

الاحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الاعدادية

م.م. زهراء يوسف عبد الحسن الرماحي
وزارة التربية/مديرية تربية محافظة النجف

alrmahly774@gmail.com

تاريخ استلام البحث : ٢٠٢٥/١٠/١٢

تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٥/١١/١٧

الخلاصة:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على الإحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية (الخامس علمي) في محافظة النجف الأشرف، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية المتساوية من عدد من المدارس التابعة للمديرية العامة لتربية النجف، وهي: (إعدادية ماجد البدرابي، إعدادية المشكاة، متوسطة الزاكيات)، اعتمدت الباحثة مقياس الإحساس بالتماسك الذي أعده ضياء (٢٠١٨)، والمكوّن من (٢٠) فقرة، ولغرض معالجة البيانات إحصائياً، تم استخدام مجموعة من الوسائل الإحصائية، من بينها: اختبار (T-Test) لعينة واحدة، ومعامل ارتباط بيرسون، والمتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والمتوسط الفرضي، ومعامل ألفا كرو نباخ، فضلاً عن النسبة المئوية، وأسفرت النتائج عن وجود إحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية، وبناءً على ذلك توصّلت الباحثة إلى عدد من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: الاحساس بالتماسك، طالبات المرحلة الاعدادية

The Sense of Cohesion among Intermediate School Student

Assistant Lecturer .Zahraa Youssef Abdul-Hassan Al-Rumahi

Ministry of Education / Directorate of Education in Al-Najaf Governorate

alrmahyly774@gmail.com

Date of Submission: 12/10/2025

Date of Acceptance: 17/11/2025

Abstract:

The present study aims to measure the sense of coherence among female secondary school students in Al-Najaf Al-Ashraf Governorate. The sample was randomly selected from several schools affiliated with the General Directorate of Education in Al-Najaf, namely: Majid Al-Badrawi Secondary School, Al-Mishkat Secondary School, and Al-Zakiyat Intermediate School. The research adopted the Sense of Coherence Scale developed by Daa (2018), which consists of 20 items. For the statistical analysis of the data, several methods were employed, including the one-sample T-Test, Pearson's correlation coefficient, arithmetic mean, standard deviation, hypothetical mean, Cronbach's Alpha coefficient, and percentage. The findings revealed that the female secondary school students possess a sense of coherence. Based on these results, the researchers proposed a number of recommendations and suggestions

Keywords: Sense of Coherence, Preparatory School Female Students

مشكلة البحث:

تعد المرحلة الإعدادية من المراحل التأسيسية والمهمة في حياة الطالبات، إذ تشهد نمواً ملحوظاً في الجوانب الجسدية والانفعالية والاجتماعية، وهو ما يضعهن أمام ضغوط وتحديات متعددة تتطلب قدراً من الوعي والقدرة على التكيف، غير أن ضعف الإحساس بالتماسك لدى بعض الطالبات قد ينعكس سلباً على استقرارهن النفسي والاجتماعي، حيث يؤدي إلى شعورهن بالغموض تجاه حياتهن، وصعوبة إدراكها بشكل منظم وهادف، مما يضعف ثقتن بقدراتهن الذاتية، وعلى الصعيد الأكاديمي، قد يتجلى ذلك في انخفاض مستوى الدافعية للتعلم، والتشتت في تحديد الأهداف الدراسية والمستقبلية، أما على الصعيد الاجتماعي، فقد يتسبب ضعف الإحساس بالتماسك في زيادة مشاعر الانعزال أو الاغتراب، وضعف القدرة على بناء علاقات إيجابية مع الزميلات والمعلمين، في حين ينعكس على الصعيد النفسي بزيادة معدلات القلق والتوتر وصعوبة مواجهة الضغوط اليومية، ومن هنا برزت الحاجة إلى دراسة هذه المشكلة للكشف عن واقع الإحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية، والتعرف على مظاهره السلبية وانعكاساته على جوانب حياتهن المختلفة، بهدف وضع حلول تربوية وإرشادية مناسبة تسهم في تعزيز هذا الجانب الحيوي.

يواجه عالمنا اليوم العديد من التوترات والأزمات والضغوط والتغيرات والتطورات المتسارعة التي شملت جميع مناحي الحياة، كما أن التغير في القيم والاتجاهات في حياة الأفراد، ومن ضمنهم طالبات المرحلة الإعدادية، يزيد من حدة الانفعالات لديهن، مثل الخوف والقلق والتوتر، الأمر الذي ينعكس على حياتهن النفسية والاجتماعية (الربيع وآخرون، ٢٠١٦: ١٢-٢٠).

يُعد فقدان الإحساس بالتماسك مشكلة اجتماعية بالغة الخطورة، إذ يسهم في تفكيك المجتمع ويهدم الركائز الأساسية المبنية على القيم والمعايير الأخلاقية السائدة فيه (علي، ٢٠٢١: ٣٠٣).

