

## بناء برنامج للصحة النفسية والشخصية للمراهقين والمراهقات من طلبة المدارس في العراق

أ.م.د. أسماء شاكر حمودي

قسم العلوم التربوية والنفسية - كلية التربية للعلوم الانسانية - جامعة واسط

ahumodi@uowasit.edu.iq

### الملخص

يهدف البحث التعرف بناء برنامج للصحة النفسية والشخصية للمراهقين والمراهقات من طلبة المدارس في العراق لطلبة المرحلة الاعدادية بفرعها العلمي والادبي ولتحقيق هدف البحث إلى إعداد خطوات لبناء برنامج والتعرف على مستوى أساليب الشخصية والصحة النفسية لدى طلبة المدارس والتعرف على دلالة الفروق في أساليب الشخصية والصحة النفسية لدى عينة البحث تبعاً لمتغير الفرع الدراسي (ادبي، علمي) حيث بلغت عينة البحث (٨٠٠) طالباً وطالبة في مدارس مديرية تربية واسط من كلا الفرعين العلمي والادبي من (الذكور - إناث). ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس أساليب الشخصية والصحة النفسية للتعرف على خطوات بناء برنامج للكشف عن شخصية طلبة المدارس الاعدادية للمراهقين والمراهقات والذي يتكون من (٤٠) فقرة، وفق تدرج خماسي ، وتمت معالجة البيانات إحصائياً عن طريق الحقيبة الإحصائية spss ، وتم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة ومنها الإختبار التائي ،معامل ارتباط بيرسون ، وتوصلت الباحثة الى النتيجة الآتية:-  
إن طلبة المدارس يمتلكون درجة مرتفعة من انماط واساليب الشخصية والصحة النفسية لبناء البرنامج الارشادي والعلاجي التوعوي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير الفرع الدراسي ولمصلحة الفرع العلمي واعطت الباحثة بعض التوصيات والمقترح لتطبيق بناء البرنامج .  
الكلمات المفتاحية: (الصحة النفسية، الشخصية، المراهقين والمراهقات).

## **Developing a Mental and Personal Health Program for Adolescent**

### **School Students in Iraq**

**Asmaa Shaker Hamoudi**

**Department of Educational and Psychological Sciences, College of**

**Education for Humanities, University of Wasit**

**ahumodi@uowasit.edu.iq**

### **Abstract**

The research aims to identify the construction of a program for psychological and personal health for adolescent boys and girls from school students in Iraq for middle school students in both scientific and literary branches. To achieve the research goal, to prepare steps to build a program and identify the level of personality and psychological health styles among school students and to identify the significance of differences in personality and psychological health styles among the research sample according to the variable of the academic branch (literary, scientific), as the research sample amounted to (800) male and female students. In the schools of Wasit Education Directorate from both the scientific and literary branches (males – females). To achieve the objectives of the research, the researcher built a scale of personality and mental health methods to identify the steps of building a program to detect the personality of middle school students for adolescent boys and girls, which consists of (40) paragraphs, according to a five-point scale, and the data were processed statistically using the statistical reality SPSS, and appropriate statistical methods were used, including the t-test. The researcher reached the following conclusions: School students possess a high degree of personality and mental health patterns and approaches to constructing a counseling, therapeutic, and awareness program. There were statistically significant differences according to the variable of academic branch and in favor of the scientific branch. The researcher provided some recommendations and proposals for implementing the program.

Keywords: (mental health – personal – male and female adolescents).

### - مشكلة البحث وأهميته

انخفاض الكفاءة الذاتية والفعالية الاجتماعية. (لينيوي، ٢٠٢٠) يعد التمر من ضمن المشاكل الاجتماعية السلبية التي لا يتمكن الكثير من مواجهتها في أيامنا الحالية، فلا يتعرض لهذه الظاهرة الكبار فقط، بل يتعرض لها الأطفال أيضًا، وإذا استطاع الكبار الدفاع عن أنفسهم ومواجهة هذا التمر بشجاعة، لا يستطيع الأطفال فعل هذا الأمر، والتمر لا يؤثر بالسلب على الأفراد فقط، بل يؤثر على المجتمعات بأكملها. فتتأثر صحة الأشخاص الجسدية والنفسية بسبب تلك الظاهرة، ويتأثر تقدم الأمم والدول والحضارات بسبب هذه الظاهرة أيضًا، وهذا التأثير ملحوظ بشكل كبير جدًا (القحطاني، ٢٠٢١) ولقد لاجظ الباحث هذا الأمر من خلال زيارته الميدانية الى مدارس الطلبة في المرحلة المتوسطة وشكاوي اولياء امور الطلبة من التمر والمشكلات التربوية التي يتعرض لها ابناءهم في المدارس وخاصة في مرحلة المراهقة ..

ويتم عمل الكثير من الأبحاث والدراسات بين الحين والآخر من أجل تجميع أكبر قدر من المعلومات والتفاصيل المختلفة أصبحت ظاهرة التمر ظاهرة منتشرة وشائعة، فلا يخلو أي مجتمع من التمر بمختلف أنواعه، والظاهرة بأنواعها المختلفة تؤثر بالسلب على المجتمعات المتنوعة ظاهريًا وباطنيًا و بشكل ملحوظ أيضًا، فلا يقتصر تأثير التمر على الأفراد فقط سواء إن كانوا كبارًا أو صغارًا، بل يشمل هذا التأثير المجتمعات والدول والبلاد بأكملها، لهذا السبب يجب أن يزداد وعي الأشخاص اتجاه تلك الظاهرة (صالح ٢٠١٧) من أجل الإلمام بها وبكل ما يتعلق بها من مفاهيم وأسباب وحلول أيضًا. يتضمن الاعتلال النفسي السلوك المعادي للمجتمع، بما في ذلك التمر على الآخرين. (عبد الرحيم ٢٠١٧)

إنّ مشكلات القراءة والكتابة تعد سببا رئيسا في اللجوء إلى السلوك التمرى والتعرض بالنسبة له. ومن ثم التدخل بناء على استراتيجية واضحة، ويفضل أن يكون ذلك على أساس منهج شامل يعالج الظاهرة من جميع الزوايا، إذا كانت هذه الاستراتيجية تتمتع بخصائص برنامج تعليمي شامل. المدرسة هي المنزل الثاني للطالب، حيث يقضي معظم يومه. لحمايته وسلامته، يجب أن تكون

