مجلة جامعة البعث

سلسلة العلوم التربوية

مجلة علمية محكمة دورية

المجلد 44 ـ العدد 9

144 هـ – 2022 م

الأستاذ الدكتور عبد الباسط الخطيب
رئيس جامعة البعث
المدير المسؤول عن المجلة

أ. د. ناصر سعد الدين	رئيس هيئة التحرير
أ. د. هايل الطالب	رئيس التحرير

مديرة مكتب مجلة جامعة البعث
بشرى مصطفى

د. محمد هلال	عضو هيئة التحرير
د. فهد شريباتي	عضو هيئة التحرير
د. معن سلامة	عضو هيئة التحرير
د. جمال العلي	عضو هيئة التحرير
د. عباد كاسوحة	عضو هيئة التحرير
د. محمود عامر	عضو هيئة التحرير
د. أحمد الحسن	عضو هيئة التحرير
د. سونيا عطية	عضو هيئة التحرير
د. ريم ديب	عضو هيئة التحرير
د. حسن مشرقي	عضو هيئة التحرير
د. هيثم حسن	عضو هيئة التحرير
د. نزار عبشي	عضو هيئة التحرير

تهدف المجلة إلى نشر البحوث العلمية الأصيلة، ويمكن للراغبين في طلبها الاتصال بالعنوان التالي:

رئيس تحرير مجلة جامعة البعث

سورية ـ حمص ـ جامعة البعث ـ الإدارة المركزية ـ ص . ب (77)

ـ هاتف / فاكس : 2138071 31 963 ++

ـ موقع الإنترنت : www.albaath-univ.edu.sy

ـ البريد الالكتروني : magazine@ albaath-univ.edu.sy

ISSN: 1022-467X

شروط النشر في مجلة جامعة البعث

الأوراق المطلوبة:

- 2 نسخة ورقية من البحث بدون اسم الباحث / الكلية / الجامعة) + CD / word من البحث منسق حسب شروط المجلة.
- طابع بحث علمي + طابع نقابة معلمين.
- **اذا كان الباحث طالب دراسات عليا:**

يجب إرفاق قرار تسجيل الدكتوراه / ماجستير + كتاب من الدكتور المشرف بموافقته على النشر في المجلة.

- **اذا كان الباحث عضو هيئة تدريسية:**

يجب إرفاق قرار المجلس المختص بإنجاز البحث أو قرار قسم بالموافقة على اعتماده حسب الحال.

- **اذا كان الباحث عضو هيئة تدريسية من خارج جامعة البعث :**

يجب إحضار كتاب من عمادة كليته تثبت أنه عضو بالهيئة التدريسية و على رأس عمله حتى تاريخه.

- **اذا كان الباحث عضواً في الهيئة الفنية :**

يجب إرفاق كتاب يحدد فيه مكان و زمان إجراء البحث , وما يثبت صفته وأنه على رأس عمله.

- **يتم ترتيب البحث على النحو الآتي بالنسبة لكليات (العلوم الطبية والهندسية والأساسية والتطبيقية):**

عنوان البحث - - ملخص عربي و إنكليزي (كلمات مفتاحية في نهاية الملخصين).

1- مقدمة
2- هدف البحث
3- مواد وطرق البحث
4- النتائج ومناقشتها -
5- الاستنتاجات والتوصيات .
6- المراجع.

- **يتم ترتيب البحث على النحو الآتي بالنسبة لكليات (الآداب – الاقتصاد- التربية – الحقوق – السياحة – التربية الموسيقية وجميع العلوم الإنسانية):**

- عنوان البحث - - ملخص عربي و إنكليزي (كلمات مفتاحية في نهاية الملخصين).

1. مقدمة.
2. مشكلة البحث وأهميته والجديد فيه.
3. أهداف البحث و أسئلته.
4. فرضيات البحث و حدوده.
5. مصطلحات البحث و تعريفاته الإجرائية.
6. الإطار النظري و الدراسات السابقة.
7. منهج البحث و إجراءاته.
8. عرض البحث و المناقشة والتحليل

9. نتائج البحث.
10. مقترحات البحث إن وجدت.
11. قائمة المصادر والمراجع.

7- يجب اعتماد الإعدادات الآتية أثناء طباعة البحث على الكمبيوتر:

أ- قياس الورق B5 25×17.5.

ب- هوامش الصفحة: أعلى 2.54- أسفل 2.54 – يمين 2.5- يسار 2.5 سم

ت- رأس الصفحة 1.6 / تذييل الصفحة 1.8

ث- نوع الخط وقياسه: العنوان - Monotype Koufi قياس 20

ـ كتابة النص Simplified Arabic قياس 13 عادي ـ العناوين الفرعية Simplified Arabic قياس 13 عريض.

ج ـ يجب مراعاة أن يكون قياس الصور والجداول المدرجة في البحث لا يتعدى 12سم.

8- في حال عدم إجراء البحث وفقاً لما ورد أعلاه من إشارات فإن البحث سيهمل ولا يرد البحث إلى صاحبه.

9- تقديم أي بحث للنشر في المجلة يدل ضمناً على عدم نشره في أي مكان آخر, وفي حال قبول البحث للنشر في مجلة جامعة البعث يجب عدم نشره في أي مجلة أخرى.

10- الناشر غير مسؤول عن محتوى ما ينشر من مادة الموضوعات التي تنشر في المجلة

11- تكتب المراجع ضمن النص على الشكل التالي: [1] ثم رقم الصفحة ويفضل استخدام التهميش الإلكتروني المعمول به في نظام وورد WORD حيث يشير الرقم إلى رقم المرجع الوارد في قائمة المراجع.

تكتب جميع المراجع باللغة الانكليزية (الأحرف الرومانية) وفق التالي:

آ ـ إذا كان المرجع أجنبياً:

الكنية بالأحرف الكبيرة ـ الحرف الأول من الاسم تتبعه فاصلة ـ سنة النشر ـ وتتبعها معترضة (-) عنوان الكتاب ويوضع تحته خط وتتبعه نقطة ـ دار النشر وتتبعها فاصلة ـ الطبعة (ثانية ـ ثالثة) ـ بلد النشر وتتبعها فاصلة ـ عدد صفحات الكتاب وتتبعها نقطة.

وفيما يلي مثال على ذلك:

-MAVRODEANUS, R1986– **Flame Spectroscopy**. Willy, New York, 373p.

ب ـ إذا كان المرجع بحثاً منشوراً في مجلة باللغة الأجنبية:

ـ بعد الكنية والاسم وسنة النشر يضاف عنوان البحث وتتبعه فاصلة, اسم المجلد ويوضع تحته خط وتتبعه فاصلة ـ المجلد والعدد (كتابة مختزلة) وبعدها فاصلة ـ أرقام الصفحات الخاصة بالبحث ضمن المجلة.

مثال على ذلك:

BUSSE,E 1980 Organic Brain Diseases **Clinical Psychiatry News** , Vol. 4. 20 – 60

ج. إذا كان المرجع أو البحث منشوراً باللغة العربية فيجب تحويله إلى اللغة الإنكليزية و التقيد بالبنود (أ و ب) ويكتب في نهاية المراجع العربية: (المراجع In Arabic)

رسوم النشر في مجلة جامعة البعث

1. **دفع رسم نشر (20000) ل.س عشرون ألف ليرة سورية عن كل بحث لكل باحث يريد نشره في مجلة جامعة البعث.**
2. **دفع رسم نشر (50000) ل.س خمسون الف ليرة سورية عن كل بحث للباحثين من الجامعة الخاصة والافتراضية .**
3. **دفع رسم نشر (200) مئتا دولار أمريكي فقط للباحثين من خارج القطر العربي السوري .**
4. **دفع مبلغ (3000) ل.س ثلاثة آلاف ليرة سورية رسم موافقة على النشر من كافة الباحثين.**

المحتوى

اسم البحث	اسم الباحث	الصفحة
صراع الأدوار وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المتطوعات المتزوجات في مراكز الرعاية المجتمعية في محافظة حمص	فالنتينا سكريه د. رازان عز الدين	50-11
الوحدة النفسية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية العامة في مدينة حمص	مرح سلوم د. سوسن الشيخ محمود	84-51
درجة ممارسة الأنشطة التربوية وعلاقتها بمهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس	علا جمال د. هيفاء إبراهيم د. ريم سليمون	120-85

صراع الأدوار وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المتطوعات المتزوجات في مراكز الرعاية المجتمعية في محافظة حمص

طالبة ماجستير: فالنتينا سكريه كلية التربية – جامعة البعث

إشراف الدكتورة : رازان عز الدين

الملخص

هدف البحث الحالي إلى تعرف العلاقة بين صراع الأدوار وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المتطوعات المتزوجات في مراكز الرعاية المجتمعية في محافظة حمص وتعرف مستوى صراع الأدوار والاحتراق النفسي لدى أفراد العينة وتعرف فيما إن كان هناك فروق في صراع الأدوار والاحتراق النفسي تبعاً لمتغير مدة الخبرة، وشملت العينة (100) متطوعة، وتم استخدام الأدوات الآتية: مقياس صراع الأدوار من إعداد الباحثة (طحبوش، 2019) ومقياس الاحتراق النفسي من إعداد (كرستينا ماسلاش، 1995) وقامت الباحثة بالتحقق من صدقها وثباتها على المتطوعات المتزوجات.

توصل البحث إلى النتائج التالية:

- إن صراع الأدوار والاحتراق النفسي لدى أفراد العينة من مستوى مرتفع.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين صراع الأدوار والاحتراق النفسي لدى أفراد العينة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد مقياس صراع الأدوار لصالح الخبرة الأكثر من 5 سنوات.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الاحتراق النفسي لصالح الخبرة الأكثر من 5 سنوات.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي لصالح الخبرة الأكثر من 5 سنوات.

الكلمات المفتاحية: صراع الأدوار، الاحتراق النفسي، المتطوعات المتزوجات.

Role conflict and its relationship to psychological burnout among married female volunteers in community centers in Homs governorate

The aim of the current research is to know the relationship between role conflict and its relationship to psychological burnout among married volunteers in community care centers in Homs governorate, to know the level of role conflict and psychological burnout among the sample members, and to know whether there are differences in role conflict and psychological burnout according to the variable period of experience. The sample included (100) volunteers and was used the following tools: The role conflict scale prepared by the researcher (Tahboush, 2018) and the burnout scale prepared by Christina (Maslash ,1995). The researcher verified its validity and stability on married volunteers.

The research reached the following results:

- The role conflict and psychological burnout among the sample members are of a high level.
- There is a positive and statistically significant correlation between role conflict and psychological burnout among the sample members.
- There are statistically significant differences in all dimensions of the role conflict scale in favor of the more than 5 years' experience.
-There are statistically significant differences in the burnout scale in favor of the more than 5 years' experience.
- There are statistically significant differences in the dimension of lack of sense of personal achievement in favor of the group over 5 years' experience.

Keywords: Role conflict, psychological burnout, married volunteers.

أولاً ـ مقدمة البحث:

شهدت المجتمعات الحديثة – عربية كانت أم غربية – تغيرات وتطورات لم تقتصر على مجال دون غيره، بل شملت كل الجوانب الاقتصادية، السياسية، الاجتماعية وحتى الثقافية والفكرية جميعها، والمجتمع السوري كغيره من المجتمعات شهد جملة من التغيرات ولعل أبرزها التغير في البنية الاجتماعية والذي يتجلى وبشكل بارز في تغير بنية الأدوار الملقاة على عاتق المرأة باعتبارها تمثل نصف المجتمع، ولقد تغير دور المرأة في ظل عالمنا المعاصر، فقد أصبحت المرأة تشارك أسرتها في تحمل المسؤولية ويقع عليها عبء الحياة أيضاً من خلال معايشتها مع أسرتها إن كانت غير متزوجة، أما إذا كانت متزوجة فهي تتحمل أكثر بمشاركة الزوج طموحاته إضافة إلى زيادة مصادر الضغوط الناتجة عن الواجبات المنزلية وتربية الأولاد وتوفير الراحة للعائلة في الأوضاع الاعتيادية، أو في حالات الأزمات، وخاصة ونحن نعيش في مجتمعات عصفت بها الأزمات وابتعدت عن الاستقرار والتماسك نتيجة اتساع الطموحات. فأصبح البحث عن مكان آمن، وإيجاد منفس للتعبير عن الرأي هو الشاغل الأهم لدى الرجل والمرأة، وإن تعدد الأدوار يؤدي إلى إجهاد الدور الأصلي للمرأة، مما قد يسبب في عدم نجاحها في أداء الدورين معاً (Bromberger, 1994, 204).

وللمرأة حاجات أساسية وثانوية جسمية ونفسية، مادية ومعنوية خاصة وعامة مشتركة بينها وبين غيرها من النساء جميعها تتطلب الإشباع حتى تشعر بمعنى حياتها،وعملية الإشباع تحقق لديها التوافق مع المجتمع لتؤدي أدوارها العامة والخاصة بشكل أفضل، فضلاً عن بيئة العمل أياً كانت هذه البيئة، وعلى الرغم من الظروف الصعبة التي مرت بها المرأة فإنها تعد نصف المجتمع (نعامة، ١٩٨٤، ٧).

وتباين الضغوط يخلق لدى المرأة العاملة أفكاراً ومشاعراً تؤثر على مستوى أدائها الذي ينعكس بدوره على مستوى أداء العمل، إذ ترتبط الحالة النفسية والانفعالية للعاملة بشدة الضغط الذي تتعرض له فتولدً لديها حالة من القلق والاضطراب، فضلاً عن ذلك تناقض في التزامات العاملة ومسؤولياتها الاجتماعية وعدم قدرتها على الموازنة في إرضاء بعض رغباتها ودوافعها الهامة وبين ولائها لمجموعات مختلفة مما يضطرها إلى إهمال بعض حاجاتها الإنسانية للتغلب على الثقافة التقليدية السائدة والتي مازالت تتوقع أن يكون مجال المرأة هو المنزل وتربية الأطفال (الخولي، ٢٠٠١، ١٧).

إن هذا التنوع والتعدد في أدوار المرأة العاملة، وبحكم التوقعات المنتظرة منها، الزوج له توقعاته، الأبناء لهم توقعاتهم...فإن كل دور من هذه الأدوار يستنفذ طاقة وجهد، ويتطلب حيزاً من وقت هذه المرأة العاملة، وإذا شعرت هذه الأخيرة بالتقصير في دور أو أكثر من هذه الأدوار، فيمكن أن يخلق لديها صراع بين أدوارها والذي تتعرض له المرأة العاملة بحكم تعارض متطلبات أدوارها المتعددة، فتجد هذه المرأة العاملة نفسها متجاذبة بين عدة أفعال وواجبات لا تستطيع تحقيقها في آنٍ واحد، فهي في هذه الحالة قد تصبح عرضة للقلق و التوتر و ويزداد الأمر سوءاً إذا لم تكن المرأة مهيأة بحيث لا تمتلك الطرق والأساليب المناسبة التي تمكنها من التعامل الفعال مع هذه الأدوار أو أنها تجهل طبيعة هذه المشكلات التي تؤرقها، وعندها قد تعجز عن مواجهة المشكلات التي تعوق تحقيق بعض أهدافها، فتصبح عرضة

للتأثيرات السلبية، ومن هذه المواقف الضاغطة التي تواجهها المرأة الإجهاد والارهاق المرتبط بتعدد الأدوار والذي أصبح يُعرف بالاحتراق النفسي فهو يمثل ظاهرة نفسية تتطلب مزيداً من الجهد بهدف الكشف عن طبيعتها، وتحديد مسبباتها المرتبطة بالعمل أو بالأفراد وسماتهم الشخصية التي تجعلهم أكثر استعداداً للتأثر بالمواقف الضاغطة المرتبطة بالعمل، وكيفية تفادي آثارها السلبية.

ويرى كيم (Kim, 1991, 5) أن الاحتراق النفسي ظاهرة تتصف بالقلق والتوتر والإنهاك الجسمي والانفعالي كاستجابة للضغوط النفسية المرتبطة بالعمل وتحدث في النهاية تغيرات سلوكية وتغيرات تتعلق بالاتجاهات نتيجة لذلك.

فالتعرض للاحتراق النفسي يؤثر على جوانب الشخصية السلوكية والمعرفية والانفعالية (متوالي، 2000، 18) ولما كان هذا العصر يسمى عصر القلق أو الضغط النفسي كان سعياً منا معرفة العلاقة بين صراع الأدوار الذي تعيشه المرأة العاملة، وإمكانية أن يكون هذا الصراع سبباً في دخول هذه المرأة العاملة دائرة الاحتراق النفسي.

ثانياً- مشكلة البحث:

يعد صراع الدور لدى المرأة بصورة عامة وللمتطوعات خاصةً نتيجة لتعدد أدوارها الناجمة عن كثرة الضغوط التي تتعرض لها داخل الأسرة وخارجها، ونتيجة التوقعات المتباينة من المجتمع إزاء أداء أدوارها، قد تصل الضغوط إلى درجة تمنعها أو تعيقها من أداء أدوارها بشكل مقبول وصولاً إلى درجة الاحتراق النفسي (المسيري، ١٩٨٩، ٢).

و يعتبر الاحتراق النفسي إحدى العوائق الأساسية لكل عملية تغير وتنمية في جميع المهن وهذا مايُعرض الفرد إلى الاستنزاف الداخلي والشعور بالانهيار وعدم القدرة على العمل، فهناك بعض المهن هي أكثر استهدافاً وجلباً لهذه الضغوط من بينها خدمات العمل الإنساني التي يتعامل فيها المتطوعات بصفة مباشرة مع الناس ويقومون بتقديم الخدمات للآخرين(Heinemann and Heinemann,2017,2)

وبدأ الشعور بالمشكلة من خلال العمل بإحدى مراكز الرعاية المجتمعية حين بدأت الملاحظة على المتطوعين أنهم يعانون حالات من الإرهاق والتعب والإنهاك والتي كانت إحدى مسبباتها طبيعة العمل من ساعات دوام طويلة، ضغط العمل وحجمه، رتابة العمل، وإصرارهم الدائم على تنفيذ العمل وإظهاره بأفضل صورة بما يتزامن معه من صعوبات عدم التوازن بين التوقعات والإمكانيات المتوفرة والتعامل المباشر مع المستفيدين والاستماع إلى مشاكلهم وحمل همومهم محمل الجد والسعي الدائم لتقديم الخدمة المناسبة لهم ومع استمرار تكرار هذا الإرهاق والتعب لفترات طويلة بدأ يؤثر سلباً على جوانب شخصيتهم الجسمية والاجتماعية والنفسية.

وبالرغم من ذلك ومن خلال الملاحظة أن شدة الأعراض كانت تختلف من متطوع إلى آخر وخاصةً عند المتطوعات المتزوجات وهنا بدأ السؤال إذا كان ذلك نتيجة طبيعة العمل وضغوطه، أو ناتج عن المدة الزمنية في العمل، أو نتيجة تعدد الأدوار الذين يقومون بها تؤدي إلى شعورهم بالضغوط النفسية.

وهنا أصبح التعرف أكثر على صراع الأدوار والاحتراق النفسي من خلال البحث عن الأدبيات والدراسات التي تناولت صراع الأدوار وعلاقته بعدد من المتغيرات من هذه الدراسات:

دراسة أحمد (2003) في مصر حيث قام بدراسة لصراع الأدوار لدى المعلمات في ضوء بعض المتغيرات الشخصية والمهنية وتوصل إلى وجود فروق لسنوات الخبرة الأعلى ولم يتبين وجود الفروق بين المؤهلين وغير المؤهلين من المعلمات في ادراكاتهم لصراع الدور.

كما وأجريت العديد من الدراسات التي تناولت موضوع الاحتراق النفسي وأعطته أهمية بالغة كونه يؤثر على الصعيد الشخصي والعملي للأفراد ومن هذه الدراسات:

دراسة النفيعي (2000) في جدة وقام بدراسة الاحتراق الوظيفي في المنظمات الحكومية الخدمية في محافظة جدة أوضح أن أفراد العينة يعانون من درجة متوسطة من الاحتراق النفسي، والأكثر معاناة من الاحتراق الذين لديهم خدمة من سنة إلى أقل من خمس سنوات، والمتزوجين.

ومن خلال ما سبق وجد العديد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت العلاقة بين الاحتراق النفسي ومتغيرات متعددة، ودراسات تناولت صراع الأدوار لكن لم تجد الباحثة (في حدود علمها) أي دراسة سابقة تناولت العلاقة بين صراع الأدوار والاحتراق النفسي لدى الأفراد بشكل عام وعلى المتطوعات بشكل خاص في المجتمع السوري، وكما أكدت عدة دراسات أن خروج المرأة لميدان العمل يزيد من عدد أدوارها بالإضافة إلى أدوارها كأم وزوجة وربة منزل يضاف إليهم دورها كمتطوعة وبهذا الدور يقع على عاتقها العديد من المسؤوليات والالتزامات مما يجعلها تعيش حالة من الصراع وخاصةً عند إحساسها بالتقصير في إحدى الأدوار، وقد تشعر بالضيق والتوتر والضغط النفسي ، وهو بدوره يمكن أن يقلل من كفاءتها المهنية مما يؤدي بها إلى القلق والخوف على مستقبلها الوظيفي،وإذا أرادت إرضاء مكانتها المهنية فقد يكون ذلك على حساب مكانتها الأمومية والأسرية والزوجية، ومن ثم فهي قد تكون موضع لدائرة الاحتراق النفسي وهذا ما نحاول الكشف عنه من خلال هذه الدراسة.

وبناءً على ما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث بالإجابة عن السؤال الآتي:

ماطبيعة العلاقة بين صراع الأدوار والاحتراق النفسي لدى عينة من المتطوعات المتزوجات في مراكز الرعاية المجتمعية في محافظة حمص؟

ثالثاً- أهمية البحث:

تأتي أهمية الدراسة من خلال:

1- متغيرات الدراسة التي يمكن أن تضيف للأدبيات وخاصة لأهميتها فالنسبة للمتغير الأول من المحتمل أن توجه نتائج البحث الباحثين إلى ضرورة دراسة العوامل التي قد يكون لها دور في تشكل صراع الأدوار. أما المتغير الثاني فأهميته من خلال أن الاحتراق النفسي

يصيب بعض الأفراد والعاملين ويؤثر على الصعيد الشخصي والعملي فنتيجة لذلك يمكن أن يدخل الفرد في اضطرابات ومشكلات نفسية.

2- تناول العلاقة بين المتغيرين لدى عينة من المتطوعات في المجال الإنساني يكون لها أهمية في فهم سلوك المتطوعات وما يواجههم من مصاعب.
3- من الممكن أن توجه نتائج البحث الباحثين إلى ضرورة دراسة أساليب مواجهة الاحتراق النفسي وصراع الأدوار لدى العاملين والعاملات.
4- من الممكن أن يستفيد الأخصائيين النفسيين الذين يعملون في مراكز الرعاية المجتمعية من إعداد برامج إرشادية يكون الهدف منها مساعدة المتطوعات في المراكز من التخفيف من صراع الأدوار والتخفيف أيضاً من درجة الاحتراق النفسي.
5- عدم وجود دراسات سابقة تناولت العلاقة بين صراع الأدوار والاحتراق النفسي في البيئة السورية (في حدود علم الباحثة).
6- من المتوقع أن يستفيد الباحثين في أبحاثهم القادمة من مقياس الاحتراق النفسي الذي قامت الباحثة بتقنينه على المتطوعات في البيئة السورية.

رابعاً ـ أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى ما يلي:

1- تعرف مستوى صراع الأدوار لدى أفراد العينة.
2- تعرف مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة.
3- تعرف العلاقة بين صراع الأدوار والاحتراق النفسي لدى أفراد العينة.
4- تعرف الفروق في صراع الأدوار تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية.
5- تعرف الفروق في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية.

خامساً ـ أسئلة البحث وفرضياته:

أسئلة البحث:

1- ما مستوى صراع الأدوار لدى أفراد عينة البحث؟
2- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد عينة البحث؟

فرضيات البحث:

سيتم اختبار فرضيات البحث عند مستوى دلالة 0,05:

1- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس صراع الأدوار ودرجاتهم على مقياس الاحتراق النفسي.
2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس صراع الأدوار تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية (أكثر من 5 سنوات - أقل من 5 سنوات).

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية (أكثر من 5 سنوات - أقل من 5 سنوات).

سادساً- حدود البحث:

1- **الحدود الزمانية**: تم تطبيق هذه الدراسة في العام 2021- 2022.
2- **الحدود المكانية:** تم التطبيق ضمن مراكز الرعاية المجتمعية في محافظة حمص.
3- **الحدود البشرية:** عينة من المتطوعات المتزوجات والذين تتراوح أعمارهم بين (20 - 45) والذين يعملون في مراكز الرعاية المجتمعية.
4- **الحدود الموضوعية**: تتحدد الدراسة بالمتغيرات التالية صراع الأدوار، الاحتراق النفسي، الفروق تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية.

سابعاً - مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

- صراع الأدوار:

هو حالة تنشأ بسبب وجود مثيرين أو هدفين متعارضين، ويحدث التعارض لان السلوك الضروري لتحقيق أحدهما يتعارض مع الرغبة في تحقيق الهدف الأخر. ولا يمكن حل الصراع طالما كانت رغبة الإنسان التوفيق في الجمع بين الموقفين أو محاولة تحقيق الهدفين في آن واحد (القذافي، 1998، 117).

التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس صراع الأدوار المطبق في الدراسة.

- الاحتراق النفسي:

عرفها ماسلاش وليتر (Maslach & Liter, 1981, 3): بأنه حالة نفسية تتميز بمجموعة من الصفات السلبية، مثل التوتر وعدم الاستقرار والميل للعزلة وأيضاً بالاتجاهات السلبية نحو العمل والزملاء.

التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس الاحتراق النفسي المطبق في الدراسة.

- مراكز الرعاية المجتمعية: هي أماكن عامة آمنة تجتمع فيها النساء والرجال والفتيان والفتيات من خلفيات اجتماعية متنوعة للحصول على الخدمات الحماية المتكاملة من خلال عدة برامج. حيث تهدف البرامج عموماً إلى إغاثة المتضررين والوافدين ومن ثم في مرحلة لاحقة تمكينهم من العمل والإنتاج والانخراط في المجتمع.

ثامناً - الإطار النظري:

أ- صراع الأدوار

- مفهوم صراع الأدوار:

لكل منا في الحياة دور يقوم به أو أدوار عدة، وكل حسب مركزه ومكانته، سواء في العمل أو في المنزل أو في المجتمع إلا أن هناك من تتعدد أدواره إلى أبعد من المسؤوليات الواجب عليه تحملها، وبما أن المرأة جزء من هذا المجتمع فلها أدوار مطالبة بها بحكم خصوصيتها ولها أدوار اختيارية كالخروج للعمل، فهذا الأخير مسؤولية أخرى تشاركها مسؤولياتها الطبيعة المنزلية ورعاية الأهل والزوج والأبناء، فكل هذه الأدوار قد تخلق ما يسمى بصراع الأدوار الذي يعتبر نوع من أنواع الصراعات التي يعيشها الفرد. وبطبيعة الحال كلما تعقدت الأدوار زادت صراعاتها وخاصة بالنسبة لمن يعمل خارج المنزل نتيجة عدم القدرة على التوفيق بين متطلبات دور المرأة في العمل ودورها في المنزل. هذا يشكل كله مصدر لصراعات داخلية تعيشها المرأة على مستوى شخصيتها وأخرى على مستوى علاقتها بزوجها والأفراد الآخرين (الخزرجي، 2010، 9).

يشير صراع الأدوار إلى كمية الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد في أدائه لدور من الأدوار، فقد تصل الضغوط إلى درجة التي تعوق الفرد عن أدائه بشكل مقبول ويصبح من الضروري في هذه الحالة البحث عن حل لهذا الصراع (عفيفي، 2003، 236).

-تعريف صراع الأدوار:

ويعرفه جعفر(2002 ،22): هو مجموع الالتزامات والمطالب المتباينة المرتبطة بتوقعات الدور الواحد أو الأدوار المتعددة التي يؤديها الفرد والتي من الصعب تحقيق التوافق معها.

تعرفه شند (2000 ، 37) ذلك الموقف الذي يدرك الفرد فيه شاغل مركز معين أو لاعب دور بعينه أنه مواجه بتوقعات متباينة.

- **أسباب صراع الأدوار:** مسببات صراع الأدوار كثيرة نذكر منها:

- إدراك الفرد لنفسه إنه يقوم بدورين أو أكثر وكلاهما يناسب مواقف مختلفة تناسب مواقف ولا تناسب أخرى وقد يكون الصراع كامناً في التوقعات بالنسبة للأدوار المختلفة للفرد والآخر (زهران، 2003، 171).

- ينشأ صراع الأدوار المتعدد حينما يحدث صراعاً بين دورين أو أكثر، حيث يؤدي تحقيق التوقعات المتصلة بأحد الأدوار إلى عدم القدرة على تحقيق توقعات المرتبطة بالدور الآخر.

- قد يتطلب الدور الواحد في بعض الأحيان أكثر من السلوك الذي قد ينشأ من الأساليب السلوكية المتعددة التي يتطلبها الدور، ويطلق على هذا الموقف صراع المطالب المتعددة للدور (الزبيدي، 2003، 167).

- عدم الاتساق بين مقتضيات الأدوار وبين آرائه وعقائده واتجاهاته فإنه يجنح إلى فعل شيء لخفض عدم الاتساق (الوقفي، 2003، 710).

- يحدث صراع الأدوار عندما تتأزم وتضطرب الشخصية فيضطرب معها أنماط التفاعل مع الآخرين.