وبحسب رأي الباحثة من خلال وجودها في الوسط المدرسي والبيئة الطلابية، فإن طالبات الإعدادية يواجهن مشكلات وصعوبات كثيرة منها صعوبة إدارة الحياة والتحديات والعلاقات المعقدة على الآخرين، فهن في حاجة دائمة للآخرين والتماسك بهم حتى يتمكن من سد احتياجاتهن سواء كانت حاجات مادية أو حاجات معنوية. وقد شرعت طالبات الإعدادية من الشرائح التي تتعرض لأنواع مختلفة ومتعددة من المواقف التي تتطلب مواجهة وحلاً ليتمكن من التكيف مع حياتهن الأكاديمية والاجتماعية، وبالتالي مواصلة مسيرتهن في العطاء والإبداع والتفوق

وتكمن المشكلة الرئيسة في الحاجة إلى فهم طبيعة الشعور بالتماسك، والعوامل المؤثرة فيه، إلى جانب البحث في الآليات الممكنة لتعزيزه ضمن السياقات التربوية والاجتماعية المختلفة. وبناءً على ذلك، يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي بالسؤال التالي:

- هل تمتلك طالبات المرحلة الإعدادية إحساساً بالتماسك؟
ويمكن أهمية البحث النظرية والتطبيقية بالاتي .:

الأهمية النظرية

يعد الشعور بالتماسك من الدعائم الأساسية التي تسهم في بناء شخصية متوازنة وقادرة على مواجهة متطلبات الحياة لدى طالبات المرحلة الإعدادية. فهذه المرحلة تمثل جسراً مهماً نحو النضج والاستعداد للمستقبل، ويمنحهن التماسك الداخلي شعوراً بالأمن النفسي والثقة بالنفس، مما يرفع من دافعيتهن للتعلم والإنجاز، كما أن الشعور بالتماسك يساعد الطالبة على إدراك معنى حياتها وأهدافها، ويجعلها أكثر قدرة على التفاعل الإيجابي مع زميلاتها ومعلماتها، مما يخلق بيئة مدرسية داعمة ومحفزة للنمو المعرفي والاجتماعي، ومن هنا تبرز أهمية الاهتمام بالشعور بالتماسك لدى طالبات الإعدادية بوصفه ركيزة لتعزيز قدراتهن، وبناء جيل أكثر وعياً وإصراراً على النجاح

فكتسب هذه الدراسة أهميتها النظرية من خلال مساهمتها في إثراء الأدبيات العلمية المتعلقة بمفهوم الشعور بالتماسك (Sense of Coherence)، الذي يُعد من المفاهيم المركزية في إطار نظرية التمكين النفسي والصحة الإيجابية، وخصوصاً في ضوء نظرية "أنتونوفسكي" (Antonovsky) حول التوجه نحو الصحة، وتساعد الدراسة في توضيح الأبعاد الثلاثة لهذا المفهوم، وهي: الفهم (Comprehensibility)، وقابلية الإدارة (Manageability)، والمعنى (Meaningfulness)، وعلاقتها بالمتغيرات النفسية والاجتماعية الأخرى، مثل التكيف، والرضا عن الحياة، والصحة النفسية، كما تسهم الدراسة في سد الفجوة المعرفية في البحوث العربية حول هذا المفهوم، لا سيما في ظل محدودية الدراسات المحلية التي تناولته، مما يجعلها مرجعاً نظرياً يمكن البناء عليه في الدراسات المستقبلية، سواء كانت كمية أو نوعية (رضوان، ٢٠٠٢: ٢٣).

يمكن النظر إلى الإحساس بالتماسك بوصفه مورداً نفسياً أساسياً يقوم على العوامل التي تدعم الصحة النفسية وتعزز رفاهية الفرد، إذ يُعد وسيلة للحفاظ على استمرارية الحياة وتحسين جودتها بشكل مستقل عن الحالة المرضية، يعتبر الإحساس بالتماسك من المفاهيم التي تعطي تفسيراً للعوامل النفسية والاجتماعية التي تؤدي إلى الصحة أو المرض بالاعتماد على المنشئ الصحي، إذا يجمع هذا المفهوم بين التفسيرات النفسية والاجتماعية التي لها تأثير على الحالة الصحية للفرد والذي يترجم قدرة الفرد على تحمل ضغوطات الحياة ومن ثم تواجهها بصورة فاعلة من خلال الموارد النفسية والذي يؤدي إلى التوافق النفسي والاجتماعي ومن ثم الحفاظ على الصحة (Ncwby, 191; 1996) وهنا اتفقت مع دراسة (Chu et al, 2016) التي اظهرت نتائجها أن كل

من الإحساس بالتماسك ومفهوم الذات التلقائي لهما تأثير إيجابي على تقليل الاكتئاب وتحسين الرفاهية النفسية، وكان التأثير الأكبر للإحساس بالتماسك منفردًا.

وبناءً عليه، تتبع أهمية هذا البحث من تسليط الضوء على الشعور بالتماسك كأحد المؤشرات النفسية الهامة، من خلال تحليل أبعاده، والكشف عن العوامل المؤثرة فيه، واقتراح سبل علمية لتعزيزه.