المدرسة آمنة ومأمونة مصدر ثقة وأمان وقدوة. بالإضافة إلى الأسرة، فهي مصدر للسلوك الإيجابي للطلبة، ويستلزم توعية طلاب المدارس لحمايتهم من التمر وهذا ماسنوضحه بالأفكار والعناصر في موضوع تعبير عن التمر السلوكي الانفعالي وأشكاله ومفهومه وكيف يحمي الطفل نفسه منه ومواجهة المتتمرين؛ بل وأحياناً المشاركة في تقويم وتعديل سلوكهم بالنصح والإرشاد. (سكران، وعلوان، ٢٠١٦)

يُعاني مختلف الأشخاص من مختلف الفئات في المجتمعات المتنوعة من ظاهرة التمر، وهذا الأمر يزداد شيئاً فشيئاً مع مرور الوقت، ويتسبب في ظهور العديد من المشاكل الاجتماعية بين الأفراد وبعضهم البعض، بالإضافة إلى المشاكل النفسية التي تستقر في نفوس الكثير أيضاً، لذلك لا بد من نشر التوعية اللازمة بين الأفراد وفي المجتمعات لمعرفة مدى خطورة هذه الظاهرة، (ابو الحديد، ٢٠١٧) لذا تطلب الامر معالجة هذه الظاهرة من خلال الاجابة على التساؤل الاتي ما اهمية بناء برنامج للصحة النفسية والشخصية للمراهقين والمراهقات من طلبة المدارس في العراق؟

#### - أهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على:-

- ١- بناء برنامج للصحة النفسية والشخصية للمراهقين والمراهقات من طلبة المدارس في العراق.
- ٢- الفروق المعنوية في مقياس أساليب الصحة النفسية تبعاً لمتغير الفرع (ادبي، علمي).

#### - حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على طلبة تربية محافظة واسط للدراسات الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) من كلا الجنسين (ذكور، اناث) وللفرع (العلمي، الادبي) .

#### - تحديد مصطلحات البحث

١- البرنامج المعرفي للصحة النفسية : البرنامج (التعليمي- التعليمي) ( learning Program Teaching ) : عرفه كل من:

١- (سمارة وعبد السلام) بأنه: "خبرات تعليمية تقدم لمجموعة من المتعلمين مع المنهج ، بغية تحقيق اهداف تعليمية مقصودة في فترة زمنية محددة ، مثل البرامج التعليمية ، وبرامج اعداد المعلمين ".(سمارة وعبد السلام ، ٢٠٠٨ : ٤٨)

٢- (التميمي) بأنه: " الأنشطة المخطط لها لتنمية مقطع من مقاطع العملية التعليمية على وفق مدى زمني محدد و أهداف محددة.( التميمي، ٢٠٠٩ : ٢٨٧)

٣- (علي) بأنه: " جزء من المنهج يتضمن الخبرات التعليمية للطلبة لتحقيق اهداف تعليمية خاصة في فترة زمنية محددة، وتصنف الى (برامج دراسية، وبرامج تدريبية، وبرامج ارشادية" ) . (علي ، ٢٠١١ : ١٨)

٤- (زاير وآخرون) بأنه: "نظام شامل متكامل تنظم فيه المعرفة والمهارات والاستراتيجيات التدريسية التي توجه نحو لتطوير مستوى الطالب . (زاير وآخرون، ٢٠١٤ : ٣٥)

التعريف النظري للبرنامج: خطة عمل متكاملة مبنية على أسس نظرية محددة مسبقاً، تتضمن أهداف تعليمية، ومحتوى تعليمي، واستراتيجيات تدريسية، وأنشطة ووسائل تعليمية، فضلاً عن وسائل التقويم، ترمي إلى تطوير العملية التعليمية ضمن مدة زمنية محددة.

التعريف الاجرائي للبرنامج: منظومة تعليمية - تعلمية متكاملة مكونه من ستة فصول تعليمية اعدتها الباحثة على وفق هو برنامج تعليمي ارشادي وتوعوي من خلال اجراءات هذا البحث سيتم اعداد بناء لخطوات البرنامج المخصص لاساليب الشخصية والصحة النفسية للمراهقين والمراهقات في المدارس.

**الشخصية والصحة النفسية عرفه كل من :**

فايد (٢٠٠١): بأنها إدراك الفرد بأن لديه عدداً كافياً من الأشخاص في حياته يمكنه الرجوع إليهم عند الحاجة، وأن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له.(فايد، ٢٠٠١ : ٣٣٧)

التعريف الإجرائي: هي طرق الحماية النفسية والمساندة والدعم الشخصية والصحة النفسية وتحسين الشخصية الإنسانية من الأخطاء التي قد تقع بها من خلال تفاعلها مع المحيط الداخلي والخارجي.

المراهقين والمراهقات تعرفها الباحثة: هم افراد يتمتعون بشخصية مزدوجة في السلوك تارة يميلون للطفولة في اساليب الشخصية والصحة النفسية وتارة يميلون الى التعقل والنضج العقلي والمعرفي والسلوك في تقدير الذات والادراك المعرفي للأشياء.

### خلفية نظرية ودراسات سابقة

#### مفهوم الشخصية والصحة النفسية

أحدي طرق تحديد مفهوم الصحة النفسية هو انه له كيفا وكما يدل كيف على الجانب الذاتي لأساليب الشخصية والصحة النفسية ويدل الكم على الجانب الموضوعي ومن الممكن تسميتها الوجه الثقافي والوظيفي أو الدعم المعتمد على الشبكة الاجتماعية او الدعم الاساسي. (carstensen,1995:89)

حيث يرى كوب بان اساليب الصحة النفسية هي المعلومات التي تقود الشخص الى أن يعتقد بأن أحدهم يهتم به ويحبه ويقدره ويعتبره ذو قيمة أو أن ينتمي للشبكة الإجتماعية أو أن يكون ملزما بتأدية واجبات والتزامات متبادلة مع الغير. (عبد الله، ٢٠٠٠: ٩٠١)

#### أساليب الصحة النفسية

يوجد عدة أساليب وكما يأتي:

- ١) **الدعم النفسي الوجداني:** هو استراتيجية تنظيمية انفعالية آلية ذاتية وضمنية يوصف بأنه صياغة المشاعر على شكل كلمات.
- ٢) **الدعم النفسي الذاتي:** هو القدرة على ممارسه الأنشطة التي تساعدنا على الاسترخاء مثل الاستماع إلى الموسيقى، القراءة، التحدث مع شخص موثوق به.
- ٣) **الدعم النفسي السلوكي:** هو قدره الفرد على تخطي السلوك السيء وغير المرغوب فيه وتعتمد على الدعم المعنوي او النفسي للفرد لتحقيق نوع من السلوك المقبول إجتماعيا.
- ٤) **دعم التقدير:** هذا النوع من الدعم يكون في شكل معلومات بأن هذا الشخص مقدر ومقبول ويتحسن تقدير الذات بان ينقل الاشخاص أنهم مقدرون لقيمهم الذاتية وخبراتهم وانهم مقبولون بالرغم

من أي صعوبات أو أخطاء شخصية وهذا النوع من الدعم له مسميات مختلفة مثل دعم تقدير الذات ودعم التنفيس.

