

أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق الشعور بالأمن النفسي

لدى طلبة الجامعة

أ/ لونيس سعيدة

قسم علم النفس / جامعة أبو القاسم سعد الله

ملخص:

تتلخص إشكالية الدراسة الحالية في الكشف عن أهمية ودور المساندة الاجتماعية في تحقيق الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، باعتبار أن الأمن النفسي يعد احد محاور الصحة النفسية، وعليه فقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين المتغيرين (المساندة الاجتماعية والأمن النفسي)، كما انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في متغير المساندة الاجتماعية لصالح الذكور، في حين انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين تبعا لمتغير الأمن النفسي.

Abstract:

the current study are summarized problematic in the detection of the importance of social support in achieving a sense of psychological security among university students, as the psychological security is one of the health axes psychological, and it has resulted in the results of this study the presence of positive correlation between the two variables relationship (social support and psychological security) , it's also no statistically significant differences between the sexes in social support variable differences in favor of males, while there were no statistically significant differences between the sexes depending on the variable psychological security.

1- مقدمة:

إن حاجة الإنسان للاتصال لا تقل عن حاجته للأمن والغذاء والكساء والماوى، وبما أن الإنسان كائن اجتماعي فانه لا يستطيع العيش في معزل عن المجتمع، حيث يمارس دوره فيه من خلال التواصل الإنساني مع الآخرين. ومن خلال هذا التواصل يتبادل الأفكار والقيم والمشاعر ويقدر الآخريين ويتلقى منهم التقدير ويشاركهم مشاعرهم... وهكذا.

إن الإمداد بالعلاقات الاجتماعية وتقديم السند يعتبران مصدرا هاما من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان في عالمه الذي يعيش فيه، لذلك تعد البيئة الاجتماعية مجالا هاما لتوفير المساندة والمؤازرة للفرد، نظرا لكونها تشمل مجموعة من المصادر التي يمكن للفرد أن يلجأ إليها طلبا للمساعدة. وقد اصطلح على تسمية المساعدة والمؤازرة التي يحصل عليها الفرد من خلال علاقاته الاجتماعية بالمساندة الاجتماعية، والتي تُعرف بأنها "السلوك الذي يعزز شعور الفرد بالطمأنينة النفسية، والثقة بالنفس، وبأنه يحظى بالتقدير والاحترام من أفراد البيئة المحيطة به، ومن المقربين له" (12).

وقد حظي موضوع المساندة الاجتماعية باهتمام العديد من الباحثين، وذلك اعتمادا على مسلّمة مفادها أنّ المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها، كالأسرة والأصدقاء والزملاء في العمل أو المدرسة أو الجماعة أو النادي تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها (2) (شعبان جاب الله، 1993).

ويشير لبيور (Lepore, 1994) إلى أنّ المساندة الاجتماعية هي الإمكانيات الفعلية أو المدركة للمصادر المتاحة في البيئة الاجتماعية للفرد التي يمكن استخدامها للمساعدة وخاصة الاجتماعية في أوقات الضيق،

ويتزود الفرد بالمساندة الاجتماعية من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي منتظم بشكل أو بآخر مع الفرد (5).

وفي نفس السياق يشير " فوكس" Vaux إلى أنّ المساندة الاجتماعية عبارة عن عملية ديناميكية معقدة تتضمن التفاعل الايجابي المشترك بين الفرد الذي يمثل بؤرة الاهتمام، وبين شبكة العلاقات الاجتماعية النابعة من المساندة الاجتماعية التي يبحث عنها الفرد دائما في سلوكه نحو إشباع حاجاته المختلفة، من بينها الشعور بالأمن النفسي (12)، باعتباره من الحاجات الهامة لبناء الشخصية الإنسانية، حيث أنّ جذوره تمتد من الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة، وأمن المرء يصبح مهددا إذا ما تعرض إلى ضغوطات نفسية واجتماعية لا طاقة له بها في أي مرحلة عمرية مما يؤدي إلى الاضطراب.

