أن:**"مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة مرتفع".**

أسفرت نتائج الدراسة على أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة مرتفع.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى دور الأسرة وخاصة في مجتمع محافظ على رابط قوي بين أفراده، حيث أن الأسرة هي الركيزة الأساسية التي يتكأ عليها الأبناء ويستمدون منها الدعم الاجتماعي والعاطفي. وتعتبر دورا حيويا في نزع المشاعر السلبية والضغوط التي يواجهها الأبناء. وتعطي الأسرة الدعم للطالبة المقيمة بتوجيهها وإعطائها النصائح والإرشادات،وتشجيعها على تحقيق النجاحات وتخطي الصعوبات والمشاكل، وتمنح لها الفرصة في اتخاذ القرارات الصائبة وهذا ما يساعدها في بناء الثقة بنفسها والشعور بالايجابية في نفسها وعلى من حولها. وكذلك يساعدها في تقبل ذاتها والآخرين والبيئة التي تعيش فيها.

ويساعد الدعم الاجتماعي من الأسرة على تخطي العقبات والصراعات وتقبل الظروف والتغيرات التي تحدث في حياة الطالبة المقيمة بتزويدها لخبرات ومهارات والاتجاهات الإيجابية التي تمكنها من مواجهة مواقف الحياة بإيجابية، وتعليهم مهارات التعامل مع المواقف والمشكلات التي تواجههم،والذي يحقق لها التوافق النفسي والاجتماعي.

كذلك يمكن إرجاع السبب إلى المساعدة المالية للأسرة حيث تحاول توفير جميع احتياجات الطالبة ماديا كمصاريف التعليم والبحوث العلمية،النقل،الإطعام،الانترنت من أجل عدم الشعور بالإحباط والفروق بين الزملاء والمقارنات مما يولد القلق ومشاعر سلبية، وهذا ما لاحظناه على أفراد العينة حيث أثناء توزيع المقاييس قمنا بالقيام بمقابلة مع زميلاتنا الطالبات بالإقامة، وأيضا باعتباري مقيمة بالإقامة فيعتبر الجانب المادي مهم بدرجة كبيرة للطالبة البعيدة عن منزلها للعيش في الإقامة وتلبية احتياجاتها. فخدمات الإقامة لا تتوفر على جميع متطلبات الطالبة المقيمة وان توفرت لن تكون في مستوى جيد فمثلا يضطر الأمر علينا كثيرا لشراء الوجبات والمياه من الخارج بسبب رداءتها. وكذلك عند حالات طارئة مثل المرض، فيجب على الطالبة الإسعاف الفوري وشراء الأدوية اللازمة. فهذا الدعم يجعل الطالبة تشعر بالاهتمام والمساندة الأسرية.

كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة إلى دور الأصدقاء فلهم دور أساسي في ذلك. فالطالبة عند تواجدها مع جماعة تكن لها مشاعر الحب والاحترام والرعاية وروح المساعدة والتقدير للمشاعر يساعدها هذا في اكتساب الثقة والأمن وتصبح قادرة على التوافق والتكيف مع مجتمع المحيط الجامعي والبيئة الجديدة. وحتى المساعدات عند التعرض لمشاكل في الإقامة الجامعية سواء مادية أو نفسية أو تعليمية تجد صديقات مساندات لها ماديا بالمال ان احتاجت او دعم نفسي وتقديم نصائح عند التعرض لمشكلات نفسية او المساعدة في الدراسية مثل فترة الامتحانات يقمن بدراسة جماعية وتقديم المعلومات لبعضهم البعض. هذا ما يساعد على بناء علاقات اجتماعية ناجحة، وكذلك تتكفل الإقامة الجامعية بجميع انشغالات الطالبة المقيمة بتوفير لها الخدمات التي تشعرها بالراحة النفسية والإحساس بالأمن والطمأنينة ومن بين هذه الخدمات الحراسة وتوفير الأمن الدوري على الإقامة الجامعية، توفير الوجبات الصحية، توفير النشاطات الترفيهية والثقافية ، وكذلك التكفل بعلاج الطالبات عند المرض وتوفير الأطباء .هذا كله يرفع من مساندة الاجتماعية والشعور بالايجابية والدعم الاجتماعي الطالبات المقيمات.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسةدراسة بوحلطيةوقاجة(2022)حيث توصلت الدراسة إلى مستوى المساندة الاجتماعية المدركة لدى طلبة الجامعة جاء بدرجة مرتفعة سواء ذلك في الدرجة الكلية أو على مستوى الأبعاد بين طلبة الجامعة تعزى لمتغير الإقامة الجامعية على مستوى الأبعاد التالية المساندة العاطفية، المساندة المالية، المساندة بالمعلومات.

3-تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على وجود "**مستوى مرتفع للرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة**".

أسفرت نتائج الدراسة على أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي بخميس مليانة مرتفع.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن حب الطالبة لحياتها وتوافقها مع ذاتها ومع الآخرين يعتبر من مكونات الحياة، ويتضمن الخبرات الوجدانية والايجابية. إذ تتمثل بدرجة منخفضة من المزاج السلبي ودرجة مرتفعة على القدرة على تقبل ظروف الحياة والواقع المعاش، بالإضافة إلى مدى رضاها الشخصي والشعور بجودة الحياة ، كذلك التمتع بالتوازن الانفعالي الذي يتمثل في ضبط الانفعالات الايجابية والسلبية والتمتع بالمرونة النفسية.