**(٥) الدعم المادي:** يتمثل في امداد الفرد بمساعدة مالية او العون المادي وقت حاجة المتلقي لها في حل مشكلاته اليومية.

**(٦) الدعم الإدراكي:** هو دعم نفسي يجده الانسان في كلمات التهاني والثناء عليه في السراء وفي عبارات المواساة والشفقة في الضراء فيجد في تهنئه الناس له الاستحسان والتقدير والتقبل والحب المتبادل ويجد في مواساتهم له التخفيف من مشاعر التوتر والقلق والضغط والتسجيل على التفكير فيما اصابه بطريقة تقاؤلية ورضا بقضاء الله وقدره.

**(٧) الدعم المعلوماتي:** يتمثل في تقديم النصائح والتغذية الراجعة الشخصية والمعلومات الضرورية وهذا النوع من الدعم يظهر في امداد المتلقي بالمعلومات التي تفيده في حل مشكلة يواجهها في حياته اليومية او من خلال اجزاء النصح له او توجيهه وإرشاده ويطلق على هذا النوع ايضا مصطلحات اخرى مثل المساندة او النصح او الارشاد او مساندة التوجيه المعرفي.

**(٨) الدعم الاجتماعي:** مساعدة الفرد على تخطي المشكلات من خلال مساعدة الالاهل الاصدقاء

الاخصائي النفسي.(النايلسي، ٢٠٠٩: ٥٩)

النظريات التي فسرت أساليب الصحة النفسية:

١- نظرية إريكسون:

لقد طور إريك إريكسون نظريته في النمو النفسي والاجتماعي معتمداً في ذلك على نظرية فرويد النفسية الجنسية فجاءت نظريته أوسع من فرويد، فقد أدخل إريكسون تعديلاً على نظرية النمو النفسي الجنسي الفرويد من ناحيتين هما:

أولاً: تأكيد التفاعل المتبادل وربما أكثر من فرويد، بين المحتوى الاجتماعي والمراحل البيولوجية المعينة.

ثانياً: التوسيع في عدد المراحل من خمس إلى ثمان مراحل.

وتعد وجهة نظر إريكسون أكثر إنسانية من تلك التي تعود لفرويد، في التعامل مع الجانب الذاتي للحياة وكذلك تقدير الشخص ذاته وللآخرين، ونرى أن تأكيده الجانب الذاتي (البيولوجي) أقل

من تأكيده على الخصائص الاجتماعية فيما يتعلق بتطور الشخصية وتصويرها، وكذلك نراه يعطي الكثير من الأهمية لأدوار الأشقاء والأقران والمجتمع في المجال نفسه، كما يؤكد إريكسون أن تواجد الفرد ضمن جماعة تحيط به وتدعمه وتساعدته وتشجع فيه الطاقات الإيجابية يساعد على إستمرارية الفرد في الماضي قدما نحو تحقيق أهدافه. ويرى إريكسون أن المراحل الثمانية مرتبة وفق ترتيب هرمي وأن كل أزمة تحل على نحو إيجابي أو سلبي، وأن الحل الإيجابي لأية مرحلة يعتمد على النجاح السابق، والإحساس باستمرارية الفرد نفسه، والشعور بقوة الذات، أما الفشل أو الحل السلبي فإنه يؤدي إلى الشعور بالوحدة، والإحساس بأنه شخص غير مألوف، ومن هذا تكمن أهمية الدعم النفسي في مساعدة الفرد على النجاح. (عبد الهادي، ٢٠١٣: ٦٥)

## ٢\_ نظرية روجرز:

يرى (كارل روجرز) أن الإنسان في الأساس، مخلوق واع وعاقل، يحكمه الإدراك التام لذاته الخاصة، والمحيط الذي يعيش فيه الكبار فبقدر الدعم النفسي الذي يتلقاه الفرد من المحيطين به يكون نموه النفسي والاجتماعي صحيحا. أن النمو النفسي السليم لحياة الفرد يمكن أن ينتج فرداً متكامل الوظائف النفسية، لذا فهو يسعى لنمو المجتمع وتطوره، وإن الفرد الذي يكون على وعي تام بكل خبراته، أي أنه لا يهمل أو يمنع أو يشوه هذه الخبرات، لأنها جميعها ستمر خلال الذات النامية السليمة الفاعلة. كلك يتصف الفرد المتكامل نفسيا بالقدرة على الاستمتاع بكل لحظة من حياته عن طريق المتعة التي تجلبها الخبرات السارة في الحياة كالدعم الاجتماعي من الوالدين، والاصدقاء، وكما يتصف الفرد المتكامل نفسيا، بالقدرة على اتخاذ القرار المناسب، والشعور بالحرية من أجل التحرك في أي اتجاه يرغب ليكون قادرا على تحقيق ذاته. (عباس، ١٩٩٦: ١٢٥)

## الدراسات السابقة

### ١) دراسة عاقل (٢٠١٥)

### (المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي)

هدفت الدراسة إلى قياس مستوى المساندة الاجتماعية ومستوى التوافق الشخصي لدى عينه البحث وكذلك التعرف على العلاقة الارتباطية بين درجات المتغيرين والتعرف على دلالة الفروق بين المتغيرين تبعا لمتغير (الجنس، المرحلة الدراسية التعليم الثانوي والجامعي) تكونت عينه البحث من

٦١٤ طالبا من التعليم الثانوي والجامعي في مدينة طرطوس وقد قام الباحث بإعداد المقياسين واستخدم الوسائل الإحصائية (اختبار تاء T-test، معامل ارتباط سبيرمان). وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود مستوى كبير في الدرجة الكلية لمقياس المساندة الإجتماعية ومستوى متوسط وكبير لمستوى المساندة الإجتماعية لدى افراد العينة وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير المرحلة الدراسية لصالح الطلبة في التعليم الثانوي. (عاقل، ٢٠١٥)

### اجراءات البحث

### مجتمع البحث

يشتمل مجتمع البحث على طلبة المدارس في مديرية تربية محافظة واسط للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) وقد تم تصنيفهم بحسب الفرع وجنسهم، إذ بلغ حجم المجتمع الأصلي له (٤٤٣٣٣) طالباً وطالبة بواقع (٢٢١٨٠) ذكور و (٢٢١٥٣) إناث.