الأهمية التطبيقية

تتجلى الأهمية التطبيقية لهذا البحث في إمكانية الاستفادة من نتائجه في الميدان التربوي والإرشادي، إذ يمكن أن يساهم في تزويد المعلمات والمرشدات التربويات باستراتيجيات عملية تهدف إلى تنمية الإحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية، بما يساعدهن على مواجهة المواقف الضاغطة والتحديات الدراسية والاجتماعية بمرونة أكبر، كما أن تعزيز هذا الإحساس يساهم في بناء شخصية متوازنة قادرة على التكيف مع المتغيرات الحياتية، ويعزز من دافعيتهن نحو التحصيل الأكاديمي والتفاعل الاجتماعي الإيجابي، وبذلك فإن هذا البحث لا يقتصر على إثراء الجانب النظري، بل يقدم أبعادًا عملية يمكن استثمارها في تطوير البرامج التربوية والإرشادية الداعمة للفئة المستهدفة.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف إلى: الإحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة الإعدادية (الخامس علمي) للبنات فقط في تربية محافظة النجف الاشرف للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ م) (١٤٤٥ - ١٤٤٦ هـ)

تحديد المصطلحات:

عرف أنتونوفسكي (١٩٩٣) الشعور بالتماسك بأنه توجه عام يعكس مدى امتلاك الإنسان للشعور الملح والمستمر والدينامي بالثقة، بحيث يرى أن المتطلبات القادمة من عالم الخبرات الداخلي والخارجي جزء من محتوى الحياة ويمكن توقعها، وأن الموارد اللازمة لمواجهتها متوفرة، ويعتبرها تحديات يمكن الاستثمار فيها والالتزام بها (Antonovsky, 1993:33).

خليل (٢٠٠٤) فقد عرفه على أنه توجه عالمي للتفكير يوضح مدى قدرة الفرد على الصبر والتحمل عند مواجهة مصادر إضعاف مقاومته، من خلال امتلاك وتنمية شعور دينامي بالثقة، بحيث يستطيع تنظيم الدوافع والمثيرات في بيئته الداخلية والخارجية بشكل قابل للتنبؤ والفهم، واعتبار المتطلبات كتحديات مع القدرة على تعويض أي نقص في الجهود أو الاحتياجات (خليل, ٢٠٠٤: ٥).

عرفه يوسف (٢٠١٨) بأنه نوع من الميل التفاوضي تجاه الأمور الضاغطة وغير القابلة للضبط، ويعكس الثقة بوجود إمكانيات لمواجهة هذه الضغوط (يوسف, ٢٠١٨: ١٨٠).

منتصر وإدريس (٢٠٢١): الشعور بالتماسك بأنه توجه عام يعبر عن مدى امتلاك الطالبة للشعور الملح والدائم والدينامي بالثقة في قابلية المثيرات من بيئتها الداخلية والخارجية لفهم، وأن متطلبات هذه المثيرات قابلة للإدارة والتذليل، وأن الحياة تحمل معنى (منتصر وإدريس، ٢٠٢١)

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة تعريف (Antonovsky, 1993: 33) تعريفاً نظرياً للبحث الحالي. **التعريف الاجرائي:** تعرف الباحثة الاحساس بالتماسك إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب خلال استجاباته على مقياس الاحساس بالتماسك .

الفصل الثاني (اطار نظري ودراسات سابقة)

المحور الاول : اطار نظري

تطرق البحث الحالي إلى مفهوم الشعور بالتماسك النفسي باعتباره جزءاً من التكوين النفسي للفرد، وهو من المصطلحات الحديثة التي طورها آرون انتونوفسكي (Antonovsky, 1979)، الذي يُعد أول من درس هذا المفهوم من خلال أبحاثه المتعلقة بالصحة والمرض. وقد عرّف انتونوفسكي التماسك النفسي بأنه قدرة الفرد على الصبر والتحمل عند مواجهة مصادر الإضعاف التي تهدد قدرته على المقاومة (بابا حمود، ٢٠١٩: ١١). سعى انتونوفسكي، عالم الاجتماع الطبي، إلى فهم الآليات التي تساعد بعض الأشخاص على الحفاظ على صحتهم رغم الضغوط الحياتية. ومن خلال سلسلة أبحاثه، اكتشف عام ١٩٧٩ ما أسماه الإحساس بالتماسك النفسي، وهو صفة مشتركة بين الأشخاص الذين يحافظون على صحتهم في ظل الظروف الصعبة. ويعتبر هذا المفهوم مصدراً داخلياً للتمتع بالصحة، حيث ركزت معظم أعماله على فهم كيفية مقاومة الأفراد لمصادر الضغط في محيطهم.

كما حاول انتونوفسكي التعرف على العوامل التي تجعل بعض الأشخاص يتمتعون بالصحة في عالم مليء بالضغوط، وينتمي هذا المفهوم إلى اتجاه المنشأ الصحي (Salutogenesis) الذي طوره، والذي يركز على مسائل مثل: لماذا يبقى بعض الأشخاص أصحاء رغم تعرضهم لعوامل مضرّة بالصحة؟ وكيف يتمكنون من التعافي من المرض؟ وهذه الأسئلة شكلت الأساس النظري والتجريبي لأبحاثه.

مصطلح المنشأ الصحي (Salutogenesis) مستمد من اللاتينية، حيث تعني كلمة Salus الحصانة أو الصحة، بينما تعني كلمة Geneses النشوء أو المنشأ، وقد اختار انتونوفسكي هذا المصطلح للتمييز عن مفهوم المنشأ المرضي (Pathogenesis) المتعلق بالمبادئ الطبية البيولوجية ونموذج عوامل الخطر. ورأى انتونوفسكي أن الكائن البشري لا يمكن أن يكون صحيحاً بالكامل أو مريضاً بالكامل، فلكل إنسان أجزاء سليمة وأخرى مريضة، وطالما أن الإنسان على قيد الحياة فهو يتمتع بدرجة من الصحة.