ومن العوامل التي تجعل الطالبة المقيمة في رضا دائم على حياتها الوازع الديني لكونها في مجتمع مسلم وتتبع ما ينص عليه دينها ، هذا ما يزرع الطمأنينة في النفس والاستقرار الانفعالي والتميز بالتسامح والمرح وتقبل الآخرين وكذلك الشعور بالبهجة والتفاؤل اتجاه المستقبل. هذا الجانب يعطي معنى ايجابي ويجعل الطالبة أكثر قدرة على تحمل الضغوطات والصدمات خاصة وهي بعيدة عن بيتها وعائلتها. وكذلك يقيها من الأمراض والاضطرابات النفسية ، فالتقرب لله عز وجل ينزع القلق والاكتئاب و يبعث في نفس الفرد السعادة والأمن والاستقرار النفسي ويكسب الثقة في نفس الفرد وفي الآخرين. هذا ما ينتج منه الرضا عن الحياة

كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة إلى ارتفاع التقدير الاجتماعي لها . فالطالبة التي تتمتع بالثقة الكبيرة في نفسها وفي قدراتها وإمكانياتها العقلية النفسية والمعرفية يجعلها تتمتع بنظرة ايجابية لنفسها وللمجتمع المحيط بها. فمعظم الطالبات اللاتي وصلن إلى مرحلة الجامعية ويتحملن البعد عن البيت والعائلة ويواجهن تحديات ومصاعب خاصة في الإقامة الجامعية نجد عندهم مستوى عال من تحقيق الأهداف وطموحات أما الشخصية أو الدراسية أو المهنية ومن بين هذه الطموح التحصل على شهادة التخرج والوصول إلى دراسات عليا، فتحقيق الطموح يجعل الفرد راض عن حياته، والطالبات المقيمات يتمتعن بإشباع رغباتهم وإمكانياتهم في تحقيق ما يسعين له من انجازات فيشعرن بالكفاءة والجدارة، هذا يجعلهم سعداء ومطمأنين عن حياتهم وعن مستقبلهم، فيرضون عن نفسهم وعن حياتهم.

وأيضا ترتبط الرضا عن الحياة بالصحة النفسية التي تعتبر من أهم مصادرها والتي تعطي النظرة الايجابية في النمو الشخصي وتقبل الذات والتحكم في البيئة المحيطة والاستقلالية. وخاصة أن الطالبة المقيمة تواجه العديد من الصعوبات والمشاكل خاصة في السنوات الأولى لتغير بيئتها ودراستها وبعدها عن أسرتها وحتى وتغير نمط عيشها، هذا ما ينجم عنه مفاهيم

سلبية اتجاه الذات والآخرين . ولكن بالرجوع إلى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي نجد أنهم أثبتوا مستوى مرتفع في الرضا عن الحياة. ويتمتعون بقدرات معنوية عالية لمواجهة مصاعب الحياة ومواجهة حقائقها.

حيث اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة دراسة جبر ومنشد(2015) والتي من نتائجها الطلبة يتمتعون بدرجة عالية من الرضا عن الحياة.

4-تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على **"وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص".**

أسفرت نتائج الدراسة على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص لصالح شبه الطبي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلىأنطالبات الشبه طبي المقيمات يكون الدعم والمساندة الاجتماعية أكثر بالنسبة للتخصصات الأخرى بسبب طبيعة دراستهن والتحديات التي قد تواجههن في المجال الطبي ويعتبر هذا المجال أكثر صعوبة في الدراسة، وتتطلب تفاني كبيرا في الدراسة والتطوير المهني، فقد يتعرضن لضغوطات شديدة نتيجة التحديات العلمية المستمرة. فدعمهم الاجتماعي يمكن أن يكون عنصرا حاسما لاستمرارهن في هذا المجال ونجاحهن والتطور والتميز في دراستهن.

فمن الضروري الدعم العائلي للطالبات الشبه الطبي خاصة الدعم المادي بتوفير لهن احتياجاتهن الدراسية والشخصية وكذلك تكاليف التكوينات الخاصة بدراستهن وتكاليف التنقل إلى الأماكن الموجهين لها للتكوين. هذا ما قد ينتج عنه ضغوطات نفسية وعقلية وعاطفة مرتفعة التي تحتاج كذلك إلى الدعم النفسي الذي يخفف هذه الضغوطات.

كذلك يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى نظرة المجتمع إلى هذا التخصص حيث أصبح محبوبا من طرف العديد من الأفراد باعتباره له قيمة في المجتمع أيا كان التخصص المدروس، فنجد أن أغلب الطلبة يتوقفون عن الدراسة الجامعية ويزاولون دراسة هذا التخصص لما له من مساندة من الأهل والمجتمع والأصدقاء سواء نفسيا أو اجتماعيا أو حتى ماديا، فنجد أن الأهل أصبحوا يدفعون لهم مبالغ مالية كبيرة من أجل مزاولة ابنتهم هذا التخصص ، وكذلك من أجل عدم احتياجها لأي شيء وتركيزها على دراستها فقط، هذا لتوفر مناصب شغل في هذا التخصص مباشرة بعد التخرج . ونجد أن طالبات الشبه طبي يتمتعن بالدعم المعنوي الكلي من طرف العائلة والآخرون بعبارات المشجعة والقيمة لها مثل أن مهنة التمريض مهنة جيدة ومشرفة كونك امرأة خاصة في مجتمع محافظ،هذا ما يرفع من ثقتهم بنفسهم ويحفز لهم قدراتهم النفسية ويبني لهم مكانة اجتماعية فتشعر الطالبة بالمساندة الاجتماعية.