ومن ثمّ فإن الشعور بالأمن النفسي أو الطمأنينة النفسية يعد أحد مظاهر الصحة النفسية الايجابية وأول مؤشراتهما، إذ تحدّث العديد من العلماء والمفكرين عن أبرز المؤشرات الايجابية للصحة النفسية، والتي من بينها الشعور بالأمن النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين (13).

وعليه يعتبر الأمن النفسي من المفاهيم الرئيسية في دراسة الصحة النفسية للأفراد، فهو من المكونات الأساسية للشخصية يمدّها بأنماط من المعايير والسلوكيات والاتجاهات السوية، وأيّ تهديد لهذا المتغير الهام ينتج عنه العديد من المشكلات والاضطرابات السلبية، لهذا يسعى كل فرد لتحقيق مختلف متطلبات الأمن النفسي من أجل الوصول إلى الطمأنينة والهدوء النفسي التي تساعد على التوافق مع نفسه ومع الغير.

ويشير مصطلح الأمن النفسي إلى إحساس ينبع من شعور الفرد بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات مشبعة ومرتنة مع الأفراد ذوي الأهمية الانفعالية في حياته. فهو شعور مركب يحمل في طياته معاني الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، السلامة والاطمئنان، الشعور بقدر كبير من الدفء والاستقرار، ووجود قدر من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي واحترام الذات لدى الفرد، وعدم وجود اضطرابات نفسية أو صراعات أو أي خطر يهدد أمنه واستقراره (9).

ويرى "جبر محمد جبر" أن الأمن النفسي مرتبط بالحالة البدنية والعلاقات الاجتماعية للفرد ومدى إشباع الدوافع الأولية والثانوية، ويصنف الأمن النفسي في مكونين أحدهما داخلي يتمثل في عملية التوافق مع الذات، والآخر خارجي يظهر في عملية التكيف الاجتماعي والتفاعل مع الآخرين بعيداً عن العزلة والوحدة، التي تخلّ بالتوازن النفسي للشباب والمراهقين وتؤثر على مستوى توافقهم الاجتماعي (3).

وبالتالي فإنّ الأمن النفسي ينشأ نتيجة لتفاعل الإنسان مع البيئة المحيطة به من خلال الخبرات التي يمر بها، والعوامل البيئية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية التي تؤثر في الفرد. وفي هذا الصدد يؤكد "عبد المنعم الحفني" على أهمية البعد الاجتماعي في تحقيق الأمن النفسي للفرد، فهو يرى أنّ أمن الفرد ينبع من شعوره بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات مشبعة ومرتنة مع الناس ذوي الأهمية الانفعالية في حياته (6)، ومن جهة أخرى أشار "عبد الرحمن عدس" إلى أنّ الأمن النفسي يتضمن وجود التوازن بين الفرد وذاته من ناحية، وبينه وبين المحيطين به من ناحية أخرى، فإذا توافرت هذه العلاقات المتوازنة في سلوك الفرد فإنه يميل إلى الاستقرار، وبالتالي فإنه يصبح أكثر قابلية للعمل والإنتاج بعيداً عن القلق والاضطراب (7).

ومن المعروف أنّ التعليم الجامعي يعتبر من المراحل التعليمية المهمة، إذ أنه يمثل الهرم التعليمي، ويهدف إلى إعداد الأفراد بصورة منظمة وموجهة للحياة، ولذلك فإن الجامعة أصبحت تنال كثيرا من العناية والاهتمام في معظم الدول المتقدمة والنامية، وذلك نظرا للدور الهام الذي تلعبه في التنمية البشرية والاجتماعية والاقتصادية، وما توفره من قوة عاملة مؤهلة تستطيع أن تستجيب لمعطيات العصر والمجتمع وتتفاعل معها.

وبالتالي يمثل طلبة الجامعة القوى الفاعلة في نمو المجتمع وتقدمه وبنائه، كما أنهم الجيل الذي يواجه التحديات في جميع مرافق الحياة بقدراته الخلاقة على الانجاز من خلال توافقه السوي، وتمتعه بالصحة النفسية.