أما الإحساس بالتماسك فهو اتجاه عام يعكس درجة من الثقة الدائمة في قدرة الفرد على التنبؤ بعالمه الداخلي والخارجي وفهمه، ويعكس قناعته بأن الأمور ستتطور بشكل منطقي ومتوقع (Antonovsky, 1979: 55). وتعتمد شدة الإحساس بالتماسك على الظروف المحيطة بالفرد والدور الذي يؤديه أو يُتوقع منه أدائه. ويعرف أيضًا الإحساس بالتماسك بأنه صورة إيجابية للذات القادرة على التعامل مع متطلبات الحياة الداخلية والخارجية، مع امتلاك القناعة بالقدرة على إدارة هذه الشروط لتحقيق التوازن والتوافق بين احتياجات الفرد وشروط البيئة المحيطة (Kouvonen, 2009: 29).

– مجالات الإحساس بالتماسك (Fields Sense of Coherence)

١- الإحساس بالوضوح (Comprehensibility)

يشير هذا البعد إلى النمط المعرفي للفرد في تمثيل وفهم المثيرات أو المنبهات، حتى تلك غير المألوفة، باعتبارها معلومات متماسكة ومنظمة وليس مشوشة أو عشوائية. ويتضمن ذلك الاعتقاد بأن الأمور تحدث بشكل منطقي ويمكن التنبؤ بها، والقدرة على فهم الأحداث المستقبلية بعقلانية (Antonovsky, 1979: 36). ويشكل هذا البعد المكون المعرفي للشعور بالتماسك النفسي.

٢- الإحساس بالطوعية أو القابلية للتذليل (Manageability)

يعكس هذا البعد قناعة الفرد بأن الصعوبات قابلة للحل وأنه يمتلك الموارد والمهارات اللازمة لمواجهة متطلبات الحياة. ويسمى أيضًا الثقة الأدائية، حيث يركز انتونوفسكي على أن الأمر لا يتعلق بالموارد الفردية فقط، بل يشمل أيضًا الاعتقاد بأن الآخرين قادرين على تقديم الدعم عند الحاجة. وغياب هذا الإيمان يؤدي إلى شعور الفرد بالعجز والخضوع للأحداث الخارجة عن السيطرة. ويعتبر هذا البعد المكون السلوكي أو الواسيلي للشعور بالتماسك (Antonovsky, 1979: 36).

٣. الإحساس بالمعنى (Meaningfulness)

يمثل هذا البعد المكون الدافعي للشعور بالتماسك النفسي، ويشير إلى درجة شعور الفرد بأن حياته لها معنى وأن التحديات التي يواجهها تستحق بذل الجهد والطاقة. ويؤكد انتونوفسكي أن الفرد الذي يحصل على درجات عالية في هذا البعد يجد المتعة والرضا في مواجهة المتطلبات الحياتية، ويعتبرها تحديات مرحبًا بها وليست أعباءً مزعجة (Antonovsky, 1979: 36؛ Eriksson & Mittelmark, 2017: 89–97).

النظرية التي فسرت الاحساس بالتماسك :-

نظرية انتونوفسكي (Antonovsky, 1979)

يرى انتونوفسكي أن الشعور بالتماسك النفسي يمثل توجهًا نحو العالم يمكن من خلاله رؤية البيئة الفردية على أنها شاملة، قابلة للتحكم، وذات مغزى، ويؤكد أن طريقة نظرة الأفراد لحياتهم تؤثر مباشرة على صحتهم. وقد أدت أبحاثه إلى تحديد ثلاثة أبعاد أساسية للشعور بالتماسك النفسي:

١. قابلية الفهم (Comprehensibility): وهو البعد المعرفي الذي يعكس كيفية تفكير الفرد وتولده للشعور حيال المثيرات أو المحفزات الداخلية والخارجية. ويتضمن هذا البعد الاعتقاد بأن الحياة، رغم تعقيداتها وصعوباتها، يمكن توقعها وفهمها في المستقبل، وأن الأحداث الصعبة ليست عشوائية بل لها نمط منطقي (Antonovsky, 1984: 118).

٢. قابلية الإدارة (Manageability): ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد بقدرته على التعامل مع المشكلات وتوظيف الموارد المتاحة لمواجهتها بنجاح، سواء من خلال جهوده الشخصية أو من خلال دعم الآخرين (Antonovsky, 1998: 7).

٣. الإحساس بالمعنى (Meaningfulness): وهو البعد الدافعي الذي يعكس شعور الفرد بأن الحياة ذات قيمة وجدوى عاطفية. يشير هذا المفهوم إلى أن الحياة تحمل بعدًا انفعاليًا وشعوريًا، إذ يُعَدُّ منبّهًا داخليًا يدفع الفرد للاهتمام بمختلف المواقف أو التحديات الصعبة التي يمر بها. فالنظر إلى الحياة بوصفها ذات معنى يعني أن الفرد يمتلك دافعًا حقيقيًا للتعامل مع المواقف الصعبة، حيث ينظر إليها كتحديات تستحق الاهتمام والالتزام وبذل الجهد والطاقة، بدلاً من اعتبارها مجرد أعباء تثقل كاهله.