كذلك يمكن إرجاع السبب إلى العلاقات المتينةبينطالبات شبه طبي المقيمات بالإقامة الجامعة واللواتي من خلال دراستنا كان عددهم قليل نسبة للطالبات الجامعيات في مختلف التخصصات، كذلك نظام الإقامة الجامعية الذي خصص جناح خاص بهم ،حيث يُقدمون الدعم العاطفي والعملي لبعضهم البعض، ويشاركون تجاربهم وتحدياتهم ويُقدمون النصائح والتشجيع لبعضهم البعض وخاصة أن معظم طالبات الشبه طبي من نفس مناطق السكن،كن يزاولن دراستهم من السنوات الأولى من الدراسة مع بعضهن، فنجد أنهم تربطهم رابطة القرابة وتربطهم علاقة صداقة قوية بينهم، فلا نجد بينهم ذلك

الخوف والنفور والغموض من نمط تفكيرهم أو عاداتهم وثقافات بعضهم، فيتمتعن باللفة والثقة الكبيرة بينهم وروح التعاونية مما يرفع لهم مستوى المساندة الاجتماعية.

واتفقت هذه الدراسة مع دراسة الأعجم(2013) التي توصلت في نتائجها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة المساندة الاجتماعية بين التخصصات.

5-تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على"**وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص**".

أسفرت نتائج الدراسة على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلىأن الطالبات في كلا التخصصين (الشبه طبي والتخصص الجامعي) يعشن في نفس الإقامة وتوفر لهم نفس شروط وظروف العيش داخلها، بالإضافة إلى نفس الخدمات المقدمة لكلا التخصصين، فالتشابه في بيئة الحياة الجامعية لهن بالإضافة إلى توفر نفس المرافق والخدمات المقدمة لهن بحسنها وسوئها يسهم إلى مستوى متشابه من الرضا عن الحياة سواء مرتفع عند توفر خدمات جيدة أو منخفض عند رداءة ه\ها الخدمات.

وكذلك الطالبات المقيمات في كلا التخصصين (الشبه طبي والتخصص الجامعي) يواجهن تحديات أكاديمية مماثلة من ضغوط دراسية وضغوط الامتحانات مما يعزز الشعور بالتجانس في تجربة الحياة الجامعية.

ويمكن أن تتلقى الطالبات في جميع التخصصات إلى مستويات متشابهة من الدعم الاجتماعي سواء من العائلة،الأصدقاء، المجتمع الجامعي ويكون هذا الدعم متوازن فقد يسهم في مشاعر متشابهة من الرضا عن الحياة، والاستقرار في الظروف الحياتية التي لها دور كبير بالشعور بالرضا الحياتي مثل الاستقرار النفسي والشعور بالاكتفاء من مطالب الحياة مثل الاستقرار في الدراسة أي دراسة التخصص الذي يناسب رغبة وميول الطالبة هذا يجعلها تشعر بالإشباع في احتياجاتها والشعور بالرضا عن الحياة.

كذلك تمتع الطالبات المقيمات بالتفاعل الاجتماعي والقدرة على بناء علاقات مع الأشخاص داخل وخارج الإقامة الجامعية، فمثلا عند توزيعي لهن المقياس لم ألاحظ أي تردد من الطالبات في استقبالي وتفاعلن معي بشكل جيد. فهذا التفاعل يؤدي إلى تماثل في التجربة الاجتماعية.

وكذلك حسب نظرية التعود والتكيف التي تطرقنا لها في النظريات المفسرة للرضا عن الحياة، نرى أن الطالبات قادرات على التعود على الأحداث الجيدة في حياتهم، فمهما تعرضن لأحداث ضاغطة ومشاكل أو تغيرات صعبة التقبل فانه لديهن القدرة على التكيف مها والعودة إلى ما كن عليه قبل تعرضهن لهذه الأحداث والمصاعب أي من حالة القلق والتوتر والأفكار السلبية إلى حالة من الراحة والطمأنينة والايجابية.فالطالبات المقيمات بغض النظر عن شخصياتهم وردود أفعالهم

وبغض النظر عن تخصصاتهم وأهدافهم في الحياة لا يختلفن بدرجة الرضا الحياتين وذلك بسبب سرعة التعود على الأوضاع الجديدة في حياتهم.