ولكن قد يتعرض هؤلاء الطلبة لأنواع من الضغوط والمشكلات التكيفية التي من شأنها أن تزيد لديهم القلق الاجتماعي واحتمال تطوره تدريجيا والمعاناة من آثاره مستقبلا مما يؤثر سلبا في سلوك الطلبة وطريقة تعاملهم مع الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة. ومن أهمّ هذه الضغوط عدم إحساسهم بالحرية المسؤولة سواء عن أنفسهم أو مصيرهم، ولاشك أن هذه الضغوط قد تدفعهم إلى الوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية كالعزلة، والوحدة والشعور بالاغتراب ومن ثمّ انعدام الشعور بالأمن النفسي.

إنّ فقدان الطمأنينة النفسية وتزايد حدة مشاعر الوحدة النفسية في أوساط المراهقين والشباب والطلاب أصبح عرضا ومظهرا مألوفا لدى العاملين في مجال الصحة النفسية، حيث أظهرت الدراسة التي قام بها "جبر محمد جبر" على (342) فردا بغرض الكشف عن العلاقة بين بعض المتغيرات الديموغرافية ومستوى الأمن النفسي، أنّ الفئات العمرية الأقل سنا (17-30 سنة) هي الأقل شعورا بالطمأنينة، وقد فسّر ذلك بتعرض المراهقين والشباب في المجتمعات العربية إلى ضغوط نفسية نظرا للظروف الاقتصادية

كالمطالبة بالنجاح في الدراسة والحصول على وظائف وفرص عمل مناسبة (12).

كما تشير نتائج الكثير من البحوث إلى أنّ أسوأ أنواع الضغوط وأكثرها ارتباطاً بالتوتر والاضطراب النفسي هي تلك التي تحدث للفرد المنعزل، والذي يفقد المساندة الوجدانية، ويفتقد الصلات والدعم الاجتماعي والمؤازرة، وبعبارة أخرى أنّ الحياة مع الجماعة، والانتماء لمجموعة من الأصدقاء، أو لشبكة من العلاقات الاجتماعية والأسرية المنظمة تعتبر من المصادر الرئيسية التي تجعل للحياة معنى، ومن ثمّ توجهنا في عمومها للصحة والكفاح والرضا.

كما توصلت نتائج العديد من الدراسات إلى أنّ المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة أو خارجها، تعدّ عاملاً هاماً في صحته النفسية، ومن ثمّ يمكن التنبؤ بأنه في ظلّ غياب المساندة أو انخفاضها يمكن أن ينشط الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد، بما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه.

وفي هذا الشأن يرى "كوب" (Cobb, 1976) أنّ الروابط الاجتماعية والمساندة العاطفية تعمل على تعميق التوافق النفسي والاجتماعي للأفراد وتنمي روح الانتماء لديهم، حيث يشعرون بأنهم جزء من شبكة اجتماعية قوية و متماسكة يمكن أن توفر لهم الحماية اللازمة عند الحاجة، وأنهم كذلك موضع حب وعناية واحترام وتقدير من طرف الذين يحيطون بهم.

وهكذا يتضح مما سبق، أنّ المساندة الاجتماعية هي مجموعة سلوكيات موجهة للفرد من أجل دعمه ومساعدته، سواء من الجانب المادي أو من الجانب المعنوي، بالنصح والإرشاد والتشجيع، وعليه فهي تعدّ مصدراً هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الفرد في حياته اليومية،

بحيث تشكل درعا واقيا من الانحرافات والعزلة، قادرا على إشباع حاجاته للأمن النفسي والاجتماعي، والتي تساعد على أن يكون شخصا فعالا في المجتمع.