### اختيار عينات البحث

يقصد بالعينة مجموعة جزئية من مجتمع البحث، تختار بطريقة معينة وتجري الدراسة عليها، ثم تستعمل تلك النتائج وتعمم على كامل مجتمع الدراسة الأصلي. (العبادي، ٢٠١٩: ١٢٩) تم اعتماد الأسلوب العشوائي الطبقي في اختيار عينات البحث الأساسية، إذ أن طبيعة إجراءات إعداد وبناء المقياس تتطلب تطبيقه مرات عدة.

### عينة التحليل الإحصائي

لغرض الحصول على عينة ممثلة لمجتمع البحث، فقد تم تصنيف المدارس التابعة إلى مديرية تربية محافظة واسط والتي يبلغ عددها (٩)، مدارس للفرع الادبي و الفرع العلمي يبلغ عددها (١٥) مدرسة وتم سحب العينة بطريقة عشوائية طبقية إذ تم سحب (٤) من المدارس للفرع الادبي وكان الاختيار قد وقع على (مدرسة اعدادية العزيزية للبنين والزبيدية للبنات ومدرسة الزعيم للبنات ومدرسة اعدادية ابن الهيثم للبنين) وقد طبق الإجراء نفسه على المدارس للفرع العلمي والبالغ عددهم (٤) مدارس، فقد وقع الاختيار على (اعدادية الروضتين للبنات واعدادية الصويرة للبنين واعدادية الكوت للبنات واعدادية نور المصطفى للبنين)، وقد بلغت عينة التحليل الإحصائي (٢٥٠) طالب وطالبة

موزعين حسب الاختصاص الأدبي المتمثل ب (١٣٠)، وبواقع (٦٠) طالب و (٧٠) طالبة، أما الاختصاص العلمي المتمثل ب (١٢٠) بواقع (٦٧) طالب و (٥٣) طالبة، أما على صعيد الصفوف الدراسية للفرع الأدبي والعلمي فبلغ أعداد الطلبة لكل صف وعلى التوالي كما يأتي: الرابع (٦٧) والخامس (٦٦) والثالث (٦٧) والرابع (٥٠) والجدول (١) يوضح ذلك.

### جدول (١)

#### (عينة التحليل الاحصائي)

المجموع	علمي	انسائي	الزعم	الكوت	نور المصطفى	ابن الهيثم	الروضتين	الزبدية	الصورة	العزبية	المدرسة	
											ذكور	اناث
٣٤	١٧	١٧	٤	٣	٦	٤	٣	٩	٣	٢	٢	الرابع ادبي
٣٣	١٧	١٦	٢	٤	٦	٥	٤	٧	٢	٣	٣	
٦٧	٣١	٢٩	٦	٧	١٢	٩	٧	١٦	٥	٥	٥	
٣٣	١٨	١٥	٢	٤	٥	٧	٣	٨	١	٣	٣	خامس ادبي
٣٣	١٣	٢٠	٣	٣	٤	٣	٣	١٢	١	٤	٤	
٦٦	٢١	٣٢	٥	٧	٩	١٠	٦	٢٠	٢	٧	٧	
٣٧	١٩	١٨	٤	٣	٣	٩	٥	٩	١	٣	٣	رابع علمي
٣٠	١١	١٩	٥	٢	٢	٢	٣	١٢	١	٣	٣	
٦٧	٣٩	٤٠	٩	٥	٥	١١	٨	٢١	٢	٦	٦	
٢٣	١٣	١٠	٣	٣	١	٦	٢	٤	١	٣	٣	خامس علمي
٢٧	١٢	١٥	٢	٣	٣	٤	٢	٩	١	٣	٣	
٥٠	١٨	٢٩	٥	٦	٤	١٠	٤	١٣	٢	٦	٦	
١٢٧	٦٧	٦٠	١٣	١٣	١٥	٢٦	١٣	٣٠	٦	١١	١١	المجموع
١٢٣	٥٣	٧٠	١٢	١٢	١٥	١٤	١٢	٤٠	٥	١٣	١٣	
٢٥٠	١٢٠	١٣٠	٢٥	٢٥	٣٠	٤٠	٢٥	٧٠	١١	٢٤	٢٤	

## إجراءات بناء المقياس

### ١- تحديد مفهوم أساليب الصحة النفسية والشخصية لبناء البرنامج:

في ضوء اطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة التي بحثت في موضوع أساليب الشخصية والصحة النفسية وتحديد تعريف اجرائي لمفهوم أساليب الشخصية والصحة النفسية حددت الباحثة (٦) مجالات مقترحة للمقياس بصورته الأولية م ولغرض التأكد من صلاحية هذه المجالات عرضت مع تعريفاتها على مجموعة من الخبراء وطلب منهم بيان رأيهم في مدى صلاحية هذه المجالات وترتيبها حسب أهميتها وصلتها بالمفهوم الرئيسي وفي ضوء آراءهم ومقترحاتهم تم الإبقاء على هذه المجالات واعتمادها كمجالات مقياس أساليب الدعم النفسي.