اتفقت هذه الدراسة مع دراسة زقاوة(2021) التي كشفت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا تعزى إلى متغير النوع والتخصص الأكاديمي،

استنتاج عام:

تُعدّ الطالبة المقيمة في الإقامة الجامعية فئة فريدة ضمن مجتمع الطلبة الجامعيين والشباب، تتميز هذه الفئة بخصائص استثنائية تُميزها عن غيرها، أبرزها التعرض لتغيرات جذرية في نمط حياتها،من بيئة الرعاية الأسرية الدافئة إلى بيئة جديدة تتميز بالاستقلالية والاعتماد على النفس، وتُلقي هذه التغيرات بظلالها على مختلف جوانب حياة الطالبة،مما يجعلها موضوعًا هامًا للدراسة من منظور علم النفس، فحياة الطالبة خارج أسرتها بالإقامة الجامعية تحتاج إلى مساندة اجتماعية كبيرة من طرفها بالإضافة إلى احتياجها للمساندة من جهات أخرى كالأصدقاء فتعزز لها هذه المساندة الشعور بالدعم والانتماء إلى المجتمع الجامعي، ويكوّن لها هذا الشعور القدرة على التكيف والتعامل مع التحديات والصعوبات التي تواجهها في هذه البيئة الجديدة.هذا ما يساهم في إبراز قدراتها وإمكانياتها النفسية والاجتماعية بمستوى عالٍ والتي بدورها ترفع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي، وتسهل لتقبل أي تغيير جديدة يطرأ على حياتها، فيبعث في نفسيتها الثقة والطمأنينة، ويزود الطالبة بالأفكار الايجابية بالتالي يرفع من شعورها بالرضا عن حياتها بشكل عام.

وبناء على ما تقدم نرى أن موضوع المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة احتل مكانة بارزة في مواضيع علم النفس لما له تأثيرات ايجابية على حياة الطالبة المقيمة النفسية والاجتماعية.

وقد أسفرت دراستنا الحالية على مايلي:

- تؤثر المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي خميس مليانة.
- مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي مرتفع.
- مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات في إقامة فلفول العربي مرتفع.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص لصالح شبه طبي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات بإقامة فلفول العربي تبعا لمتغير التخصص.

خاتمة:

خاتمة

في ختام هذه الدراسة التي حاولنا فيها التطرق إلى تأثير المساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة على شريحة هامة في المجتمع ألا وهي الطالبات المقيمات في الإقامة الجامعية، والتي تعتبر فئة حساسة يجب أن يهتم بها المجتمع من أهل وأصدقاء وغيرهم بالرعاية والاهتمام الخاص، وأي تقصير في هذه الفئة قد يؤدي إلى تدهور في صحتهم النفسية واكتساب نظرة مستقبلية سلبية ومتشائمة، مما ينعكس سلبا على الرضا عن الحياة لديهم.

حيث تبين لنا مما سبق أن الشعور بالمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة له دور كبير في مساعدة الطالبات المقيمات على التكيف مع ظروف الحياة والأحداث التي يتعرضن لها والتخفيف من السلبيات.فتمثل المساندة الاجتماعية الشبكة الداعمة للطالبات المقيمات والتي يمكن الاعتماد عليها في اللحظات الصعبة وفي أوقات الفرح على حد سواء، من خلال الدعم الذي توفره العائلة، الأصدقاء والمجتمع الجامعي. وهذا الدعم يمكّن الطالبات من تجاوز التحديات والضغوط التي قد يواجهنها خلال استمرارهم في الإقامة الجامعية. وكذلك يعزز بالشعور بالرضا عن الحياة لديهم. فتتنوع المساندة الاجتماعية حسب الاحتياجات والمواقف التي تتعرض لها الطالبات المقيمات، فيحتجن إلى الدعم الاجتماعي من الأهل والأصدقاء والذي يعد عنصرا حيويا في تجربتهن الجامعية، بإمدادهن عبارات النصح والتشجيع وعبارة المقوية والمحفزة، فيعززوا لهنالجانب النفسي والشخصي وتزول عنهن الأفكار السلبية والمحبطة والمثبطة لنجاحاتهم وأهدافهم، فلا تشعرن أنهن يواجهو مصاعب الحياة بمفردهم، بل يشعروا عكس ذلك أنهن شخص محبوب محاط بالاهتمام والرعاية، فيرفع لهن هذا الشعور السعادة والتقدير ويجعلهن يتصرفن بمنطقية وأداء أفضل في التعامل مع المشكلات والتحديات التي تواجههم. فالدعم الاجتماعي يعتبر مكون أساسي في تعزيز النمو الشخصي والأكاديمي للطالبات المقيمات وهذا يحقق لهن التوافق النفسي ويؤثر ايجابياعن الرضا عن الحياة لديهن. وكذلك الدعم المادي الذي يعتبر عنصرا مهما في حياة الطالبات المقيمات لما يمدهن دعما في توفير احتياجاتهن الخاصة خاصة كونهن لا يتوفروا على أي دخل خاص. فالإشباع في الدعم المادي يبعد عن الطالبات حالات الإحباط والقلق من متطلبات واحتياجات الدراسية والحياة الجامعية، فيشعرن بالسكينة والطمأنينة. أما الدعم الأكاديمي والعملي فيعزز الشعور بالرضا عن الحياة من خلال المساعدات اليومية والدراسية وتبادل المعارف والخبرات بين الزملاء، فيخفف من الضغوط ويبني الثقة فيما بينهن ويحسن موقفهم من البيئة المحيطة بهم. فالمساندة الاجتماعية معنوية كانت أو مادية ترفع مستوى التقدير لدى الطالبات المقيمات لذاتهم، وتعمل على زيادة مستوى الثقة لديهن| وتساعدهم في السيطرة على مواقف التي يتعرضوا لها، وتزيد من مشاعر الايجابية التي تجعلهم مدركين للبيئة المحيطة بهم بشكل أفضل، فالدعم اللازم يؤثر على حياة ونفسية الطالبات ويشعرهم بالاهتمام والتقدير من الآخرين وهذا يؤدي إلى تحقيق توافقهم النفسي والاجتماعي ويرفع لهن مستوى الرضا عن الحياة في هذه البيئة الجديدة. هذا ما توصلنا له في دراستنا أن المساندة الاجتماعية لها تأثير كبير على الرضا عن الحياة لدى الطالبات المقيمات، فالطالبات المقيمات مهما تميزن وتغيرن عن الآخرين سواء في نمط عيشهم أو في تخصصهم الجامعي أو في مستوى تفكيرهم أو مستوى قدراتهم وإمكانياتهم يحتجن إلى الدعم من الآخرين لهن. فكلما ارتفع مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات تمتعن بشكل اكبر بتوافق وملائمة ظروف حياتهم، و بالاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي والسعادة والقناعة، ويسعين إلى تحقيق الأهداف والطموحات أكثر ويواجهنصعوبات الحياة ويتخطين العقبات، ويسود لهن الفكر الايجابي فيرتفع مستوى الرضا عن الحياة لديهن.