- ويحدث أيضاً عندما يوجد فروق واضحة بينما يتوقعه الآخرون من الشخص وما يتوقعه الشخص من نفسه.

- العجز عن التعبير عن المشاعر في المواقف التي تتطلب اتصالاً إيجابياً وآخر سلبياً مما يؤدي إلى قمة الرغبة في التعبير عن المشاعر والأفكار، وهذه الصعوبة في التعبير أمام الآخرين غالباً ما تحول الشخص إلى فرد باهت فاقد للمناعة الاجتماعية والنفسية ويسهل تحطيمه وتجاوزه (الفريوتي، 2000، 249).

- أنواع الصراعات:

1- **الصراع الخارجي المصدر**: هناك كثير من الأسباب الخارجية التي تسبب الصراع، مثال ذلك الأمراض الصحية، وكذلك أيضاً الوضع المادي المتردي قد يؤدي بالفرد الى حالة الصراع، وكذلك بعض العادات والتقاليد في المجتمع يمكن أن تحول دون أن يحصل الفرد ما يريد (عفيفي، 2003، 131).

2- **الصراع الداخلي المصدر:** لابد من القول إن أي مؤثر خارجي لابد من أن يصبح في النهاية مؤثراً داخلياً على الفرد والعكس صحيح، وقد تختلف حدة وشدة التأثير الخارجي بناءً على ما يحدثه هذا المثير الخارجي على نفسية الفرد والذي يتمثل بالعوائق والعقبات الخارجية التي تقف في وجه الأفراد لمنعهم من أخذ ما يريدونه او الحصول عليه (حنفي، 1989، 131).

3- **الصراع البسيط والمعقد**: يكون الصراع بسيطاً أو معقداً بناءً على طبيعة الموقف المسبب للصراع وكذلك بناءً على قدرة الفرد على تحمل الصراع، فكل من هذين الأمرين هما عاملان رئيسيان في فهم ووضع صورة للصراع من حيث كونه بسيطاً أو معقداً، ويوجد صراع قد يكبح بعض الدوافع لدينا، وإن أكثر أنواع الصراعات قوة هي تلك التي تستنزف كل طاقة الفرد، و تؤثر بشكل كبير على حياة الفرد الصحية والاجتماعية والنفسية، أما الصراع الخفيف فهو الصراع الذي يزول بسرعة ولا يكون مركزاً لاهتمام الفرد(الحسن، 1999، 291).

4- **الصراع الشعوري**: يكون هذا النوع من الصراع شعورياً عندما يكون هناك إدراك حقيقي لهذا الصراع، حيث يعرف الفرد أن هناك صراعاً بين دوافع الفرد كبيئة داخلية وبين القوانين والنظم والمعايير الاجتماعية كبيئة خارجية ولابد من أن يقوم بعملية اتخاذ قرار حاسم فيما يتعلق بموضوع الصراع، لتجنب انعدام التوازن لديه.

5- **الصراع اللاشعوري**: يكون هذا النوع من الصراع لا شعورياً عندما لا يعرف الفرد مصدر هذا الصراع، ويشعر بحالة غريبة من الألم والتعب النفسي بدون معرفة الأسباب الحقيقة وراء ذلك الصراع (القاضي،2011، 38).

آثار عمل الزوجة خارج البيت

الأثار الإيجابية:

يساعد المرأة على أن تحقق ذاتها وشخصيتها ووجودها من خلال العمل وهي تحس بالإنتاج والإنجاز والأهمية، كما أن العمل يعطي صاحبه الاستقلال المادي ويساهم في تنمية قدرات الشخصية وإغنائها من النواحي العملية والفكرية والاجتماعية، ويجعل المرأة أكثر قوة وأكثر قيمة في مختلف النواحي الواقعية والمعنوية، وبشكل عام فإن العمل يساهم في تحسن الصحة النفسية (المالح، 2000، 25).

الآثار السلبية:

لعمل المرأة خارج البيت - بجانب الأثار الإيجابية - آثار سلبية عديدة قد تفوق في خطورتها وأهمية الاهتمام بها الآثار الإيجابية.

الآثـار العائدة على الأولاد: إن الطفل لا يحتاج فقط إلى من يوفر له أمور وحاجات الأكل والنظافة والنوم فقط، ولكن الطفل يحتاج ضمن الأمور سابقة الذكر، الحنان وعاطفة الأمومة التي لا يمكن لأي شخص أن يمنحه ذلك. (حسن، 2005، 83)

الآثار العائدة على المرأة نفسها :إن المرأة العاملة وبسبب كثرة وتعدد المسؤوليات الملقاة على عاتقها فإنها تصاب بالإرهاق المؤدي إلى الضغط النفسي، والعمل الروتيني الممل أو العمل القاسي الصعب يؤثر بشكل سلبي على صحة المرأة النفسية.
الآثار العائدة على الزوج: والعمل يعتبر من الأسباب الرئيسية في انشغال المرأة عن أداء كل واجباتها تجاه زوجها وإعطائه حقه كاملاً، وإن إهمال شؤون البيت وإهمال المرأة نفسها يبعث في نفس الرجل الملل في الحياة اليومية الروتينية مع زوجة عاملة لا تهتم بنفسها في البيت بقدر ما تهتم بزينتها للخروج للعمل، ففي خضم هذه الأجواء لا يجد لنفسه مقاماً وينحرج أن يبوح باحتياجاته النفسية وهذا يؤدي بدوره إلى خطر الطلاق الذي ينهي كيان مؤسسة الأسرة.

(حرفوش وآخرون، 1961، 30)

ب – الاحتراق النفسي

- **مفهوم الاحتراق النفسي:**

يشكل الاحتراق النفسي أحد المخاطر التي تتطور لدى الأفراد الذين يعملون مع الفئات التي تحتاج إلى المساعدة، ويعتبر المحلل النفسي الأمريكي هربرت فردنبرجر Herbert Freudenberger أول من أدخل مصطلح الاحتراق النفسي Burnout إلى حيز الاستخدام الأكاديمي وذلك عام 1974 للإشارة إلى الاستجابات الجسمية والانفعالية لضغوط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية، والذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف صعبة، كما أنه قام بتأليف دراسة عام أعدها لدورية متخصصة Journal of Social Issues وناقش فيها تجاربه النفسية التي جاءت نتيجة تعاملاته وعلاجاته مع المترددين على عيادته النفسية في مدينة نيويورك. وقد جاء عن فردنبرجر (Freudenberger, 1975) "أدركت من خلال ممارستي العيادية أن الأفراد قد يكونون أحياناً ضحايا حرائق مثلهم مثل البنايات، وذلك نتيجة تأثير الضغط الناجم عن الحياة في عالم معقد، تلتهب طاقتهم ومواردهم الداخلية، وكأنها تحت فعل النيران ولا يبقى إلا فراغاً شاسعاً يحتل دواخل أنفسهم، حتى ولو بدت هيأتهم الخارجية سليمة نوعاً ما." (Freudenberger, 1975, 3)

وقد صار مفهوم الاحتراق النفسي مصطلحاً واسع الانتشار، وسمة من سمات المجتمع المعاصر، فقد بنيت ماسلاش (Maslach, 1979) أن هذه الظاهرة الخطيرة تصيب بكثرة أصحاب المهن الاجتماعية والانسانية، فتسبب لهم القصور والعجز عن تأدية العمل بالمستوى المطلوب. (دواني وآخرون، 1989، 253).

وفي سنة 1980 قدم شرنيس "Chernisse" مقاربة متعددة الأبعاد نفسية وبيئية وتنظيمية لتشكل أعراض الاحتراق النفسي. (بدران، 1997، 45)

ويعد الاحتراق النفسي من الظواهر التي نالت اهتمام الباحثين باعتبارها ناتجة عن الضغوط المهنية التي تصيب أصحاب المهن ذات المتطلبات العالية في حين أن هذه الحاجات والدوافع تعيق الفرد نحو تحقيق طموحاته وأهدافه، مما بجعل الواقع غير صحي، وبالتالي يولد صراعات وضغوطات بشتى أنواعها، وهذا ما يجعل التكيف معها صعب، وبالتالي تعرقل الفرد عن أداء مهنته على أكمل وجه، فالاحتراق النفسي حالة تتسم بمجموعة من العلامات والمتغيرات والسلوكيات المهنية، وفي بعض الحالات تم رصد متغيرات في التكوين الجسدي والوظيفي والكيماء الحيوية الجسمانية لدى بعض المصابين بهذا الاحتراق، وقد تم تصنيفه وفقاً لتشخيص هذه الحالة من الارهاق، ضمن فئة الحالات ذات المخاطر النفسية الاجتماعية المهنية نظراً لكونه ناتج عن التعرض لضغوط دائمة وممتدة في الزمن.
(بدران، 1997، 55).

- **تعريف الاحتراق النفسي:**

يعرفه باكر وديميروت (Bakker & Demerout, 2007, 309) بأنه: "عرض نفسي يتولد عند تعرض الموظفون لبيئة عمل ضاغطة تتميز بارتفاع المتطلبات وانخفاض القدرات والمصادر المتاحة".
وتعرفه ادكول (Adekola, 2010, 886) بأنه: "إنهاك عاطفي يصيب على الأرجح الأفراد الذين يعملون مع الناس مباشرة، بالإضافة إلى أنه عبارة عن تطور سلبي وساخر للاتجاهات والمشاعر تجاه زملاء العمل".

ويعرفه باتشو (2017، 17) بأنه: عرض نفسي طويل المدى يرتبط حدوثه بالضغوط النفسية وبمصادر وعوامل آخرى، وتستنزف فيها طاقته النفسية والجسدية.

- **مؤشرات الاحتراق النفسي:**

فمؤشرات الاحتراق النفسي عديدة تشمل كل جوانب حياة الفرد، وفي هذا الصدد تشير بربارة برهام "Barbara Braham" عام 1992 إلى وجود أربع مؤشرات أولية تدل على أن الفرد في طريقه إلى الاحتراق النفسي وهي كالآتي:

- الانشغال الدائم والاستعجال في إنهاء القائمة الطويلة التي يدونها الفرد لنفسه كل يوم، فعندما يقع العامل في شراك الانشغال الدائم فإنه يضحي بالوقت الحاضر وما يتطلبه من عمل،

وهذا يتجسد في تواجده جسدياً وليس ذهنياً، وعادةً ما ينجز العامل عمله بصورة آلية أو ميكانيكية دون أي اتصال عاطفي، حيث أن ما يشغل باله هو السرعة والعدد وليس الإتقان.

- العيش حسب قاعدة يجب وينبغي، ويترتب عن هذه القاعدة زيادة حساسية العامل لما يظنه الآخرين، فيصبح غير قادر على إرضاء نفسه، حتى في حالة الرغبة في إرضاء الآخرين التي تصاحب هذه القاعدة، فإنه يجد بأن تنفيذ ذلك ليس بالأمر السهل عليه.

- تأجيل الأمور السارة والأنشطة الاجتماعية من خلال الاقتناع الذاتي بأن هناك وقتا لهذه الأنشطة ولكن "فيما بعد" لن يأتي أبداً، ويصبح التأجيل القاعدة أو المعيار في حياة العامل.

- فقدان الرؤية أو المنظور بحيث يصبح كل شيء مهم وعاجل، وتكون النتيجة بأن ينهمك العامل في عمله إلى درجة يفقد فيها روح المرح، ويجد نفسه كثير التردد عند اتخاذ القرارات (عسكر،2003، 45-46).

- أسباب ومصادر الاحتراق النفسي:

تركز أسباب الاحتراق النفسي على ثلاثة مستويات وهي:

1- المستوى الفردي أو الشخصي:

يعتبر فرويدنبرجر أول من أشار إلى مصطلح (الاحتراق النفسي)؛ فهو يرى بأن المخلصين والملتزمين هم أكثر الناس عرضة للاحتراق، وكذلك الأفراد ذوي الدافعية القوية للنجاح المهني، وذلك ناتج عن بعض الأسباب الشخصية والفردية وهي كالتالي:
مدى واقعية الفرد في توقعاته وآماله فزيادة عدم الواقعية تتضمن في طياتها مخاطر الوهم والاحتراق، و مدى الإشباع الفردي خارج نطاق العمل فزيادة حصر الاهتمام بالعمل يزيد من الاحتراق، والأهداف المهنية حيث وجد أن المصلحين الاجتماعيين هم أكثر عرضة لهذه الظاهرة، ومهارات التكيف العامة، و درجة تقييم الفرد لنفسه، والوعي والتبصر بمشكلة الاحتراق النفسي (بدران، 1997، 63).

2- **المستوى الاجتماعي:**

هناك عدداً من العوامل الاجتماعية التي تعتبر مصادراً للاحتراق النفسي منها:
- التغيرات الاجتماعية الاقتصادية التي حدثت في المجتمع، وما ترتب عليها من مشكلات قد تؤدي إلى هذه الظاهرة.
- طبيعة التطور الاجتماعي والثقافي والحضاري في المجتمع؛ التي تساعد على إيجاد بعض المؤسسات التي لا تلقى دعماً جيداً من المجتمع، فيصبح العاملون بها أكثر عرضة للاحتراق النفسي (بدران، 1997، 64).

3- المستوى التنظيمي أو الإداري:

على عكس المستويين الشخصي والاجتماعي فإن الأسباب المرتبطة بالمستوى التنظيمي أو الإداري لها علاقة مباشرة بظهور هذه المشكلة، وهذه الأسباب هي:
- فقدان الإمكانات والكفاءة من أهم أسباب الضغط والقلق، وأن استمرار ذلك يتطور إلى ظاهرة تسمى العجز المتعلم Helplessness Learne حيث يداخل الفرد شعور بأنه عاجز عن عمل أي شيء لتحسين وضعه، وهذه الظاهرة تشبه إلى حد كبير ظاهرة الاحتراق

النفسي؛ حيث يفتقر الفرد إلى المصادر والنفوذ لحل المشاكل التي تواجهه، مما يسبب له الشعور بالضغط، وفي حالة استمراره يحدث الاحتراق.

- نقص الإثارة للفرد تؤدى إلى نفس الآثار السلبية التي تترتب على فرط الاستثارة، ولذلك فان العمل الرتيب الخالي من الإثارة والتنوع والتحدي يؤدى إلى الضغط والاحتراق النفسي، فأي فشل يواجه الفرد عند تحقيقه للحاجات الشخصية خلال عمله سوف يساهم في شعوره بحالة عدم الرضا والضغط، وبالتالي الاحتراق فالكثيرون يأتون إلى عملهم متوقعين الكثير، وهؤلاء غالباً ما يصابون بخيبة الأمل، ومع أن درجة الرضا الوظيفي المنخفضة ليست هي الاحتراق إلا أنها تمثل تحذيراً لما سيأتي.

- المناخ الوظيفي في المؤسسة والتركيبة الوظيفية لها علاقة في عملية الاحتراق، وهنا تبرز أهمية دور القيادة والإشراف وطبقاً لكتابات جولدنبرج Goldenberg يميل الإداريون في مؤسسات الخدمات الإنسانية إلى افتراض أن المؤسسة أيا كان نوعها، يجب أن تركز على حاجات المستفيدين من خدماتها، وإهمال حاجات القائمين بالمسؤولية فيها، الأمر الذي يؤدي إلى خلق أنظمة إشرافية استبدالية وصراعات بين العاملين والإدارة، وتزايد المسافة بينهم، يضاف إلى هذا أن ظاهرة الاحتراق النفسي ظاهرة معدية، ففي أي موقع عمل يكون فيه الأغلبية في حالة الاحتراق النفسي فإن نسبة حدوثه لأي عضو جديد في العمل تكون نسبة عالية (بدران،1997، 65).

- نتائج الاحتراق النفسي:

يشير كننجهام Cunningham 1982 إلى أن آثار الاحتراق النفسي تتمثل في.

١- الاستجابات الفسيولوجية:

وتتمثل الآثار الفسيولوجية في ارتفاع ضغط الدم وارتفاع معدل ضربات القلب واضطرابات في المعدة وجفاف في الحلق وضيق في التنفس.

٢- الاستجابات النفسية:

أما الآثار النفسية فتتمثل في:

أ- الاستجابات العقلية: تتمثل في نقص القدرة على التركيز، واضطراب التفكير، وضعف القدرة على التذكر، وتهويل الأحداث، وضعف القدرة على حل المشكلات، واتخاذ القرارات.

ب - الاستجابات الانفعالية: تتمثل في: القلق، الغضب، الاكتئاب، الحزن والوحدة النفسية.

ت - الاستجابات السلوكية: فتتمثل في: العدوان، ترك المهنة، زيادة معدل الغياب والتعب لأقل مجهود. (Cunningham, 1982, 244)

تاسعاً- الدراسات السابقة:

الدراسات التي تناولت صراع الأدوار:

1- دراسة شند (2000) في مصر:

- **عنوان الدراسة:** الاضطرابات العصابية لدى المرأة العاملة.
- **هدف الدراسة:** التعرف على صراع الدور وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية (المستوى التعليمي ومدة العمل وعدد الأطفال) والتعرف على صراع الدور وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية
- **عينة الدراسة:** بلغت العينة (400) إمرأة عاملة.
- **أدوات الدراسة:** استخدمت الدراسة أداة لقياس صراع الدور لآدم 1982 تعديل شند واختبار القلق لشند.
- **نتائج الدراسة:** وقد أظهرت النتائج وجود فروق لصالح الخبرة الأكثر واللواتي يعملن طوال الوقت.

2- دراسة الشراري (2005) في السعودية:

- **عنوان الدراسة**: صراع الدور وعلاقته بالسلوك الإداري لمديري التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية.
- **هدف الدراسة**: التعرف على درجة صراع الدور لدى مديري التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية، والكشف عن علاقة صراع الدور بالسلوك الإداري لمديري التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية، والكشف عن الفروق دالة إحصائيا عائدة لمتغيري المؤهل والخبرة في درجة صراع الدور. ومعرفة مدى وجود فروق دالة إحصائيا في درجة علاقة صراع الدور بالسلوك الإداري لمديري التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية عائدة لمتغيري المؤهل والخبرة.
- **عينة الدراسة**: بلغت العينة (42) مديراً للتربية والتعليم.
- **أدوات الدراسة**: صمم استبانة لجمع المعلومات.
- **نتائج الدراسة**: أظهرت النتائج ما يلي:

- وجود صراع الدور لدى مديري التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية بدرجة متوسطة.
- وجود علاقة لصراع الدور بالسلوك الإداري لمديري التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية بدرجة متوسطة.
- وجود فروق في الدرجة الكلية لصراع الدور تعزى لمتغير المؤهل، فيما لم تظهر فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدرجة تعزى لمتغير الخبرة.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الدرجة الكلية لعلاقة صراع الدور بالسلوك الإداري تعزى لمتغير المؤهل أو الخبرة.

<u>الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي:</u>

1- دراسة المرزوقي (2008) في الإمارات:

- **عنوان الدراسة**: الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في المدارس الثانوية في دولة الإمارات العربية المتحدة.

- **هدف الدراسة**: هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في المدارس الثانوية في دولة **الإمارات العربية** المتحدة في ضوء بعض المتغيرات.
- **عينة الدراسة:** بلغت عينة الدراسة (434) معلماً ومعلمة.
- **الأدوات المستخدمة**: تم استخدام مقياس ماسلاش (Maslash) للاحتراق النفسي.
- **نتائج الدراسة**: توصلت نتائج الدراسة إلى:
  - مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة.
  - وجود فروق دالة إحصائياً تعزى للجنس ولصالح الذكور، وفروق دالة إحصائياً تعزى للخبرة لمن خبرتهم أكثر من (15) سنة.

2- دراسة باس ويلدريم (Baş & Yıldırım, 2012) في تركيا:

Psychological burnout among primary school principals

- **عنوان الدراسة**: الاحتراق النفسي لدى مديري المدارس الابتدائية.
- **هدف الدراسة**: هدفت إلى معرفة مستويات الاحتراق النفسي لمديري المدارس الابتدائية في إحدى المناطق التعليمية.
- **عينة الدراسة:** بلغت عينة الدراسة (190) مديراً ومديرة.
- **أدوات الدراسة**: تم استخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.
- **نتائج الدراسة**: توصلت نتائج الدراسة إلى:
  - درجة الاحتراق النفسي لهم متوسطة.
  - وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الجنس لصالح المديرات.
  - وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الخبرة لصالح ذوي الخبرة القصيرة.
  - لا توجد فروق دالة لمتغير المؤهل العلمي ومكان العمل (مدن، ريف).

تعقيب على الدراسات السابقة

يلاحظ من خلال عرض الدراسات السابقة أن معظم الدراسات التي تناولت صراع الأدوار والاحتراق النفسي توجهت نحو المعلمين ونلاحظ تنوع في الأدوات المستخدمة وتنوع النتائج وفقاً لطبيعة كل دراسة ولم تجد الباحثة أي دراسة ربطت بين المتغيرين هذا ما شكل دافعاً قوياً لدى الباحثة لدراسة صراع الأدوار مع الاحتراق النفسي عند المتطوعين، وقد استفادت الباحثة من عرض الدراسات السابقة في تحديد مشكلة البحث واختيار الأدوات المناسبة وفي تفسيرها للنتائج.

عاشراً- منهج البحث وإجراءاته:

1- منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي لأنه الأكثر ملاءمة لأهداف البحث الحالية، ويقوم هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كيفياً من خلال وصفها وتوضيح خصائصها، وكمياً من خلال إعطائها أرقاماً توضح مقدار الظاهرة وحجمها أو درجات ارتباطها وعلاقتها بالظواهر الأخرى.
(عبيدات، 2003، 247)

2- مجتمع البحث: يتكون مجتمع الدراسة من جميع المتطوعات المتزوجات في المراكز الأربعة للرعاية المجتمعية والذين يعملن بدوام كامل في مدينة حمص وريفها في عدة برامج وتهدف البرامج عموماً إلى إغاثة المتضررين والوافدين ومن ثم في مرحلة لاحقة تمكينهم من العمل والإنتاج والانخراط في المجتمع.

3- عينة البحث: بلغت عينة الدراسة (100) متطوعة اللواتي يعملن في مراكز الرعاية المجتمعية وتم سحب العينة بطريقة قصدية.

4- أدوات البحث:

1- مقياس صراع الأدوار: قامت الباحثة (طحبوش، 2019) بإعداد المقياس وهو مكون من 28 عبارة يقيس خمسة أبعاد:(صراع الأدوار المتعلق بدورها كزوجة، صراع الأدوار المتعلق بدورها كمتطوعة، صراع الأدوار المتعلق بدورها كربة منزل، صراع الأدوار المتعلق بدورها كأم، صراع الأدوار المتعلق بأدوارها الاجتماعية)، وأعطى لكل عبارة وزن مدرج وفق سلم خماسي (مطابقة تماماً، مطابقة بشكل كبير، مطابقة بشكل ضعيف، غير مطابق تماماً) وتعطى الدرجات بالترتيب وفق الآتي (5 – 4 – 3 – 2 - 1) وذلك بالنسبة للعبارات الإيجابية، أما العبارات السلبية تعطى الدرجات بالعكس (1 – 2 – 3 – 4 - 5).

تم إجراء دراسة سايكومترية على عينة استطلاعية مؤلفة من (25) متطوعة متزوجة من خارج عينة البحث، وذلك للتأكد من كفاءة المقياس ودرجة صدقه وثباته وإمكانية استخدامه.

أولاً- صدق المقياس:

تم التحقق من صدق مقياس صراع الأدوار وأبعاده باستخدام الطرق الآتية:

أ- <u>صدق المحكمين:</u> عُرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من الأساتذة في علم النفس والإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة البعث، إذ قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى مناسبة بنود المقياس للمجال المراد قياسه حيث بنود المقياس تم تطبيقها سابقاً على المعلمين والدراسة الحالية يتم التطبيق على المتطوعين، وتم الإبقاء على البنود التي حصلت على اتفاق (80%) فما فوق من آراء المحكمين، وعلى ضوء تلك الآراء أصبح عدد بنود المقياس بشكل نهائي يتكون من (28) بنداً.

ب- <u>الصدق البنيوي بطريقة الاتساق الداخلي</u>: تم التحقق بالبحث الحالي من الصدق البنيوي لمقياس صراع الأدوار بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) متطوعة متزوجة وتم بموجب هذه الطريقة حساب معامل ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه، كما حُسب معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية، ومع بقية الأبعاد، كما حُسب معامل ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس الكلي، وتم ذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) كما هو موضح في الجدول (1) و (2) و (3).

الجدول (1) معاملات ارتباط كل بند من مقياس صراع الأدوار مع البعد الذي ينتمي إليه

صراع الأدوار المتعلق بدورها كزوجة		صراع الأدوار المتعلق بدورها كمتطوعة	
البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
9	.763**	1	.611**
10	.814**	2	.567*

17	.453*	11	.586**
21	.514*	12	.559**
24	.825**	13	.739**
		25	.760**
صراع الأدوار المتعلق بدورها كربة منزل		صراع الأدوار المتعلق بدورها كأم	
البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
3	.640**	7	.758**
4	.744**	8	.656**
14	.496*	16	.490*
20	.429*	18	.632**
23	.493*	22	.509*
27	.684*	28	.442*
صراع الأدوار المتعلق بأدوارها الاجتماعية			
البند	معامل الارتباط		
5	.664**		
6	.721**		
15	.655**		
19	.413*		
26	.470*		
* الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05		** الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01	

يتضح من الجدول (1) وجود ارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.413) و (0.825) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01).

الجدول (2) معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس صراع الدور

البعد	كزوجة	كمتطوعة	كربة منزل	كأم	الأدوار الاجتماعية	الدرجة الكلية
كزوجة		.623**	.512*	.718**	.421*	.529**
كمتطوعة	.623**		.714**	.647**	.410*	.578**
كربة منزل	.512*	.714**		.548*	.785**	.576**

كأم	.718**	.647**	.548*		.685**	.614**
الأدوار الاجتماعية	.421*	.410*	.785**	.685**		.583**
الدرجة الكلية	.529**	.578**	.576**	.614**	.583**	

*الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05
**الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01

ويتضح من الجدول (2) وجود ارتباط بين الأبعاد مع بعضها، وبين كل بعد مع الدرجة الكلية وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.410) و (0.785) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01) وهذا يدل على درجة عالية من الاتساق الداخلي.

الجدول (3) معامل ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لمقياس صراع الأدوار

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط	البند	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
1	.922**	11	.878**	21	3.72	.843	.499*
2	.650**	12	.748**	22	4.48	.510	.543**
3	.425*	13	.574*	23	4.72	.458	.463*
4	.426*	14	.694**	24	4.00	.913	.800**
5	.430*	15	.871**	25	4.60	.500	.519**
6	.807**	16	.512**	26	4.76	.436	.924**
7	.477*	17	.698**	27	5.00	.000	.813**
8	.714**	18	.412*	28	3.80	1.041	.804**
9	.687**	19	.795**				
10	.730**	20	.815**				

* الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05
** الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول (3) وجود ارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.412) و (0.924) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01).
يتضح من خلال الجدول (1) و (2) و (3) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01) وهذا يعني أن المقياس يتصف بالصدق البنائي.

ثانياً: ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس وأبعاده الفرعية باستخدام الطرق الآتية:

1) **ألفا كرونباخ**: حُسب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ.
2) **التجزئة النصفية**: حُسب ثبات التجزئة النصفية للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط جوثمان بين نصفي المقياس ثم تصحيح الارتباط باستخدام معادلة سبيرمان براون.

والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول (4) الثبات لمقياس صراع الدور

	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
صراع الأدوار كزوجة	0.789	0.760
صراع الأدوار كمتطوعة	0.814	0.774
صراع الأدوار كربة منزل	0.711	0.801
صراع الأدوار كأم	0.784	0.813
صراع الدوار بأدوارها الاجتماعية	0.748	0.777
مقياس صراع الدور	0.954	0.727

يتبين من الجدول (4) أن قيمة ألفا كرونباخ بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس قد بلغت (0.954) وهي قيمة موجبة ومرتفعة، ونتائج الأبعاد تراوحت بين (0.711) و (0.789) وهي قيم موجبة ومرتفعة، وهذه القيم تدل على درجة عالية من الثبات.

ويتبين من نتائج اختبار التجزئة النصفيّة لمقياس صراع الدور أنَّ المقياس يتمتّع باتساق داخلي قوي نظراً لنتيجة الاختبار الكليّة وهي (0.717) لجوثمان و (0.727) لسبيرمان براون، ونتائج الأبعاد التي تراوحت بين (0.748) و (0.811) لجوثمان وبين (0.760) و(0.813) لسبيرمان براون وهي قيم موجبة ومرتفعة، وهذه القيم تدل على درجة عالية من الثبات.

تبين من حساب درجات معاملات الصدق والثبات لمقياس صراع الأدوار بأنه يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات، مما يجعله صالحاً للاستخدام كأداة في البحث الحالي.

2- **مقياس الاحتراق النفسي**: أعد هذا المقياس كرستينا ماسلاش (1995) وهو مكون من 22 عبارة يقيس ثلاث أبعاد الإجهاد الانفعالي، التبلد الانفعالي، نقص الإنجاز الشخصي ويجاب عنه بسبعة بدائل كل يوم تقريباً (6)، بضع مرات في الأسبوع (5)، مرة كل أسبوع (4)، بضع مرات في الشهر (3)، مرة في الشهر (2)، بضع مرات في السنة (1)، أبداً (0).

أولاً: صدق المقياس:

تم التحقق من صدق مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده باستخدام الطرق الآتية:

أ- **صدق المحكمين:** عُرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من الأساتذة في علم النفس والإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة البعث، إذ قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى مناسبة بنود المقياس للمجال المراد قياسه، وتم الإبقاء على البنود التي حصلت على اتفاق (80%) فما فوق من آراء المحكمين، وعلى ضوء تلك الآراء أصبح عدد بنود المقياس بشكل نهائي يتكون من (22) بنداً.