### ٢- الأهمية النسبية

تعد تحديد اوزان المجالات من الإجراءات المهمة في بناء المقياس اذ يتوقف عليها تحديد عدد الفقرات لكل مجال من مجالات المقياس. (الغريب ١٩٨٥: ٥٩٨)

ولتحقيق هذا الغرض طلب من الخبراء الذين عرضت عليهم مجالات المقياس ملحق رقم (٥) إعطاء وزن لكل مجال من مجالات المقياس تتراوح بين (١-٦) درجة لتمثل الأهمية بالنسبة له موازنة ببقية المجالات حيث يمثل التسلسل (٦) اعلى مستوى أهمية و (١) أقل مستوى أهمية وبعد ذلك تم جمع القيم التقديرية التي أعطاها الخبراء لكل مجال وقسمت على المجموع الكلي للخبراء وبذلك امكن استخراج الأهمية النسبية لكل مجال، وذلك بضرب الأهمية النسبية للمجال في عدد الفقرات الكلي وقسمة الناتج على (١٠٠) حصلت الباحثة على عدد الفقرات لكل مجال. (سمارة واخرون، ١٩٨٩: ١٥)

### ٣- أعداد الصيغة الأولية للمقياس

اتبع الباحث مجموعة من الخطوات في اعداد فقرات المقياس وصياغتها على النحو الآتي:

١- في ضوء التعريف الاجرائي لمفهوم أساليب الشخصية والصحة النفسية ومن خلال اطلاع الباحثة على مجموعة من الأدبيات والنظريات والدراسات السابقة ذات العلاقة بالبحث الحالي قامت الباحثة بأعداد (٦) مجالات.

٢- قامت الباحثة بصياغة عدد من الفقرات الخاصة بكل مجال من مجالات أساليب الشخصية والصحة النفسية وذلك على وفق الأهمية النسبية له حيث أصبح عدد فقرات المقياس بصورته الأولية مكون من (٤٥) فقرة. (الشربيني وآخرون، ٢٠٠٣: ١٢٦)

٣- استخدمت الباحثة طريقة قوائم التقرير الذاتي في الإجابة عن الفقرات ان تصاغ عبارة لفظية تعبر عن سلوك الفرد المستجيب الذي يُطلب منه أن يضع علامة إذا كان موافق عليه او وغير موافق لتعتبر اجاباته بمثابة مؤشرات ذات دلالة على سماته الشخصية. (كراجه، ١٩٩٧: ٢٤٧)

٤- وقد اعتمدت الباحثة أسلوب ليكرت في البدائل الخمسة وهي (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) ويعد هذا التدرج الخماسي لبدائل الإجابة من أفضل بدائل الإجابة لمقاييس الشخصية وهذا ما اشارت اليه دراسة صالح (٢٠١٩).

#### ٤- أسلوب تصحيح الاستجابة لأداة البحث الحالي

تبنت الباحثة أسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي اذ أن درجة كل فقرة تكون (٥) إذا كانت الإجابة موافق بشدة و (٤) إذا كانت الإجابة موافق و (٣) إذا كانت الإجابة محايد و (٢) إذا كانت الإجابة غير موافق و (١) إذا كانت الإجابة غير موافق بشدة.

#### استخراج الخصائص السيكو مترية للمقياس

للتأكد من صلاحية المقياس في تحقيق اهداف البحث الحالي تم استخراج الخصائص السيكومترية للفقرات التي تساعد معد المقياس في اختيار الفقرات ذات الخصائص الجيدة وهذا بدورة يؤدي إلى مصداقية المقياس (Anastasin, 1982: 192) وقد عمدت الباحثة الى حساب أهم الخصائص السيكو مترية لفقرات مقياس البحث الحالي على النحو الآتي: -

#### صدق المقياس

بعد الصدق من أكثر صفات المقياس الجيد ويقصد بصدق المقياس هي درجة الدقة التي يقيس بها المقياس ما تريد قياسه أي أن المقياس يعتبر صالحاً إذا كان يقيس ما وضع من اجله.

(عبد القادر، ٢٠٢٣: ٥٦)

## الصدق الظاهري لمقياس أساليب الشخصية والصحة النفسية

يقصد بالصدق الظاهري هو قياس الجوانب الظاهرة للاستبيان من حيث كونه يدل على قياس ما وضع لقياسه (عقيل ٢٠٠٨ : ٣٠٩) وللتحقق من الصدق الظاهري عرضت فقرات المقياس بصورته الأولية وبالباغلة (٤٥) فقرة على مجموعة من الخبراء لبيان مدى صلاحية كل فقرة من الفقرات لقياس مفهوم أساليب الشخصية والصحة النفسية الذي وضعت لقياسه وبيان ما اذا كانت تحتاج إلى تعديل وما هو التعديل الملائم، وقد اعتمدت الباحثة على نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر لقبول الفقرات ، ويرى بلوم بأن نسبة اتفاق المحكمين عندما تصل درجتها إلى (٧٥%) فأكثر تعد نسبة معقولة يمكن أن تشعر الباحث بالاطمئنان إلى صدق الأداة ظاهريا وصلاحيتها للتطبيق (بلوم واخرون ، ١٩٨٣ : ١٢٧) وقد تم قبول جميع الفقرات ما عدا الفقرات (٢-٧-٢٢-٣١-٣٣)

### التحليل الاحصائي للفقرات

#### أولاً/ القوة التمييزية لفقرات مقياس أساليب الشخصية والصحة النفسية

هذا الاجراء من الخطوات الأساسية في بناء أي مقياس وتعني القوة التمييزية للفقرة قوة الفقرة على التمييز بين الفئات العليا والدنيا من الأفراد وهذا يدل على أن الفقرة تساهم بشكل فعال. في قدرة المقياس على اكتشاف الفروق الفردية بين الأفراد. (عودة والخليلي ٢٠٠٠ : ٢٩٤) ولذا قامت الباحثة بالخطوات الآتية:

#### ١ - تحديد حجم العينة

في هذا الصدد فقد اشارت (Nunnally. 1978) إلى أن حجم عينة التحليل الاحصائي للفقرات وتمييز الفقرات يجب أن لا يقل عن نسبة (١٥) العلاقة ذلك بتقليل فرص الصدفة في عملية التحليل الاحصائي (Nunnally ، 1978 : 262) وقد اعتمدت الباحثة هذا الأسلوب في تحديد حجم العينة حيث بلغت (٢٥٠) طالباً وطالبة.