التوصيات:

- تفعيل دور المراكز النفسية في الإقامات الجامعية من أجل تقديم المساندة الاجتماعية والتوجيه للطالبات.

- إقامة ندوات ومناقشات يمكن من خلالها تحديد المواقف الاجتماعية للمساعدة على تحسين جودة حياة الطالبات.
- تكثيف برامج توعية للأهل حول العوامل المساعدة على رفع مستوى تقدير الذات لدى الطالبات المقيمات.
- قيام الباحثين بمزيد من البحوث والدراسات في مجال إعداد وتطوير برامج إرشادية خاصة الرضا عن الحياة.
- خلق جو اجتماعي تسوده المحبة والتعاون والاهتمام بغرس الاتجاهات التعاونية بين الرفاق حيث يساعد الطالبات المقيمات من زيادة الثقة بأنفسهن.
- تقديم الوالدين الدعم العاطفي والمشورة للطالبة المقيمة في حالة الضغوط الدراسية والشخصية.
- يجب على الخدمات الجامعية توفير بيئة آمنة ومريحة للطالبات المقيمات بما في ذلك إجراءات الأمان في المسكن الجامعي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

ألمسمع،الوناس.(2023).علاقة الاتزانالانفعالي والصلابة النفسية بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين .مجلة الأسرةوالمجتمع،11(01)،332-352.

الأحيوات،ايمان سليمان.(2017).الرضا عن الحياة وعلاقته بمستوى الطموح وقلق المستقبل لدى أمهات غرف المصادر في مدينة العقبة[رسالة ماجيستير غير منشورة].جامعة مؤتة.

الأعجم،نادية(2013). المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة[أطروحة ماجستر]. جامعة دبالي العراق

بلاغيت،مسعودة،باكيار،الحاجة عائشة.(2020).الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات(مذكرة ماستر).جامعة غرداية.

بن جغدل،سعد إبراهيم.(2021).مؤشرات الرضا عن الحياة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية المدركة لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية .مجلة الاحتراف لعلوم الرياضية والعلوم الإنسانية والاجتماعية ،مجلد08(02).482-499.

بن عبد الواحد،عبد الكريم،قصار،الماحي،زروق،نايل.(2021).مستوى الرضا عن الحياة الجامعية لدى طلبة التربية والرياضة وعلاقتها بالرضا عن الدراسة.مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية،مجلد13(2)،289-306.

بوجلطية،عائشة،قاجة،كلثوم.(2022).المساندة الاجتماعية المدركة لدى الجامعة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية ،المجلد14(2)،115-125.

بوناب،مريم،بوسعيد نوال،.(2020).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى الأستاذة [مذكرة ماستر].جامعة ام البواقي العربي بن مهيدي.

تيف،امل حميد.(2014).العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة الأردنية[أطروحة ماجيستير غير منشورة].الجامعة الأردنية.

جربان،بكر ناجي سليم.(2013).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى طلبة المرحلة الثانوية في فضاء حيفا[رسالة ماجيستيرغير منشورة].جامعة عمان العربية.

جلالة،سهيلة سعيد مصطفى.(2015).الرضا عن الحياة وعلاقته بالإجهاد النفسي الناتج عن الحصار لدى موظفي القطاع الحكومي في غزة [أطروحة ماجيستير غير منشورة].الجامعة الإسلامية بغزة.

الحراري،محمود سعيد نفين.(2022).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بدافعية التعلم والتحصيل المعرفي لدى الطالبات.مجلة الطفولة والتربية ،2(51)،15-87.

حليم،بشرى مسعد.(2018).المناعة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة في ظل انتشار فيروس كرونا المستجد "كوفيد 19".مجلة كلية التربية،45(2)،261-325.

حوشيه،ريمان سعيد محمد.(2017).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى والدي الأطفال ذوي الإعاقة في محافظة الخليل [رسالة ماجيستير غير منشورة].جامعة القدس المفتوحة فلسطين.

داودي،خيرة.(2017).المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية وعلاقتها بالنجاح لدى التلاميذ المقبلين على امتحان شهادة الباكالوريا [أطروحة دكتوراه غير منشورة].جامعة ابو قاسم سعد الله "2" الجزائر.

رضوان،شعبان جاب الله،الشيبة،هويداعبد الله عمر.(2006).العلاقة بين المساندة الاجتماعية والأعراض النفسية لدى عينة طلاب الجامعة اليمنية.مجلة دراسات عربية،16(3)،593-646.