ب -**الصدق البنيوي بطريقة الاتساق الداخلي**: قام الباحث الحالي بالتحقق من الصدق البنيوي لمقياس الاحتراق النفسي بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) متطوعة وتم بموجب هذه الطريقة حساب معامل ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه، كما حُسب معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية، ومع بقية الأبعاد، كما حُسب معامل ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس الكلي، وتم ذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) كما هو موضح في الجدول (5) و(6) و(7).

الجدول (5) معاملات ارتباط كل بند من مقياس الاحتراق النفسي مع البعد الذي ينتمي إليه

الإنهاك الانفعالي		تبلد المشاعر		نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	
بند	معامل الارتباط	بند	معامل الارتباط	بند	معامل الارتباط
1	.548**	9	.447*	16	.630**
2	.878**	10	.656**	17	.739**
3	.546**	11	.430*	18	.836**
4	.529**	12	.726**	19	.671**
5	.738**	13	.539**	20	.425*
6	.898**	14	.636**	21	.780**
7	.733**	15	558**	22	.832**
8	.774**				

*الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05
**الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول (5) وجود ارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.425) و(0.898) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.05) و(0.01).

الجدول (6) معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي

البعد	الإنهاك الانفعالي	تبلد المشاعر	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	الدرجة الكلية
الإنهاك الانفعالي		.635**	.608**	.471*
تبلد المشاعر	.635**		.423*	.409*
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	.608**	.423*		.745**
الدرجة الكلية	.471*	.409	.745**	

* الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05 ** الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول (6) وجود ارتباط بين كل بعد مع الدرجة الكلية وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.423) و(0.745) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.05) و(0.01) وهذا يدل على درجة عالية من الاتساق الداخلي.

الجدول (7) معامل ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1	.859**	12	.789**
2	.613**	13	.748**
3	.615**	14	.689**
4	.923**	15	.422*
5	.513**	16	.748**
6	.438**	17	.685**
7	.813**	18	.513**
8	.939**	19	.768**
9	.613**	20	.478**
10	.478**	21	.687**
11	.410*	22	.848**
* الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05		** الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01	

يتضح من الجدول (7) وجود ارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.410) و(0.939) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01).

يتضح من خلال الجدول (5) و(6) و(7) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01) وهذا يعني أن المقياس يتصف بالصدق البنائي.

ثانياً: ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس وأبعاده الفرعية باستخدام الطرق الآتية:

1) **ألفا كرونباخ**: حُسب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ.
2) **التجزئة النصفية**: حُسب ثبات التجزئة النصفية للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط جوثمان بين نصفي المقياس ثم تصحيح الارتباط باستخدام معادلة سبيرمان براون.

والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول (8) الثبات لمقياس الاحتراق النفسي

	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
الإنهاك الانفعالي	0.784	0.800
تبلد المشاعر	0.765	0.764
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	0.811	0.775
مقياس الاحتراق النفسي	0.949	0.790

يتبين من الجدول (8) أن قيمة ألفا كرونباخ بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس قد بلغت (0.949) وهي قيمة موجبة ومرتفعة، ونتائج الأبعاد تراوحت بين (0.765) و(0.811) وهي قيم موجبة ومرتفعة، وهذه القيم تدل على درجة عالية من الثبات.

ويتبين من نتائج اختبار التجزئة النصفيّة لمقياس الاحتراق النفسي أنَّ المقياس يتمتّع باتساق داخلي قوي نظراً لنتيجة الاختبار الكليّة وهي (0.778) لجوثمان و(0.790) لسبيرمان براون، ونتائج الأبعاد التي تراوحت بين (0.749) و(0.784) لجوثمان وبين (0.764) و(0.800) لسبيرمان براون وهي قيم موجبة ومرتفعة، وهذه القيم تدل على درجة عالية من الثبات.

تبين من حساب درجات معاملات الصدق والثبات لمقياس الاحتراق النفسي بأنه يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات، مما يجعله صالحاً للاستخدام كأداة في البحث الحالي.

الحادي عشر- عرض نتائج البحث وتفسيرها:

- **الإجابة على أسئلة البحث:**

1- ما مستوى صراع الأدوار لدى المتطوعات المتزوجات؟

للإجابة على السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات المتطوعات المتزوجات على مقياس صراع الأدوار، ثم تحديد النسب المئوية ومستوى صراع الأدوار كما هو موضح في الجدول رقم (9) التالي:

جدول (9) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ومستوى صراع الأدوار

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسب المئوية	مستوى الاستجابة
صراع الأدوار المتعلق بدروها كزوجة	3.12	1.15	%36.85	متوسطة
صراع الأدوار المتعلق بدروها كمتطوعة	3.72	0.74	%19.89	متوسطة
صراع الأدوار المتعلق بدروها كربة منزل	3.87	0.87	%22.48	متوسطة
صراع الأدوار المتعلق بدروها كأم	3.12	1.26	%40.38	متوسطة
صراع الأدوار المتعلق بأدوارها الاجتماعية	4.12	0.88	%21.35	متوسطة
الدرجة الكلية	3.59	0.21	%87.19	عالية

يتبين من الجدول السابق أن مستوى استجابات المتطوعات المتزوجات لدى أفراد عينة الدراسة جاءت بدرجة عالية، حيث بلغت نسبة استجابة المتطوعات المتزوجات على مقياس صراع الأدوار 87.19% وبالنسبة لأبعاد محور صراع الأدوار جاءت بدرجة متوسطة كما موضح بالجدول السابق.

واختلفت هذه النتيجة مع نتيجة (الشراري، 2005) في أن مستوى صراع الأدوار من مستوى متوسط.

وقد تعزى الدرجة المرتفعة من صراع الأدوار لدى أفراد العينة إلى أن المرأة تقع على عاتقها مسؤوليات متعددة تتطلب منها بذل الكثير من الجهد والطاقة وبما أنها متطوعة فهي تحمل نفسها فوق طاقتها لتكون في أحسن صورة تظهر فيها أمام أسرتها وإدارتها وزملائها في العمل، وهذا العمل يتطلب منها القيام بأدوارها العديدة في وقتٍ واحد مما يجعلها تشعر بالخوف من إمكانية فشلها في القيام بأي دور من هذه الأدوار، ويجعلها تعيش صراع دائم نتيجة كثرة انشغالاتها وتوسع نشاطاتها وتعاظم أدوارها، وبالتالي تعاني من الإحباط عندما تفشل في أداء أي دور بهدف النجاح في أداء دور آخر وهذا ما يزيد من صراعاتها الناتجة عن تعدد أدوارها وتعقدها.

2- **ما مستوى الاحتراق النفسي لدى المتطوعات المتزوجات**

للإجابة على السؤال تم حساب المتوسطات، والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات المتطوعات المتزوجات على مقياس ثم تحديد النسب المئوية ومستوى الاحتراق النفسي، كما هو موضح في الجدول رقم (10) التالي:

جدول (10) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ومستوى الاحتراق النفسي

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسب المئوية	مستوى الاستجابة
الانهاك الانفعالي	4.29	0.35	%22.10	متوسطة
تبلد المشاعر	2.5	0.3	%12	متوسطة
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	4.6	0.3	%26	متوسطة
الدرجة الكلية	3.79	0.31	%77.89	عالية

يتبين من الجدول السابق أن درجة استجابات المتطوعات المتزوجات لدى أفراد عينة الدراسة جاءت بدرجة عالية، حيث بلغت نسبة الاستجابة 77.89%، وبالنسبة لأبعاد الاحتراق النفسي جاءت بدرجة متوسطة كما موضح بالجدول السابق.

اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (المرزوقي، 2008) في أن مستوى الاحتراق النفسي من مستوى مرتفع.

اختلفت هذه النتيجة عن نتيجة دراسة كل من (النفيعي، 2000، باس ويلدريم، 2012) في أن مستوى الاحتراق النفسي من مستوى متوسط.

تعزى الدرجة المرتفعة من الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة أن المهن الإنسانية أكثر جلباً للاحتراق النفسي وإن المتطوعات يرهقن أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف صعبة، وأيضاً بحكم العمل الدائم والمستمر مع الفئات الأشد ضعفاً والتي تحتاج إلى المساعدة للوصول إلى بر الأمان، وطبيعة العمل من ساعات دوام طويلة وضغط العمل وحجمه ورتابة العمل وتعدد المهام الواقعة على المتطوعات المتزوجات وعدم قدرتهم على التوفيق بين متطلبات العمل والمتطلبات الأسرية مما يجعلها في حالة توتر دائم وانشغال فكري مستمر، مما يشعرهم بالاستنزاف والإرهاق وعدم القدرة على الاتصال مع الآخرين وانخفاض قدرتهم على العطاء وتدني مستوى الطاقة، وعدم القدرة على التوافق مع الضغوط. كلها عوامل تساعد على ارتفاع درجة الاحتراق لدى المتطوعات.

- التحقق من فرضيات البحث وتفسير النتائج:

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس صراع الدور ودرجاتهم على مقياس الاحتراق النفسي.
للتحقق من الفرضية تم استخدام معامل ارتباط بيرسون وكانت النتائج كما في الجدول (1).

الجدول (11) العلاقة الارتباطية بين صراع الدور والاحتراق النفسي

		الانهاك الفعلي	تبلد المشاعر	نقص الشعور بالإنجاز	الدرجة الكلية للاحتراق النفسي
صراع الأدوار المتعلق بدورها كزوجة	ارتباط بيرسون	0.062	0.053	0.128	0.133
	قيمة الاحتمالية	0.539	0.599	0.204	0.187
	الدلالة				
صراع الأدوار المتعلق بدورها كمتطوعة	ارتباط بيرسون	0.082	0.098	*0.254	*0.242
	قيمة الاحتمالية	0.418	0.330	0.011	0.015
	الدلالة			ارتباط موجب عند 0.05	ارتباط موجب عند 0.05
صراع الأدوار المتعلق بدورها كربة منزل	ارتباط بيرسون	0.004	0.166	*0.246	*0.240
	قيمة الاحتمالية	0.972	0.099	0.014	0.016
	الدلالة			ارتباط موجب عند 0.05	ارتباط موجب عند 0.05
صراع الأدوار المتعلق	ارتباط بيرسون	0.027-	0.152	0.181	0.181
	قيمة الاحتمالية	0.790	0.132	0.071	0.072

بدورها كأم	الدلالة				
صراع الأدوار المتعلق بأدوارها الاجتماعية	ارتباط بيرسون	0.083	0.043	0.175	0.165
	قيمة الاحتمالية	0.410	0.670	0.081	0.101
	الدلالة				
الدرجة الكلية لصراع الأدوار	ارتباط بيرسون	0.049	0.141	**0.261	*0.255
	قيمة الاحتمالية	0.628	0.161	0.009	0.010
	الدلالة			ارتباط موجب عند 0.01	ارتباط موجب عند 0.05

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس صراع الدور والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي نظراً لقيمة معامل ارتباط بيرسون وقيمة الاحتمالية التي بلغت (0.010) وهي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وبناءً عليه يتم رفض الفرضية الصفرية أي أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس صراع الدور ودرجاتهم على مقياس الاحتراق النفسي.

وبالنظر إلى نتائج الأبعاد يُلاحظ وجود علاقة ارتباطية موجبة بين صراع الأدوار المتعلق بدورها كمتطوعة وربة منزل ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي والدرجة الكلية للاحتراق النفسي.

يتضح أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الأفراد على مقياس صراع الأدوار وأبعاده الفرعية ودرجاتهم على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية.

بمعنى أن ارتفاع مستوى صراع الأدوار يؤدي إلى ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لدى المتطوعات المتزوجات والعكس صحيح أن ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي يؤدي إلى ارتفاع مستوى صراع الأدوار

لم تجد أي دراسة عربية أو أجنبية ربطت بين هذين المتغيرين من أجل تأكيد هذه الفرضية أو رفضها، لذا تعتبر هذه الدراسة دراسة استكشافية وذلك للكشف عن نوعية العلاقة بينهما.

تعزى هذه النتيجة أن ذلك يرجع إلى ما تواجهه المتطوعة من صراع بين مطالب أدوار العمل والأسرة، ولاسيما عندما تجد نفسها مضطرة إلى الانتقال بين الأدوار المتعددة والمتعارضة في مطالبها كأم وربة منزل وزوجة ومتطوعة في نفس الوقت، وعندما لا تتلقى الدعم المعنوي من أفراد أسرتها وخاصةً منهم الزوج أو من قبل الإدارة وزملائها مما يجعلها ذلك في حالة عدم تكيف ويؤدي بها إلى وقوعها في دائرة الضغط النفسي واستمرار هذه الضغوط يولد لديها الاحتراق النفسي، كما أن نظرة المتطوعة لعملها يساهم في تشكل الصراع الذي تعيشه عندما

تشعر بأهمية وضرورة عملها من أجل المساهمة في بناء وتنمية المجتمع والخدمة الإنسانية فتكون هذه النظرة الإيجابية لعملها تدفعها إلى التضحية بنفسها وببقية أدوارها والتقصير في واجباتها من أجل عملها، وإظهاره بأفضل صورة وخاصةً أن المتطوعات عملهم مستمر طوال الوقت ولا يقتصر على وقت محدد.

وإن الاحتراق النفسي الذي تعيشه المتطوعة يرجع لعدة أسباب وعوامل، ويكون صراع الأدوار من الأسباب الأولية وإن تعدد أدوار المتطوعة المتزوجة قد يؤدي إلى شعورها بعدم التوفيق بين مسؤولياتها وأدوارها ولكن محاولاتها للتكيف مع هذه الأدوار يؤدي إلى درجة الاحتراق.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس صراع الدور تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية (أكثر من 5 سنوات - أقل من 5 سنوات). تم التحقق من الفرضية عن طريق اختبار T-test والجدول رقم (12) التالي يوضح النتائج:

الجدول (12) الفروق في صراع الدور تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية

	الخبرة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	df	Sig2	القرار
صراع الأدوار كزوجة	أكثر من 5 سنوات	49	17.61	3.920	6.455	98	.000	دال
	أقل من 5 سنوات	51	13.67	1.883				
صراع الأدوار كمتطوعة	أكثر من 5 سنوات	49	23.55	2.102	4.310	98	.000	دال
	أقل من 5 سنوات	51	21.18	3.260				

صراع الأدوار كربة منزل	أكثر من 5 سنوات	49	25.08	2.499	8.806	98	.000	دال
	أقل من 5 سنوات	51	21.45	1.527				
صراع الأدوار كأم	أكثر من 5 سنوات	49	21.27	3.994	7.020	98	.000	دال
	أقل من 5 سنوات	51	16.31	3.010				
صراع الدوار بأدوارها الاجتماعية	أكثر من 5 سنوات	49	22.35	1.995	7.924	98	.000	دال
	أقل من 5 سنوات	51	18.98	2.240				
الدرجة الكلية	أكثر من 5 سنوات	49	109.86	10.066	11.452	98	.000	دال
	أقل من 5 سنوات	51	91.59	5.231				

بالنظر إلى قيمة ت بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس صراع الدور (11.452) وقيمة الدلالة الإحصائية (0.000) Sig (2- tailed) وهي أصغر من (0,05) وبناءً عليه يتم رفض الفرضية الصفرية أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس صراع الدور تعزى لمتغيّر مدة الخبرة المهنية وهذه الفروق تذهب لصالح الخبرة الأكثر من 5 سنوات نظراً لقيمة متوسطهم الأعلى.

وبالتدقيق بالأبعاد نجد أن قيم الدلالة الإحصائية جميعها أصغر من (0,05) مما يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد مقياس صراع الدور تعزى لمتغيّر مدة الخبرة المهنية وهذه الفروق تذهب لصالح الخبرة الأكثر من 5 سنوات نظراً لقيمة متوسطهم الأعلى في الأبعاد جميعها.

اتفقت هذ النتيجة مع نتيجة دراسة (أحمد، 2000) ودراسة(شند،2000) والتي أظهرت وجود فروق على مقياس صراع الأدوار لصالح الأكثر خبرة.

واختلفت هذه النتيجة عن نتيجة دراسة (الشراري، 2005) والتي أظهرت عدم وجود فروق على مقياس صراع الأدوار تبعاً لمتغير الخبرة المهنية.

تعزى الباحثة ذلك إلى أن مع تزايد سنوات العمل في مجال التطوع تزداد المسؤوليات والمهام والأعمال على عاتق المتطوع حيث تكثر المهام الموكلة له على عكس المتطوع حديث العمل حيث تكون لديه الخبرة القليلة وبحاجة التدريبات التي تؤهله للبدء في العمل، ومع تزايد هذه المسؤوليات في عملها يجعلها تعيش صراع أكبر بين مسؤولياتها الكثيرة في مجال عملها ومسؤولياتها داخل المنزل خاصةً تقدم الأبناء بالعمر وزيادة مطالبهم من جهة ومطالب الزوج من جهة أخرى وإن نسبة قليلة تستطيع التوفيق بين هذه الأدوار مما تضطر إلى إهمال بقية أدوارها.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية (أكثر من 5 سنوات - أقل من 5 سنوات).

تم التحقق من الفرضية عن طريق اختبار T-test والجدول رقم (13) التالي يوضح النتائج:

الجدول (13) الفروق في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير مدة الخبرة المهنية

	الخبرة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	df	Sig2	القرار
الإنهاك الانفعالي	أكثر من 5 سنوات	49	34.57	6.028	.432	98	.667	غير دال
	أقل من 5 سنوات	51	34.08	5.388				
تبلد المشاعر	أكثر من 5 سنوات	49	17.39	5.798	-.098-	98	.922	غير دال
	أقل من 5 سنوات	51	17.49	4.602				
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	أكثر من 5 سنوات	49	34.71	5.745	2.209	98	.030	دال
	أقل من 5 سنوات	51	31.82	7.227				
الدرجة الكلية	أكثر من 5 سنوات	49	86.67	8.076	2.380	98	.019	دال
	أقل من 5 سنوات	51	83.39	5.525				

بالنظر إلى قيمة ت بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي (2.380) وقيمة الدلالة الإحصائية Sig (2-tailed) (0.019) وهي أصغر من (0,05) وبناءً عليه يتم رفض الفرضية الصفرية أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي تعزى لمتغيّر مدة الخبرة المهنية، وهذه الفروق تذهب لصالح الخبرة الأكثر من 5 سنوات نظراً لقيمة متوسطهم الأعلى.

وبالتدقيق بالأبعاد نجد أن قيمة الدلالة الإحصائية في بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي أصغر من (0,05) مما يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي تعزى لمتغيّر مدة الخبرة المهنية وهذه الفروق تذهب لصالح الخبرة الأكثر من 5 سنوات نظراً لقيمة متوسطهم الأعلى، بينما لا توجد فروق في بعدي الإنهاك الانفعالي وتبلد المشاعر نظراً لقيم الدلالة الإحصائيّة التي كانت أكبر من (0.05).

اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (المرزوقي،2008) والتي أظهرت وجود فروق لصالح الأكثر خبرة.

اختلفت هذه النتيجة عن نتيجة دراسة كل من (النفيعي، 2000، باس ويلدريم، 2012) والتي أظهرت فروق لصالح الأقل خبرة.

تعزى الباحثة هذه النتيجة إن المتطوعات في السنوات الأولى من عملهن لم تستنفذ طاقتهم النفسية والبدنية فهن حديثات العمل، ويكون تعرضهن للاحتراق النفسي أقل من المتطوعات صاحبات الخبرة اللواتي تعرضن بشكل دائم ومستمر لضغوط العمل مع المستفيدين وخصوصاً

ما يقتضيه هذا العمل نمطاً خاصاً من التفاعل والخدمة والتفاني وبالتالي صاحبات الخبرة الأكثر هن الأكثر عرضة للاحتراق نتيجة تعرضهن للإحباط والضغوط المستمرة.

وتعزى الباحثة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد نقص الشعور بالإنجاز لصالح الأكثرية خبرة إلى أن المتطوعات الأكثرية خبرة لديهن حس الشعور بالمسؤولية وإصرارهن الدائم على تنفيذ العمل وإظهاره بأفضل صورة والاستماع إلى مشاكل المستفيدين وحمل همومهم محمل الجد والسعي الدائم لتقديم الخدمة المناسبة لهم والاستمرار بهذه المسؤولية والتفاني في عملهن على مدى طويل يؤدي بهن إلى استنفاذ طاقتهن النفسية والبدنية وعدم القدرة على العطاء مثل قبل وخاصةً عندما لا يجدن التقدير والحوافز المادية والمعنوية من قبل الإدارة.

- **مقترحات البحث:**

توصل البحث الحالي إلى مجموعة من المقترحات:

- إجراء المزيد من الدراسات حول الاحتراق وصراع الأدوار لدى فئات مختلفة من العاملين والعاملات.
- إجراء دراسات عن أساليب مواجهة الاحتراق النفسي وصراع الأدوار لدى عينة من المتطوعات وعينات آخرى.
- تقديم برنامج تدريبي حول الرعاية الذاتية للعاملين والعاملات بشكل مباشر مع الناس لتعزيز الرفاهية وإدارة الإجهاد والضغط الذي قد يكون نتيجة طبيعة العمل أو عوامل آخرى.
- اتباع أنشطة وطرائق مختلفة مثل التحفيز المادي أو المعنوي في بيئة العمل وبناء القدرات للمتطوعات لتنمية روح التعاون والانتماء لديهم مما يساعد على التقليل من الشعور بالاحتراق وصراع الأدوار ويقوي شعورهم بالإنجاز وينمي السمات الإيجابية في شخصيتهم.

قائمة المراجع

المراجع العربية

- أحمد، منال عبد الخالق جاب الله. (٢٠٠٣). صراع الدور وأخلاقيات التدريس لدى معلمي المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات الشخصية والمهنية. **مجلة كلية التربية ببنها**، جامعة الزقازيق، 6-11.
- باتشو، صالح.(2017).الاحتراق النفسي عند الطبيب المقيم.**(رسالة ماجستير)** ، الجزائر.
- بدران، منى. (1997). الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات. **(رسالة ماجستير)**، جامعة القاهرة، القاهرة.
- جعفر، فاكهة. (٢٠٠٢). صراع الدور وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى المرأة اليمنية العاملة. **(رسالة ماجستير غير منشورة)**، كلية الآداب، جامعة بغداد، اليمن.
- حرفوش، سميرة والفائز، نورة والرواف، منيرة. (1961). **تحديد الإحتياجات التدريبية للقوى العاملة النسائية السعودية في الأجهزة الحكومية**. الرياض: الإدارة العامة للمكتبات.
- الحسن، احسان محمد. (1999). **موسوعة علم الاجتماع**. ط1، بيروت: الدار العربية للموسوعات.
- حسن، راوية. (2003). **السلوك التنظيمي المعاصر**. الاسكندرية: كلية التجارة، الدار الجامعية.
- حسن، بركات حمزة. (2005). **علم النفس وديناميات الجماعة**. القاهرة: الدار للاستثمارات الثقافية.
- حسني، مصطفى. (١٩٩٢). صراع الأدوار وأثره على العمل الاجتماعي داخل النسق المدرسي. **المجلة التربوية**، ٦ (٢٤)، الكويت، مجلس النشر العلمي، ١٢٥ –١٤٤.
- حنفي، مدبولي كرم. (1989). **القياس والتقويم في التربية الحديثة**. دمشق: كلية التربية، منشورات جامعة دمشق.
- الخزرجي، سناء. (2010). الكفاية المهنية لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بالمكانة الاجتماعية. **(رسالة ماجستير غير منشورة)**، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.
- الخولي، هند محمود. (٢٠٠١). **عمل المرأة، ضوابطه ـ أحكامه ـ ثمراته دراسة فقهية مقارنة**. ط١، دمشق: دار الفارابي للمعارف.
- دواني، كمال والكيلاني، أنمار وعليان، خليل. (1986). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن، **المجلة التربوية**، 5 (19)، 273-253.
- الزبيدي، كامل علوان. (2003). **علم النفس الاجتماعي**. الأردن: دار الورقة.
- زهران، حامد عبد السلام. (2003). **دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي**. ط1، القاهرة: عالم المكتب.

- الشراري (٢٠٠٥م). عنوان الدراسة: "صراع الدور وعلاقته بالسلوك الإداري لمديري التربية والتعليم في المملكة العربية السعودية". (**أطروحة دكتوراة غير منشورة**)، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- شند، سميرة محمد.(2000). **الاضطرابات العصابية لدى المرأة العاملة**. مصر: زهراء الشرق
- عبيدات، ذوقان. (2003). **البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه**. الكويت: دار اشراقات للنشر والتوزيع.
- عسكر، علي وجامع، حسن والانصاري، محمد. (1986). مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي. **المجلة التربوية** 3 (10)، 9-43.
- عسكر، علي. (2003). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**. ط3، الكويت: دار الكتاب الحديث.
- عفيفي، جلال الدين محمد. (2003). **علم النفس الاجتماعي**. ط1، مصر: دار الميسرة للنشر.
- الفريوتي، محمد قاسم. (2000). **السلوك التنظيمي. دراسة السلوك الإنساني والفردي والجماعي في المنظمات المختلفة**. ط3، عمان: دار الشروق.
- القاضي، وحيد سميم. (2011). **دراسات في علم النفس**. ط1، عمان: دار افاق المعرفة للنشر.
-
- القذافي، رمضان محمد. (1998). الصحة النفسية والتوافق. ط3، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- المالح، حسان. (2000). **الطب النفسي والحياة، (**ج3). ط1، دمشق: دار الإشراقات.
- متوالي، عباس. (2000). الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمصر. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، المجلد (10)، العدد (26).
- المرزوقي، جاسم محمد. (2008). **الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في الإمارات العربية المتحدة في ضوء بعض المتغيرات**. الثقافة والتنمية، 154-196.
- المسيري، نوال علي خليل. (١٩٨٩). **المرأة والتغير الاجتماعي**. بحث مقدم الى ندوة حول المرأة في المجتمع العربي، كلية الآداب والتربية، جامعة قاريونس، بنغازي.
- نعامة، سليم. (١٩٨٤). **سيكولوجية المرأة العاملة**. ط١، بيروت: اضواء عربية للطباعة والنشر.
- النفيعي، ضيف الله. (2000). الاحتراق الوظيفي في المنظمات الحكومية الخدمية في محافظة جدة. **مجلة جامعة الملك عبد العزيز**، مجلد (14)، المملكة العربية السعودية، ص 55 – 88.
- الوقفي، راضي. (2003). **مقدمة في علم النفس**. ط3، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

المراجع الأجنبية

- Adekola, B.(2010). "Gender differences in the experience of work burnout among university staff", *African Journal of Business Management,South Africa*, Vol. 4, No. 6, pp: 886-889.
- Bakker, A.& Demerouti,E.(2007). The Job Demands Resources Moder, *Journal of Managerial Psychology*, Resource Management Vol.22, No.3,309-328
- Baş, G.& Yıldırım, A. (2012). An Analysis of Burnout in Turkish Elementary School Principals. *The International Journal of Educational Researchers*, 3 (3), 1-18.
- Bromberger, A. (1994) “Employment status and depressive symptoms in middle *“Journal of Public Heath*, Vol.84, No.2.
- Cunningham, W.G. (1982). *Teacher Burn out Stylish fad or proffer problem.* Planning & changing,12, p219-244.
- Heinemann, L.V & Heinemann, T. (2017). Burnout Research: Emergence and Scientific Investigation of a Contested Diagnosis, Article Sage Open. 1–12
- Kim, W. (1991). *Teacher Burnout*: Relations with stress, Personality, and Social Support Education, (19)1, 3-11.
- Freudenberger, (1975*), the staff bur nout in alternative institution psycho*, therapy theory research and practice.
- Maslach, S.E & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout*. Journal of Occupational Behavior*, (2) 99-11.

مقياس صراع الأدوار

عزيزتي المتطوعة

أضع بين يدك مجموعة من البنود. أرجو الإجابة عليها بكل صدق وموضوعية، الإجابة تكون بوضع إشارة (x) في الحقل الذي يعبر عن مدى مطابقة العبارة بالنسبة لوضعك، علماً أن الإجابات سيتم الاستفادة منها لأغراض البحث العلمي فقط. شكراً لتعاونكِ معنا.

معلومات عامة

مكان الإقامة ..... عدد سنوات التطوع.....