حيث قامت الباحثة باختيار ثماني مدارس ضمن تربية محافظة واسط وبواقع أربع مدارس إنسانية ادبية الفرع وهي (الزعيم، وابن الهيثم، ومدرسة الروضتين، والكوت) وأربع مدارس للفرع العلمي وهي (الزبيدية ، الصويرة، والعزيرية ونور المصطفى). وقد تم الاختيار عشوائياً من كل صف

من الصفوف الدراسية (رابع ادبي-خامس ادبي- رابع علمي-خامس علمي) عدد من الطلاب والطالبات تتناسب مع عندهم في مجتمع البحث فأصبح عدد افراد العينة (٢٥٠)

#### ب- إيجاد القوة التمييزية لل فقرات

حيث قامت الباحثة بإيجاد القوة التمييزية لل فقرات عن طريق اسلوبي المجموعات المتطرفة وعلاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي.

#### ١- أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

من أجل الحصول على البيانات التي يتم من خلالها تحليل الفقرات المعرفة قوتها التمييزية بهدف وضع المقياس بشكله النهائي قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة تكونت من (٢٥٠) طالب وطالبة من غير عينة الدراسة الاصلية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبواقع (١٢٧) طالبا و (١٢٣) طالبة وبعد جمع الاستمارات من الطلبة وتصحيحها للحصول على الدرجة الكلية لكل فرد من أفراد العينة تم ترتيب الاستمارات تنازليا من أعلى درجة الى ادنى درجة وتم اخذ (٢٧%) من الاستمارات التي تمثل الدرجات العليا و (٢٧%) من الاستمارات التي تمثل الدرجات الدنيا الخاضعة للتحليل الاحصائي والبالغة (٢٥٠) استمارة وبذلك ضمت كل مجموعة على (٦٨) استمارة، ومن ثم قامت الباحثة بتطبيق الاختبار الثاني (T-test) لعينتين مستقلتين المعرفة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة وكانت القيمة الثانية المحسوبة هي المؤشر التمييز الفقرات من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تبلغ (١.٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٣٤) وقد تبين من خلال النتائج ان جميع الفقرات مقبولة وذات تمييز جيد.

#### علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

إنَّ المقياس الصادق يعتمد على صدق فقراته كما ان ارتباط الفقرات بالمعايير الداخلية او الخارجية بعد أحد مؤشرات صدق الفقرات وتشير هذه الطريقة إلى درجة ارتباط المحتوى التكويني للسمات ببعضها البعض أو إلى الدرجة التي ترتبط بها العناصر والمكونات الأساسية للسمات الشخصية لذلك حسب (Anastasi) فانه عندما يكون المحك الخارجي غير متوفر فأن أفضل محك داخلي هو الدرجة الكلية للمقياس. (Anastasi، ١٩٨٢، ٢٠٠٦)

وبموجب ذلك قامت الباحثة بإيجاد علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية لعينة التمييز وبالبالغة (٢٥٠) طالب وطالبة باستخدام معامل ارتباط بيرسون وظهرت أن جميع معاملات اختبار (ت) لمعامل الارتباط دالة معنوياً عند مستوى (٠.٥) ودرجة حرية (٢٤٨) إذ تتراوح معاملات اختبار (ت) لمعامل الارتباط بين (١١.٦٥٨ - ٢.١٦٢) أي أن القيمة المحسوبة لاختبار (ت) لمعامل الارتباط أكبر من قيمة معامل (ت) لمعامل الارتباط الجدولية البالغة (١.٩٦٠) .

### ثبات المقياس

يعد الثبات من الخصائص السيكومترية المهمة في بناء الاختبارات والمقاييس ويعني هذا أن يعطي المقياس نتائج متطابقة أو متقاربة على أقل تقدير النفس الفرد فيما لو أعيد تطبيقه عدة مرات أي ليس الوصف المعطى يكون نتاج الصدفة. (الطريبي، ٢٠١٤: ١٦٩) ولحساب مؤشرات الثبات اعتمدت الباحثة الطرق الآتية:

### ١- طريقة الاختبار - إعادة الاختبار - Test-Retest Method

أن الفكرة الرئيسية في طريقة إعادة الاختبار هي إعادة تطبيق المقياس على مجموعة الأفراد الذين طبق عليهم المقياس وفي ظروف تكون مماثلة نوعاً ما ويكون ذلك بعد مضي فترة (١٥) يوماً، ثم حساب معامل الارتباط بينهما. (ربيع، ٢٠٠٨: ٨٣) ولأجل ذلك قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة الثبات التي شملت (٤٠) طالباً وطالبة اختيروا عشوائياً من مدرستين الأولى تمثل المجموعة الإنسانية الأدبي وهي (اعدادية الكوت) والثانية تمثل المجموعة العلمية للفرع وهي اعدادية العزيزية للبنات بتاريخ (٢٠٢٤/٢/١٥) ثم قامت الباحثة بإعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها بتاريخ (٢٠٢٤/٢/٢٩) وباستعمال معامل ارتباط بلغت قيمة معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني للمقياس (٠.٨٦٨) درجة وتعد هذه القيمة عالية ومؤشراً جيداً للثبات.

### ٢ - طريقة الفا كرو نباخ (Cronbach)

وهي من الطرق التي قدمها كرو نباخ حيث تقوم فكرة هذه الطريقة التي تمتاز بتناسقها وإمكانية الوثوق بنتائجها لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس عندما لا يتم التصحيح بشكل ثنائي (النبهان، ٢٠٠٤: ٢٤٨)، وبموجب هذه الطريقة تم سحب عينة البناء بالكامل وبالبالغة (٢٥٠) طالب

وطالبة، وتطبيق معادلة الفا كرو نباخ حيث بلغت قيمة الثبات باستعمال طريقة الفا كرو نباخ (٠.٨٩٢) درجة وتعد هذه القيمة عالية ومؤشراً جيداً للثبات.

### وصف مقياس أساليب الشخصية والصحة النفسية بصورته النهائية

بعد استخراجت الباحثة للخصائص السيكومترية المقياس أساليب الشخصية والصحة النفسية أصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (٤٠) فقرة ملحق رقم (٧) وفق تدرج خماسي لاختبار الإجابة وتقيس الدرجة الكلية القصوى للمقياس سمة أساليب الشخصية والصحة النفسية اذ بلغ أعلى درجة على المقياس (٢٠٠) في حين أدنى درجة تبلغ (٤٠) كما أن المتوسط الفرضي للمقياس بلغ (١٢٠).