زقاوة،أحمد.(2021)الفروق في مستوى الرضا عن الحياة وفقا لمتغيرات النوع التخصص والمستوى الدراسي.مجلة التمكين الاجتماعي،3(1)،1-14.

الزهراني،شروق عزم الله.(2020).المساندة الاجتماعية وفعالية الذات وعلاقتهما بجودة الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة بمحافظة غزة.مجلة جامعة الملك عبد العزيز للأدب والعلوم الإنسانية ،28(2)،183-203.

شحار،آسية،خياط،زبيدة.(2013).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى النساء المصابات بسرطان الثدي [رسالة ماجيستير غير منشورة].جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

شعباني،فاطمة.(2019).الرضا عن الحياة والشعور بالكفاءة الذاتية العامة لدى فئة من المراهقين في البيئة الجزائرية .مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية ،7(1)،120-146.

الشيخ،كنان اسماعيل.(2017).المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق.مجلة شيرين للبحوث والدراسات العلمية ،39(2)،371-391.

عبد الرحمان،نورا أحمد حسين.(2020).المساندة الاجتماعية لدى الأطفال،جامعة النصورة.مجلة علمية لكلية التربية للطفولة المبكرة،7(2)،289-306

عبد العال،مي عبد الخير عبد اللطيف.(2018).الرضا عن الحياة والوعي بذات كمنبئات بالصمود النفسي لدى عينة من طلبة الأقسام العلمية والأدبية بالجامعة [رسالة ماجيستير غير منشورة].جامعة الدول العربية.

عفانة،محمد حاسر زكي.(2018).التنظيم الإنفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة [أطروحة ماجيستير غير منشورة].الجامعة الإسلامية بغزة.

عاقل،يوسف جبران.(2015).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي[رسالة ماجيستيرغير منشورة].جامعة دمشق.

عميرة،رابح أحمد.(2021).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي لدى الأسرى المقدسين المحررين من السجون الإسرائيلية [رسالة ماجيستيرغير منشورة].جامعة القدس المفتوحة.

علي،جعفر أحمد كرم جوهرمحمد.(2018).الرضا عن الحياة لدى الأبناء.المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال ،5(2)،241-274.

علي،شيماء سيد علي.(2022).الحيوية الذاتية كمحدد لرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.مجلة بحوث،9(2)،20-39.

عيسى،جابر محمد ،رشوان،ربيع عبده.(2006).الذكاء الوحداني وتأثيره على التوافق النفسي والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال .مجلة دراسات تربوية واجتماعية،12(4)،45-130.

قدور،نوبيات. (د.ت).الرضا عن الحياة والنظرات المفسرة له ،جامعة ورقلة ،127-134.

كويسح،فتحي.(2021).مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الزاوية. مجلة الجامعة ،23(2)،23-48.

مداني،ريمة،حمري،فاطمة الزهراء.(2015).إدراك المساندة الاجتماعية لدى المكفوفين وعلاقتها بتقديرهم لذاتهم[رسالة ماجيستيرغير منشورة].جامعة 8ماي قالمة.

مارد،عدنان،منشر،حسام مجمد.(2015).الرضا عن الحياة وعلاقته بالأمل لدى طلبة الجامعة. مجلة الأستاذ،214(2)،123-156.

مرسي،صفاء اسماعيل.(2019).المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من القلق والوحدة النفسية لدى المسنين. المجلة المصرية للدراسات النفسية ،29(102)،288-231.

مكرلوفي،يمينة.(2022).المساندة الاجتماعية والفاعلية الذاتية وعلاقتها باستراتجيات التعامل اتجاه المواقف الضاغطة لدى الطالبة الجامعية المتزوجة[أطروحة دكتوراه غير منشورة].جامعة وهران 2.

النجار، نبيل جمعة صالح.(2010).الإحصاء في التربية والعلوم الإنسانية مع تطبيقات برمجية SPSS.الحامد.

النحل،نبيل محمد .(2016).مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين المكفوفين(ط01).دار العلوم للنشر والتوزيع.

قائمة المراجع الأجنبية:

Erans,R,&Katy,c&fulginiti,A.(2022).source and types of socail support and their Association with mental health symptoms and life satisfaction among young. Adults with history of out of home care,9(4),9040520.

Schaeferkathrine &coyne,j&Lazarus,R.(1981).the health related functions of social support. Journal of belvavioral medicine,4(14),p81-401.

Holzer,R&pillemer,S.(2015).the differential relationships of dimensions of perceived social support with cognitive functions among older Adults.Aging and mental health,20(7),p727-735.

الملاحق

الملاحق

ملحق رقم(1):مقياس المساندة الاجتماعية

عزيزتي الطالبة...

تحية طيبة .

في إطار انجاز بحث علمي لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص إرشاد والتوجيه، تضع الباحثتان بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن شعورك الداخلي لذا نرجو منك المساهمة في إنجاح البحث، وذلك بالتفضل بقراءة كل فقرة بدقة والتحري في اختيار إجابة واحدة تناسبك بأمانة وموضوعية عن طريق وضع علامة (×) أمام البديل الذي ينطبق عليك مع عدم ترك أي فقرة بدون تأشيرة علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

إجابتك تستخدم لأغراض البحث العلمي ولن يطلع عليها سوى الباحثتان، ولا يسعنا إلا أن نتقدم لكن بالشكر والامتنان لتعاونكن معنا.