	العبارات	مطابقة تماماً	مطابقة بشكل كبير	مطابقة بشكل متوسط	مطابقة بشكل ضعيف	غير مطابقة تماماً
1	يصعب علي إيجاد الوقت لإنهاء عملي بسبب كثرة انشغالي					
2	مديري غير راضٍ عن أدائي لعملي					
3	كوني متطوعة اضطر لتأجيل الكثير من الأعمال المنزلية إلى العطلة الأسبوعية					
4	أجد صعوبة في إيجاد الوقت للذهاب إلى السوق وشراء الاحتياجات بسبب دوامي الطويل المجهد					
5	أتضايق عندما يقوم أحد بزيارتنا بسبب كثرة مشاغلي					
6	اختصر الكثيرمن الواجبات الاجتماعية					

	بسبب عملي حارج المنزل						
7	عملي أدى إلى انخفاض المستوى التحصيلي لأبنائي لعدم وجود وقت كافٍ لمتابعتهم						
8	أتمنى لو أترك عملي لأنه أثر سلباً في متابعتي لأبنائي						
9	أدى عملي إلى فتور في علاقتي مع زوجي						
10	يطالبني زوجي بترك عملي						
11	أتعب من عملي بسبب كثرة انشغالي بأعمالي المنزلية						
12	أصبحت أتعامل بعصبية مع زملائي بسبب كثرة الضغوط						
13	يؤثر أدائي لعملي على أدائي لبقية الأدوار						
14	أشعربالإرهاق في القيام بواجباتي المنزلية نتيجة عملي						
15	أصبحت علاقاتي مع الآخرين مقتصرة على أفراد أسرتي وزملائي في العمل						

16	أتعامل مع أبنائي يقسوة نتيجة ضغوط عملي					
17	يعاتبني زوجي على إهمالي له وكثرة انشغالي بسبب عملي خارج المنزل					
18	اجلس مع أبنائي لفترات قليلة نتيجة عملي					
19	أثر عملي سلباً في علاقاتي الاحتماعية مع صديقاتي وجاراتي					
20	أفكر بترك عملي لعدم قدرتي على القيام بأعمالي المنزلية					
21	كثرة مهامي أضعفت علاقاتي الجنسية بزوجي					
22	متابعة أمور أبنائي تؤثر سلباً في إنجاز عملي					
23	احتاج من يساعدني في أعمالي المنزلية بسبب ضيق وقتي					
24	عملي خارج المنزل سبب لي خلافات مع زوجي					
25	أثر عملي سلباً في أدائي لأعمالي الآخرى					

26	أتضايق لعدم قدرتي على التواصل مع أصدقائي بسبب ضيق وقتي						
27	وقتي منظم ومقسم بشكل جيد بين عملي ومنزلي						
28	أن عملي يؤثر سلباً على أدائي لواجباتي كأم تجاه أبنائي						

مقياس الاحتراق النفسي

عزيزتي المتطوعة

أضع بين يدك مجموعة من البنود. أرجو الإجابة عليها بكل صدق وموضوعية، الإجابة تكون بوضع إشارة (x) في الحقل الذي يعبر عن مدى مطابقة العبارة بالنسبة لوضعك، علماً أن الإجابات سيتم الاستفادة منها لأغراض البحث العلمي فقط. شكراً لتعاونكِ معنا.

معلومات عامة

مكان الإقامة ..... عدد سنوات التطوع.....

	العبارات	كل يوم تقريباً	بضع مرات في الأسبوع	مرة كل أسبوع	بضع مرات في الشهر	مرة في الشهر	بضع مرات في السنة	ابداً
1	أشعر بالتوتر والإجهاد في عملي							
2	أشعر بأنني استهلكت كامل طاقتي في نهاية يوم عملي							
3	أشعر بالتعب عند الاستيقاظ صباحاً وعليَّ مواصلة عملي مجدداً							
4	يشكل العمل مع الناس ضغطاً بالنسبة لي							
5	أشعر بالإحباط بسبب عملي							
6	أشعر بأنني							

	أعمل بجد في عملي								
7	أشعر وكأنني في نهاية مسار عملي التطوعي								
8	أشعر أنني أعامل بعض المستفيدين كما لو أنهم مجرد أرقام								
9	أصبحت أكثر قسوة تجاه الناس منذ بداية عملي								
10	ينتابني القلق من أن يجعلني عملي قاسي الطباع								
11	لا أهتم بما يحدث لبعض المستفيدين								
12	أشعر وكأن المستفيدين يحملوني عبء مشاكلهم								
13	غير راضٍ حول طريقة تعاملي مع بعض المستفيدين								
14	أتعاطف								

	وجدانياً مع مشاكل المستفيدين								
15	أشعر بأنني متشابه مع المستفيدين بنواح كثيرة								
16	يمكنني بسهولة معرفة مشاعر المستفيدين تجاه الأحداث التي يمرون بها								
17	يمكنني التعامل بفاعلية مع مشاكل المستفيدين لدي								
18	أشعر بأنني أؤثر بشكل إيجابي في الآخرين								
19	أشعر بنشاط شديد في عملي								
20	يمكنني بسهولة خلق جو من المرح مع المستفيدين								
21	أشعر بالسرور بعد العمل مع المستفيدين								
22	أنجزت العديد من الأشياء								

	القيمة في هذه الوظيفة								

الوحدة النفسية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية العامة في مدينة حمص

طالبة الماجستير: مرح سلوم كلية التربية – جامعة البعث
اشراف الدكتورة: سوسن الشيخ محمود

ملخص البحث:

يهدف البحث الى تعرف علاقة الوحدة النفسية بالقلق الاجتماعي لدى أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية وتعرف الفروق في كل من (الوحدة النفسية، والقلق الاجتماعي) لدى أفراد عينة البحث وفقاً لمتغير النوع، وقد شمل مجتمع البحث مجموعة طلاب من أبناء الشهداء في المدارس الثانوية في مدينة حمص وقد تم سحب عينة البحث بطريقة قصدية، وقد بلغ عددها 232 طالباً وطالبة.

وتم استخدام أداتي البحث وهما: مقياس الوحدة النفسية لـ (راسيل،1992)، ومقياس القلق الاجتماعي لـ (الحمد وآخرين،2016). وتم التأكد من صدقهما وثباتهما بالوسائل المناسبة.

- بينت نتائج البحث أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية والقلق الاجتماعي.
- بينت النتائج أيضاً أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية لدى أفراد عينة البحث وفقا لمتغير النوع، وهذه الفروق لصالح الإناث.
- كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي وفقاً لمتغير النوع.

الكلمات المفتاحية: الوحدة النفسية- القلق الاجتماعي- أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية.

Psychological loneliness and its relationship to social anxiety among the sons of martyrs of high school students in the city of Homs

The research Summary in English

The research aims to know the relationship of psychological loneliness with social anxiety among the sons of martyrs of secondary school students and to know the differences in each of (psychological loneliness and social anxiety) among the members of the research sample according to the gender variable, and the research community was included a group of males and females students from the sons of martyrs in secondary schools In the city of Homs, the research sample was drawn intentionally, and its number reached 232 students.

The two research tools were used: the Psychological Unity Scale and the Social Anxiety Scale, and their validity and reliability were confirmed by appropriate means.

-The results of the research showed that there is a positive, statistically significant correlation between loneliness, tempering and social anxiety.

- The results also showed that there are statistically significant differences in psychological unity among the members of the research sample according to the gender variable, and these differences are in favour of females.

- The results also showed that there were no statistically significant differences in social anxiety according to the gender variable.

Keywords: psychological loneliness - social anxiety - sons of martyrs of secondary school students.

أولاً- مقدمة البحث:

نواجه في عصرنا الحالي العديد من المشكلات والصعوبات على كافة الأصعدة الثقافية والاجتماعية والعلمية والاقتصادية .... تسبّب لنا التوتر وتجعلنا تائهين غير قادرين على التصرف بحكمة وتعقّل. حيث أن بعض الأفراد قد يصبحون عاجزين عن السلوك الصحيح أمام تلك الصعوبات الأمر الذي يجعل الفرد فريسة لضروب شتّى من الاضطرابات النفسية التي تهدد صحته النفسية والجسدية بشكل عام.

وتعتبر الوحدة النفسية إحدى المشكلات التي قد تواجه الفرد في مراحل حياته المختلفة والتي لها من الآثار السلبية ما يجعلها تعرقل حياة الفرد وتهدد توافقه النفسي والاجتماعي.

حيث أن الوحدة النفسية تمثل حالة يختبرها الفرد تنشأ أساساً عن قصور في علاقاته مع الآخرين مما يجعله يشعر بالألم والمعاناة بسبب إحساسه بالإهمال وعدم التقبل من قبل الآخرين.

وتبرز أهمية دراسة الوحدة النفسية من كونها تمثل خبرة غير اعتيادية وخطيرة تدل على عدم التوافق مع وجود صعوبة الاندماج الاجتماعي على الرغم من وجود الفرد ضمن جماعة وانتمائه إليها. وكما يرى جلاسر فإن شعور الفرد بالحب هو من أسس الاندماج الشخصي والاجتماعي في حياة الفرد، وعلى اعتبار أن الأسرة هي الجماعة الأولى في حياة الفرد، فإن ما تقدمه من حب ودفء لأبنائها له الأثر الكبير عليهم نفسياً وانفعالياً واجتماعياً، خاصة في مرحلة المراهقة التي حظيت باهتمام الباحثين بشكل عام نظراً لحساسيتها. يعدّ الإنسان بطبيعته كائناً اجتماعياً يعيش ويقضي معظم وقته في جماعة يؤثر فيها ويتأثّر بها. وتعتبر حاجته للجماعة، والانتماء لها من أهم الحاجات الأساسية التي تلح في الإشباع، وتدفع الشخص إلى الارتباط بجماعة أو أكثر يحبها وتحبه، ويجد عندها الأمن والتقدير والاطمئنان، والمكانة الاجتماعية. ولكن وجود المواقف التي تحول دون إشباع هذه الحاجة، وتجعله يشعر بنقص في علاقاته الاجتماعية، واتصالاته مع الآخرين، يجعله يعيش خبرة مؤلمة تتمثل بشعوره بالوحدة النفسية التي يترتب عليها كثير من مشاعر الضيق، والتوتر، وانعدام الثقة بالذات، وسوء التكيف النفسي والاجتماعي, وبالتالي يصبح عرضةً للإصابة بالاضطرابات النفسية ولاسيما القلق الذي يعدّ محوراً اساسياً في الدراسات النفسية وخاصة في فترة المراهقة التي يكون فيها الفرد متأثراً بما يجري حوله ويتعرض للكثير من الصراعات والتحديات مع محيطه الاجتماعي مما يجعله قلقاً من الناحية الاجتماعية, فالسمة المميزة للقلق الاجتماعي تتمثل في الخوف غير الواقعي من التقييم السلبي لسلوك من قبل الآخرين والتشويه الإدراكي للمواقف الاجتماعية (رضوان، 2001, 47).لذلك قد يتأثر المراهقون بشكل كبير في نظرة الأخرين لهم ويعانون من عدم فهم الآخرين لهم بالشكل الذي يريدونه هم(حسن والجمالي،2003, 196) .وقد أكدت عدة دراسات تأثر المراهق بالتوافق النفسي والاجتماعي ما يولّد شعوراً بالوحدة النفسية ومنها دراسة (حدواس، 2013) وهذا ما دفع الباحثة إلى دراسة الوحدة النفسية في فترة عمرية هامة في حياة الانسان وهي المرحلة الثانوية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لديهم.

ثانياً- مشكلة البحث:

في الآونة الأخيرة وفي ظل الحرب التي تعيشها بلادنا أصبحت الكثير من الاسر فاقدة للاب وهذا التغير في هيكلية الاسرة في حال وفاة أحد الوالدين فإنه قد يؤدي لتغيرات اجتماعية ونفسية في حياة الأبناء بما فيها من نتائج سلبية على حياتهم بمختلف جوانبها وهذا الفقد قد يؤثر في أنماط حياتهم وسلوكياتهم سواء بشكل مباشر أو غير مباشر ويمثل تهديدا لنمو الفرد قد يكون بداية للعديد من المشكلات الانفعالية والسلوكية التي تتباين أنواعها وأعراضها من الشعور بالحزن وقلق وعدوان واحساس بعدم الراحة النفسية. وتعتبر الوحدة النفسية إحدى المشكلات التي من الممكن أن يكون المراهق المحروم من الاب عرضة لها خاصة وأنه قد فقد سندا ومثلا أعلى في حياته.، ومما يؤكد ذلك دراسة عريف (2012) التي تمت على عينة من المراهقات وكانت نتيجتها أن المراهقات المحرومات من آبائهن يعانون من العزلة الاجتماعية. حيث تعتبر الوحدة النفسية من اهم المشكلات في حياة الإنسان اليوم إذ أنها البداية لمشكلات كثيرة يعاني منها يأتي في مقدمتها فقدان الشعور بالسعادة والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمية. ويعدّ الشعور بالوحدة النفسية من أهم المشكلات في حياة الإنسان اليوم، إذ أنها البداية لمشكلات كثيرة يعاني منها، يأتي في مقدمتها فقدان الشعور بالسعادة، وكراهية الذات، والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمية.

وانطلاقا من كون الشعور بالوحدة النفسية يعتبر خبرة عامة وشائعة أثناء فترة المراهقة بصفة خاصة والتي تعتبر من أهم المراحل العمرية في حياة الإنسان فهي مرحلة انتقالية بين الطفولة والشباب، ونظراً لأن الفرد في مرحلة المراهقة يتعرض لتغيرات كثيرة يمتد تأثيرها على شخصيته، وتكيفه مع بيئته، وكذلك تتعدد حاجاته، حيث تظهر حاجات تعد أساسية كالحاجة إلى الاستقلال، وتوكيد الذات، وغيرها من الحاجات التي تؤدي في حال عدم إشباعها إلى العديد من المشكلات النفسية، وأهمها الوحدة. وقد يصيب المراهق حالة من القلق بشكل عام، ولاسيما القلق من المواقف الاجتماعية التي قد يتجنبها خاصة عندما يكون من الذين فقدوا آبائهم وأسرهم. وقد أكدت العديد من الدراسات وجود علاقة بين شعور الفرد بالوحدة وعدم الطمأنينة ومنها دراسة (Epkins, 2007) ودراسة (الحدواس، 2013) .

فالحرمان من العطف الأبوي يعطي مؤشرا أن الفرد سيتعرض إلى الحرمان من الخبرة الاجتماعية وحدوث نقص فيها إضافة للآثار المترتبة على السلوك التكيفي له ،حيث أيدت هذا الرأي دراسات عربية منها دراسة (إبراهيم 1986) التي بينت سوء التوافق الاجتماعي والنفسي للأفراد فاقدي الأب مقارنة بالأفراد الذين يعيشون مع والديهم.

مما تقدم تبين لنا أن للوحدة النفسية آثارا على مختلف جوانب حياة الفرد وخاصة المراهق ، و أن القلق الاجتماعي يؤثر بشكل سلبي في مجمل نشاطات الفرد وتكيفه مع محيطه. لذلك أولت الباحثة اهتماما بدراسة هذه المتغيرات مع بعضها نظرا لأهميتها ولقلة الدراسات التي تناولتها لدى هذه الفئة العمرية الهامة وخاصة المراهقين من أبناء الشهداء، والتي تعدّ فئة ليست بالقليلة تأثرت بشكل كبير من الناحية النفسية, لذلك تتحد مشكلة البحث بالسؤال الآتي:

ما علاقة الوحدة النفسية بالقلق الاجتماعي لدى أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية العامة في مدينة حمص؟

ثالثاً- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى ما يأتي:

- تعرف العلاقة بين الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي لدى أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية العامة في مدينة حمص.
- دراسة الفروق في الوحدة النفسية بين أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية وفقاً لمتغير النوع.
- دراسة الفروق في القلق الاجتماعي بين أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية وفقاً لمتغير النوع.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في النقاط الآتية:

- أهمية موضوع البحث المتمثل بقياس العلاقة بين الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي لدى أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية.
- أهمية العينة المستهدفة وهي أبناء الشهداء، حيث ينبغي تسليط الضوء على هذه الفئة من المجتمع، ولاسيما في ظل الوضع الراهن.
- أهمية النتائج التي يمكن التوصل إليها، حيث يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي في إعداد برامج إرشادية لخفض الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي لدى أبناء الشهداء.

رابعاً- مصطلحات البحث والتعريفات الاجرائية:

1- الوحدة النفسية: خبرة مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة فقدان الحب والاهتمام من الآخرين، أو لإحساسه بأنه ليس على قرب نفسي من الآخرين، وتظهر هذه الخبرة عند تقييمه لعلاقاته بهم، خاصة في وقت الحاجة إليهم(الحويلة، 2017، 335).

أيضاً تعرف الوحدة النفسية بأنها: تجربة غير سارة تحدث عندما تكون شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد ناقصة بطريقة ما(Panda, 2016, 2349)، أو تكون هذه العلاقات غير حميمية وتفتقر إلى العواطف والصدق(Bhagchandan, 2017, 60).

وتعرف الباحثة الوحدة النفسية بأنها: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية.

2- أبناء الشهداء من طلاب المرحلة الثانوية: هم الطلبة الدارسون في مدارس التعليم الثانوي الرسمية في مدينة حمص للعام الدراسي(2020- 2021) من أبناء الشهداء المسجلين في مديرية التربية، والذين تتراوح أعمارهم بين (15- 18 سنة).

3- القلق الاجتماعي: هو وصف لحال مرضية تتكون من شعور بالقلق والتوتر في المناسبات الاجتماعية أو عند التعرض للتركيز من قبل مجموعة من الناس كالاضطرار إلى إلقاء كلمة أمام جمع أو القيام بالواجبات الاجتماعية أو مقابلة الضيوف, وقد تمتد هذه الحالة لتجنب المجتمعات عموماً(حجازي, 2013, 8).

وتعرّفه الباحثة إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي.

خامساً- فرضيات البحث:

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس

الوحدة النفسية، ودرجاتهم على مقياس القلق الاجتماعي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية تبعاً لمتغير النوع(ذكور، إناث).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير النوع(ذكور، إناث).

سادساً- الإطار النظري:

- مفهوم الوحدة النفسية:

يمكن توضيح هذا المفهوم في مجال اللغة، ومن وجهة نظر علماء النفس، وعلماء الاجتماع وفق ما يأتي:

1- في معاجم اللغة العربية: إن الوحدة تعني الانفراد، والرجل الوحيد يُقصَد به الرجل المنفرد بنفسه، أيضاً إن الوحدة تعني الانفراد بمعنى التوحش.

2- في المعاجم الأجنبية: تشير الوحدة النسية إلى حالة الإنسان المستبعد من الداخل، وكأنه يتحاور إلى ما لانهاية مع سكون الموتى، فهو محكوم عليه بالحوار من جانب واحد(مرعي، 2008، 15).

3- في مجال علم النفس: يعتبر الشخص وحيداً عندما يعي أو يشعر بعزلته في وحدته، ويبدو مكتئباً أو مهموماً من جراء إحساسه بالوحدة، ويترتب على هذا الإحساس أن ينأى الفرد بنفسه، أو يبتعد عن المجتمع ويبدو بلا رفيق أو صديق(شيبي، 2007، 13).

4- في مجال علم الاجتماع: تعرّف الوحدة النفسية على أنها خبرة ذاتية لدى الفرد لنا تسببه من ألم داخلي، ونفسي، وذلك نتيجة تقييم معرفي خاطئ، وغياب أو خلل في علاقاته الاجتماعية، مما يؤثر على صحته النفسية والجسدية كإصابته بالقلق، وسوء التوافق النفسي والاجتماعي(علي، 2012، 29).

- أبعاد ومكونات الوحدة النفسية:

تتعدد أبعاد ومكونات الشعور بالوحدة النفسية، وفيما يأتي عرض لهذه الأبعاد:

1- اغتراب الذات: وهو شعور الفرد بالفراغ الداخلي، والانفصال عن الآخرين، واغتراب الفرد عن نفسه وهويته، والحط من قدر الذات، أو هو حالة نفسية يعاني منها الفرد ويشعر معها بعدة الصلة بالواقع المعاش، والبعد بين الفرد والآخرين على الصعيدين الأسري والاجتماعي، بحيث يؤدي بالفرد إلى الانفصال، وركونه للعزلة والانطواء وتحقير الذات، وذلك لعدم الشعور بأهمية ما يقوم به من أعمال، ومن ثم فإن حياته نوع من الهراء(الغريري، 2013، 197).

2- العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة: ويتمثل ذلك في مشاعر كون الفرد وحيداً انفعالياً وجغرافياً واجتماعياً، وشعور الفرد بعدم الانتماء في العلاقات ذات المعنى لديه حيث يتكون العنصر الأخير من غياب المودة، وإدراك الفرد للغياب الاجتماعي، والشعور بالخذلان والهجر(بن دهنون، 2017، 37).

3- ألم/صراع خفيف: وتتمثل في الهيجان الداخلي، والتوازن الانفعالي للفرد وسرعة الحساسية، والغضب، وفقدان القدرة على الدفاع والارتباك والاضطراب واللامبالاة الذي يستهدف أهم الأفراد الشاعرون بالوحدة النفسية.

4- ردود الأفعال الموجعة الضاغطة: ويتكون ذلك نتيجة مزيد من الألم والمعاناة من الخبرة المعاشة للشعور بالوحدة النفسية، والمتضمنة للاضطراب والألم الذي يعايشه الأفراد الشاعرين بالوحدة النفسية(مرعي، 2008، 20).

كما وضع ويس (Weiss) ثلاثة أبعاد أساسية لخبرة الشعور بالوحدة النفسية وهي:

1- بعد العاطفة: حيث الأفراد دائماً إلى الصداقة العاطفية الحميمة من الأشخاص المقربين، وإلى التأييد الاجتماعي. ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة لفقد الفرد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين.

2- بعد فقدان الأمل (اليأس أو الإحباط): وهو شعور الفرد بالقلق المرتفع، والضغط النفسي عند التوقع لاحتياجات لا تتحقق مما يولد الشعور بالوحدة النفسية.

3- بعد المظاهر الاجتماعية: وهي أن شعور الفرد بالوحدة النفسية يقف حائلاً أمام تكوين الصداقات مع الآخرين، مما يولد الشعور بالاكتئاب، ويجعل الفرد مستهدفاً للإدمان، وانحراف المراهقين وسلوكهم سلوكاً يتّسم بالعنف والعدوان(مراكشي، 2014، 89).

أما عن أبعاد الوحدة النفسية حسب قشقوش فإنها أربعة أبعاد أساسية هي:

1- إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التودد والتقبل والتواد والحب من قبل الآخرين.

2- إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط يصاحبها، أو يترتب عليها فقدان الثقة بالآخرين.

3- معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية، كالإحساس بالملل، وانعدام القدرة على تركيز الانتباه، والاستغراق في أحلام اليقظة.

4- إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراطه في علاقات مشبعة مثمرة مع الآخرين (شيبي، 2007، 20).

وبالإضافة إلى الأبعاد السابقة يضيف مقلد (2000) بعداً للوحدة النفسية هو: شعور الفرد بالخوف وعدم الثقة بالنفس، حيث يعاني الوحيد نفسياً من الشعور بالخوف، وفقدان الثقة بالنفس، وهذا ما تؤكده الدراسات والبحوث التي أُجريت في مجال الوحدة النفسية، وتُكتَسب الكثير من المخاوف في سن مبكرة كاستجابة للمواقف التي يشعر فيها الطفل بعدم الحماية، إلا أنه من كثرة المخاوف يتجلى في فقدان الثقة بالنفس، والقلق، والشعور بعدم الأمن النفسي(اليحيائي، 2013، 81).

- أنواع أو أشكال الشعور بالوحدة النفسية:

تعددت أشكال وصور الشعور بالوحدة النفسية، واختلف العلماء فيما بينهم بخصوص صورها وأشكالها. ومن بين هذه التصنيفات ما يأتي:

1- تصنيف ويس (Weiss): ميّز بين شكلين من أشكال الوحدة النفسية هما:

أ- الوحدة النفسية العاطفية: تنشأ جراء الافتقار إلى صلة حميمية وثيقة بشخص آخر، كذلك فقدان العلاقات الودودة والحميمية بشخص معين كالوالدين أو شريك يشاطر الشخص تجاربه العاطفية.

ب- الوحدة الاجتماعية: وتنشأ من غياب شبكة العلاقات الاجتماعية المشبعة، أو كنتيجة ثانوية لفقدان شخص عزيز مما يؤدي إلى عزلة وجدانية (عدم الانغماس مع زملاء العمل أو الأقارب) (بن دهنون وماحي، 2014، 74 ؛ الشبؤون، 2013، 26).

2- تصنيف يونج (Young): ميّز بين ثلاثة أنواع للوحدة وهي:

أ- الوحدة النفسية العابرة: والتي تتضمن فترات من الوحدة على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق والمواءمة (الغريري، 2013، 198).

ب- الوحدة النفسية التحولية: وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب، ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثاً نتيجة لبعض الظروف المستجدة، كالطلاق، أو وفاة شخص عزيز (خوج، 2002، 22).

ت- الوحدة النفسية المزمنة: ويتميز المصابين بها بعدم قدرتهم على تطوير الرضا عن شبكة العلاقات الاجتماعية التي يملكونها، وقد تستمر لعدة سنوات (ملحم، 2010، 637).

3- تصنيف قشقوش: قدم قشقوش تصنيفاً مبنياً أساساً على تصنيف ويس، ويتضمن ثلاثة أشكال للوحدة النفسية هي:

أ- الوحدة النفسية الأولية: توصف بأنها سمة سائدة أو منتشرة في الشخصية، أو بأنها اضطراب في إحدى سمات الشخصية، وهي ترتبط أو تصاحب في الحالتين بالانسحاب الانفعالي عن الآخرين. وهناك منحيين في تفسير مقدمات الإحساس بالوحدة النفسية الأولية:

1- المنحنى النمائي: حيث أن اضطراب التفاعل الاجتماعي يعزى إلى وجود تباطؤ، أو تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية.

2- المنحنى النفسي الاجتماعي: وتعزى أسبابه إلى وجود عجز، أو قصور في الوظائف التي تحكم عملية التفاعلات المتبادلة(الدليم، 2005، 334).

ب- الوحدة النفسية الثانوية: وتتمثل في حرمان الفرد من العلاقات العاطفية والحميمية، ويحدث فجأة استجابة من جانب الفرد لحرمان مفاجئ يطرأ في حياته من أفراد آخرين يعدّهم ذوي أهمية لديه، ويظهر هذا الشكل عقب حدوث مواقف في حياة الفرد كالطلاق والترمل، وتمزّق أو تصدع علاقات الحب، والحنين إلى الأسرة والوطن(مراكشي، 2014، 93- 94).

ت- الوحدة النفسية الوجودية:

يعد هذا الشكل من أشكال الوحدة النفسية أوسع مما يتضمنه أي من الشكلين السابقين، وينظر إليها على أنها حالة إنسانية طبيعية وحتمية يتعذر الهروب منها، وأن الإنسان يتفرد ويتمايز عن الكائنات الأخرى لأنه يعي ذاته، ويستطيع أن يتخذ مواقف وقرارات واختيارات، وخوف الإنسان من المسؤولية يجعله واعياً بانفصاله، وتمايزه عن الكائنات، وهذا يجبره على أن يهرب من تمايزه، مما يترتب عليه في النهاية أن يفقد هويته أو كينونته إلى درجة قد يصبح معها غريباً أو مغترباً عن ذاته وعن رفاقه من بني الإنسان(اليحيائي، 2013، 76- 77)

- مظاهر أو خصائص الشعور بالوحدة النفسية:

تتعدد مظاهر الشعور بالوحدة النفسية وأهمها ما يأتي:

1- الرغبة في شخص ما: وهو الرغبة في الحصول على شخص ما يشاركنا تفكيرنا وشعورنا، شخص يهتم ويعتني بنا، شخص نحبه ويحبنا.
2- البكاء: الألم عادة ما يتلازم مع الدموع، ومن أجل ذلك فإن الوحدة النفسية أيضاً تتلازم مع الدموع.

3- المشاعر الخفية: بعض الأفراد الوحيدين يتدبرون مع الوحدة النفسية من خلال إخفاء مشاعرهم، فالبعض يخاف من البوح بمشاعره إذ اعتقد أنه يسبب له السخرية أو الرفض، ويخفي الكشف عن أي إشارة للضعف من الوحدة النفسية(العمري، 2016، 50- 51).

4- البلادة والخمول: تترافق الوحدة النفسية أيضاً مع فترة خمول مثل: المكوث في الفراش، والتفكير، التقوقع، وخلال فترة الخمول هذه يكون الأفراد المنعزلون غارقين في أفكارهم، إما يحلمون في صديق يكون كاملاً، أو يفكرون في أشياء أخرى تستحوذ على أفكارهم.

5- الانسحاب والاستغراق في أحلام اليقظة.

6- الانتحار: حيث يفكر البعض بأن الموت هو الطريق الوحيد للهروب من الوحدة النفسية.

7- التديّن: وهو طريق من طرق التعاطي مع الوحدة النفسية، حيث يشعر البعض بأن الدين هو علاج ناجح لقهر وحدتهم النفسية.

8- النوم: يستخدم البعض النوم كوسيلة للهروب من الوحدة النفسية، حيث يأملون بغد أفضل مما كانو عليه سابقاً(محمد ومحمد، 2019، 48- 49).

وهناك أيضاً:

9- اليأس بمعنى الشعور بالإحباط والعجز.

10- الاكتئاب.

11- الضجر وعدم الصبر.

12- احتقار وانتقاص الذات(اليحيائي، 2013، 81- 82).

أيضاً إن الشعور بالوحدة النفسية يترافق مع الخجل، والانخفاض في تقدير الذات والغربة، ويواكبه شعور بعدم الرضا عن الحياة والرفض من الآخرين، ويظهر على الأفراد الذين يشعرون بالوحدة ميلهم إلى الإكثار من الحديث عن أنفسهم، وسرعة التنقل في موضوعات الحديث، ويسألون أقل مما يفعله الآخرون(عابد، 2008، 23)، وكذلك شعور الفرد بالإهمال وعدم تقدير الآخرين له، والابتعاد عن الآخرين وعدم الانسجام معهم، والعجز عن إقامة علاقات اجتماعية قوية مع الآخرين(زقوت، 2011، 88).

وهناك أيضاً من صنّف المظاهر التي ترتبط بالشعور بالوحدة النفسية في ثلاث فئات هي الآتية:

1- مظاهر شخصية: مثل: عدم الشعور بالأمن، الغربة، عدم الأهمية، عدم الجاذبية، ضعف مفهوم الذات، والخجل ونقص تقييم الذات.