ومن خلال العرض السابق، تتحدّد إشكالية الدراسة الحالية في الكشف عن دور المساندة الاجتماعية في تحقيق الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، وذلك من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

* هل هناك ارتباط بين المساندة الاجتماعية والشعور بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة؟

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المساندة الاجتماعية يعزى لمتغير الجنس؟

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي يعزى لمتغير الجنس؟

2- فرضيات الدراسة:

* هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة.

* هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المساندة الاجتماعية يعزى لمتغير الجنس لدى طلبة الجامعة.

* هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي يعزى لمتغير الجنس لدى طلبة الجامعة.

3- منهج الدراسة:

تمّ الاعتماد في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي والذي يعرف بأنه "مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة اعتمادا على جمع

الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها لاستخلاص دلالتها والوصول إلى تعميمات عن الظاهرة" (10).

4- عينة الدراسة:

أجرى هذا البحث على عينة من الطلبة الجامعيين، والذي بلغ عددهم 70 طالب جامعي (08 ذكور، 62 إناث)، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، لكونها أكثر الطرق شيوعا واستعمالا في البحوث النفسية والاجتماعية.

5- أدوات الدراسة:

لقد تم الاعتماد على المقياسين التاليين هما: مقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية لTurner وآخرون (1983) ترجمة محمد محروس الشناوي ومحمد السيد (1994) ومقياس الأمن النفسي لزينب شقير (2005)، بعدما تم التأكد من صدقهما وثباتهما.

6- عرض النتائج ومناقشتها:

أ- عرض النتائج والتعليق عليها:

• عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

نص الفرضية: "هناك علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية والأمن النفسي لدى الطالب الجامعي".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط "بيرسون" بين الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس المساندة الاجتماعية، وبين الدرجات التي تحصل عليها نفس أفراد العينة على مقياس الأمن النفسي، وكانت نتائج هذه الفرضية مدونة في الجدول الموالي:

جدول رقم (01): يوضح معامل الارتباط بين درجة المساندة الاجتماعية والأمن النفسي لدى الطالب الجامعي

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المساندة الاجتماعية - الأمن النفسي	0,6	0,01 دال

يتضح من الجدول السابق أنّ قيمة معامل الارتباط بين درجة المساندة الاجتماعية والأمن النفسي والمساوية لـ (0.6) دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01)، وهذه العلاقة الارتباطية هي علاقة طردية (موجبة)، والتي تعني أنه كلما زادت درجة المساندة الاجتماعية كلما زاد الشعور بالأمن النفسي، وكلما قلت درجة المساندة الاجتماعية قلت درجة الشعور بالأمن النفسي، وبهذا تحققت صحة الفرضية الأولى.

• عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

نص الفرضية: "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الجنس".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تمّ استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس "المساندة الاجتماعية"، فكانت نتائج هذه الفرضية موضحة على النحو التالي:

جدول رقم (2): يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس المساندة الاجتماعية.

الجنس	المجموع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
		X	SD	df		

0.01	2,35	65	8,59	55,55	60	الإناث
دال	-		5,85	63,43	07	الذكور

يتضح من النتائج المدونة في الجدول أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي للذكور بلغت (63,43) بانحراف معياري يقدر بـ (5,85)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي للإناث (55,55) بانحراف معياري يقدر بـ (8,59). وأن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (- 2.35) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، وعليه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس وذلك لصالح الذكور، وبالتالي تم إثبات صحة الفرضية الثانية.

• عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة :

نص الفرضية: "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى

الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق

بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس "الأمن

النفسي"، فكانت نتائج هذه الفرضية موضحاً على النحو التالي:

جدول رقم (3): يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور

ومتوسط درجات الإناث على مقياس الأمن النفسي.

الجنس	المجموع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
		X	SD			

		<i>df</i>				
0.01	1,22	65	20,41	91,48	60	الإناث
غير دال	-		11,08	101,14	07	الذكور

يتضح من النتائج المدونة في الجدول أعلاه، أنّ قيمة المتوسط الحسابي للذكور بلغت (101.14) بانحراف معياري يقدر بـ (11.08)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي للإناث (91.48) بانحراف معياري يقدر بـ (20.41). وأنّ قيمة "ت" المحسوبة تساوي (1.22 -) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، بمعنى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس، وبالتالي تمّ رفض الفرضية الثالثة.