المحور الثاني : دراسات السابقة:

دراسة جعفر (٢٠٢١)

- عنوان الدراسة: الشعور بالتماسك النفسي وعلاقته بالحدود النفسية لدى طلبة جامعة ديالى.
- هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين الشعور بالتماسك النفسي والحدود الشخصية لدى طلبة جامعة ديالى.
- عينة الدراسة: بلغت ٦٠٠ طالبًا وطالبة من التخصصات العلمية والإنسانية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية.
- أدوات الدراسة: قامت الباحثة ببناء مقياس خاص بالشعور بالتماسك النفسي وآخر للحدود الشخصية.
- نتائج الدراسة: أظهرت النتائج تمتع طلبة جامعة ديالى بمستوى جيد من الشعور بالتماسك النفسي والحدود الشخصية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في هذا الإحساس.

٢. دراسة (Kovi et al 2017)

- عنوان الدراسة: الإحساس بالتماسك النفسي كوسيط بين الشخصية والاكتمال.
- هدف الدراسة: اختبار فاعلية مقياس جديد لنموذج العامل الخماسي البديل لشخصية زوكمان في دراسة العلاقة بين الشخصية والاكتمال والإحساس بالتماسك النفسي لدى الطلاب الجامعيين.
- عينة الدراسة: طلبة جامعيون.
- أدوات الدراسة: المقياس ذو الإصدار الوجهي لنموذج العامل الخماسي البديل (استبيان شخصية زوكمان-كوهلمان-ألوجا).
- نتائج الدراسة: تبين أن جميع عوامل الشخصية الخمسة، بما في ذلك العصابية، مرتبطة بارتفاع درجات الاكتمال بشكل مباشر أو غير مباشر من خلال الإحساس بالتماسك النفسي.

٣. دراسة (Chu et al,2016)

- عنوان الدراسة: الإحساس بالتماسك وبعض العوامل المرتبطة به لدى طلاب الجامعة.
- هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين الإحساس بالتماسك وبعض العوامل الديموغرافية، والتحقق من تأثير الإجهاد المتصور على الإحساس بالتماسك وعلاقته بالاكتمال والرفاهية النفسية، وكذلك دراسة تأثير الإحساس بالتماسك ومفهوم الذات التلقائي على الاكتمال والرفاهية النفسية.
- عينة الدراسة: ٩٣ طالبًا جامعيًا.
- أدوات الدراسة: مقياس الإحساس بالتماسك، مقياس مفهوم الذات التلقائي، مقياس الاكتمال، ومقياس الرفاهية النفسية.
- نتائج الدراسة: أظهرت النتائج أن كل من الإحساس بالتماسك ومفهوم الذات التلقائي لهما تأثير إيجابي على تقليل الاكتمال وتحسين الرفاهية النفسية، وكان التأثير الأكبر للإحساس بالتماسك منفردًا.

٤. دراسة 2015 (Rakizaeh & Hafezi)

- عنوان الدراسة: الإحساس بالتماسك كمنبئ بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة.
- هدف الدراسة: دراسة العلاقة بين الشعور بالتماسك والتمتع بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة.
- عينة الدراسة: ٤٥٩ طالبًا جامعيًا.
- أدوات الدراسة: استبانة العوامل الديموغرافية (العمر، النوع، الحالة الوظيفية، الحالة الزوجية)، مقياس الإحساس بالتماسك، ومقياس جودة الحياة.
- نتائج الدراسة: أظهرت النتائج أن جودة الحياة ترتبط إيجابيًا بالحالة الزوجية المرضية والوظيفية المستقرة، كما يرتبط الإحساس بالتماسك إيجابيًا بجودة الحياة، مما يجعله منبئًا جيدًا بجودة الحياة لدى الطلاب

مناقشة الدراسات السابقة

عند مقارنة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة، يتضح وجود اتفاق عام في التوجه نحو أهمية الإحساس بالتماسك النفسي بوصفه أحد المؤشرات الأساسية للصحة النفسية والتكيف الإيجابي لدى الطلبة. فقد هدفت دراسة جعفر (٢٠٢١) إلى التعرف على العلاقة بين الشعور بالتماسك النفسي والحدود الشخصية لدى طلبة جامعة ديالى، في حين سعت دراسة (Kovi وآخرون، ٢٠١٧) إلى اختبار دور الإحساس بالتماسك كوسيط بين الشخصية والاكتئاب، وركزت دراسة (Chu وآخرون، ٢٠١٦) على العلاقة بين الإحساس بالتماسك وبعض العوامل الديموغرافية والإجهاد والاكتئاب والرفاهية النفسية، أما دراسة (Rakizaeh & Hafezi، ٢٠١٥) فقد تناولت الإحساس بالتماسك كمنبئ بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، بينما تميزت الدراسة الحالية باقتصار هدفها على التعرف إلى مستوى الإحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية (الصف الخامس العلمي) في محافظة النجف الأشرف، مما يجعلها دراسة وصفية تشخيصية تركز على فئة عمرية أصغر من تلك التي تناولتها الدراسات السابقة، وتضيف بذلك بعداً جديداً لفهم هذا المتغير في المراحل الدراسية قبل الجامعية.