2- مظاهر نفسجسمية (سيكوسوماتية): الصداع، القيء، فقدان الشهية، اضطراب النوم.

3- مظاهر اجتماعية: عدم القدرة على الدخول في شبكة العلاقات الاجتماعية، عدم القدرة على التواصل مع الآخرين، الشعور بالعجز إزاء المواقف الاجتماعية، نقص المهارات الاجتماعية التي تسهل له الاندماج في المجتمع(خوري، 2019، 40).

- أسباب الشعور بالوحدة النفسية:

هناك مجموعة من الأسباب وراء الشعور بالوحدة النفسية بعضها يعود لطبيعة الأشخاص أنفسهم، ويعود البعض الآخر إلى اضطرابات كمية أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية، وبذلك يمكننا تصنيفها في فئتين:

1- **أسباب تتصل بالمواقف أو البيئة الاجتماعية:** وهي تركز على النواقص أو المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة باعتبارها أسباباً مؤدية للوحدة، فمن الواضح أن مواقف معينة كالانتقال إلى مدينة أخرى أو العيش في بيئة منعزلة جغرافياً تعتبر من العوامل التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية(بن عمر، 2015، 36).

2- **أسباب تتصل بالفروق الفردية أو ما يعرف بمجموعة الخصائص:** فالفروق الفردية قد تؤثر في إدراك الفرد للموقف، فالناس يختلفون في الدرجة التي يشعر بها أنهم لا يتلقون مساعدة من أحد وغير مُعتنَى بهم، وأنهم وحيدون في استجابات لحالة اجتماعية معينة(علي، 2012، 39).

كما أن هناك مسببات أخرى مثل عدم قدرة الفرد على تحقيق إمكانياته، وعدم وضوح المستقبل بالنسبة له، وعدم كفاية نظام المساندة الاجتماعية، والتغيرات الطارئة في حياة الفرد (التقاعد)، وكذلك الأمراض الجسمية المزمنة، كما توجد خصائص نفسية خاصة بالفرد مثل: الخجل، وانخفاض تقدير الذات(زقوت، 2011، 82- 83).

وهناك تفسير أكثر دقة لأسباب الشعور بالوحدة النفسية هو تصنيفها كما يأتي:

1- **العوامل الذاتية:** وهي العوامل التي تتعلق بخصائص وسمات الشخصية، حيث يتعرض الأشخاص الذين يتسمون بالانطواء إلى العزلة بدرجة أعلى ويؤدي هذا الشعور إلى الشعور بالوحدة، كما يؤدي نقص الاتصال الاجتماعي إلى الشعور بالوحدة، وكذا انخفاض مفهوم الذات أو الأشخاص الذين لا يتمتعون بمهارات اجتماعية كافية(زقوت، 2011، 84- 85 ؛ عابد، 2008، 19- 20).

2- العوامل الموقفية: تلعب هذه العوامل دوراً في الإخلال في شبكة العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية، مثل: إنهاء علاقات عاطفية حميمية، والانفصال الجسدي عن الأسرة والأصدقاء، والتغيرات في المكانة بالنقل والترقية، خفض نوعي لعلاقة موجودة.

وكذلك هناك أسباب مرتبطة بالتطور والتقدم التكنولوجي، وهناك أيضاً أسباب مرتبطة بالأسرة، وأسباب مرتبطة بجانب الاتصال نلاحظها في إخفاق الفرد في إمكانية الانخراط في عملية التواصل الشخصي والاجتماعي السوي(بن عمر، 2015، 41)، وبناء عليها يمكن أن تنتظم اسباب الشعور بالوحدة النفسية في ما يأتي:

1- أسباب بيولوجية: حيث أن هناك أفراد لهم تركيبات جينية معينة عندما يحدث لهم ظروف غير مناسبة أو مضادة للتوازن، فإن الاستعدادات الجينية قد تؤدي للشعور بالوحدة النفسية. ولقد أثبت علماء النفس العصبي الذين يركزون على العوامل البيولوجية أن الشعور بالوحدة النفسية يتشكل وراثياً، أو على الأقل تلعب العوامل الوراثية دوراً في الإصابة به.

2- أسباب بيئية: فقد أثبتت الدراسات أن الأشخاص الذين يتعاملون مع التقدم الحضاري والتكنولوجي ووسائل الاتصالات أكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية.

3- أسباب اجتماعية: وتنقسم إلى:

أ- السمات الشخصية، مثل: نقص تقدير الذات، الخجل، نقص المهارات الاجتماعية، الأمر الذي يدفع الشخص لتجنب الدخول في علاقات اجتماعية مع الآخرين.

ب- الإطار الأسري للفرد، مثل: مستوى تعليم الوالدين، الدخل، شبكة العلاقات الأسرية(خوري، 2019، 38).

أيضاً يمكن أن يرجع الشعور بالوحدة النفسية إلى مصدر خوف في الماضي، فتتبدل مخاوف الطفولة بمخاوف جديدة تظهر في سن المراهقة، وهي خبرات أكثر اتصالاً بخبراته الناضجة كالخوف من الوحدة، أو الخوف من الغرباء، أو من المواقف الاجتماعية التي قد يتعرض لها(شيبي، 2007، 26).

- أضرار الوحدة النفسية:

إن الوحدة النفسية تمثل أزمة عميقة تهدد كيان الأفراد، وأمنهم، واستقرارهم الداخلي، فيختل توازنهم النفسي نتيجة لانهيار توافقهم الاجتماعي. وأهم أضرار الشعور بالوحدة النفسية ما يأتي:

1- تؤثر الوحدة النفسية على قدرات التفكير الابتكاري للأفراد.

2- تؤثر على الثقة بالنفس والشعور بالسعادة.

3- تؤدي إلى الاكتئاب والاغتراب والحزن، والحاجة إلى الألفة الاجتماعية، واللامبالاة، والتبلد العاطفي.
4- تسبب القلق والملل النفسي، وكراهية الذات، وفقدان المهارات.
55- فقدان معنى الحياة، والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمية ومستقرة مع الآخرين، وفقدان خاصية التواصل العاطفي(بن دهنون، 2017، 46- 47).

- النظريات المفسرة للوحدة النفسية:

تعددت النظريات المفسرة للشعور بالوحدة النفسية، ومن هذه النظريات ما أتي:

1- نظرية التحليل النفسي: يرجع أصحاب هذه النظرية أسباب الشعور بالوحدة النفسية إلى الخبرات المرتبطة بمرحلة الطفولة المبكرة(مريم والشمسان، 2017، 572)، فالأطفال الذين تنقصهم المهارات الاجتماعية بسبب التفاعل الخاطئ مع والديهم أثناء الطفولة، يكون من الصعب أن يكون لديهم أصدقاء فيما بعد، وقد تؤدي عدم قدرة الفرد على إشباع الحاجة إلى الألفة قبل مرحلة المراهقة إلى الوحدة النفسية(مرعي، 2002، 26).

أي أن أصحاب هذه النظرية يميلون إلى رؤية الوحدة النفسية على أنها ذات خصائص مرضية، ويرجعونها إلى التأثيرات المبكرة التي مرّ بها الفرد في مرحلة الطفولة(لزرقي، 2017، 9).

2- **النظرية الظاهرية:** ينشأ الشعور بالوحدة النفسية حسب هذه النظرية من التناقض بين حقيقة الذات الداخلية للفرد، والذات الواضحة للآخرين(مريم والشمسان، 2017، 572). وبعبارة أخرى، تنشأ الوحدة النفسية عندما تفشل دفاعات الفرد في الاتصال بالذات الداخلية، كما أن اعتقاد الفرد أن ذاته الحقيقية غير محبوبة تجعله منغلقاً في وحدته، لأن الخوف من الرفض يقوده إلى الإصرار على الظهور بالمظهر الاجتماعي الكاذب، وذلك لاستمرار الشعور بالفراغ.

أي أن الوحدة النفسية هي تمثيل للتوافق السيء، وإن سببها يقوم داخل الفرد متمثّلاً في التناقض الظاهري لمفهوم الفرد عن ذاته(مرعي، 2002، 26-27).

3- نظرية التغير الاجتماعي: وبناء عليها، فإن الشعور بالوحدة النفسية هو نتاج التقدم التكنولوجي، ويرتبط بالمتغيرات الحضارية والمجتمعية، والثقافية للبيئة التي يعيش فيها الفرد، كما أنه يعود إلى ضعف في علاقات الفرد مع الأسرة، وزيادة الحراك الأسري والاجتماعي(العمري، 2016، 54).

4- النظرية المعرفية: يستند أصحابها إلى المنهج المعرفي في تفسيرهم للوحدة النفسية، انطلاقاً من أهمية الإدراكات، والتفسيرات الشخصية لشبكة العلاقات الاجتماعية(مريم والشمسان، 2017، 573).

أي أن الوحدة النفسية تنطوي على شعور معرفي إدراكي، وتعد نتاجاً لشعور الفرد، وإدراكه للتباين القائم بين علاقته القائمة فعلاً بالآخرين، وما يصبو إليه ويريده فعلاً(خوري، 2019، 37).

وبعبارة أخرى تنظر هذه النظرية إلى الوحدة النفسية باعتبارها خبرة شخصية ذاتية، فلذلك هي لا ترتبط بشكل مباشر بالعوامل الموقفية، مما يؤكّد أهمية إدراكات الفرد (بن دهنون، 2017، 46).

5- نظرية التدرج الهرمي للحاجات الإنسانية: تفسر الشعور بالوحدة النفسية على أنه نتيجة لعدم إشباع حاجات الانتماء والحب(اليحيائي، 2013، 87)، أي أن الذي يشعر بالوحدة النفسية يكون مدفوعاً بجوع الاحتكار، والصداقة الحميمية، والحاجة إلى التغلب على مشاعر الاغتراب، والعزلة التي سادت بسبب الحراك الاجتماعي (بن دهنون، 2017، 45).

6- نظرية التعلم الاجتماعي: أي أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ على أساس التعلم بالملاحظة، لأنه سلوك ارتبط بالتعزيز من خلال نموذج، وهو عبارة عن إحساس الفرد بضعف فعالية الذات، وتوقعه عدم القدرة على السيطرة في المواقف الاجتماعية بجهوده الذاتية(علي، 2012، 48).

7- نظرية المجال: تفسر هذه النظرية الشعور بالوحدة النفسية على أنه حالة عدم اتزان انفعالي تؤدي إلى عجز الفرد عن الوصول إلى مستويات كثيرة من المناطق في مجاله الحيوي، وكثيراً ما تطغى المناطق المقفلة على المناطق الأخرى، وتؤثر في سلوكه بحيث يبدو غير منسجم، أو متوافق مع عالم الواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه (بن عمر، 2015، 53).

8- النظرية التفاعلية: هي نظرية أكثر شمولاً، اهتم أصحابها بالعوامل الشخصية والاجتماعية معاً من حيث تفاعلهم مع بعضهم البعض، وهذا التفاعل ينتج عنه شعور الفرد بالوحدة النفسية(العمري، 2016، 54).

وتمثل آراء ويس (Weiss) هذا الاتجاه لسببين هما:

1- أكد أن الوحدة ليست بمفردها دالة العوامل الشخصية أو الموقفية، بل هي نتاج التأثير التفاعلي لتلك العوامل معاً.

2- يرى أن الوحدة تنشأ عندما تكون تفاعلات الفرد الاجتماعية غير كافية، أي أنه يعتبر أن كلاً من العوامل الداخلية (الشخصية)، والخارجية (الموقفية) أسباباً للوحدة النفسية(مرعي، 2008، 27).

- القلق الاجتماعي Social Anxiety:

1- مفهوم القلق الاجتماعي وتعريفه:

لقد اهتم علماء النفس بالقلق الاجتماعي كنوع من القلق وفهمهم له تطور منذ أن تم إدراجه لأول مرة كفئة شخصية مستقلة ضمن الطبعة الثالثة من الدليل الإحصائي والتشخيصي الثالث للاضطرابات العقلية الصدارة عن رابطة الطب النفسي الامريكي, ومنذ ذلك الوقت أصبح ينظر إلى القلق الاجتماعي على أنه حالة خاصة من الرهاب البسيط المصحوب بمخاوف تتصل بموقف اجتماعي واحد أو اثنين وأصبحت الدراسات النفسية منذ ذلك الوقت تزداد عن القلق الاجتماعي و الرهاب الاجتماعي بشكل سريع ومطرد(البناء, 2006, 93).

ويعرَف القلق الاجتماعي بأنه: حالة من الخوف من الوقوع محل ملاحظة الآخرين مما يؤدي الى تجنب المواقف الاجتماعية(عكاشة, 2003, 161)، ويعرَفه (عبد الله، 2000) بأنه خوف مرضي مبالغ فيه يتصف بأنه مباغت يصاحبه تغيرات فسيولوجية تشير إلى النشاط الزائد للجهاز العصبي اللاإرادي.

2- مكونات القلق الاجتماعي:

يرى (السيد, 2001،54) أنّ القلق الاجتماعي يشمل مكونين أساسين هما:

- **قلق التفاعل**: وهو عبارة عن القلق الناشئ من التفاعل المتوقع بين الفرد والآخرين وهو يحدث نتيجة الخجل والتفاعل من أناس جدد أو غرباء.
- **قلق المواجهة**: وهو عبارة عن القلق الناشئ من المواجهة غير المتوقعة, ويظهر ذلك من خلال التحدث والاتصال.

بينما يرى (رضوان,2001, 49) أنّ المكونات الاساسية للقلق الاجتماعي هي:

- **مكوّن فسيولوجي:** وهو يشير إلى ظهور بعض الأعراض الفسيولوجية على الأفراد ذوي القلق الاجتماعي، وذلك عندما يواجهون أحد المواقف الاجتماعية أو حتى التفكير في هذه المواقف.
- **مكوّن معرفي:** وهو يشير إلى الاعتقادات والأفكار السلبية والافتراضات والتوقعات غير التوافقية لدى الفرد, فالمكوّن المعرفي يلعب دوراً حاسماً في استمرار وبقاء القلق الاجتماعي.

3- أنواع القلق الاجتماعي:

- **القلق الاجتماعي المعمم:** وهو يتضمن مدى واسع من المثيرات والمواقف الاجتماعية المخيفة, حيث يكون الخوف لدى الفرد في معظم المواقف الاجتماعية.
- **القلق الاجتماعي غير المعمم:** وهو يرتبط بتجنب الفرد عدداً محدداً من مواقف الأداء والتفاعل الاجتماعي, حيث يظهر الخوف في موقف أو موقفين وقد أشارت عدد من الدراسات أنّ القلق الاجتماعي العام هو أكثر شيوعا وأكثر شدة وتكون نتائجه خطيرة، وتؤدي إلى عجز وقصور رئيسي في حياة الفرد، وإلى الاعاقة المختلفة في الوظائف الاجتماعية والتربوية والمهنية والأكاديمية للفرد(البناء, 2006, 19).

4- أسباب القلق الاجتماعي:

أصبح الانتشار الواسع للقلق الاجتماعي في عصرنا الحالي يشكل ظاهرة ملموسة في المجتمع , وهناك عدة عوامل تسهم في ظهور واستمرار القلق الاجتماعي ومنها:

1- أسباب وراثية: ويقصد بالاستعداد الوراثي أن الفرد يرث الجينات المسؤولة عن الاضطراب الكيميائي الذي يحدث القلق, ويكون مسؤولاً عن طبيعة الأعراض وعن العوامل الكيميائية المسؤولة عن القلق والتي ربما تتمثل في استثارة نهايات الاعصاب الموجودة في المشتبكات العصبية في النظام الإدرينالييني، والتي تسرف في إنتاج أمينات الكاتيكول مع زيادة نشاط المستقبلات مع وجود نقص في الموصلات الكيميائية المانعة، ونتيجة هذا النقص تستثار أجزاء المخ بشكل زائد وينتج من هذه الزيادة أعراض القلق.

2- أسلوب التعلق: الأطفال ذو التعلق الغير آمن يميل آبائهم إلى النبذ والرفض, كما يؤدي أسلوب التعلق غير الآمن إلى ظهور مفهوم غير سلبي عن الذات وعن الآخرين لدى الفرد، ويرتبط بوجود العديد من المشكلات النفسية لدى الأطفال ومنها القلق الاجتماعي.

3- أساليب المعاملة الوالدية: تسهم أساليب المعاملة الوالدية غير السوية القائمة على مستويات مرتفعة من الحماية الزائدة والتحكم والضبط والقيود التي تفرض على الطفل والتي تحول دون تعريضه للمواقف الاجتماعية في ظهور القلق الاجتماعي.

4- العوامل المعرفية: إن الأفراد ذوي القلق الاجتماعي لديهم نزعة نحو تقييم أنفسهم بطريقة سلبية, كما أنهم يميلون إلى المبالغة في تقدير إدراك الناس الآخرين للقلق الاجتماعي.

5- عوامل مرتبطة بعلاقات الأقران:

إنّ العلاقة بين القلق الاجتماعي وعلاقات الأقران هي علاقة تبادلية, حيث إنّ الطفل القلق اجتماعياً يكون أكثر معايشة للعلاقات السلبية مع الأقران, وذلك بالمقارنة مع الأطفال العاديين، وإنّ هذه الخبرات تؤدي الى تفاقم واستمرار القلق الاجتماعي (حسين, 2009, 69- 70)

ويرى (العزاوي وعبود, 2010) أنّ القلق الاجتماعي يحدث رغم أن الفرد يعرف أنّ مخاوفه غير منطقية لسبب رئيسي وهو انخفاض في السلوك التوكيدي، ويؤثر في ذلك مجموعة عوامل وهي الجوانب البدنية مثل: ضعف البنية أو السمنة الزائدة والجوانب الاجتماعية مثل: العرق والاعتقاد وذكر مهنة الأب الخ.... والجوانب الاقتصادية مثل: تدني الحالة الاقتصادية للأفراد.

5- النظريات المفسّرة للقلق الاجتماعي:

- نظرية التحليل النفسي:

اعتبر فرويد Frued أن القلق يظهر كرد فعل لحالة من حالات الخطر التي تواجه الشخص, فإذا انتهت هذه الحالة انخفضت أو تلاشت أعراض القلق, ولكنها إذا عادت إلى الفرد ظهرت أعراض القلق مرة أخرى (الشناوي 2000, 377).

بينما ترى هورني Horney أن السلوك الإنساني السّوي يستند إلى الشعور بالطمأنينة، وأنّ أساس القلق يرجع لعدم قدرة الفرد على الوصول إلى حالة الطمأنينة, وترجع إلى علاقته مع والديه, وهذا يؤدي إلى تكوين نظرة عدائية للعالم باعتباره عدواً مهدداً له, كما ترى هورني أنّ الطفل الذي لا يشعر بالحب والاحترام في سنواته الاولى يميل إلى إظهار الكره والعداء نحو الآخرين، كما أنه يتوقع الضرر من الآخرين لذلك يبقى في حالة من التوتر والقلق (المشيخي، 2009, 25).

- النظرية السلوكية:

يعتبر القلق من وجهة نظر السلوكيين أنه سلوك متعلم أو استجابة خوف اشتراطية مكتسبة من حيث تكوينها ونشأتها, ويرى السلوكيين أن هذه الاستجابة تستثار بمثير محايد ليس من شأنه ولا في طبيعته ما يثير الشعور بالخوف, إلا أن هذا المثير المحايد يكتسب القدرة على استدعاء الخوف نتيجة اقترانه عدة مرات بمثير طبيعي للخوف وفقاً لعملية الاشتراط ولقوانين التعلم, فالقلق والخوف والتفاؤل والتشاؤم يمكن تفسيرها بالاعتماد على التشريط الكلاسيكي على أنها استجابة شرطية لمنبهات اكتسبت قدرتها على إثارة هذه الجوانب السلوكية بسبب ارتباطها بأحداث تبعث على الضرر أو النفع (حسانين،2000, 87).

- النظرية المعرفية:

تعتبر المدرسة المعرفية أن الناس يكتسبون مخزونا كبيرا من المعلومات والمفاهيم والصيغ للتعامل مع ظروف حياتهم وبناء على هذا فإنّ المعارف لدى الفرد تؤثر في

انفعالاته وسلوكه بطرقتين وهما محتوى المعارف ومن خلال طريقة معالجة المعارف , فمحتوى المعارف يؤثر في الانفعالات والسلوك والجوانب الفسيولوجية للفرد وذلك من خلال تقديرات الفرد لذاته وللآخرين وللعالم من حوله وتفسيرات الفرد للأحداث , فمثلاً لو اعتقد الفرد أنه شخص فاشل فأنه يشعر بالاكتئاب, أم طريقة معالجة المعارف فهي تؤثر في خبرات الفرد عن العالم وذلك من خلال درجة المرونة التي تكون لديه في التغيير بين أساليب المعالجة المختلفة (حسين 2007, 173)

سابعاً- الدراسات السابقة:

أ- دراسات تناولت الوحدة النفسية:

1- دراسة أيرول وسيراك (Erol & Cirak, 2019):

عنوان الدراسة: استكشاف مستوى الوحدة والإدمان على الانترنيت لدى طلبة الكلية بناء على متغيرات ديموغرافية.

هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى فحص مستويات الشعور بالوحدة والإدمان على الانترنيت في ضوء متغيرات ديموغرافية (النوع، العمر).

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (489) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، منهم (278) إناث، و(211) ذكور.

أدوات الدراسة: استخدمت الدراسة مقياس الوحدة النفسية الذي أعده راسيل، واختبار إدمان الانترنيت.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى ما يأتي:

1- وجود علاقة بين الشعور بالوحدة وإدمان الانترنيت لدى طلبة الجامعة.

2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة تعزى إلى متغير النوع.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة تعزى إلى متغير العمر، ولصالح الأعمار الأصغر من (21) سنة.

2-دراسة سفتك وآخرون (Civitci, et.al, 2009) :

عنوان الدراسة: الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالرضا العام عن الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية

أهداف الدراسة: هدفت الى اختبار الشعور بالوحدة النفسية والرضا العام عن الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية الذين والديهم مطلقين أو غير مطلقين،

عينة الدراسة :وتكونت عينة الدراسة من (836) طالب بالمرحلة الثانوية، منهم (383) فردا والديهم مطلقين و(453) والديهم ليسوا مطلقين في دينزل بتركيا.

أدوات الدراسة: مقياس الوحدة النفسية للمراقين من اعداد الباحث

نتائج الدراسة: أظهرت نتائج الدراسة بأن الشعور بالوحدة له آثار سلبية أعلى من الرضا العام على الحياة لدى المراهقين الذين والديهم مطلقين، والمراهقين الذين والديهم مطلقين كانوا أكثر احتمالا للشعور بالوحدة والرضا عن الحياة من أولئك المراهقين الذين والديهم ليس مطلقين، وقد وجد اختلاف هام في الشعور بالوحدة ومستويات الرضا العام عن الحياة لدى المراهقين الذين والديهم مطلقين فيما يتعلق بعدد الأخوة، ولم يختلف أي من

الشعور بالوحدة أو مستويات الرضا عن الحياة فيما يتعلق بالجنس، والفصل الدراسي، الإقامة مع الوالدين، تواصل مستمر مع الآباء المنفصلين، العمر وقت حصول الطلاق.

3- دراسة بكداش (2017): سوريا

عنوان الدراسة: مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين المقيمين في دور الرعاية الاجتماعية في مدينتي اللاذقية وطرطوس.

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين في دور الرعاية الاجتماعية، وكذلك التعرف على الفروق فيها حسب متغيري النوع والعمر.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (32) مسناً ومسنة منهم (12) ذكور، و(20) إناث.

أداة الدراسة: استخدمت الدراسة مقياس الوحدة النفسية من إعداد الباحثة.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى ما يأتي:
1- وجود مستوى متوسط من الوحدة النفسية لدى أفراد العينة.
2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية حسب متغيري النوع والعمر.

4- - دراسة (قطيش وشرفات 2016)

عنوان الدراسة :مستوى الشعور بالوحدة لنفسية لدى المراهقين في مدارس البادية الشمالية الشرقية.

-أهداف الدراسة: الكشف عن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة المراهقين في مدارس البادية الشمالية الشرقية من وجهة نظرهم،

-أداة الدراسة: مقياس للشعور بالوحدة النفسية مكونة من (24) فقرة، عينة الدراسة

-عينة الدراسة: تكونت من (234) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة المراهقين كان متوسطاً،

نتائج الدراسة :أظهرت النتائج أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية ككل، وفي أبعاد العلاقات الاجتماعية، والعلاقات الأسرية والمشاعر الذاتية تعزى للنوع الاجتماعي ولصالح الذكور.

5- دراسة أبو شندي (2015): الأردن

عنوان الدراسة: الشعور بالوحدة النسية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الزرقاء في الأردن.

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى فحص درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الزرقاء في الأردن من خلال متغيرات النوع والسنة الدراسية والكلية.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (582) طالباً وطابة تم اختيارهم بطريقة عشوائية عنقودية.

أداة الدراسة: استخدمت الدراسة مقياس اليرموك للشعور بالوحدة النفسية بعد أن تم التأكد من صدقه وثباته.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى ما يأتي:
1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية تعزى لمتغير الكلية.
2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية تعزى لمتغيري النوع والسنة الدراسية.

ب - دراسات تناولت القلق الاجتماعي:

1- دراسة هنري وآخرين(Henry et al , 2012):

عنوان الدراسة: القلق الاجتماعي لدى المراهقين.
هدف الدراسة: التعرَف على العلاقة بين القلق الاجتماعي وتدخين السجائر لدى المراهقين.
عينة الدراسة: تكونت من (402) طالباً وطالبةُ من طلاب المرحلة الثانوية.
أدوات الدراسة: مقياس القلق الاجتماعي وبطاقة ملاحظة
نتائج الدراسة: وجود علاقة ارتباطية بين القلق الاجتماعي وتدخين السجائر.

2- دراسة اليوسفي (2008)، العراق:

عنوان الدراسة: الإنجاز المدرسي وعلاقته بالقلق الاجتماعي.
أهداف الدراسة: التعرّف على علاقة بين الدافع للإنجاز المدرسي وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية في جامعة الكوفة.
عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (194) طالبة من طالبات كليات التربية في جامعة الكوفة.
أداة الدراسة: مقياس القلق الاجتماعي لسلوى جمول(1997).
نتائج البحث: وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة معنوية بين دافع الانجاز المدرسي والقلق الاجتماعي.

3- دراسة(Epkins,2007)، الولايات المتحدة الأمريكية:

عنوان الدراسة: القلق الاجتماعي وعلاقته بعدم الشعور بالطمأنينة لدى الاطفال.
أهداف الدراسة: التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعي وعدم الشعور بالطمأنينة.
عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة (211) طفلاً.

أدوات الدراسة: مقياس القلق الاجتماعي المعدل للأطفال واستمارة الاكتئاب للأطفال لكوفكس.

نتائج الدراسة: ترتبط المخاوف الاجتماعية بالقلق الاجتماعي، كما بينت الدراسة أن القلق الاجتماعي يرتبط بمستوى التحصيل الدراسي والخوف من نقد الآخرين.

4- دراسة البناء (2006)، الكويت:

عنوان الدراسة: القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى عينة من طلبة جامعة الكويت.

أهداف الدراسة: التعّرف على علاقة القلق الاجتماعي بالتفكير السلبي التلقائي.

عينة الدراسة: تكونت من(440) طالباً وطالبة يمثلون غالبية كليات الجامعة.

أدوات الدراسة: مقياس القلق الاجتماعي لتيريز ومقياس المخاوف الاجتماعية.

نتائج الدراسة: وجود فروق دالة احصائياً لصالح الاناث, وبينت نتائج وجود ارتباطات إيجابية بين استخبار المعارف الاجتماعية والقلق الاجتماعي.

5- دراسة سعيد (2005):

عنوان الدراسة: فاعلية برنامج ارشادي تنمية مفهوم الذات لدى الطلبة الذين يعانون من القلق الاجتماعي.

أهداف الدراسة: بناء برنامج إرشادي للتعرف على أثر توكيد الذات في تنمية الذات لدى الطلبة الذين يعانون من القلق الاجتماعي.

عينة الدراسة: تكونت من (16) طالباً وطالبة ممن لديهم شعور بالقلق الاجتماعي.

أدوات الدراسة: مقياس فاعلية الذات ومقياس القلق الاجتماعي من إعداد الباحث.

نتائج الدراسة: وجود ارتباط عكسي بين فاعلية الذات والقلق الاجتماعي، أي أنه كلمّا تمتع الفرد بفاعلية ذات مرتفعة انخفض الشعور بالقلق الاجتماعي.

ثامناً- إجراءات البحث:

- منهج البحث: اقتضى تحقيق أهداف البحث والإجابة عن أسئلته، اتباع المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم على دراسة الظاهرة وتحليلها وتفسيرها، من خلال تحديد خصائصها وأبعادها وتوصيف العلاقات بينها، بهدف الوصول إلى وصف علمي متكامل لها (جيدير، 2004، 100).

- مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من جميع أبناء الشهداء في المدارس الثانوية العامة في مدينة حمص، والبالغ عددهم 240 طالباً وطالبة، وذلك للعام الدراسي (2020 - 2021) وفق إحصائيات مديرية التربية في محافظة حمص.