ب- مناقشة عامة للنتائج:

بالرجوع إلى النتائج المدونة في الجدول رقم (01) يتضح أنّ هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والأمن النفسي، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن هناك صلة وثيقة بين المتغيرين (المساندة الاجتماعية والأمن النفسي) في تخفيف الشعور بضغط الحياة، فكلما تلقى الفرد المساندة الاجتماعية بصورة كافية من خلال العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد ومدى رضاه عنها، فإن ذلك سيدعم حتماً ثقته بنفسه ويشعر بالأمن النفسي. وقد تناول "أدلر" مفهوم الأمن النفسي من بُعد اجتماعي، إذ يرى أنّ الإنسان كائن اجتماعي بطبعه يسعى دوماً لإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية من خلال تنمية اهتماماته الاجتماعية وتطوير أسلوب حياة خاص يجعله قادراً على التفاعل مع الآخرين وبالتالي تحقيق الحاجة إلى الأمن النفسي.

ومن جهة أخرى يرى "ماسلو" أن الأمن النفسي مفهوم مرادف للصحة النفسية، إذ وضع عددا من المكونات الايجابية تتحدد من خلالها مظاهر الصحة النفسية أو الأمن النفسي، وتتمثل هذه المظاهر في شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول من الآخرين فضلا عن شعوره بالانتماء وإحساسه بمكانته وسط جماعته، وأخيرا شعوره بالطمأنينة والاستقرار وندرة شعوره بالخطر والقلق والتهديد وهي كلها تمثل مجتمعة الحاجات الأساسية للفرد (4).

وبهذا يرى بعض الباحثين أن فقدان الأمن النفسي هو فقدان للصحة النفسية، لما يترتب عليه من إحباط وفشل وفقدان الثقة بالآخرين، وإدراك البيئة المحيطة بالفرد كمكان منفر ينطوي على العديد من السلبيات.

وقد اتسقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة احمد الخليل (1991)، عواطف صالح (2002)، نهلة السيد (2002)، فاطمة عودة (2002)، أين أكدت أن للمساندة الاجتماعية دور في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في كون أن المساندة الاجتماعية تعد مصدرا هاما من مصادر الدعم الاجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الإنسان، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لضغوط الحياة وأساليب مواجهته وتعامله معها. كما أنها تلعب دورا هاما في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة وذات اثر كبير في التخفيف من حدة الأعراض المرضية مثل القلق والاكتئاب (12).

وفي هذا الصدد أيدت العديد من الدراسات التأثير القوي للمساندة الاجتماعية على جهازي المناعة النفسية والجسمية في مواقف الأزمات والصدمات والكوارث، حيث وجد الباحثون أن جهازي المناعة يضعفان لدى

الإنسان عند مواجهته بمفرده دون المساندة من الآخرين للآزمات والصدمات والكوارث، مما يجعله عرضة للضغوطات وعدم الشعور بالأمن، أما إذا وجد الإنسان المساندة الاجتماعية في أوقات الأزمات والكوارث والصدمات فإن جهازَي المناعة النفسية والجسمية لديه يسترجعان طاقتهما بسرعة، وذلك بفضل المناعة الإضافية التي تتولد من مشاعر الطمأنينة النفسية والرضا عن الناس، والتي بدورها تسهم في تحويل المشاعر السلبية والأفكار الانهزامية في مواقف الصدمات والنكبات إلى مشاعر إيجابية وأفكار جيدة تدفعه إلى الصبر والتحمل (16).

وفي نفس السياق يؤكد الحفني (1994) (6) أن المساندة الاجتماعية والأمن النفسي يشتركان في كونهما سمات شخصية تشعر الفرد بالكفاءة، كما تشعره بالقدرة على مواجهة التحديات والتغلب على العقبات وتحرير الطاقات والإمكانات، والمتمثلة في البعد الاجتماعي في الأمن النفسي للفرد، حيث أن أمن الفرد ينبع من شعوره بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات مشبعة ومتزنة مع الناس ذوي الأهمية الانفعالية في حياته.