أما من حيث العينة، فقد استخدمت الدراسات السابقة عينات من طلبة الجامعات بأحجام تراوحت بين (٩٣ - ٦٠٠) مشارك، في حين اقتصرَت الدراسة الحالية على عينة من طالبات الإعدادية تم اختيارهن عشوائياً من عدد من المدارس الحكومية، الأمر الذي يعكس اختلافاً في المستوى النمائي للفئة المدروسة وطبيعة الضغوط النفسية التي تتعرض لها، مما يمنح الدراسة الحالية خصوصية في بيئتها التعليمية والنفسية. ومن حيث أدوات القياس، فقد استخدمت الدراسات السابقة مقاييس متنوعة؛ فبعضها قام ببناء أدوات خاصة مثل جعفر (٢٠٢١)، وبعضها استخدم مقاييس عالمية مثل مقياس زوكرمان للشخصية أو مقياس أنطونوفسكي للتماسك النفسي، بينما اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الإحساس بالتماسك الذي أعده ضياء (٢٠١٨)، وهو مقياس محلي تم تقنيه على البيئة العراقية، ما يمنح نتائجها صدقاً ثقافياً أكثر ملاءمة للسياق المحلي مقارنة بالدراسات الأجنبية.

أما في ما يتعلق بالنتائج، فقد أظهرت معظم الدراسات السابقة تمتع الطلبة بمستوى جيد من الإحساس بالتماسك النفسي، كما بينت ارتباطه الإيجابي بالمتغيرات النفسية الإيجابية مثل جودة الحياة والرفاهية النفسية، وسلبياً بالاكتئاب، وهذه النتائج تتفق مع نتائج الدراسة الحالية التي توصلت إلى وجود إحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية، مما يشير إلى أن الإحساس بالتماسك ليس مقتصرًا على فئة طلاب الجامعات، بل يظهر أيضًا في مراحل مبكرة من النمو المعرفي والانفعالي، وبذلك يمكن القول إن الدراسة الحالية تتفق مع الدراسات السابقة في الجوهر العام الذي يؤكد على أهمية الإحساس بالتماسك كعامل داعم للتكيف النفسي، لكنها تختلف عنها في طبيعة العينة، ومستوى المرحلة الدراسية، والمنهج المستخدم، ونوع المقياس المعتمد، مما

يجعلها مكتملة وموسعة للدراسات السابقة من حيث تناولها لمتغير التماسك النفسي في سياق تربوي ومدرسي مختلف.

الفصل الثالث:-

منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل عرضاً مفصلاً لمنهج الدراسة، ووصف مجتمع البحث وعينته، بالإضافة إلى الأدوات التي استخدمت في جمع البيانات، وطرق تقنياتها والتأكد من خصائصها السيكمومترية من حيث الصدق والثبات. كما يتناول الفصل الإجراءات التي اتبعتها الباحثة في تطبيق أدوات الدراسة، فضلاً عن الأساليب الإحصائية المعتمدة في تحليل البيانات.

منهج البحث: اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج الوصفي المسحي، لكونه الأنسب لتحقيق أهداف البحث، إذ يتيح هذا المنهج الكشف عن مستوى الشعور بالتماسك عند الطالبات. (عباس وآخرون، ٢٠٠٧: ٧٢).

مجتمع البحث: يُعرّف مجتمع البحث بأنه المجموعة الكلية من الأفراد أو الظواهر أو الأشياء التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج دراسته عليها (البطش وأبو زينة، ٢٠٠٧: ٩٧). كما عرفه (أبو سمرة ومحمد ٢٠٢٠) بأنه: جميع المفردات التي يستهدفها الباحث لتحقيق أهداف دراسته، وقد لا يقتصر على الأفراد بل يشمل أيضاً المؤسسات والشركات والجامعات والمدارس والكتب وغيرها (أبو سمرة ومحمد ٢٠٢٠ : ٤٥)، وفي ضوء ما سبق، حُدّد مجتمع الدراسة الحالية بطالبات المرحلة الإعدادية (الخامس علمي) في محافظة النجف الأشرف للعام الدراسي (٢٠٢٤)، حيث بلغ العدد الكلي للمجتمع (٢٨٠٠) طالبة، كما موضح في الجدول أدناه

عينة البحث: يعد اختيار العينة من الخطوات المهمة للبحث، والمقصود بالعينة: هي وحدات من المجتمع الكلي، إذ يتم اختيارها حسب قواعد محددة بهدف تمثيل المجتمع تمثيلاً صحيحاً، تم اختيار عينة البحث النهائية بالطريقة العشوائية، حيث قامت الباحثة بأخذ عينة مناسبة والتي كان عددها (٤٠٠) طالبة مأخوذة من طالبات المرحلة الإعدادية (الخامس علمي) للخامس العلمي حصراً بمعنى أنه تم اختيار العينة من المجتمع الأصلي والبالغة (٤٠٠) طالبة، من المدارس المذكورة أدناه وفقاً للنسب الواردة في الجدول الآتي هو :-

جدول رقم (١) يبين اختيار العينة الأساسية من مجتمع البحث الاصلي.