- عينة البحث: تم تطبيق المقياسين على جميع الطلبة من أبناء الشهداء في مدينة حمص والبالغ عددهم (240) طالبا وطالبة حيث تم سحبهم بطريقة قصدية. وبعد التطبيق تبين أن عدد عينة الدراسة (232) بعد الحصول على الاستمارات المطلوبة وتم استبعاد (8) استمارات لعدم الحصول على إجابات الطلبة على المقاييس. حيث تم اختيار طريقة العينة القصدية لأن أفراد المجتمع الأصلي يشتركون بنفس السمة أنهم (أبناء شهداء) ، إضافة إلى أن البحث لايشمل الثانويات المهنية أو الزراعية او الصناعية.. إنما فقط الثانوية العامة .والجدول الآتي يبين توزع أفراد عينة البحث وفق متغير النوع:

جدول (1) توزع أفراد عينة البحث

النوع	ذكور	النسبة المئوية
ذكور	93	%40
إناث	139	%60
المجموع	232	%100

- حدود البحث:

الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات البحث خلال الفصل الثاني من العام الدراسي (2020 ــ 2021).

الحدود المكانية: تم تطبيق أدوات البحث في المدارس الثانوية العامة في مدينة حمص.

الحدود الموضوعية: تتمثل الحدود الموضوعية بدراسة العلاقة بين الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي لدى عينة من أبناء الشهداء في المدارس الثانوية العامة في محافظة حمص.

تاسعاً – أدوات البحث:

1 – مقياس الوحدة النفسية: يحتوي مقياس الشعور بالوحدة النفسية الذي صممه راسيل عام (1992) وترجمه الدكتور مجدي الدسوقي على (وترجمه الدكتور مجدي الدسوقي على (20) عبارة تقابلها أربع إجابات وهي: (أبداً، نادراً، أحياناً، دائماً)، ويصحح المقياس على النهج الآتي:

يجيب الفرد على كل سؤال بإجابة واحدة بين أربعة اختيارات، وتخصص التقديرات كالآتي:

- الإجابة أبداً تخصص لها الدرجة (1).
- الإجابة نادراً تخصص لها الدرجة(2).
- الإجابة أحياناً تخصص لها الدرجة(3).
- الإجابة دائماً تخصص لها الدرجة(4).

ويحتوي المقياس على عبارات إيجابية وعكسية، ويفسر ارتفاع الدرجة المتحصل عليها من خلال المقياس على شدة الشعور بالوحدة النفسية عند المفحوص.

- الدراسة السيكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الوحدة النفسية من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (40) طالباً وطالبة من طلبة أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة في مدينة حمص كما هو موضح فيما يأتي:

أــ الصدق:

جرى التحقق من صدق المقياس بطريقتين وهي (الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية، الصدق البنيوي)

1 - الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية: تم تطبيق مقياس الوحدة النفسية على عينة مؤلفة من (40) طالباً وطالبةً من طلاب أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة، ومن ثم تم مقارنة الربع الأعلى لدرجات المقياس بالربع الأدنى لدرجات المقياس لدى أفراد العينة، وذلك بعد ترتيب الدرجة الكلية ترتيباً تنازلياً، ومن ثم حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي الفئتين العليا والدنيا باستخدام اختبار T ستيودنت، وكانت النتائج وفق الجدول الآتي:

جدول(2) الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية لمقياس الوحدة النفسية

مقياس الوحدة النفسية	الفئة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمةT	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
	الدنيا	10	37.10	4.533	12.433	18	0.000	دال
	العليا	10	60.80	3.967				

يظهر من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين العليا والدنيا لأفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية، إذ كانت القيمة الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يشير إلى وجود فروق بين المجموعتين لصالح المجموعة العليا، ويؤكد الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية (الفئات المتطرفة). وعلى هذا يمكن القول: إن مقياس الوحدة النفسية يميز بين الفئتين العليا والدنيا من أفراد عينة البحث.

2ـــ الصدق البنيوي:

تمّ التأكد من صدق البناء الخاص بمقياس الوحدة النفسية، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط (معامل ارتباط بيرسون) بين درجة كل بند والدرجة الكلية للاختبار، وكانت النتائج وفق الآتي:

جدول (3) معاملات ارتباط بنود مقياس الوحدة النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1	0.434**	11	0.417**
2	0.600**	12	0.720**
3	0.329*	13	0.368*
4	0.456**	14	0.532**
5	0.627**	15	0.849**
6	0.663**	16	0.367*
7	0.361*	17	0.584**
8	0.490**	18	0.360*
9	0.427**	19	0.474**
10	0.331*	20	0.441**

** دال عند 0.01 * دال عند 0.05

يظهر من الجدول السابق أن معاملات ارتباط البنود مع الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية كانت جميعها جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، وقد تراوحت قيمة هذه المعاملات بين (0.329- 0.849) لدى عينة البحث.

ب ـــ الثبات:

قامت الباحثة بالتأكد من ثبات مقياس الوحدة النفسية بثلاث طرائق أيضاً، وذلك للحصول على درجة من الثبات يمكن الوثوق بها، وهذه الطرائق هي(الإعادة والتجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ).

أـــ الثبات بالإعادة: قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة الإعادة، على عينة مؤلفة من (40) طالباً وطالبة من من طلبة أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة، وذلك بتطبيق مقياس الوحدة النفسية عليهم، وأعيد تطبيق المقياس مرة ثانية على العينة ذاتها بعد مضي ستة عشر يوماً من التطبيق الأول، وجرى استخراج معاملات الثبات عن طريق

حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين التطبيقين الأول والثاني، والجدول الآتي يوضح معاملات الثبات بطريقة الإعادة.

جدول (4) معاملات الثبات بالإعادة

مقياس الوحدة النفسية	الثبات بالإعادة
	**0.793

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني كانت مرتفعة، وقد بلغت قيمتها على الدرجة الكلية (0.793)، ما يؤكد ثبات المقياس بطريقة الإعادة.

ب ــ الثبات باستخدام طريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ: تم استخراج معامل ثبات مقياس الوحدة النفسية بطريقتي التجزئة النصفية والتصحيح باستخدام معادلة سبيرمان براون ومعامل ألفا كرونباخ لأفراد العينة السيكومترية المكونة من (40) طالباً وطالبة من طلبة أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة، والجدول الآتي يوضح نتائج معاملات ثبات التجزئة النصفية وألفا كرونباخ على مقياس الوحدة النفسية.

جدول (5) معاملات ثبات التجزئة النصفية وألفا كرونباخ.

مقياس الوحدة النفسية	عدد العبارات	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
	20	0.832	0.898

يلاحظ من الجدول السابق ما يأتي:

- بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0.832) وهي قيمة مرتفعة.
- بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (0.898) وهي قيمة مرتفعة أيضاً.

ما تقدّم يدل على تمتع مقياس الوحدة النفسية بمؤشرات صدق وثبات مرتفعة ما يدعم صلاحية استخدامه في البيئة السورية.

2- مقياس القلق الاجتماعي:

قامت الباحثة باستخدام مقياس (الحمد وآخرين، 2016) وقد تألّف بصورته النهائية من (17) فقرة، وأربعة بدائل هي: (دائماً، غالباً، نادراً، لم يحدث)، وتتراوح درجات فقرات المقياس بين (0 - 3) درجات.

- الدراسة السيكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس القلق الاجتماعي من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (40) طالباً وطالبة من طلبة أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة في مدينة حمص كما هو موضح فيما يأتي:

أــ الصدق:

جرى التحقق من صدق المقياس بطريقتين وهي (الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية، الصدق البنيوي)

1ــ الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية: تم تطبيق مقياس القلق الاجتماعي على عينة مؤلفة من (40) طالباً وطالبةً من طلبة أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة، ومن ثم تم مقارنة الربع الأعلى لدرجات المقياس بالربع الأدنى لدرجات المقياس لدى أفراد العينة، وذلك بعد ترتيب الدرجة الكلية ترتيباً تنازلياً، ومن ثم حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي الفئتين العليا والدنيا باستخدام اختبار T ستيودنت، وكانت

النتائج وفق الجدول الآتي:

جدول(6) الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية لمقياس القلق الاجتماعي

مقياس القلق الاجتماعي	الفئة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمةT	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
	الدنيا	10	45.5	4.301	11.913	18	0.000	دال
	العليا	10	25.8	2.974				

يظهر من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين العليا والدنيا لأفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي، إذ كانت القيمة الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة (**0.05**)، وهذا يشير إلى وجود فروق بين المجموعتين لصالح المجموعة العليا، ويؤكد الصدق بدلالة محك المجموعات الطرفية (الفئات المتطرفة). وعلى هذا يمكن القول: إن مقياس القلق الاجتماعي يميز بين الفئتين العليا والدنيا من أفراد عينة البحث.

3ـــ الصدق البنيوي:

تمّ التأكد من صدق البناء الخاص بمقياس القلق الاجتماعي، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط (معامل ارتباط بيرسون) بين درجة كل بند والدرجة الكلية للاختبار، وكانت النتائج وفق الآتي:

جدول (7) معاملات ارتباط بنود مقياس القلق الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس

البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
1	0.629*	10	0.746**
2	0.687**	11	0.383*
3	0.619**	12	0.623**
4	0.722**	13	0.702**
5	0.532**	14	0.600**
6	0.338*	15	0.683**
7	0.545**	16	0.691**
8	0.506**	17	0.708**
9	0.454**		

** دال عند 0.01

* دال عند 0.05

يظهر من الجدول السابق أن معاملات ارتباط البنود مع الدرجة الكلية لمقياس القلق الاجتماعي كانت جميعها جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، وقد تراوحت قيمة هذه المعاملات بين (0.338- 0.746) لدى عينة البحث.

ب ـــ الثبات:

قامت الباحثة بالتأكد من ثبات مقياس القلق الاجتماعي بثلاث طرق أيضاً، وذلك للحصول على درجة من الثبات يمكن الوثوق بها، وهذه الطرائق هي (الإعادة والتجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ).

أـــ الثبات بالإعادة: قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة الإعادة، على عينة مؤلفة من (40) طالباً وطالبة من طلبة أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة، وذلك بتطبيق

مقياس القلق الاجتماعي عليهم، وأعيد تطبيق المقياس مرة ثانية على العينة ذاتها بعد مضي ثمانية عشر يوماً من التطبيق الأول، وجرى استخراج معاملات الثبات عن طريق حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين التطبيقين الأول والثاني، والجدول الآتي يوضح معاملات الثبات بطريقة الإعادة.

جدول (8) معاملات الثبات بالإعادة

مقياس القلق الاجتماعي	الثبات بالإعادة
	**0.833

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني كانت مرتفعة، وقد بلغت قيمتها على الدرجة الكلية (0.833)، ما يؤكد ثبات المقياس بطريقة الإعادة.

ب ــ الثبات باستخدام طريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ: تم استخراج معامل ثبات مقياس القلق الاجتماعي بطريقتي التجزئة النصفية والتصحيح باستخدام معادلة جتمان ومعامل ألفا كرونباخ لأفراد العينة السيكومترية المكونة من (40) طالباً وطالبة من طلبة أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية العامة، والجدول الآتي يوضح نتائج معاملات ثبات التجزئة النصفية وألفا كرونباخ على مقياس القلق الاجتماعي.

جدول (9) معاملات ثبات التجزئة النصفية وألفا كرونباخ.

مقياس القلق الاجتماعي	عدد العبارات	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
	17	0.891	0.860

يلاحظ من الجدول السابق ما يأتي:

- بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (0.891) وهي قيمة مرتفعة.
- بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (0.860) وهي قيمة مرتفعة أيضاً.

ما تقدّم يدل على تمتع مقياس القلق الاجتماعي بمؤشرات صدق وثبات مرتفعة ما يدعم صلاحية استخدامه في البيئة السورية.

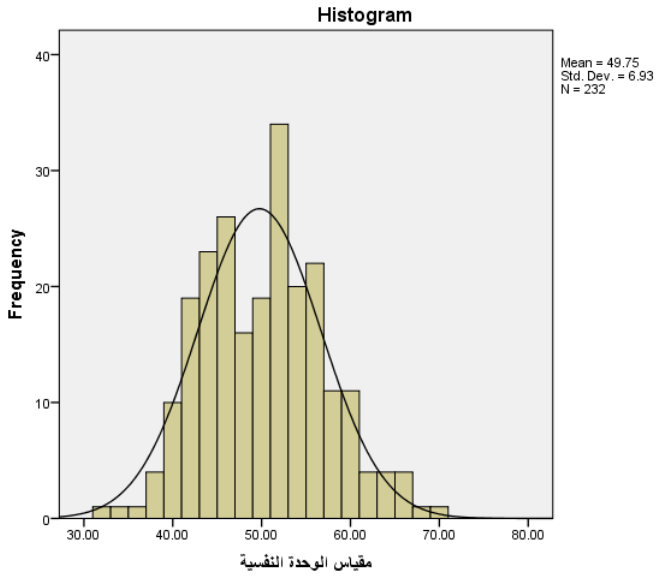
عاشراً- المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث:

قامت الباحثة بحساب التوزع الطبيعي لدرجات إجابات الطلاب على المقياسين المستخدمين في البحث وهما: مقياس الوحدة النفسية، ومقياس القلق الاجتماعي، من خلال استخدام اختبار كولمجروف- سميرنوف للتوزع الطبيعي كما هو موضح في الجدول الآتي:

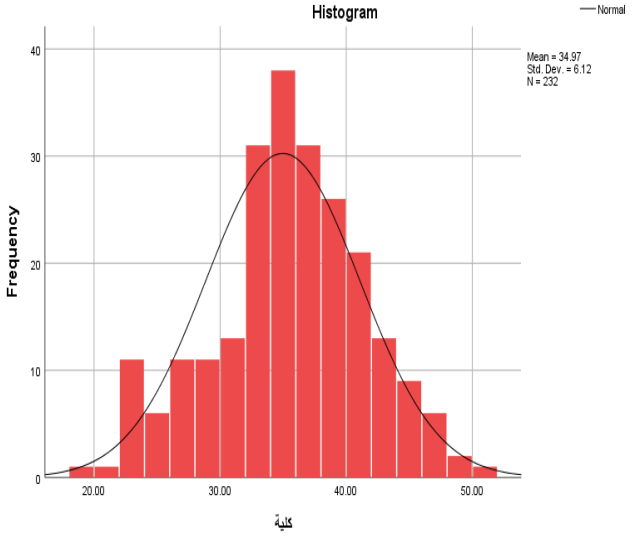
جدول (10) قيمة اختبار التوزيع الطبيعي (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test) لعينة البحث على المقياسين المستخدمين

المقاييس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة z	القيمة الاحتمالية	القرار
مقياس الوحدة النفسية	232	49.75	6.93	1.096	0.181	غير دال
مقياس القلق الاجتماعي	232	34.69	6.12	1.285	0.074	غير دال

يلاحظ من الجدول السابق أن قيم اختبار كولمجروف - سميرنوف كانت غير دالة للمقياسين المستخدمين في البحث عند مستوى دلالة (0.05) ما يعني أن العينة موزعة توزعاً اعتدالياً، أي أن (68.28%) من درجات أفراد عينة الطلاب تقع ضمن الانحرافين (-1، +1)، والرسم البياني يوضح ذلك:



شكل(1) توزع درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية



شكل(2) توزع درجات أفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي

وذلك يحتم على الباحثة استخدام الأساليب المعلمية الآتية:
ـــ المتوسطات والانحرافات المعيارية.
ـــ معامل ارتباط بيرسون.
ـــ اختبار ت ستيودنت للعينات المستقلة.

أحد عشر- نتائج البحث:

- الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية، ودرجاتهم على مقياس القلق الاجتماعي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس القلق الاجتماعي، والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (11) معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس القلق الاجتماعي

مقياس الوحدة النفسية	مقياس القلق الاجتماعي	معامل ارتباط بيرسون
		**0.641

نلاحظ من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس القلق الاجتماعي، وقد بلغ معامل الارتباط (0.641) وهو ارتباط موجب قويّ ودال عند مستوى الدلالة 0.05، ما يمكن القول: إنه كلما ازداد مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى أفراد عينة البحث ارتفع مستوى القلق الاجتماعي لديهم، والقلق الاجتماعي وبما أنه نوع من الرهاب الاجتماعي فهو من أحد أو مجموعة من المواقف الاجتماعية التي يواجهها الفرد، وتجعله يتجنب تكرارها، والميل تدريجياً إلى البقاء بعيداً عن هذه المواقف مما يكسبه خبرة نفسية مؤلمة نتيجة فقدان الاهتمام والتقدير من الآخرين، وبالتالي الشعور بالوحدة النفسية، وأن هذه الفئة العمرية تتميز بتغيرات نفسية وفكرية نتيجة الشعور بالرغبة في تحقيق الهوية، وفي غياب أحد أفراد الأسرة (الشهيد) عنها، يجعل الوحدة النفسية التي يمر بها الفرد مفعمة بالقلق الاجتماعي، وقد يتسبب ذلك نوعاً من الاغتراب الاجتماعي بوجود هذه الفجوة التي تعزز التباعد بين الفرد والمجتمع المحيط، فنجد الفرد ميالاً في هذه الحالة إلى تعويض وحدته النفسية وقلقه الاجتماعي من خلال الانخراط في علاقات افتراضية كاللجوء إلى استخدام الحاسوب ووسائل التواصل الاجتماعي، ويؤكد (عبد الرزاق، 2020، 229) أن الأشخاص من ذوي سمات القلق الاجتماعي يقومون بأسلوب تعويضي عن فشلهم في إقامة العلاقات الاجتماعية في العالم الحقيقي والتي يمكن أن تكون الوحدة النفسية مظهراً رئيساً لها إلى إقامة علاقات اجتماعية ومتعددة في عالم افتراضي يخلو من أي تهديد للأنا نتيجة الخوف من التقييمات السلبية الموجودة في العالم الحقيقي من وجهة نظرهم.

- الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية تبعاً لمتغير النوع (ذكور، إناث).

للتحقق من صحة الفرضية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية وفقاً لمتغير النوع (ذكور، إناث)، وتم استخدام اختبار (T-Test) لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج على النحو الآتي:

جدول (12) نتائج اختبار (T-Test) للدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات إجابات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية تعزى لمتغير النوع(ذكور، إناث)

مقياس الوحدة النفسية	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
الدرجة الكلية	ذكور	93	47.28	6.144	4.625	230	0.000	دال
	إناث	139	51.39	6.956				

تشير النتائج الواردة في الجدول السابق إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين متوسّطاتِ درجاتِ الطلاب "الذكور" وبين متوسّطاتِ درجاتِ الطلاب "الإناث" على مقياس الوحدة النفسية، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية. أيّ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الوحدة النفسية تبعاً لمتغير النوع(ذكور، إناث)، وهذه الفروق لصالح الإناث، ويمكن تفسير ذلك بأنه من المتوقع أن تعاني النساء من الوحدة النفسية بدرجة أكبر من الرجال، فيؤكد روكاتش (Rockach,2018,3) أن النساء تميل إلى تكوين علاقات أكثر تماسكاً وأقرب إلى حالاتهن الاجتماعية من الذكور، فتكون القطيعة سبباً مباشراً للشعور بالوحدة النفسية، فتظهر ملامح الوحدة بوضوح عليهن، وبالأخذ بعين النظر أن الإناث من ذوي الشهداء وأنهن أكثر تعلقاً بالآباء فيشكل فقدهم هاجساً نفسياً يصعب مقاومته، فيقعن في وحدة نفسية جراء فقدان القوة الاجتماعية والأمان الذي لا يمكن أن يمنحه أحد كالأب،إضافة إلى أن الفئة العمرية المستهدفة في البحث هي مراهقين حيث تتسم هذه المفترة العمرية بالتقلبات المزاجية الشديدة وبحاجات نفسية عديدة منها الأمن النفسي والذي يعتبر حاجة أساسية في هذه المرحلة خاصة الأنثى في مجتمعنا تكون بحاجة ماسة لمن يكون سندا وملجأ آمنا لها ، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة(بن دهنون، 2017) التي أكدت على وجود فروق لصالح الإناث في الوحدة النفسية.

- الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير النوع(ذكور، إناث).

للتحقق من صحة الفرضية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي وفقاً لمتغير النوع(ذكور، إناث)، وتم استخدام اختبار (T-Test) لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج على النحو الآتي:

جدول (13) نتائج اختبار (T-Test) للدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات إجابات أفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي تعزى لمتغير النوع(ذكور، إناث)

مقياس القلق الاجتماعي	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
الدرجة	ذكور	93	34.74	6.123	0.463	230	0.448	غير دال

الكلية	إناث	139	35.12	6.144				

تشير النتائج الواردة في الجدول السابق إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين متوسّطاتِ درجاتِ الطلبة "الذكور" وبين متوسّطاتِ درجاتِ الطلبة "الإناث" على مقياس القلق الاجتماعي، وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية. أيّ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير النوع(ذكور، إناث)، وقد يفسر ذلك بأن أفراد عينة البحث قد يمرون بظروف متشابهة تؤثر على قلقهم الاجتماعي، أو ربما قد يرجع ذلك إلى أن كلا النوعين يستجيبون للمواقف الاجتماعية بأساليب متشابهة نظراً لتجانس العمر وتشابه ظروفه البيئية والثقافية، وترى الباحثة أن الاختلاف في هذه المرحلة العمرية قد يكون اختلاف في النوع وليس اختلافاً في الدور، فيكون الذكر والأنثى محط أنظار الأم ولاسيما في غياب الأب، وفقدان دوره الأسري، وعلى هذا لا يكون لكل منهما دوراً اجتماعياً مختلفاً عن الآخر، وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (البناء، 2006) التي أكدت على وجود فروق لصالح الإناث في القلق الاجتماعي.

اثنا عشر- المقترحات والتوصيات:

- إقامة دورات تدريبية لأبناء الشهداء عن مهارات الحياة.
- ضرورة بناء مقاييس مقننة ومستمدة من المجتمع السوري لقياس كل من الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي.
- إجراء دراسات عن العلاقة بين الوحدة النفسية ومتغيرات شخصية أخرى لدى أبناء الشهداء مثل: أنماط الشخصية، وأساليب التفكير.

قائمة المراجع:

- أبو شندي، يوسف. (2015). الشعور بالوحدة النسية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الزرقاء في الأردن. ***مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس***، 13(4)، 180- 202.
- البناء, حياة. (2006). القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب جامعة الكويت, ***مجلة دراسات نفسية***, العدد2 المجلد14, الكويت
- الحويلة، أمثال هادي. (2018). الرضا عن الحياة وعلاقته بكل من الاعتقاد في الكفاءة الذاتية والاكتئاب والوحدة النفسية لدى عينة من ذوي الإعاقة البصرية بدولة الكويت. ***مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية***، 15(2)، 329-364
- الدليم، فهد بن عبد الله بن علي. (2005). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. ***مجلة جامعة الملك سعود للعلوم التربوية***، 18(1)، 329-362
- السهلي، حصة. (2016). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى النساء المطلقات في المجتمع السعودي. ***المجلة الدولية التربوية المتخصصة***، 5(3)، 25-42.

- السيد, عثمان.(2001). ***القلق وإدارة الضغوط النفسية***. ط1, القاهرة: دار الكتاب العربي.
- الشبؤون، دانيا. (2013). الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب عند الأطفال (دراسة ميدانية لدى تلاميذ الصف الرابع من التعليم الأساسي حلقة أولى في مدارس مدينة دمشق الرسمية). ***مجلة جامعة دمشق***، 29(1)، 15- 57.
- الشناوي، محمد. (2000). ***نظريات الارشاد والعلاج النفسي***, القاهرة : دار الغريب
- العزاوي, عبود. (2010). ***القلق الاجتماعي وعلاقتها بالوحدة النفسية وعلاقتها بممارسة الالعاب الرياضية لدى طالبات جامعة ديالى***. الكتاب السنوي لمركز ابحاث الطفولة. المجلد الثاني، الجزء الثاني.
- العمري، سارة. (2016). ***الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة المرحلة المتوسطة. رسالة ماجستير غير منشورة***. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر.
- الغريري، سحر هاشم محمد. (2013). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة. ***مجلة البحوث التربوية والنفسية***، (36)، 192- 220.
- المشيخي, غالب. (2009). ***قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف***. أطروحة دكتوراه غير منشورة , جامعة ام القرى, السعودية.
- اليحيائي، فاطمة بنت علي بن سعيد. (2013). ***الذكاء الانفعالي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين في سلطنة عمان***. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى.
- اليوسفي, علي.(2008). ***دافع الانجاز وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طالبا كلية التربية بجامعة الكوفة***. مركز تطوير التدريس والتدريب الجامعي. جامعة الكوفة، العراق.
- بن دهنون، شيرين. (2017). ***بعض الخصائص النفسية (الاكتئاب، الوحدة النفسية) وعلاقتها بتقدير الذات في ضوء متغير النوع والمستوى التعليمي- دراسة على عينة من طلبة جامعة وهران***. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر
- بن عمر، نور الهدى. (2015). ***الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية (خجل، عدوان) لدى الأطفال الصم من وجهة نظر المربين-دراسة ميدانية بمدرسة صغار الصم بالمسيلة-***. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر
- جيدير، ماثيو.(2004). ***منهجية البحث العلمي***. ترجمة ملكة أبيض، دمشق: وزارة الثقافة.
- حجازي, علاء.(2013). ***القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة***. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الاسلامية . غزة.

- حدواس، منال. (2013). ***الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح.*** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري –تيزي وزو، الجزائر.
- حسانين. أحمد. (2000). ***قلق المستقبل وعلاقته بعض المتغيرات النفسية***. رسالة ماجستير غير منشورة, جامعة المنيا, مصر.
- حسين, طه. (2009). ***استراتيجيات الخجل والقلق الاجتماعي***, الأردن، عمان: دار الفكر.
- حسين, طه.(2007). ***العلاج النفسي المعرفي***, ط1 الاسكندرية, دار الوفاء.
- خوج، حنان بنت أسعد محمد. (2002). ***الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة***. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.
- خوري، نسرين. (2019). ***الرفاه النفسي لدى مرتفعي ومنخفضي الشعور بالوحدة النفسية من المتقاعدين المصابين بارتفاع ضغط الدم.*** أطروحة دكتوراه غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد لمين دباغين سطيف، الجزائر.
- رضوان، سامر. (2001). القلق الاجتماعي دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق على عينات سورية. ***مجلة مركز البحوث التربوية***, ط1، المجلد 3، دمشق، سورية.
- زقوت، ماجدة محمد. (2011). ***هوية الذات وعلاقتها بالتوكيدية والوحدة النفسية لدى مجهولي النسب***. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية- غزة
- سعيد, ماسو.(2005). ***أثر توكيد الذات في تنمية الذات للطلبة ذوي القلق الاجتماعي في المرحلة الجامعية***. رسالة ماجستير غبر منشورة, كلية التربية الجامعة المستنصرية.
- شيبي، الجوهرة بنت عبد القادر. (2007). ***الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة***. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أم القرى، السعودية
- عابد، وفاء جميل دياب. (2008). ***الوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء في ضوء بعض المتغيرات النفسية***. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية غزة
- عبد الرزاق، أسامة حسن.(2020). إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة. ***المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية***، العدد 14، ص ص 210 -241.
- عبد الله. محمد. (2000). دراسة المظاهر الاساسية للقلق الاجتماعي وعلاقته بمتغيري النوع والتخصص, ***مجلة كلية التربية***, العدد 2 المجلد2.
- عكاشة، أحمد. (2003). ***الطب النفسي المعاصر***. القاهرة: مكتبة أنجلو المصرية.
- علي، خديجة حمو. (2012). ***علاقة الشعور بالوحدة النفسية بالاكتئاب لدى عينة من المسنين المقيمين بدور العجزة والمقيمين مع ذويهم-دراسة مقارنة ل 12 حالة-.*** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجزائر.

- لزرقي، خيرة. (2017). ***الوحدة النفسية عند اضطراب الشخصية الهستيرية –دراسة عيادية لحالتين بمركز معالجة الإدمان سعيدة-.*** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الدكتور طاهر مولاي ، الجزائر.
- محمد، ليا حسن ومحمد، سوهام حسين. (2019). ***الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة رايه رين.*** كوفارى زانكو بو زانسته مروفايه تييه كان، 23(6)، 45-61.
- مراكشي، مريم. (2014). ***استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين (فايسبوك-أنموذجاً)- دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة بسكرة-.*** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
- مرعي، زلفى محمد محمود. (2008). ***درجة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بكل من الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى طلبة السنة الثالثة في جامعات (القدس، بيرزيت، الخليل).*** رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة القدس، فلسطين.
- مريم، رجاء محمود والشمسان، منيرة عبد الله. (2017). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة في ضوء التخصص والتحصيل الدراسي. ***مجلة دراسات نفسية***، 27(4)، 563- 611.
- ملحم، مازن. (2010). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية- دراسة ميدانية -على عينة من طلبة جامعة دمشق-. ***مجلة جامعة دمشق***، 26(4)، 625-668.

المراجع الأجنبية:

- Bhagchandan, R.K. (2017). Effect of Loneliness on the Psychological Well-Being of College Students. ***International Journal of Social Science and Humanity***, 7(1), 60-64.
- Epkins, C,(2007), Affective confounding in social anxiety and Dysphonia in children : child, mother and father reports of itemizing behaviors ,social problems and competence, ***Domains journal of social clinical psychology***. (15),4 9-4.
- Erol, O .,& Cirak, N.S. (2019). Exploring the Loneliness ND Internet Addiction Level of College students based on Demographic Variables. ***Contemporary Educational Technology***, 10(2),156-172.
- Panda, S. (2016). Personality Traits and the Feeling of Loneliness of Post-Graduate University Students. The ***International Journal of Indian Psychology***, 3(1), 2349-3429.
- Shayna,L, larry D, Carol K .(2012). ***Annals of behavioral medicine*** ,(43) 3 , 393-393.