ومن خلال ما سعى إليه "كابلان" في نظريته عن أنظمة المساندة ودورها في الصحة النفسية للمجتمع، فإن المساندة الاجتماعية تتضمن نمطا مستديما من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي تلعب دورا هاما في المحافظة على وحدة النفس والجسم للفرد عبر حياته، حيث أوضح من وجهة نظره أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية النفسية وخاصة في ظل الأحداث الضاغطة، وذلك للمحافظة على صحته العقلية والنفسية (17).

كما يشير أيضا كل من كوهن وويلس (1985) إلى أن المساندة الاجتماعية اثر مباشر وإيجابي في الصحة النفسية، إذ أن الشبكة الاجتماعية تسمح بتقديم خبرات إيجابية منظمة وجملة من العلاقات الاجتماعية المستقرة

والمعززة، فهذا النوع من السند يسمح بالحصول على عواطف ايجابية، الاستقرار والأمان، وبالتالي يوفر الشعور العام بالصحة النفسية.

ومما سبق يتضح أن الأمن النفسي يرتبط بحالة الفرد العضوية وعلاقاته الاجتماعية ومدى إشباعه لدوافعه الأولية والثانوية، لذلك يعرفه "جبر محمد جبر" بأنه حالة من التوافق الذاتي والتكيف الاجتماعي ثابتة نسبياً، وتتأثر بحالة الفرد العضوية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية المحيطة به (3).

أما فيما يتعلق بالفرضية الثانية، فقد توصلت النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (02) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يخص متغير المساندة الاجتماعية وذلك لصالح الذكور، إذ اتسقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (Ferraro et al, 1978)، في حين اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات السابقة نذكر من بينها دراسة (Burke & Weire, 1978)، (Wiseman et al, 1994) و Mahon et al (1994)، حيث أوضحت أن الإناث أكثر إدراكاً للمساندة الاجتماعية من الذكور. كما توصلت دراسات أخرى إلى أهمية تأثير الجنس على إدراك المساندة الاجتماعية ولكنها لم توضح أيهما أكثر إدراكاً للمساندة الاجتماعية من الآخر مثل دراسة فهد الربيعة (1997).

وعلى العموم يتضح جلياً من خلال الدراسة الحالية انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس وذلك لصالح الذكور، ومرجع هذه النتيجة إلى كون أن ارتفاع الضغوط النفسية لدى الذكور عنه لدى الإناث قد يترتب عنه جعل الذكور أكثر سعياً لطلب الحماية والسند وال مؤازرة في وقت الضيق والأزمات للحصول على المساندة الاجتماعية أكثر من الإناث. ومن جهة أخرى يشير بيركوفيز وزملائه (Berkowitz et al, 1969) إلى أن الذكور يبادرون إلى مساعدة الآخرين

أكثر من الإناث، كما أنهم أكثر تحملاً لمسؤولية التدخل المباشر في الأزمات من الإناث (8).

أما فيما يخص الفرضية الثالثة فقد أفرزت النتائج الموضحة في الجدول رقم (03) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس، وقد اتسقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج بعض الدراسات السابقة أين توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى الأمن النفسي، من بينها دراسة مطلق (1994)، ودراسة سعد (1998) وكذا دراسة الخليل (1991) ودراسة جميل الطهراوي (2007) حيث خلصت إلى عدم وجود فروق بين الإناث والذكور في مستوى الأمن النفسي. في حين أن نتائج هذه الدراسة اختلفت مع نتائج دراسة كل من سامية الحلفاوي (1993) ودراسة حسين الشرعة (2000) وكذا دراسة حافظ (1991) ودراسة الريحاني (1985)، أين أكدت جميعها أن هناك فروق بين الجنسين في مستوى الأمن النفسي وذلك لصالح الإناث.