اسم المدرسة	العدد المأخوذ منه	النسبة
ع.الزاكيات	٨٧٠	%٣٢
ع.ماجد البدرابي	٩٤٥	%٣٤
المشكاه	٩٤٥	%٣٤
المجموع	٢٨٠٠	%١٠٠

أداة البحث: هي الوسيلة التي يستخدمها الباحث في استقائه او حصوله على المعلومات المطلوبة من المصادر المعنية في بحثه . (ابو عواد واخرون , ٢٠٠٦ : ٢٣٧) ولغرض التحقق من اهداف البحث قامت الباحثة بالاطلاع على الدراسات السابقة والادبيات والاطار النظري وفي ضوء ذلك تبنت الباحثة مقياس الاحساس بالتماسك المعد من قبل (ضياء , ٢٠١٧) و المبني اساسا على وفق نظرية (انتونوفسكي , ١٩٩٣) .

مقياس الاحساس بالتماسك:

بعد مراجعة الدراسات السابقة والاطلاع على الأدبيات ذات الصلة، تبينت الحاجة إلى وجود أداة تقيس متغير الإحساس بالتماسك. ولتحقيق ذلك، تبنت الباحثة مقياس الإحساس بالتماسك الذي أعدّه ضياء (٢٠١٧)، والمبني أساساً على نظرية أنتونوفسكي (١٩٩٣)، الذي تكون من ٢٠ فقرة و ٥ بدائل.

وبما أن المقياس تم تبنيه في الدراسة الحالية، فقد كان من الضروري التحقق من صدق وثبات المقياس على عينة البحث، وذلك من خلال اتباع مجموعة من الإجراءات المترتبة على النحو الآتي

أولاً: التحقق من صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري)

من أجل التأكد من ملائمة فقرات مقياس الإحساس بالتماسك وبدائله وتعليماته، قامت الباحثة بعرض النسخة الأولية من المقياس، المتكونة من (٢٠) فقرة وخمس بدائل، على عينة من (١٠) محكمين من ذوي الاختصاص في مجالات العلوم التربوية والنفسية. وقد استُفيد من آرائهم وملاحظاتهم فيما يخص وضوح الفقرات وصلاحيتها ومدى ملائمتها للهدف الذي وُضعت من أجله. وبناءً على نتائج التحكيم، حصلت جميع الفقرات على نسبة موافقة بلغت (٨٠٪) فأكثر، مما استدعى الإبقاء عليها مع إجراء بعض التعديلات اللغوية الطفيفة.

ثانياً: إعداد تعليمات الإجابة

حرصت الباحثة على صياغة تعليمات المقياس بشكل واضح ومباشر، لتكون مفهومة لجميع أفراد العينة، ونظرًا لأن الفقرات صيغت بأسلوب تقريرى، فقد جرى التأكيد على أن يقوم المستجيب بوضع علامة (✓)

تحت البديل الذي يعبر عن رأيه، كما أُشير إلى أن الاستجابة يجب أن تكون صريحة وموضوعية، وأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما الإجابة تعكس رأي المستجيب فقط، وأكدت الباحثة على سرية الاستجابات وعدم الاطلاع عليها إلا لأغراض البحث العلمي، فضلاً عن عدم الحاجة لذكر الاسم؛ لضمان الاطمئنان والراحة أثناء الاستجابة.

ثالثاً: التجربة الاستطلاعية (وضوح التعليمات والفقرات)

للتأكد من وضوح تعليمات المقياس وفقراته، ومدى دقتها وسلامة صياغتها، إضافةً إلى ملاءمة البدائل الموضوعية للاستجابة، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالبة خامس علمي جرى اختيارهن عشوائياً. كما جرى احتساب الوقت اللازم للإجابة على المقياس، وأظهرت نتائج التطبيق أن الفقرات وتعليماتها واضحة بالنسبة للعينة، وأن الزمن المستغرق للاستجابة تراوح بين (١٠-١٤ دقيقة).

رابعاً: الإجراءات الإحصائية لتحليل فقرات المقياس

تُعد الإجراءات الإحصائية من الخطوات الأساسية للتحقق من مدى ملاءمة فقرات المقياس للعينة المدروسة، إذ يساهم اعتماد الفقرات التي تتسم بخصائص سيكومترية جيدة في تعزيز صدق وثبات المقياس، بما يجعله أكثر دقة في قياس المتغير المستهدف (Anastasia, 1976).

خامساً: الخصائص القياسية (السيكومترية) لمقياس الاحساس بالتماسك:

في الآونة الأخيرة توجهت جهود الأشخاص المهتمين بالقياسات النفسية الى تطوير دقة القياسات النفسية عن طريق تحديد الخصائص القياسية للمقاييس وفقراتها، (المصري، ١٩٩٩: ٣٦٠) وقد تم التحقق من هاتين الخاصيتين لمقياس الاحساس بالتماسك كما يأتي:

أولاً: مؤشرات صدق البناء:-

أن من أهم الخصائص المعيارية التي أكدها خبراء القياس النفسي هما الصدق والموثوقية، لأن دقة الدرجات او البيانات التي نحصل عليها من المقياس النفسي تعتمد عليها (عودة، ١٩٩٨: ٣٣٣-٣٣٥) لذا تم التأكد من صدق المقياس الحالي من خلال نوعين من الصدق وهما:

أ- **الصدق الظاهري:-** ان الصدق يعني مدى ارتباط فقرات الاختبار بالمتغير المراد قياسه (Ebel, 1972: 55). ومن اجل التأكد من صدق مقياس الاحساس بالتماسك وتعليماته بصورته الأولية تم عرضة على (١٠) من الأساتذة المتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية من اجل معرفة مدى صلاحية وملائمة الفقرات وبدائل المقياس.