درجة ممارسة الأنشطة التربوية وعلاقتها بمهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس

إعداد الطالبة علا مهدي جمال

طالبة ماجستير في كلية التربية جامعة طرطوس

المشرف الرئيس : الدكتورة هيفاء إبراهيم – كلية التربية

المشرف المشارك : الأستاذة الدكتورة ريم سليمون – كلية التربية

الملخص

هدف البحث إلى تعرف درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس ومستوى مهارات فعالية الحياة لديهم، وتعرف العلاقة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية. ولتحقيق أهداف البحث تم بناء استبانة مؤلفة من (21) بند لممارسة الأنشطة التربوية، ومقياس فعالية الحياة مؤلف من (24) بند. تم تطبيقها على عينة بلغت (119) طالبة للعام الدراسي 2021/2020، استخدم البحث الحالي المنهج الوصفي.

أشارت نتائج البحث إلى أن درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة كلية التربية جاء بدرجة متوسطة، وكذلك مستوى مهارات فعالية الحياة جاء بدرجة متوسطة، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس.

Activities and its Relationship with Life Effectiveness Skills Among Students of the Faculty of Education at Tartous University.

ABSTRACT

The aim of research is to know the degree of practicing the educational activities among students of the Faculty of Education at Tartous University and the level of their life effectiveness skills, and to know the relationship between the practice of educational activities and life effectiveness skills among students of the Faculty of Education. In order to achieve the objectives of the research, a questionnaire consisting of (21) items was built to practice educational activities and life effectiveness scale consisting of (24) items, and applied to a sample of (119) students for the academic year 2020/2021. The current research uses the descriptive method.

The results of the search indicated that the degree of practicing the educational activities among students of the Faculty of Education was on average, and the level of their life effectiveness skills was on average. The results showed a positive correlation between the practice of educational activities and life effectiveness skills among students of the Faculty of Education at Tartous University

المقدمة:

يشهد عالم اليوم العديد من التحديات في جميع المجالات وخاصة في المجال التربوي، الذي حصل فيه تغيرات جذرية فرضتها متطلبات العصر وظروفه وأزماته، انعكس ذلك على مستوى ونوعية مدخلات التعليم وعملياته ومخرجاته، هذه التغيرات لابد أن تطال المعلم إعداداً وتأهيلاً وتدريباً، وإكسابه مهارات القرن الواحد والعشرين ليكون قادر على تأدية دوره التربوي بشكل فعال، هذه المهارات قد تبدو حديثة إلا أنها ليست كذلك بل اكتسبت الأهمية حديثاً نتيجة الحاجة لامتلاكها وضرورة ممارستها وإتقانها من قبل المعلم، ذلك أن انخفاضها سيترك آثاراً سلبية على ممارستهم التدريسية، وكون المعلم الأداة الأولى لتنمية مهارات التلاميذ في جميع التخصصات، كان لابد من توجيه الاهتمام أولاً إلى الطالب المعلم في كليات التربية، وتضمين هذه المهارات والقدرات والخبرات في برامج إعداد المعلمين قبل انخراطهم في مهنة التعليم، وإيصالها وتدريب الطلبة المعلمين عليها بطرائق وأساليب حديثة كالأنشطة التربوية.

وتعد كليات التربية محطات إعداد وتدريب وتأهيل للطلبة بصورة منظمة وموجهة للحياة، فهي تتولى مسؤولية إكسابهم القيم والسلوكيات والعادات السليمة، وتزويدهم بالكفايات التدريسية والشخصية والمهارات الأكاديمية والاجتماعية التي تتطلبها الحياة المهنية، وتتنوع الوسائل التي تستخدمها كليات التربية في الوصول إلى ذلك، وتأتي الأنشطة التربوية في مقدمة هذه الوسائل حيث تؤدي دوراً حيوياً في بناء شخصية الطالب من جميع الجوانب بما يتماشى مع التوجهات التربوية الحديثة التي جعلت المتعلم محوراً للعملية التعليمية التعلمية والعنصر الفاعل والأساس في مختلف الفعاليات والمواقف التربوية.

وتعد الأنشطة التربوية إحدى مكونات المنهج الحديث بمضمونه الواسع الذي لا يقتصر على المعلومات والمعارف التي يقدمها الكتاب الجامعي، بل يقوم على أساس نشاط الطلاب وإيجابيتهم ومشاركتهم في مختلف الأمور المرتبطة بالتربية والتعليم، إذ أصبح وسيلة لإثراء المنهج من خلال إدارة الطلاب لمكوناته بيئتهم بهدف اكتساب الخبرات المعرفية بطرقها المباشرة، إذ تجعل الأنشطة التربوية الجامعة مجتمعاً متكاملاً يتدرب فيه الطلاب على الحياة المجتمعية، يكتسبون من خلالها خبرات وتجارب متعددة تساعدهم على تحمل مسؤولياتهم الاجتماعية المنوطة بهم، وتبث فيهم روح الجماعة وتدربهم على القيادة والتعاون والتفاهم المتبادل (شاذلي وآخرون، 2019، 264)، وعرفت دائرة المعارف الأمريكية الأنشطة التربوية بأنها مجموعة البرامج التي تنفذ بإشراف الجامعة، وتتناول كل ما يتصل بالحياة الجامعية، ونشاطاتها المختلفة ذات العلاقة بالمواد الدراسية أو الجوانب الاجتماعية والبيئية، أو الجماعات ذات الاهتمامات الخاصة بالنواحي العلمية أو الرياضية أو الموسيقية أو المسرحية أو المطبوعات المدرسية وغيرها(الفرح ودبابنة، 2011، 13)، وتعد الأنشطة التربوية أحد الوسائل التربوية الحديثة لتحقيق الكثير من أهداف التربية بشكل فعال، فهي ليست مادة دراسية منفصلة عن المواد الدراسية الأخرى، إنما جزءاً مهماً من المنهج بمعناه الواسع الذي يترادف فيه مفهوم المنهج والحياة الدراسية

لتحقيق النمو الشامل المتكامل والتربية المتوازنة (مزيو، 2014، 567)، فهي وسيلة وحافز لإثراء المنهج وإضفاء الحيوية عليه عن طريق تعامل الطلبة مع البيئة وإدراكهم لمكوناتها المختلفة من طبيعية وإنسانية ومادية بهدف اكسابهم الخبرات الأولية التي تؤدي لتنمية معارفهم وقيمهم واتجاهاتهم بطريقة مباشرة، ويتعلم الطلبة من خلال النشاط أشياء يصعب تعلمها في الفصل، فعن طريق هذا النشاط يمكن أن يتزود الطلبة بالمهارات والخبرات الاجتماعية والخلقية والعلمية والعملية التي لا يتسنى لهم غالباً اكتسابها في الفصل مثل التعاون مع الغير وتحمل المسؤولة وضبط النفس وغيرها، وتثير استعداد الطلبة للتعلم وتجعلهم أكثر قابلية لمواجهة المواقف التعليمية (إسماعيل، وإبراهيم، 2005، 19، 23).

وتسهم الأنشطة التربوية في تنمية قدرات الطلبة الابتكارية وتعزيز الاتجاهات الإيجابية نحو التعاون والتآزر وحب العمل واستثمار وقت الفراغ بما ينفعهم (موسى وحميد، 2016، 164)، كما تزود طلبة الجامعة بالعديد من المهارات كمهارات التواصل الاجتماعي الفعال والإيجابية نحو الآخرين وتقبلهم، والمهارات اللازمة للحياة والإنجاز الأكاديمي والتفوق الدراسي، والقدرة على اتخاذ القرار والاتزان الانفعالي والترويح عن النفس (مخامرة، 2016، 40)، وأظهر الطلاب المشاركون في الأنشطة اللاصفية نجاحاً أكاديمياً وشخصياً خاصة في مجالات إدارة الوقت ومهارات القيادة وحققوا تطوراً اجتماعياً وزيادة الاهتمام بالمشاركة المجتمعية (Christison, 2013, 17)، ومن المهارات التي ظهرت حديثاً في الميدان التربوي مهارات فعالية الحياة Life Effectiveness Skills.

ويقصد بفعالية الحياة مدى تصور الأفراد لفعاليتهم في العمليات النفسية والسلوكية اللازمة للقيام بالمهام المختلفة واللازمة لكي يعيشوا حياة ناجحة (Neill, et, al. 2003). وتشير إلى اعتقاد الفرد بأنه يمتلك الكفاءات النفسية والسلوكية اللازمة التي تمكنه من أن يكون فعالاً في أي موقف (Bloemhoff, 2016).
وتتضمن فعالية الحياة مجموعة مهارات متعددة الأبعاد وديناميكية وعامة يمكن تنميتها نظرياً وعملياً، تمثل في مجموعها مهارات إدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، ودافعية الإنجاز، والمرونة الفكرية، وقيادة المهمة، والضبط العاطفي، والمبادرة النشطة (Neill, 2008; & Verešová, et, al. 2013)، ويرى الفيل (2018) أن هذه المهارات هي التي تمكن الطالب الجامعي من أن يكون ماهراً ومنتجاً، كما تساعده على حسن التصرف في المواقف التي يتعرض لها، كذلك تساعده على حل المشكلات التي تواجهه في مختلف جوانب حياته الشخصية والأكاديمية (الفيل، 2018، 18)، وهي إمكانيات الطالب الجامعي لكي يعيش حياته بفعالية وهدف، حيث تؤثر القدرات والمهارات الشخصية التي يمتلكها على فعالية الحياة لديه (المرشود، 2020، 16).

ويحاول البحث الحالي دراسة العلاقة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية.

مشكلة البحث:

يعد الطالب المعلم في كليات التربية أهم شريحة مجتمعية، كونه المسؤول الأول عن إعداد وتأهيل جيل المستقبل وتزويده بمهارات القرن الحادي والعشرين، ولذلك يجب ألا يقتصر المنهاج الجامعي على مجرد مساعدة الطلبة على النجاح الدراسي في المقررات، إنما إضافة إلى ذلك إكسابهم المهارات الأدائية والتدريسية والاهتمام بالجوانب الشخصية والقدرات الذاتية والفكرية والخبرات العملية التي يحتاجونها كأفراد ومعلمين في حياتهم الشخصية والمهنية، ويمكن أن يتحقق ذلك بتجاوز حدود القاعات الدراسية إلى أنشطة وفعاليات وبرامج ومواقف متنوعة تسمح للطلبة المشاركة بتنمية شخصيتهم تنمية شاملة متوازنة.

وتحظى الأنشطة التربوية كرافد أساسي للعملية التعليمية التعلمية باهتمام كبير من قبل المسؤولين باعتبارها جزءاً من المهام الرئيسة للجامعة في رعاية الطلاب وتنمية مهاراتهم ومواهبهم، كأنشطة الاتحاد الوطني لطلبة سورية التي تعقد في الجامعة من لقاءات وحواريات وندوات تثقيفية ومناظرات أدبية ونشاطات رياضية إلى المعارض الفنية للوسائل التعليمية لطلبة السنة الرابعة في كلية التربية ومعارض الكتب والمسابقات الشعرية وغيرها من الأنشطة، ولكن لاحظت الباحثة ومن خلال عملها في الكلية أن مستوى مشاركة الطلاب في الأنشطة الجامعية دون المستوى المطلوب ولا يتناسب مع كثافة الأنشطة المقدمة وتنوعها والجهود المبذولة لإنجاحها، وأظهرت بعض الدراسات كدراسة كل من زغب (2009) والكنج (2015) ومخامرة (2016) والجمل (2019) إلى أن درجة ممارسة طلبة الجامعة كانت متوسطة، في حين أظهرت دراسة شوشان وختاش (2015) ومكفس وشوشان (2017) أن درجة ممارسة الأنشطة في الجامعة ضعيفة، ما دفع الباحثة للقيام بدراسة استطلاعية للكشف عن ممارسة الأنشطة في الكلية من خلال مجموعة من الأسئلة على عينة من الطلبة، وبينت النتائج أن 67 % من الطلبة لا يشاركون بالأنشطة التي تقيمها الكلية وذلك لضيق الوقت وكونها لا ترتبط بالجانب العملي كثيرا حسب رأيهم، بينما 73 % منهم وجد أن ازدحام البرنامج الدراسي يمنعهم من المشاركة بالأنشطة، ومن خلال تعامل الباحثة مع الطلبة وتدريسهم لاحظت أنه هناك عدم اهتمام بالمشاركة بالأنشطة التي تنظمها الكلية، مما انعكس على مستواهم الأكاديمي وحرمهم من فرص الاستفادة من الخبرات التي توفرها الأنشطة والمهارات التي يحتاجونها في الحياة اليومية والعملية ومن ثم اكسابها لتلاميذهم فيما بعد، وأظهروا نوعاً من اللامبالاة وقلة الاهتمام بواجباتهم الدراسية، وافتقارهم إلى بعض مهارات التواصل والتعاون مع زملائهم وأساتذتهم، وانعكاس ذلك على علاقاتهم الاجتماعية فيما بينهم ومع الآخر، بالنظر إلى حجم مسؤولياتهم وكون الطلبة في سنة التخرج ويمارسون التربية العملية التي هي ميدانهم لترجمة معارفهم النظرية في المواقف الصفية إلى خبرات عملية واقعية، فإن عدم ممارسة الأنشطة سيخلق لدى الطلبة معاناة حقيقة من شعور بفجوة بين ما مر بهم من خبرات في أثناء الإعداد وما يتعرضون له في حياتهم العملية من مواقف ومستجدات وهذا سينعكس على أدائهم كمعلم في الصف، مع ما يترافق ذلك من مشاعر القلق والخوف وانخفاض الدافعية لإنجاز المطلوب وعدم القدرة على ضبط أنفسهم وانفعالاتهم وإدارة وقتهم بالشكل الأمثل، كما سيضيع عليهم فرصة التدريب على مواقف

تدريسية واجتماعية مصغرة، وإذا لم يدرك الطالب أهمية هذه الأنشطة ومارسها برغبة واهتمام لن يتمكن من تطبيقها بشكل فعال مع تلاميذه والتشجيع عليها، وستبقى الأنشطة بأنواعها مجرد نشاط للتسلية والترفيه وتفقد قيمتها في تحقيق أهدافها التربوية، وأشار البطاشي (2019) إلى العمل على تشجيع ممارسة الأنشطة من خلال تهيئة العوامل اللازمة لإنجاح ممارستها والعمل على تجديد وتطوير الأنشطة فيقبل الطلاب على ممارستها بشكل فعال وعن قناعة بإبراز قيمتها وأهميتها في تنمية شخصية الطالب.

ونظراً لأهمية التكوين والإعداد الأكاديمي والمهني لطلبة معلم الصف ليكونوا على قدر المسؤولية والمهام المنوطة بهم في الميدان التربوي والتعليمي، تبرز الحاجة إلى تزويدهم ببعض المهارات، فمثلاً مشكلة الوقت تنشأ في كافة الأنشطة حيث لا يتسع الوقت لإنجاز كافة المهام المطلوبة، وأن النجاح في الإعطاء والتنفيذ العملي للدروس الصفية يسبقه توزيع جيد للوقت على المهام والأنشطة الصفية والتقويمية، والطلبة الذين يعانون من ضعف مهارات إدارة الوقت يكونون أقل قدرة على إنجاز أعمالهم وما ينتج عن ذلك من الغياب المستمر عن المحاضرات وتدني التحصيل والشعور بالتوتر والضيق، ومنه لابد من الاهتمام بتنمية مهارات إدارة الوقت، ويحتاج الطالب إلى أن يكون لديه مستوى عال من الدافعية للإنجاز، وينتج عن انخفاضها قلة الرغبة والاهتمام ببذل الجهد لتحقيق الأهداف وانخفاض كفاءة الأعمال المنجزة، وتتداخل دافعية الإنجاز مع المرونة الفكرية التي تساعدهم في تغيير استجاباتهم والتكيف مع الظروف الجديدة، وينتج عن انخفاضها عدم القدرة على تقبل الآراء المغايرة والشعور بالتوتر لكثرة الواجبات وتخلق صعوبات في التكيف مع الظروف الجديدة خاصة لدى الطلبة المعلمين عن الانتقال من بيئة الجامعة إلى بيئة المدرسة، كما لابد اكتسابهم مهارات الضبط الانفعالي لأن الافتقار إلى هذه المهارات سيؤثر سلباً على الاتصال الفعال مع الآخرين وإذا لم يقدر الطالب المعلم على فهم مشاعره وأحاسيسه لن يتمكن من السيطرة عليها وضبطها وأيضاً لن يتمكن من التعرف إلى مشاعر وانفعالات المحيطين به من الزملاء والتلاميذ، فالحالة الانفعالية ستؤثر على أدائه المهني وقدرته وكفاءته الاجتماعية وإدارة المواقف الاجتماعية المختلفة، وغيرها من مهارات فعالية الحياة التي نادراً ما يتم تناولها بالبحث والدراسة (Neill, j, 2008B, 48)، ولندرة الأبحاث التي تناولت هذه المهارات في البيئة العربية وبناءً على توصيات العديد من الدراسات بالاهتمام بتنمية هذه المهارات لدى طلبة الجامعة، مثل دراسة المرشود (2020) التي أوصت بتقديم ورش لطلاب الجامعات تختص بتدريبهم على هذه المهارات، وكذلك أوصت الدراسات بدراسة واقع ممارسة الأنشطة التربوية في الجامعات، كدراسة زغب (2009) والكنج (2015)، وبناء على ما سبق ذكره، تكون لدى الباحثة دافعاً لبحث العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة، وتتلخص مشكلة البحث الحالي بالسؤال الرئيس الآتي:

ما العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس ؟.

أسئلة البحث:

يسعى البحث إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟
- ما مستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟
- ما العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

- تعرف درجة ممارسة طلبة معلم الصف للأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس.
- تعرف مستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.
- تعرف العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

أهمية البحث:

تنبع أهمية هذا البحث من:

- أهمية الأنشطة التربوية كعنصر أساسي من عناصر المنهج الأكاديمي، ووسيلة لتنمية المعارف والمهارات وجعل العملية التعليمية أكثر متعة وفائدة.
- حداثة متغير مهارات فعالية الحياة في البيئة العربية عامة وفي البيئة السورية خاصة.
- الجدة التي يمتاز بها الموضوع، إذ يعد الدراسة الأولى على مستوى البيئة المحلية التي بحثت العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة الجامعة.
- أهمية الفئة العمرية التي يستهدفها البحث، فئة الشباب الجامعي - معلمي الصف - فهم عماد المجتمع وقوته.
- قد تفيد النتائج التي يسفر عنها البحث في بناء برامج قائمة على الأنشطة التربوية لرفع جودة إعداد معلمي مرحلة التعليم الأساسي، وتأهيلهم وإكسابهم المهارات التي يحتاجونها في التعليم والتعلم.

– قد يسهم في فتح المجال أمام دراسات جديدة تتناول الأنشطة التربوية وعلاقتها بمتغيرات أخرى لدى الفئة نفسها وفئات أخرى.

منهجية البحث:

نظراً لطبيعة البحث وظروفه استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.

مجتمع البحث وعينته:

تألف المجتمع الأصلي للبحث من جميع طلبة السنة الرابعة قسم معلم صف في كلية التربية في جامعة طرطوس للعام الدراسي (2020 / 2021) والبالغ عددهم (142)، تم تطبيق البحث على (119) طالبة في السنة الرابعة قسم معلم صف بعد استبعاد عينة الصدق والثبات التي بلغت (23) طالبة.

أدوات البحث:

إعداد أدوات البحث: تم بناء استبانة ممارسة الأنشطة التربوية بعد الاطلاع على الأدب النظري، حيث تكونت من (22) بند موزعة على محورين: المحور الأول يقيس مستوى ممارسة طلبة السنة الرابعة للأنشطة التربوية، بينما المحور الثاني يقيس واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس، وكانت بدائل البنود وفق سلم ليكرت الثلاثي (مرتفع، متوسط، ضعيف) وأعطيت الأوزان الآتية (3 ، 2 ، 1) على الترتيب.

واعتمدت الباحثة مقياس مهارات فعالية الحياة الذي أعده نيل (Neill, 2008) بعد ترجمته إلى اللغة العربية وعرضه على المختصين في اللغة الإنكليزية، وتكون من (24) بند موزعة على ثمانية محاور مع ثلاثة بدائل ممكنة لكل بند هي (دائماً، أحياناً، نادراً) أعطيت الأوزان الآتية (3 ، 2 ، 1) على الترتيب، أما معيار الحكم على متوسط الاستجابات على الأداتين كان وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي، فقد قُسِّم المعيار إلى ثلاث فئات متساوية، وحُدّدت النقاط الفاصلة على التدرج، من خلال حساب المدى (الدرجة الأعلى للمقياس – الدرجة الأدنى للمقياس) أي (2 = 1 – 3)، ومن ثم التقسيم إلى ثلاثة مستويات (0.66 = 3 ÷ 2)، والجدول(1) يوضح ما سبق.

الجدول(1): معيار الحكم على متوسط الاستجابات على الأداتين وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي.

المتوسط الحسابي	1 – 1.66	1.67 – 2.33	2.34 - 3
درجة الإجابة	منخفضة	متوسطة	مرتفعة

الخصائص السيكومترية لأدوات البحث:

1. **صدق وثبات استبانة الأنشطة التربوية:** للتأكد من صدق المحكمين، تم عرض استبانة الأنشطة التربوية على مجموعة من الخبراء والمختصين، للتأكد من الصياغة

اللغوية للبنود ووضوحها ومناسبتها، وتم الأخذ بآرائهم، وعدلت بعض البنود وحذف بعضها الآخر إلى أن أخذت صورتها النهائية، وأما صدق الاتساق الداخلي تم حساب قيمة معامل الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية لاستبانة الأنشطة التربوية، وتبين أن جميع البنود متسقة ومناسبة باستثناء البند رقم (16) "أختار النشاط الذي سأشارك فيه بحرية" ولذلك تم استبعاده وبذلك تكونت الاستبانة بصورتها النهائية من (21) بند، يتضمن المحور الأول والذي يقيس مستوى ممارسة طلبة السنة الرابعة للأنشطة التربوية البنود (20،18،16،15،14،11،10،6،5)، بينما يتضمن المحور الثاني والذي يقيس واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس البنود (21،17،13،12،9،8،7،4،3،2،1)، وللتأكد من ثبات الاستبانة قامت الباحثة بتطبيقها على عينة بلغت (23) طالبة في كلية التربية، ثم استخدام معامل ألفا كرونباخ لإيجاد قيمة الثبات والتي بلغت (0.89) وهذا يدل على تمتع الاستبانة بدرجة جيدة من الثبات.

2. **صدق وثبات مقياس مهارات فعالية الحياة**: للتأكد من صدق المحكمين، تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين، للتأكد من الصياغة اللغوية للبنود ووضوحها ومناسبتها، وتم الأخذ بآرائهم، وعدلت بعض البنود وحذف بعضها الآخر إلى أن أخذ صورته النهائية، وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم حساب قيمة معامل الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس وتبين أن جميع البنود متسقة ومنسبة وأيضاً أوجدت الباحثة قيمة معامل الارتباط بين كل الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس وتبين أن جميع هذه المحاور مناسبة، ثم قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغت (23) طالبة في كلية التربية للتأكد من ثبات المقياس، وبلغت قيمة معامل ألفا (0.94)، وهذا يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات، وبذلك أصبحت الأدوات جاهزة لقياس ما وضعت لقياسه، إذ يمكن تعميم النتائج على أفراد عينة البحث.

حدود البحث:

- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق البحث خلال الفصل الثاني من العام الدراسي 2021/2020.
- **الحدود المكانية:** جامعة طرطوس / كلية التربية / قسم معلم الصف.
- **الحدود البشرية:** اقتصر البحث الحالي على عينة من طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف.
- **الحدود الموضوعية:** الأنشطة التربوية، مهارات فعالية الحياة.

مصطلحات البحث:

- **الأنشطة التربوية (Educational Activities):**

البرامج التي تنظمها الجامعات متكاملة مع البرامج التعليمية والتي يقبل عليها الطلبة برغبة ويزاولونها بشوق وميل تلقائي، بهدف تحقيق أهداف تربوية معينة، سواء

ارتبطت هذه الأهداف بتعليم المواد الدراسية أو باكتساب خبرة أو مهارة، أو اتجاه علمي أو عملي داخل الصف أو خارجه، وأثناء اليوم الدراسي، أو بعد انتهاء الدراسة، على أن يؤدي ذلك إلى نمو في خبرة الطالب وتنمية هواياته وقدراته في الاتجاهات التربوية والاجتماعية المرغوبة. (الفرح، ودبابنة، 2011، 28)، وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على استبانة ممارسة الأنشطة التربوية التي قامت الباحثة بإعدادها للبحث الحالي.

- **مهارات فعالية الحياة Life Effectiveness Skills :**

هي مجموعة المهارات التي تمكن الفرد من أن يكون ماهراً ومنتجاً، تساعده على حسن التصرف في المواقف التي يتعرض لها، وعلى حل المشكلات التي تواجهه في مختلف جوانب حياته الشخصية والأكاديمية، هذه المهارات هي إدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، ودافعية الإنجاز، والمرونة الفكرية، وقيادة المهمة، والضبط العاطفي، والمبادرة النشطة، والثقة بالنفس (الفيل، 2018، 18)، وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس مهارات فعالية الحياة الذي استخدمته الباحثة في البحث الحالي.

دراسات سابقة:

تستعرض الباحثة فيما يأتي بعض الدراسات ذات الصلة بموضوع البحث التي تيسر لها الاطلاع عليها مرتبة من الأقدم إلى الأحدث:

- **دراسة زغب (2009) بعنوان "مدى ممارسة طلبة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية في فلسطين".**

هدفت إلى تعرف مدى ممارسة طلبة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية، وتكونت عينة الدراسة من (319) طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والاستبانة كأداة للبحث، أظهرت النتائج أن مدى ممارسة طلبة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية كانت متوسطة في جميع مجالات الدراسة.

- **دراسة فرومان، واريولد (2009) Frouman; &Waryold بعنوان "تأثير برامج التوجيه في الهواء الطلق على فعالية الحياة لدى طلبة الجامعة في Impact of A Wilderness Orientation Program on College Student's Life Effectiveness."**

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن فعالية برامج التوجيه التي يتم تقديمها في الهواء الطلق في تنمية فعالية الحياة، حيث تم تقديم برنامج لمدة (4) أيام في جامعة جنوب شرق الولايات المتحدة، تم تطبيق المنهج التجريبي على ثلاث مجموعات من الطلاب، واعتمد على استبيان فعالية الحياة، وأظهرت النتائج أن مجموعتين من الطلاب المشاركين لديهم درجات أعلى على الاستبيان كإدارة الوقت والتحكم العاطفي.

- **دراسة شوشان وختاش (2015) بعنوان "واقع ممارسة الأنشطة الطلابية بالجامعة الجزائرية دراسة استكشافية بجامعة باتنة في الجزائر".**

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف واقع ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية بأنواعها (النشاط الثقافي، العلمي، الرياضي، الاجتماعي، النقابي)، استخدم الباحث استبيان لقياس درجة ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية، وزعه على عينة بلغت (400) طالب وطالبة، مستخدماً المنهج الوصفي، أظهرت النتائج أن الطلبة الجامعيين يمارسون الأنشطة الطلابية بدرجة ضعيفة، وأن الأنشطة الأكثر ممارسة هي الأنشطة العلمية.

- **دراسة الكنج (2015) بعنوان "مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في جامعة دمشق في الأنشطة الجامعية في سورية".**

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في جامعة دمشق في الأنشطة الجامعية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وطبق مقياس مشاركة الطالب في الأنشطة الجامعية، وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (473) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في الأنشطة الجامعية هي بدرجة متوسطة.

- **دراسة حمود، وزيود (2016) بعنوان "دور الأنشطة الجامعية في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في حمص".**

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى المشاركة في الأنشطة الجامعية وتعرف مستوى المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في جامعة البعث، وتوضيح العلاقة بين المشاركة في الأنشطة الجامعية ومستوى المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي في جامعة البعث، وتكونت عينتها من (425) طالباً وطالبة، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي التحليلي، وكان من أهم نتائجها أن نسبة الطلبة المشاركة في الأنشطة الطلابية قليلة، والوزن النسبي لمستوى المسؤولية الاجتماعية (81.91%) وهو مستوى عالٍ نسبياً، وتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى المشاركة في الأنشطة الطلابية ومستوى المسؤولية الاجتماعية لدى الطلبة الجامعيين.

- **دراسة مخامرة (2016) بعنوان "الأنشطة الطلابية بجامعة الخليل في ضوء آراء طلبة كلية التربية في فلسطين".**

هدفت الدراسة إلى تعرف واقع ممارسة طلبة كلية التربية بجامعة الخليل للأنشطة الطلابية ومعوقاتها من وجهة نظرهم، تم اختيار عينة عشوائية طبقية بلغت (123) طالباً وطالبة بجامعة الخليل، وأظهرت النتائج أن درجة ممارسة الأنشطة الطلابية جاءت بدرجة متوسطة.

- **دراسة كوسماس، وآخرون Cosmas, et, al. (2016) بعنوان "فعالية الحياة وموقف الشباب نحو برنامج التنمية الإيجابية" & Life Effectiveness Attitude Towards the Psy4life Program.**

وتهدف إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في (8) أبعاد من أبعاد فعالية الحياة، وأظهرت النتائج وجود فروق كبيرة بين الذكور والإناث في (3) أبعاد وهي الدافعية للإنجاز، المرونة الفكرية، قيادة المهمة.