ملاحظة : يرجى تدوين المعلومات الآتية

التخصص:

الجامعي **الشبه طبي**

الرقم	العبارة	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	يتقبل أصدقائي مبادرتي					
2	يتعاطف أصدقائي مع مشكلتي					
3	يغتنم أصدقائي الفرص لتهنئتي					
4	يسهم أصدقائي في التخفيف علي في لحظات الحزن					
5	يحترم أصدقائي قراراتي					
6	يزورني أصدقائي إذا مرضت					
7	يشعرني أصدقائي بقيمة ما أقوم به					
8	يساعدني أصدقائي من خلال تقديم النصيحة					
9	أشعر بالسعادة لكثرة أصدقائي					
10	يساعدني أصدقائي في ما أقوم به من أعمال					
11	يقدم لي أصدقائي المساعدة المالية إذا احتجت لها					
12	يشاركني أصدقائي في قضاء أوقات فراغي					
13	يساعدني أصدقاء في حل مشكلات التي تواجهي					
14	يتقبل أصدقائي شكلي ومظهري					
15	يأمل أصدقائي أن أحقق ما أريد					
16	لا أشعر بالوحدة فأصدقائي دوما معي					
17	يشعر أصدقائي بالسعادة لنجاحي					
18	يحترم والدي قراراتي					
19	يترك لي والدي حرية اختيار قراراتي					

20	يوفر لي والدي احتياجاتي المادية الأساسية					
21	يساعدني والدي بتقديم النصح لي					
22	يقدر والدي ما أمتلكه من قيم					
23	يثق والدي بقدرتي على تحمل المسؤولية					
24	أشعر بدفء علاقتي مع أفراد أسرتي					
25	يفرح والدي بانجازاتي الأكاديمية					
26	يشاركني والدي في مناقشة طموحاتي					
27	يحدثني إخوتي عن المستقبل بتفاؤل					
28	يساعدني إخوتي في تنفيذ بعض المشاريع					
29	يحترم والدي أصدقائي					
30	أفضي لوالدي أسراري					
31	ينصت لي والدي أثناء الحديث					
32	يحترم إخوتي لحظات خلوتي					
33	توفر لي أسرتي الدعم المعنوي المناسب					
34	أقضي أوقات ممتعة برفقة والدي					

النجار والصرايرة(2008).

ملحق رقم (2):مقياس الرضا عن الحياة

عزيزتي الطالبة...

تحية طيبة .

في إطار انجاز بحث علمي لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص إرشاد والتوجيه، تضع الباحثتان بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن شعورك الداخلي لذا نرجو منك المساهمة في إنجاح البحث، وذلك بالتفضل بقراءة كل فقرة بدقة والتحري في اختيار إجابة واحدة تناسبك بأمانة وموضوعية عن طريق وضع علامة (×) أمام البديل الذي ينطبق عليك مع عدم ترك أي فقرة بدون تأشيرة علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

إجابتك تستخدم لأغراض البحث العلمي ولن يطلع عليها سوى الباحثتان، ولا يسعنا إلا أن نتقدم لكن بالشكر والامتنان لتعاونكن معنا.

ملاحظة : يرجى تدوين المعلومات الآتية

التخصص:

الجامعي **الشبه طبي**

الرقم	العبارة	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي لحد ما	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي أبدا
1	أنا أسعد حالا من الآخرين					
2	أنا راض عن نفسي					
3	ظروف حياتي ممتازة					
4	في معظم الأحيان تقترب حياتي من المثالية					
5	أنا راض عن كل شيء في حياتي					
6	أشعر بالثقة اتجاه سلوكي الاجتماعي					
7	أشعر بالأمن و الطمأنينة					
8	أتمتع بحياة سعيدة					
9	أشعر أن حياتي الآن أفضل من أي وقت مضى					
10	حصلت حتى الآن أشياء مهمة في حياتي					
11	أشعر أني موفق في حياتي					
12	أشعر بالبهجة الممزوجة بالتفاؤل اتجاه المستقبل					
13	أنا راض بما وصلت إليه					
14	أميل إلى الضحك وتبادل الدعابة					
15	أشعر بالرضا والارتياح عن ظروفي الحياتية					
16	أتقبل الآخرين و أتعايش معهم كما هم					
17	أعيش في مستوى الحياة معيشة أفضل مما كنت أتمناه أو أتوقعه					
18	أشعر بالسعادة لوجود علاقات طيبة تربطني بالآخرين					
19	أشعر أن حياتي مشرقة ومليئة بالأمل					
20	أتقبل نقد الآخرين					

21	يثق الآخرين في قدراتي					
22	يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح والمرح					
23	أنام نوما هادئا مسترخيا					
24	ينظر الآخرين لي باحترام					
25	لا أعاني من مشاعر اليأس أو خيبة الأمل					
26	لدي القدرة على اتخاذ القرار وتحمل النتيجة					
27	أفكاري وأرائي تنال إعجاب الآخرين					
28	علاقتي الاجتماعية بالآخرين ناجحة					
29	روحي المعنوية مرتفعة					
30	لو القدرة لي أن أعيش من جديد فلن أغير شيء من حياتي					

الداسوقي(1998).