### التطبيق النهائي لأدوات البحث

بعد أن تأكدت الباحثة من صدق وثبات وتمييز فقرات أداة الدراسة (أساليب الشخصية والصحة النفسية) وتحقيقاً لأهداف الدراسة طبق المقياس بصيغته النهائية على عينة البحث الأساسية البالغة (٨٠٠) طالب وطالبة، وذلك من خلال إعطاء المستجيب أداة البحث وتوضيح التعليمات الخاصة بطريقة الإجابة عليها مع التأكيد على ضرورة الإجابة على كل فقرة بما يتناسب مع المستجيب فضلاً عن صدق وسرية الإجابة وأنها ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط وقد امتدت مدة التطبيق النهائي من (٢٠٢٤/٤/١٤) إلى (٢٠٢٤/٤/٢٩) والجدول (٢) يوضح ذلك.

### جدول (٢)

#### التطبيق النهائي لأدوات الدراسة

المجموع	الرابع		الثاني			الصف			التفصيل
	مجموع	ذكور	مجموع	أناث	ذكور	مجموع	أناث	ذكور	
١٥٠	٣٠	١٢٠	٨٠	٢٠	٦٠	٧٠	١٠	٦٠	الكوت
١١٠	٥٥	٥٥	٦٥	٣٠	٣٥	٤٥	٢٥	٢٠	الروضتين
١٢٠	٤٠	٨٠	٥٠	١٠	٤٠	٧٠	٣٠	٤٠	ابن الهيثم
٨٠	٤٥	٣٥	٥٠	٣٥	١٥	٣٠	١٠	٢٠	نور المصطفى

٧٠	٣٢	٣٨	٤٠	١٥	٢٥	٣٠	١٧	١٣	الزيبديّة	الفرع الأدبي
١٨٠	٩٠	٩٠	٨٠	٣٠	٥٠	١٠٠	٦٠	٤٠	الصورة	
٣٠	١٢	١٨	١٣	٤	٩	١٧	٨	٩	الزعيم	
٦٠	١٨	٤٢	٤٠	١٠	٣٠	٢٠	٨	١٢	العزيزية للبنين	
٤٦٠	١٧٠	٢٩٠	٢٤٥	٩٥	١٥٠	٢١٥	٧٥	١٤٠	المجموع العلمي	
٣٤٠	١٥٢	١٨٨	١٧٣	٥٩	١١٤	١٦٧	٩٣	٧٤	المجموع الإدبي	
٨٠٠	٣٢٢	٤٧٨	٤١٨	١٥٤	٢٦٤	٣٨٢	١٦٨	٢١٤	المجموع الكلي	

### عرض النتائج ومناقشتها

١- عرض ومناقشة الهدف الأول: بناء برنامج للصحة النفسية والشخصية للمراهقين والمراهقات من طلبة المدارس في العراق، التعرف على مستوى اساليب الشخصية والصحة النفسية لدى طلبة المراهقين والمراهقات في المدارس.

لغرض التعرف على مستوى اساليب الشخصية والصحة النفسية لدى طلبة تربية محافظة واسط للمراهقين والمراهقات في المدارس وبعد تطبيق المقياس بصيغته النهائية على عينة البحث والبالغ عددها (٨٠٠) طالب و طالبة، وبعد تحليل استجابات الطلبة، فقد تبين ان المتوسط الحسابي المحقق قد بلغ (١٣٩.٠٦٨) بانحراف معياري (١١.٠٠٩) وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (١٢٠) باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة One sample T-test ، والجدول (٣) يوضح ذلك.

### الجدول (٣)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى اساليب الشخصية والصحة النفسية لعينة البحث

#### الاساسية

العدد	المجال	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي المحقق	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
						المحسوبة	الجدولية
٨٠٠	السلوكي	٧	٢٤.٣٧٨٨	٢١	٣.٥٤٦٩٧	٢٦.٩٤٣	١.٩٦٠ (٠,٠٥)(٧٩٩)
	التقدير	٩	٣١.٣١١٣	٢٧	٣.٩٤٠٠٢	٣٠.٩٤٩	
	الوجداني	٧	٢٤.٣٢٨٨	٢١	٣.٥٦٢١٧	٢٦.٤٣١	
	الاجتماعي	٥	١٧.٣٤٢٥	١٥	٢.٨١٥١٦	٢٣.٥٣٥	

معنوي		٢٦.٦٣٩	٣.٤٥٠٧١	٢١	٢٤.٢٥٠٠	٧	الذاتي
معنوي		٢٤.٣٢٥	٢.٨٥٧٦٠	١٥	١٧.٤٥٧٥	٥	المعلوماتي
معنوي		٤٨.٩٩١	١١.٠٠٩	١٢٠	١٣٩.٠٦٨	٤٠	الدرجة الكلية

من خلال الجدول (٣) اتضح أن القيمة التائية المحسوبة لمجالات الدعم النفسي على التوالي (السلوكي - التقدير - الوجداني - الاجتماعي - الذاتي - المعلوماتي - الدرجة الكلية للمقياس) بلغت (٢٦.٩٤٣ - ٣٠.٩٤٩ - ٢٦.٤٣١ - ٢٣.٥٣٥ - ٢٦.٦٣٩ - ٢٤.٣٢٥ - ٤٨.٩٩١) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٧٩٩)، وهذا يعني وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي المحقق. ومن خلال النتائج في الجدول السابق تبين ان طلبة المدارس يمتلكون درجة مرتفعة من الشخصية والصحة النفسية نتيجة لتوفر مجموعة من مجالات الدعم المختلفة التي تساهم في تعزيز رفاههم وقدرتهم على مواجهة التحديات الأكاديمية والشخصية.

**٢\_ عرض ومناقشة الهدف الثاني:** الفروق المعنوية في مقياس أساليب الشخصية و الصحة النفسية تبعا لمتغير الفرع (ادبي ، علمي):

للتعرف على الفروق في مستوى اساليب الشخصية والصحة النفسية وفقاً لمتغير الفرع (ادبي - علمي) استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، فقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الفرع الادبي (١٣٧.٩٨٣٣) بانحراف معياري (٩.١٧٧٨٢)، أما المتوسط الحسابي لدرجات الفرع العلمي فقد بلغ (١٤٠.٢٥٦٥) بانحراف معياري (١٢.٦٢٠١٢)، والجدول (٤) يوضح ذلك.