- **دراسة مكفس، وشوشان (2017) بعنوان "ممارسة طلبة الجامعة للأنشطة الطلابية وعلاقتها باتجاهاتهم نحو الدراسة".**

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف واقع ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية بأنواعها (النشاط الثقافي، العلمي، الرياضي، الاجتماعي، النقابي)، وعلاقة ذلك باتجاههم نحو الدراسة، حيث صمم الباحث استبانة لتحديد درجة ممارسة الطلاب للأنشطة الطلابية واستبانة لقياس اتجاههم نحو الدراسة ووزعه على (700) طالباً وطالبة، واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت إلى أن الطلبة الجامعيين يمارسون الأنشطة الطلابية بدرجة ضعيفة، واتجاههم نحو الدراسة إيجابي.

- **دراسة رحمن، وآخرون (2017) Rahman, et, al. بعنوان "تعزيز مهارات فعالية الحياة: أثر طول البرنامج في معسكر التعليم في الهواء الطلق" في ماليزيا. Enhancing Life Effectiveness Skills; Impacts of Length of Program in Outdoor Education Camp.**

هدفت الدراسة إلى فحص آثار طول البرنامج التعليمي في الهواء الطلق على مهارات فعالية الحياة بين طلاب اثنين من الجامعات الحكومية في ماليزيا، واستخدمت مقياس فعالية الحياة وطبق على (256) مشاركاً، وأظهرت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية للعامل النفسي لفعالية الحياة على طول البرنامج لكلا الجامعتين.

- **دراسة الفيل (2018) بعنوان "تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة لدى طلاب التربية الفنية لكلية التربية النوعية – جامعة الإسكندرية" في مصر.**

هدفت الدراسة إلى تعرف تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة لدى طلاب التربية الفنية لكلية التربية النوعية، اعتمدت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدمت اختبار الذكاء الإبداعي ومقياس مهارات فعالية الحياة إضافة إلى البرنامج التعليمي القائم على التعلم خارج الصف، بلغت العينة (41) طالب، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0,05) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي لمهارات فعالية الحياة.

- **دراسة الجمل (2019) بعنوان "درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية من منظور تربوي إسلامي في فلسطين".**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية من منظور تربوي إسلامي، استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم استبانة مكونة من (35) بنداً وزعت على عينة بلغت (450) طالباً وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى أن درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية متوسطة.

- **التعقيب على الدراسات السابقة:** اتفقت دراسة كل من زغب (2009)، شوشان وختاش (2015)، الكنج (2015) ، حمود، وزيود (2016)، مخامرة (2016)، مكفس، وشوشان (2017)، الجمل (2019) من حيث الهدف إلى تعرف مدى ممارسة الأنشطة الطلابية ومشاركتهم بها، وأيضاً في العينة (طلبة الجامعة) وفي المنهج (الوصفي التحليلي)، وفي أداة البحث (الاستبانة) ماعدا دراسة مكفس وشوشان (2017) التي استخدمت أيضاً استبانة لقياس الاتجاه نحو الدراسة، بينما الدراسات التي تناولت فعالية الحياة اختلفت في الهدف كدراسة فرومان، واريولد Frouman; &Waryold (2009) والتي هدفت إلى الكشف عن فعالية برامج التوجيه في تنمية فعالية الحياة، وأيضاً دراسة رحمن، وآخرون(Rahman, et, al. 2017) التي هدفت إلى فحص آثار طول البرنامج التعليمي في الهواء الطلق على مهارات فعالية الحياة، ودراسة الفيل (2018) وهدفت الدراسة إلى تعرف تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة، وبذلك اختلفت هذه الدراسات عن غيرها في المنهج المتبع (المنهج التجريبي) واتفقت معها في العينة (طلبة الجامعة) وأداة البحث (مقياس فعالية الحياة والبرنامج) إضافة إلى ذلك استخدم الفيل (2018) اختبار الذكاء الإبداعي، وأما دراسة كوسماس، وآخرون Cosmas, et, al. (2016) اختلفت عن بقية الدراسات في أنها هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في أبعاد فعالية الحياة.

الرقم	البند	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الممارسة
محور مستوى ممارسة الأنشطة التربوية				
5	أشارك في التخطيط للأنشطة التي تقيمها الكلية.	1.47	0.63	منخفضة
6	تخصص أوقات ممارسة الأنشطة بما يناسب أوقات المحاضرات.	1.68	0.62	متوسطة
10	أجد الأنشطة مجرد تسلية ومضيعة للوقت.	2.30	0.61	متوسطة
11	تأخذ الأنشطة المقامة في الكلية من وقت استراحتي.	1.74	0.69	متوسطة
14	ازدحام اليوم الدراسي بالمقررات الدراسية يمنعني من المشاركة	2.30	0.62	متوسطة

	بالأنشطة التربوية.			
15	تشغلني الأنشطة عن حضور المحاضرات الجامعية.	1.95	0.57	متوسطة
16	أتلقى التشجيع من أعضاء هيئة التدريس للمشاركة بالأنشطة.	2.01	0.75	متوسطة
18	أتلقى توعية بأهمية ممارسة النشاط المقام في الكلية.	1.97	0.72	متوسطة
20	أشارك بالأنشطة التي تقام خارج الكلية كالمعارض والرحلات.	1.72	0.74	متوسطة
الدرجة الكلية للمحور الأول		**1.90**	**0.66**	**متوسطة**
محور واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية				
1	تنظم الكلية أنشطة متنوعة (ثقافية، أدبية، رياضية، فنية...)	1.57	0.60	منخفضة
2	تقيم الكلية أنشطة تربوية كافية.	1.67	0.53	متوسطة
3	تكون الأنشطة التي تقيمها الكلية ممتعة ومحببة للنفوس.	2.02	0.56	متوسطة
4	ترتبط الأنشطة التربوية في الكلية بالمواد الدراسية.	1.84	0.69	متوسطة
7	توجد محفزات مادية للممارسة الأنشطة التربوية.	1.45	0.62	منخفضة
8	توجد محفزات معنوية وشهادات مشاركة بالأنشطة.	2.11	0.69	متوسطة
9	تقتصر الأنشطة على نوع محدد كالثقافي أو الرياضي	2.32	0.63	متوسطة

	أو الفني فقط.			
12	توجد أماكن مخصصة للممارسة الأنشطة التربوية.	1.88	0.77	متوسطة
13	يتم التدريب الجيد على الأنشطة التي ستقيمها الكلية.	2	0.74	متوسطة
17	ترتبط المشاركة بالأنشطة بدرجات الجانب العملي للمقررات.	1.54	0.60	منخفضة
19	يتم الإعلان عن الأنشطة قبل انعقادها بفترة كافية.	2.45	0.65	مرتفعة
21	تتوافر الإمكانات المادية اللازمة للممارسة الأنشطة.	1.80	0.67	متوسطة
الدرجة الكلية للمحور الثاني		**1.88**	**0.64**	**متوسطة**
الدرجة الكلية للاستبانة		**1.89**	**0.65**	**متوسطة**

- ويتبين أن البحث الحالي يتفق مع جميع الدراسات التي تناولت الأنشطة في الهدف هو التعرف إلى مستوى ممارسة الأنشطة التربوية، وفي العينة (طلبة الجامعة) وأيضاً في المنهج الوصفي والأداة وهي الاستبانة، باستثناء دراسة الكنج (2015) استخدمت مقياس المشاركة في الأنشطة الجامعية ، ودراسة مكفس وشوشان (2017) استخدمت استبانة الاتجاه نحو الدراسة، بينما يختلف البحث الحالي مع الدراسات التي تناولت مهارات فعالية الحياة في الهدف وهو التعرف إلى مستوى مهارات فعالية الحياة، ويتفق معها في العينة (طلبة الجامعة)، وفي المنهج الوصفي مع دراسة كوسماس، وآخرون(2016) .Cosmas, et, al، ويختلف عن دراسة فرومان، واريولد (2009) Frouman; &Waryold، ودراسة رحمن، وآخرون (Rahman, et, 2017) .al، ودراسة الفيل (2018) في المنهج التجريبي، ويتفرد البحث الحالي بدراسة العلاقة بين ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية على صعيد الدراسات المحلية والعربية.

النتائج والمناقشة:

- **السؤال الأول: ما درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ؟**

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس عند كل بند من بنود الاستبانة، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول(2).

جدول (2): درجة ممارسة الأنشطة التربوية لدى طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ممثلة بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودرجة الممارسة.

من الجدول(2) نجد أن متوسط الدرجة الكلية للمحور الأول (مستوى ممارسة الأنشطة التربوية) بلغ (1.90) وبانحراف معياري بلغ (0.66)، أي أن الأنشطة التربوية تمارس بدرجة متوسطة لدى طلبة السنة الرابعة (عينة البحث) قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

تعزو الباحثة ذلك إلى عدم وعي الطلبة بأهمية المشاركة بالأنشطة التربوية وقيمتها العلمية والنظر إلى الأنشطة على أنها مجرد تسلية وضياع للوقت، إضافة إلى قلة توفر الحوافز المادية والمعنوية المشجعة لممارسة الأنشطة وعدم التنويع في الأنشطة التي تنظمها الكلية بما يلبي رغبات واهتمامات الطلبة المتنوعة، ومن جهة أخرى عدم ارتباط المشاركة في الأنشطة التربوية بدرجات الجانب العملي للمقررات رغم كثافة الجانب العملي في السنة الرابعة وضغط العمل في المدارس تزامناً مع إعداد مشروع التخرج وانشغال الطلبة بالدراسة النظرية وكثافة المناهج يضعف ممارسة الأنشطة.

وبالعودة إلى الجدول(2) نجد أن متوسط الدرجة الكلية للمحور الثاني (محور واقع إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية) بلغ (1.88) وبانحراف معياري بلغ (0.64)، أي أن مستوى إقامة الأنشطة التربوية في كلية التربية في جامعة طرطوس متوسط.

وتعزو الباحثة ذلك إلى قلة الأماكن المخصصة لممارسة الأنشطة التربوية وقد يكون بُعد هذه الأماكن عن الطلبة يحول دون مشاركتهم في الأنشطة، وضعف الميزانية المخصصة للأنشطة مع ضعف الحوافز المادية والمعنوية بالنسبة للطالب وأعضاء هيئة التدريس المشرفين على الأنشطة، كما أن البيئة الجامعية في كلية التربية غير ملائمة أحياناً لتفعيل الأنشطة والحاجة إلى توفير متطلبات محددة لتنفيذها، وأيضاً عدم وجود دليل واضح للأنشطة يوضح أهدافها في الكلية، وقد يرجع ذلك إلى غياب المشرف المتخصص من ذوي الخبرة للإشراف على الأنشطة يدفع الكلية لإقامة أنشطة محددة وعدم التجديد فيها.

كل ما سبق أثر على درجة ممارسة الأنشطة التربوية في كلية التربية إذ بلغ متوسط الدرجة الكلية للاستبانة (1.89) وبانحراف معياري (0.65)، أي أن الأنشطة التربوية تمارس بدرجة متوسطة لدى طلبة السنة الرابعة (عينة البحث) قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

وقد ترجع هذه النتيجة ككل بالإضافة إلى ما سبق ذكره إلى عدم ملائمة أوقات الأنشطة سواء داخل الكلية أو خارجها مع البرنامج الأكاديمي المكثف مع عدم وجود سكن

جامعي للطبة من المناطق الريفية البعيدة وأزمة المواصلات التي تشهدها البلاد، كما أن الظروف الاقتصادية والصحية السيئة وانتشار وباء كوفيد 19 فرضت مجموعة من الإجراءات لعدم التشدد في الزام الطلبة على الحضور والاكتفاء بتقديم الوظائف دون النظر إلى أهمية المشاركة الفعلية كل ذلك أثر سلباً على مشاركة الطلبة بالأنشطة التربوية والفعاليات التي تنظمها الكلية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من زغب (2009)، والكنج (2015) ومخامرة (2016) والجمل (2019)، وتختلف عن دراسة حمود، وزيود (2016) التي أظهرت أن نسبة المشاركة في الأنشطة التربوية لدى طلبة الجامعة قليلة.

- **السؤال الثاني: ما مستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس؟**

للإجابة عن هذا السؤال حُسب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس عند كل بند من بنود المقياس، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول(3).

جدول (3): ممارسة مهارات فعالية الحياة لدى طلبة السنة الرابعة قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ممثلة بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودرجة الممارسة.

الرقم	البند	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الممارسة
1	أخطط وأستخدم وقتي بفعالية.	1.53	0.60	منخفضة
2	أنا ناجح في المواقف الاجتماعية.	2.04	0.66	متوسطة
3	عندما أعمل في مشروع ما، أفعل أفضل ما لدي للحصول على أفضل النتائج.	2.32	0.63	متوسطة
4	أغير آرائي وأفكاري بسهولة إذا كان هناك أفكار أفضل.	1.47	0.64	منخفضة
5	يمكنني جعل الناس تعمل من أجلي.	1.70	0.64	متوسطة
6	أبقى هادئاً في المواقف الضاغطة.	1.88	0.71	متوسطة
7	أحب أن أكون نشطاً في الأشياء التي أشارك فيها.	2.64	0.48	مرتفعة
8	أعتقد أن لدي القدرة لفعل الأشياء التي أريدها.	2.36	0.69	مرتفعة
9	لدي استراتيجية خاصة بإدارة الوقت.	1.52	0.60	منخفضة

10	أتواصل جيداً مع الناس.	2.14	0.63	متوسطة
11	أبذل قصارى جهدي في إنجاز أعمالي.	2.01	0.75	متوسطة
12	أنا قادر على أن أكون متكيف ومرن في تفكيري وآرائي.	1.90	0.61	متوسطة
13	كقائد أحفز الآخرين جيداً عند الحاجة للقيام بالمهمة.	2.24	0.62	متوسطة
14	أبقى هادئاً عندما تسوء الأمور.	1.92	0.72	متوسطة
15	أحب المبادرة في كافة المواقف.	2.22	0.61	متوسطة
16	أعتقد أنني أستطيع النجاح دوماً.	2.30	0.54	متوسطة
17	الوقت مهم بالنسبة لي.	1.72	0.74	متوسطة
18	أنا مؤهل في المواقف الاجتماعية.	2.04	0.60	متوسطة
19	أحاول الحصول على أفضل نتيجة عندما أفعل الأشياء.	1.65	0.65	منخفضة
20	أنا شخص منفتح على الأفكار الجديدة.	1.46	0.64	منخفضة
21	أنا قائد جيد عندما تتطلب المهمة ذلك.	2.20	0.60	متوسطة
22	أبقى هادئاً وأتغلب على القلق في المواقف الجديدة أو المتغيرة.	1.92	0.69	متوسطة
23	أبدو شخصاً نشطاً وحيوياً.	2.38	0.60	مرتفعة
24	عند البدء بتنفيذ عمل ما، أكون على ثقة بأنني سأنجح.	2.42	0.57	مرتفعة
الدرجة الكلية للاستبانة		**1.99**	**0.63**	**متوسطة**

من الجدول(3) نجد أن متوسط الدرجة الكلية على مقياس مهارات فعالية الحياة بلغ (1.99) وبانحراف معياري (0.63)، أي أن طلبة السنة الرابعة (عينة البحث) قسم معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس يتمتعون بمستوى متوسط من مهارات فعالية الحياة.

تعزو الباحثة المستوى المتوسط من مهارات فعالية الحياة لدى الطلبة إلى وجود ضعف واضح في بعض المهارات كإدارة الوقت نتيجة لكثرة المشتتات والضغوط في محيط الطلبة في الفترة الأخيرة وعدم الوعي بثقافة الوقت واستخدامه الجيد نتيجة الافتقار لموضوعات تدريبية في المقررات الجامعية، وأيضاً المرونة الفكرية المنخفضة نتيجة لكثرة المهام وتعدد الواجبات وكثرة الضغوط في السنة الرابعة والتي تختلف عن السنوات السابقة لها من المواظبة في التربية العملية وحضور المحاضرات وتجهيز مشروع التخرج ضمن وقت محدد هذا يتطلب من الطالب قدرة على تغيير وجهة التفكير بما يناسب المهمة وتأدية المطلوب منه بشكل مناسب وأيضاً طريقة الإعداد سابقاً في المراحل التعليمية ونوعية الاختبارات التي تعتمد على قوالب جامدة، في حين نجد أن هناك مستوى متوسط من مهارات الكفاءة الاجتماعية وقيادة ودافعية الإنجاز والضبط العاطفي هذه

المهارات الثلاث قد تكون نتيجة التواجد في المدارس في مواقف اجتماعية تتطلب تحمل المسؤولية وإدارة الموقف والتعامل معه بالشكل الأمثل والتواصل مع الآخرين(مدراء المدارس والمعلمات والتلاميذ) والتفاعل معهم، وإن وقوف الطالب المعلم أمام تلاميذه يدفعه لتقديم أفضل ما لديه وتحقيق النجاح والتميز والتنافس بين الطلاب يحسن من دافعية الإنجاز لديه وساعدهم على التعرف على مشاعرهم وأحاسيسهم والتحكم بها وضبطها وفهم مشاعر الأخرين وتقديرها، كما أن مشاركتهم في بعض الأنشطة في الكلية قد ساهم في تطوير هذه المهارات.

وأيضاً اختيار فرع معلم الصف كأحد البرامج الجامعية عن رغبة واهتمام كان له أثر في ارتفاع مستوى بعض المهارات، فارتفاع مستوى مهارة المبادرة النشطة والثقة بالنفس قد يكون نتيجة الرغبة في إظهار أفضل ما لديهم أثناء القيام بنشاط معين وبشكل طوعي، كما أن بعض المقررات تعرف بالثقة بالنفس وكيف يمكن تنميها وتشجع عليها، وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة فرومان، واريولد (Frouman; &Waryold (2009 التي أظهرت أعلى الدرجات في مهارتي إدارة الوقت والضبط العاطفي.

- **السؤال الثالث: ما العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس ؟.**

لدراسة العلاقة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالة الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس، استخدمت الباحثة معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول(4).

جدول(4): معامل الارتباط بيرسون ودلالته لدى إجابات عينة البحث حول العلاقة بين درجة ممارسة الأنشطة التربوية ومستوى مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس.

المجال	العينة	معامل الارتباط بيرسون	قيمة الاحتمال	القرار
درجة ممارسة الأنشطة التربوية	**119**	**0.328**	**0.006**	**دال***
مستوى مهارات فعالية الحياة				

* عند مستوى دلالة 0.01.

من الجدول(4) يتبيّن وجود علاقة ارتباط موجبة بين درجة ممارسة الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف في كلية التربية في جامعة طرطوس، وهو ارتباط دال، إذ بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.328)، ومستوى الدلالة (0.006)، وهو أقل من (0.05).

وتعزو الباحثة العلاقة الارتباطية الموجبة بين الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة بالدرجة الأولى إلى طبيعة الأنشطة نفسها، فمن أهم أهداف النشاط الطلابي الجامعي إدماج الطلبة مع بعضهم وتشجيعهم على الاتصال مع الآخرين، وتنمية الاتجاهات المرغوب بها عن طريق ممارسة هذه الأنشطة مثل حسن القيادة (الفرح، ودبابنة، 2011، 25) وهذه تعكس بعضاً من مهارات فعالية الحياة، كما يساعد

النشاط المتعلم على تعلم المهارات الأكاديمية واكتساب الثقة بالنفس ومن خلال النشاط يتعلم الطالب خبرات ومهارات وقدرات يصعب تعلمها داخل الفصل الدراسي مثل ضبط النفس والتحكم بها والسيطرة على الانفعالات والقدرة على إدارة المواقف الاجتماعية والتواصل الجيد مع الآخرين والتأثير بهم، وأداء المهام المنوطة بهم بالشكل الأمثل، وهذه أيضاً تعكس بعضاً من مهارات فعالية الحياة، ومن جهة أخرى إن الاشتراك طواعية بنشاط معين وبرغبة يزيد من الدافعية للإنجاز وبذل كل الجهد للحصول على أفضل النتائج والمثابرة على ذلك من كل ما يقومون به، وقد يكسبهم القدرة على ترتيب الأولويات وحسن استغلال الوقت والاستخدام الجيد لوقت فراغهم بما يعود بالفائدة عليهم، وبالتالي قد يرغبون في تحقيق المزيد من النجاح والإنجاز فيبادرون للقيام بالأعمال المختلفة والمشاركة بالأنشطة المتنوعة، ويشجعهم على تقبل وجهات النظر المختلفة والانفتاح على الآراء والأفكار الجديدة وتناول الموضوع من وجهات النظر المختلفة، مما يزيد من خبراته الاجتماعية والعلمية والثقافية ويجعلهم أقدر على قيادة الأخرين في المواقف المتنوعة، وهذا كله يعكس مهارات فعالية الحياة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الفيل (2018) التي أظهرت تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف والذي يعد نوع من الأنشطة التربوية اللاصفية، في تنمية مهارات فعالية الحياة.

المقترحات:

بناءً على النتائج السابقة تقترح الباحثة الآتي:

- إعداد برامج قائمة على الأنشطة التربوية لتنمية مهارات فعالية الحياة لدى طلبة معلم الصف.
- القيام بدراسات تتناول مهارات فعالية الحياة والتعريف بها والعمل على تعزيزها وتنميتها لدى طلبة الجامعة.
- القيام بدراسات تتناول كل من الأنشطة التربوية ومهارات فعالية الحياة لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بمتغيرات متنوعة.
- القيام بدراسات تتناول أسباب العزوف عن المشاركة في الأنشطة التربوية ومشكلات تنفيذها.
- القيام بتقييم شامل لواقع ممارسة الأنشطة التربوية بجميع مجالاتها والعمل على تطويرها وفقاً لذلك.

المراجع:

المراجع العربية:

- إسماعيل، محمد؛ وإبراهيم، منال. (2005). *الأنشطة المدرسية*. سورية: منشورات جامعة البعث، كلية التربية.
- البطاشي، ناصر. (2019). الأنشطة التربوية ودورها في بناء شخصية الطالب. *مجلة الفتح*، (77)، 289-325.
- الجمل، محمد كامل. (2019). درجة ممارسة طلبة جامعة الأقصى للأنشطة الرياضية من منظور تربوي إسلامي. *مجلة جامعة غزة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، *27*(3)، 87-111.
- حمود، علاء؛ وزيود، زينب. (2016). دور الأنشطة الجامعية في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب الجامعي. *مجلة جامعة البعث*، 38(22). 41-72.
- زغب، شرين. (2009). *مدى ممارسة جامعة القدس للأنشطة اللاصفية*. [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة القدس.
- شاذلي، ناهد؛ وأبو السعود، سعيد؛ وإسماعيل، طلعت؛ ومحمد، مي. (2019). متطلبات تفعيل دور الجامعة في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الطلاب من خلال ممارسة الأنشطة الطلابية. *مجلة كلية التربية بالزقازيق*، (104)، 247- 294.
- شوشان، عمار؛ وختاش، محمد. (2015). واقع ممارسة الأنشطة الطلابية بالجامعة الجزائرية. *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية*، *9*(12)، 411-426.
- الفرح، وجيه، ودبابنة، ميشيل. (2011). *الأنشطة التربوية وأساليب تطويرها*. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- الفيل، حلمي. (2018). تأثير برنامج تعليمي قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة لدى طلاب التربية الفنية بكلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية. *مجلة كلية التربية*، (177)، 12-73.
- الكنج، أحمد محمد. (2015). مستوى مشاركة طلبة كلية التربية في جامعة دمشق في الأنشطة الجامعية. *مجلة جامعة دمشق*، *31*(2)، 317-346.
- مخامرة، كمال. (2016). الأنشطة الطلابية بجامعة الخليل في ضوء آراء طلبة كلية التربية. *مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث*، *4*(1)، 39-51.
- المرشود، جوهرة. (2020). الإسهام النسبي لأبعاد الحكمة في التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فعالية الحياة لدى طالبات جامعة القصيم. *مجلة جامعة الملك عبد العزيز: الآداب والعلوم الإنسانية*، *28*(9)، 1-45.
- مزيو، منال (2014). الدور التربوي للأنشطة الطلابية في تنمية بعض المبادئ التربوية لدى طالبات المرحلة المتوسطة بتبوك. *مجلة العلوم التربوية*، (4)، 567-602.
- مكفس، عبد المالك؛ وشوشان، عمار. (2017). ممارسة طلبة الجامعة للأنشطة الطلابية وعلاقته باتجاهاتهم نحو الدراسة. *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية*، *7*(12)، 7-29.

- موسى، ابتسام؛ وحميد، رائدة. (2016). تقويم الأنشطة الصفية واللاصفية من وجهة نظر طلبة اللغة العربية في كلية التربية الاساسية - جامعة بابل العراقية. مجلة مركز *بابل للدراسات الإنسانية*، *6*(4)، 143-172.

المراجع الأجنبية:

- BLOEMHOFF, H. (2016). Impact of One-Day Adventure-Based Experiential Learning (AEL) Program on Life Effectiveness Skills of Adult Learners, South African *Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, *38*(2), 27-35.
- CHRISTISON**,** C. (2013). The Benefits of Participating in Extracurricular Activities. *BU Journal of Graduate Studies in Education, 5*(2), 7-20.
- COSMAS, G, & SEOK, C, & Hashmi, S. (2016). *Life effectiveness and Attitude towards the Psy4life Program*. DOI: 10.15405/epsbs.2016.05.3. 18-28. https://www.researchgate.net/publication/303099462_Life_effectiveness_and_Attitude_towards_the_Psy4life_Program
- FROUMAN, E, & WARYOLD, D. (2009). Impact of A Wilderness Orientation Program on College Student's Life Effectiveness. *Journal of outdoor recreation, education and leadership, 1*(2) 191-209.
- NEIL, J. (2008). Resilience & Outdoor Education. Keynote Presentation to the 1st Singapore Outdoor Education Conference, Dairy Fair Adventure Centre, Singapore, P 32-50.

- NEILL, J.T., Marsh, H.W. and Richards, G.E. (2003) The Life Effectiveness Questionnaire: Development and Psychometrics. University of Western Sydney, Sydney.
- RAHMAN, M, & RASYID, N, & HASHIM, A, & TAFF, M, & BASAL, M, & SHAFIE, M. (2017). Enhancing Life Effectiveness Skills; Impacts of Length of Program in Outdoor Education Camp. *Malaysian Journal of Sport Science and Recreation*, *13*(1), 13-20.
- VERESOVA, M, & CERESNIK, M, & MALA, D. (2013). Differences in Life Satisfaction in Relation to Sense of Coherence of Future Teacher. *Journal of Modern Education Review*, *3*(11), 839-851.

المراجع العربية باللغة الإنكليزية:

- ISMAIL, M; & IBRAHIM, M. (2005). School Activities. Syria: Al-Baath University Publication.
- ALBATASHI, N. (2019). Educational activities and their role in developing the personality of the student from the point of view of the specialists of the school activities at post-basic education in Muscat Governorate. *Al-Fateh magazine*, (77). 289-325.

- ALJAMAL, M. (2019). The degree of doing PE skills as in the holy Quran and El-Sunna for Al-Qsa students University. *Islamic University of Gaza Journal of Educational and Psychology Sciences*, *27*(3), 87-111.
- HAMOD, A; & ZAEOD, Z. (2016). The role of university activities in the development of social responsibility among university students. *Al-Baath University Journal*. 38(22), 41-72.
- ZOGHB, S. (2009). *The Extent of at Al-Quds University the students Practice of Extracurricular Activities*. [Unpublished Master Thesis]. Al-Quds University.
- SHAZLY, N, & ABU ALSAUD, S, & ISMAEL, T, & MOHAMMED, M. (2019). The Requirements of Activating the Role of The University in Developing the Social Responsibility of Students Through the Practice of Student Activities. *Journal of the Faculty of Education in Zagazig*, (104), 247-294.
- SHUSHAN, A, & KHITASH, M. (2015). The reality of student activities practice at Algerian University. *Journal of Social Sciences and Humanities*, *9*(12), 411- 426.
- ALFARAH, W, & DABABNEH, M. (2011). *Educational Activities and methods of developing them*. Oman: Dar Wael for publishing and distribution.
- ELFIEL, H. (2018). Effect of Instructional Program Based on Outdoor Learning on Developing Creative Intelligence and Life Effectiveness Skills among Art Education Students at Specific Education Faculty Alexandria University. *Journal of the college of education*, (117), 12-73.
- KINJ, A. (2015). Level of participation of students of the Faculty of Education at the University of Damascus in University activities. *Damascus University Journal*, *31*(2), 317- 346.
- MAKAMRAH, K. (2016). Student activities at Hebron University in the light of the views of the students of the college of education. *Palestine Technical University Research Journal*, *4*(1), 39-51.

- ALMARSHOUD, J. (2020). The Relative Contribution of Wisdom Dimensions to Prediction of Mindfulness and Life Effectiveness Skills among Al-Qassim University Female Students. *King Abdul-Aziz University Magazine: literature and humanities*, *28*(9), 1-45.
- MEZU, M. (2014). The educational role of student activities in developing some educational principles for middle school students in Tabuk. *Educational Sciences Journal*, (4), 567-602.
- MUKFAS, A, & SHUSHAN, A. (2017). University Students' practice of Student activities and its relationship to their attitude toward study. *Journal of Social Sciences and Humanities*, *7*(12), 7-29.
- MOUSSA, E, & HAMID, R. (2016). Calendar of educational activities (classroom and extra-curricular) From the viewpoint of Department of Arabic Students In the basic Babylon University College of Education. *Journal of Babylon Center for Humanities*, *6*(4), 143-172.