مخرجات الخصائص السيكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية:

Corrélations

		الدرجة.الكلية	مساندة.الأصدقاء	مساندة.أفراد.الاسرة
الدرجة.الكلية	Corrélation de Pearson	1	,904**	,856**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000
	N	50	50	50
مساندة.الأصدقاء	Corrélation de Pearson	,904**	1	,552**
	Sig. (bilatérale)	,000		,000
	N	50	50	50
مساندة.أفراد.الاسرة	Corrélation de Pearson	,856**	,552**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	
	N	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,702	34

مخرجات الخصائص السيكومترية لمقياسالرضا عن الحياة:

Corrélations

		السعادة	1س	3س	7س	8س	9س	11س	15س
السعادة	Corrélation de Pearson	1	,748**	,512**	,680**	,824**	,858**	,746**	,610**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الاجتماعية	14س	16س	18س	22س	28س
الاجتماعية	Corrélation de Pearson	1	,778**	,693**	,542**	,661**	,756**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الطمأنينة	19س	20س	23س	25س	29س	30س
الطمأنينة	Corrélation de Pearson	1	,864**	,524**	,699**	,680**	,582**	,816**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الاستقرار.النفسي	2س	5س	12س
الاستقرار.النفسي	Corrélation de Pearson	1	,617**	,797**	,757**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000
	N	50	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		التقدير.الاجتماعي	4س	6س	21س	24س	26س	27س
التقدير.الاجتماعي	Corrélation de Pearson	1	,575**	,641**	,821**	,759**	,638**	,779**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		القناعة	10س	13س	17س
القناعة	Corrélation de Pearson	1	,815**	,875**	,770**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000
	N	50	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		الدرجة.الكلية	السعادة	الاجتماعية	الطمأنينة	الاستقرار.النفسي	التقدير.الاجتماعي	القناعة
الدرجة.الكلية	Corrélation de Pearson	1	,902**	,584**	,899**	,819**	,887**	,770**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50
السعادة	Corrélation de Pearson	,902**	1	,349*	,779**	,747**	,807**	,621**
	Sig. (bilatérale)	,000		,013	,000	,000	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50
الاجتماعية	Corrélation de Pearson	,584**	,349*	1	,415**	,400**	,342*	,496**
	Sig. (bilatérale)	,000	,013		,003	,004	,015	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50
الطمأنينة	Corrélation de Pearson	,899**	,779**	,415**	1	,653**	,807**	,610**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,003		,000	,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50
الاستقرار.النفسي	Corrélation de Pearson	,819**	,747**	,400**	,653**	1	,715**	,612**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,004	,000		,000	,000
	N	50	50	50	50	50	50	50
التقدير.الاجتماعي	Corrélation de Pearson	,887**	,807**	,342*	,807**	,715**	1	,556**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,015	,000	,000		,000
	N	50	50	50	50	50	50	50
القناعة	Corrélation de Pearson	,770**	,621**	,496**	,610**	,612**	,556**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	50	50	50	50	50	50	50

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,934	30

مخرجات نتائج الفرضيات:

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart type	N
الرضا.عن.الحياة	115,2727	17,02841	242
المساندة.الاجتماعية	140,2893	8,62587	242

Récapitulatif des modèles[b]

Modèle	R	R-deux	R-deux ajusté	Erreur standard de l'estimation
1	,178[a]	,032	,028	16,79136

a. Prédicteurs : (Constante), الاجتماعية.المساندة

b. Variable dépendante : الحياة.عن.الرضا

ANOVA[a]

Modèle		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
1	Régression	2214,031	1	2214,031	7,853	,005[b]
	Résidus	67667,969	240	281,950		
	Total	69882,000	241			

a. Variable dépendante : الحياة.عن.الرضا

b. Prédicteurs : (Constante), الاجتماعية.المساندة

Coefficients[a]

Modèle		Coefficients non standardisés		Coefficients standardisés	t	Sig.
		B	Ecart standard	Bêta		
1	(Constante)	65,977	17,624		3,744	,000
	المساندة.الاجتماعية	,351	,125	,178	2,802	,005

a. Variable dépendante : الحياة.عن.الرضا

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المساندة.الاجتماعية	242	140,2893	8,62587	,55449

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 102					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Inférieur	Supérieur
المساندة.الاجتماعية	69,053	241	,000	38,28926	37,1970	39,3815

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الرضا.عن.الحياة	242	115,2727	17,02841	1,09463

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 90					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Inférieur	Supérieur
الرضا.عن.الحياة	23,088	241	,000	25,27273	23,1165	27,4290

Statistiques de groupe

	التخصص	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المساندة.الاجتماعية	جامعي	205	139,7220	8,92319	,62322
	شبهطبي	37	143,4324	5,90922	,97147

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
المساندة.الاجتماعية	Hypothèse de variances égales	5,390	,021	-2,433	240	,016	-3,71048	1,52527	-6,71510	-,70586
	Hypothèse de variances inégales			-3,215	69,648	,002	-3,71048	1,15419	-6,01265	-1,40831

Statistiques de groupe

	التخصص	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الرضا.عن.الحياة	جامعي	205	114,6780	17,42108	1,21674
	شبهطبي	37	118,5676	14,42902	2,37212

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الرضا.عن.الحياة	Hypothèse de variances égales	1,892	,170	-1,280	240	,202	-3,88952	3,03759	-9,87325	2,09421
	Hypothèse de variances inégales			-1,459	56,742	,150	-3,88952	2,66597	-9,22856	1,44952