#### الجدول (٤)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في مستوى اساليب الشخصية والصحة النفسية وفقاً للفرع

#### الدراسي (ادبي - علمي)

الفرع	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الاحصائية
ادبي	٣٨٢	١٣٧.٩٨٣٣	٩.١٧٧٨٢	٢.٩٩٣	١.٩٦٠	غير دال
العلمي	٤١٨	١٤٠.٢٥٦٥	١٢.٦٢٠١٢		(٠.٠٥) (٧٩٨)	

من خلال الجدول (٤) أظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (٢.٩٩٣) أصغر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦٠) عند مستوى (٠,٠٥) درجة حرية (٧٩٨)، مما يدل على وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسطين الحسابيين وفق متغير الفرع ولمصلحة الفرع العلمي الاعدادي وبذلك ومن خلال نتائج البحث وما ترتب عليه من احصائيات يمكن للباحثين بناء برنامج الشخصية والصحة النفسية للطلبة المراهقين والمراهقات للمدارس . منظومة تعليمية - تعليمية متكاملة مكونه من ستة فصول تعليمية اعدتها الباحثة على وفق هو برنامج تعليمي ارشادي وتوعوي من خلال عرض افلام تعليمية وقصص وانايد وقصائد وعبر ومحاضرات متنوعة الى الطلبة تحت على تنشئة الطلبة وتربيتهم تربية صحيحة وتنشئة اجتماعية سليمة بخطوات مدروسة وهادفة بجلسات ارشادية تربوية تصل الى (١٠) جلسات درستها الباحثة لطلبة عينة البحث لفصل دراسي كامل .

### الاستنتاجات

- ١- يتمتع طلبة تربية محافظة واسط بمستوى مرتفع من اساليب الشخصية والصحة النفسية للمراهقين والمراهقات في المدارس.
- ٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفق لمتغير الفرع الدراسي ولمصلحة الفرع العلمي الاعدادي.

### التوصيات

إنشاء دورات تدريبية ضمن البرامج الصيفية للأنشطة الطلابية لبعض المهارات والممارسات الثقافية وذلك لتقوية الأواصر بين الطلبة مما يساهم في زيادة الشخصية والصحة النفسية وتقوية العلاقات الإنسانية بينهم.

### المقترحات

إجراء دراسة تجريبية لتطبيق البرنامج اعلاه لبناء الشخصية والصحة النفسية وتنميتها.

## المصادر والمراجع

- ١٠- عاقل، جبران يوسف. (٢٠١٥): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية جامعة دمشق.
- ١١- العبادي، سعد فياض عبد الله. (٢٠١٩): وهم السيطرة وعلاقته بالحاجة الشخصية للبناء المعرفي لدى المرشدين. مجلة الفتح - العدد (٧٩).
- ١٢- عباس، فيصل. (١٩٩٦): موسوعة علماء النفس والتربية معجم أعلام علم النفس والتربية، دار الفكر العربي، بيروت.
- ١٣- عزيز، تمار محمد (٢٠٢٣): الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى المرشحات التربويات في المدارس الإعدادية. مجله اباحث كليه التربية الأساسية، (١٩)، ع(٣).
- ١٤- سمارة، عزيز، وآخرون. (١٩٨٩): مبادئ القياس والتقويم في التربية، دار عمار للنشر.
- ١٥- الغريب، رمزية. (١٩٨٥): التقويم والقياس النفسي والتربوي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- ١٦- كراجه، عبد القادر. (١٩٩٧): القياس والتقويم في علم النفس، ط١، دار اليازوري لعلمية للنشر والتوزيع، عمان.
- ١٧- بلوم، بنيامين. (١٩٨٣): تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد امين المفتي، دار ما كجروهيجل للنشر.
- ١٨- عبد القادر، محمد فيصل. (٢٠٢٢): الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالاستهواء المضاد لدى طلبة جامعة الموصل، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة الموصل.
- ١٩- الطريزي، عبد الرحمن بن سليمان. (٢٠١٤): القياس النفسي والتربوي، ط٢، مكتبة الرشد، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- ١- الشناوي، محمد محروس عبد الرحمن محمد السيد. (١٩٩٤): المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٢٠- عودة احمد سليمان، ويوسف خليل الخليلي. (٢٠٠٠): الإحصاء للباحث في العلوم التربوية والنفسية، ط١، دار الفكر للنشر، الأردن.
- ٢١- ربيع، محمد شحاته. (٢٠٠٨): قياس الشخصية، ط١، دار المسيرة للنشر، عمان الأردن.

- ٢٢- زاير، سعد علي وآخرون ( ٢٠١٤ ) الموسوعة التعليمية المعاصرة ، ط١، الجزء الأول ، مكتبة نور الحسن، بغداد
- ٢٣- عقيل، حسين عقيل. (٢٠٠٨): خطوات البحث العلمي، ط٢، دار ابن كثير للنشر.
- ٢- علي، عبد السلام. (٢٠٠٥): المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٣- محمد، عباس محمد. (٢٠١٨): الإسلوب الإبداعي التجديدي التكيفي وعلاقته بالتفكير المرن لدى طلبة الجامعة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة بغداد.
- ٤- فايد، حسين علي. (٢٠٠١): دراسات في الصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.
- ٥- علي ، محمد السيد ( ٢٠١١ ) موسوعة المصطلحات التربوية ، ط ١ ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان - الأردن
- ٦- عبد الله، هشام. (٢٠٠٠): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكئاب واليأس لدى عينة من الطلاب والعاملين المؤتمر الدولي للإرشاد النفسي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، القاهرة، ٩٠١.
- ٧- سمارة، نواف احمد وعبد السلام موسى العديلي(٢٠٠٨م) مفاهيم ومصطلحات في العلوم التربوية، دار المسيرة، عمان.
- ٨- النابلسي، حياة. (٢٠٠٩): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية،(رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سورية.
- ٩- عبد الهادي، نيفين. (٢٠١٣): فاعلية برنامج الدعم النفس الاجتماعي المبني على المدارس الأساسية في تنمية بنائية اللعب والثقة بالنفس والتسامح. (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية الجامعة الإسلامية، غزة.

- المصادر الأجنبية

1. Anastasi a. (1982): psychological testing. 5<sup>th</sup> Ed. New York Macmillan.
2. Carstensen L.L. (1995). Evidence for aLife-Span Theory of Socioemotional Selectivity: Current Directions. Psychological Science, 4. 151-156.
3. Cutrona, C.(1996). Social support in cauples, London: Sage Puhlication
4. Nunnally, j, c, (1978): psychometric theory, hill company, New York.