ويمكن تفسير النتيجة المتحصل عليها في الدراسة الحالية في كون أن الأمن النفسي حاجة إنسانية وعامل أساسي من عوامل الصحة النفسية. إذ مهما تحققت الفروق بين الجنسين في بعض الحاجات النفسية والاجتماعية، إلا أن الحاجة إلى الأمن النفسي - بوصفه أحد محاور الصحة النفسية - تبقى الهدف الإنساني الأسمى الذي يسعى إليه كل من يرغب في التمتع بشخصية ايجابية متزنة ومنتجة وقادرة على التكيف مع متطلبات الحياة المختلفة سواء كان الفرد ذكراً أو أنثى.

وكخلاصة لكل ما تقدّم، فإن المساندة الاجتماعية تعمل على الحفاظ على الوحدة الكلية للصحة الجسمية والنفسية والعقلية للوصول إلى تعزيز

ودعم إحساس المتلقي بالراحة النفسية والاطمئنان في حياته والشعور بالسعادة، وذلك من خلال إشباع حاجات الانتماء مع البيئة المحيطة بالفرد.

➤ قائمة المراجع:

- 1) الأحمد أمل (2004). مشكلات وقضايا نفسية. الطبعة الأولى. بيروت: مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع.
- 2) حجاب الله شعبان (1993). علم النفس الاجتماعي والصحة النفسية. في زين العابدين درويش (محرر). علم النفس الاجتماعي: أسسه وتطبيقاته. القاهرة: مطابع زمزم.
- 3) جبر محمد جبر (1996). بعض المتغيرات الديموجرافية المرتبطة بالأمن النفسي. مجلة علم النفس. السنة العاشرة. العدد 39. الهيئة المصرية العامة للكتاب. ص ص80-93.
- 4) جمال مختار حمزة (2001). سلوك الوالدين الايذائي وأثره على الأمن النفسي له. مجلة علم النفس. العدد58. الهيئة المصرية العامة للكتاب. القاهرة. ص ص128-143.
- 5) حسين علي فايد (2006). دراسات في الصحة النفسية. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- 6) الحفني عبد المنعم (1994). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي. القاهرة: مكتبة مدبولي.

- 7) السميري نجاح (2010). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أهالي البيوت المدمرة خلال العدوان الإسرائيلي على محافظات غزة. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية). مجلد 24(8). صص 2151-2186.
- 8) سيد عبد الله معتز (2001). الإيثار والثقة والمساندة الاجتماعية كعوامل أساسية في دافعية الأفراد للانضمام للجماعة مجلة علم النفس. العدد 57. القاهرة.
- 9) شقير زينب (2005). مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية). القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- 10) صالح الرشيد بشير (2000). مناهج البحث التربوي: رؤية تطبيقية مبسطة. الطبعة الأولى. دار الكتاب الحديث.
- 11) الطهراوي جميل (2007). الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظة غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي. مجلة الجامعة الإسلامية. الجزء الثاني. ص ص 979-1013.
- 12) علي عبد السلام علي (2005). المساندة الاجتماعية وتطبيقها العملية. الطبعة الأولى. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- 13) فهد الدليم عبد الله (2005). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية. المجلد 18. ص ص 329-360.
- 14) ميدر حاسم شاكر و إبراهيم خليل عفراء (2009). الأمن النفسي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة العلوم النفسية. العدد 15. بغداد.
- 15) محروس الشناوي محمد و محمد السيد عبد الرحمن (1994). المساندة الاجتماعية والصحة النفسية: مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية. الطبعة الأولى. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- 16) مرسي كمال (2000). السعادة وتنمية الصحة النفسية- مسؤولية الفرد في الإسلام وعلم النفس. المجلد 1. القاهرة: دار النشر للجامعات.

17) Caplan, G (1981). Mastery Of Stress: Psychological Aspects. American Journal Of Psychiatry. Vol 138, Pp413-420.