ب- صدق البناء لمقياس الاحساس بالتماسك :

ويسمى أيضا بصدق المفهوم أو الصدق التكويني، ويقصد به مدى قياس الاختبار لتكوين فرضي أو سمة معينة، وتتلخص طريقة إيجاده في تحديد الأبعاد التي يتكون منها المفهوم طبقاً لنظرية معينة، ويمثل البناء سمة سيكولوجية أو صفة أو خاصية لا يمكن ملاحظتها وإنما يستدل عليها من السلوكيات المرتبطة بها (ملحم، ٢٠١٠، ٣١٩)، إذ تم الكشف عن صدق البناء بأسلوبين

١- حساب درجة القوة التمييزية للفقرات لغرض التحقق من القوة التمييزية لفقرات مقياس الإحساس بالتماسك، قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية مكونة من (١٥٠) طالباً وطالبة طبقاً عليهم المقياس، وبعد جمع البيانات وتصحيحها وحساب الدرجة الكلية لكل فرد، جرى ترتيب الدرجات تصاعدياً من الأعلى إلى الأدنى.

ثم حُددت نسبة (٢٧٪) من ذوي الدرجات العليا، والتي بلغ عدد أفرادها (٤١) طالباً وطالبة، وكذلك نسبة (٢٧٪) من ذوي الدرجات الدنيا بعدد مماثل (٤١) طالباً وطالبة، وذلك استناداً إلى أن معامل التمييز يكون أكثر استقراراً عند اعتماد هذه النسبة إذا كانت عينة البناء أكبر من (١٠٠) فرد.

بعد تحديد المجموعتين (العليا والدنيا)، تم حساب القوة التمييزية لكل فقرة باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، من خلال برنامج SPSS للتحليل الإحصائي، وقد جرى التحقق من دلالة الفروق بين متوسط درجات المجموعتين العليا والدنيا بمقارنتها مع القيمة الجدولية للاختبار التائي البالغة (١.٩٩٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٨٠).

وأظهرت النتائج أن جميع فقرات المقياس البالغ عددها (٢٠) فقرة كانت ذات قوة تمييزية مقبولة، إذ كانت قيم (ت) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية، مما استدعى الإبقاء عليها جميعاً لهذه الفقرات والجدول (٢) يبين ذلك.

جدول (٢) القوة التمييزية لفقرات مقياس الاحساس بالتماسك

الفقرات	المجموعة عليا ٤١		المجموعة دنيا ٤١		ت
	الانحراف حسابي	الانحراف معياري	الانحراف حسابي	الانحراف معياري	
1	٤.٤٦٠	0.518	3.018	0.353	24.454
2	٣.٧٣٥	0.500	2.708	0.903	10.577
3	٤.٠٧١	0.787	2.929	0.530	12.794
4	٣.٤٠٧	0.511	2.991	0.968	4.040

11.331	0.611	3.558	0.511	٤.٤٠٧	5
16.727	0.858	2.681	0.745	٤.٤٦٩	6
16.421	0.782	2.726	0.689	٤.٣٣٦	7
13.342	0.942	3.071	0.567	٤.٤٥١	8
23.504	0.690	2.229	0.797	4.559	9
27.288	0.840	2.000	0.548	4.575	10
22.528	0.473	2.300	1.129	4.894	11
25.180	0.611	2.543	0.520	4.443	12
22.235	0.857	2.171	0.518	4.266	13
28.683	0.845	1.857	0.548	4.575	14
23.005	0.684	2.343	0.515	4.195	15
15.527	0.363	2.894	0.753	4.115	16
12.179	0.891	2.673	0.911	4.133	17
23.948	0.246	2.956	0.561	4.336	18
14.101	0.637	3.071	0.538	4.177	19
18.434	1.329	2.053	0.566	4.558	20

*جدولية: ١.٩٩٠ عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجة حرية ٨٠

٢- حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من الفقرات مع المجال والدرجة الكلية للمقياس

أ- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية:

استخدمت الباحثة المحك الداخلي المتمثل بالدرجة الكلية للمقياس لاستخراج صدق البناء (العالمي) ولتحقيق ذلك تم توزيع الاستبيان بعد عرضه على السادة الخبراء على عينة التمييز وعددها (١٥٠) استمارة فقد احتسبت قيم معامل الارتباط بين درجة الفقرة مع الدرجة الكلية باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) ولغرض التعرف على دلالة قيم معامل الارتباط استخدمت الباحثة قيمة (ت) لمعامل الارتباط تبين ان قيمة (ت) لمعامل الارتباط البسيط المحسوبة أكبر من قيم (ت) الجدولية البالغة (١,٩٩٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٤٨) وقد تبين ان جميع الفقرات دالة احصائياً لأن قيمة (ت) المحتسبة لها اكبر من قيمة (ت) الجدولية والجدول (٣) يبين ذلك .

جدول (٣)

قيم (ت) لمعاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الاحساس بالتماسك

مع الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الاختبار التائي	مع الدرجة الكلية	معامل الارتباط	الاختبار التائي
3.827	0.184	11	9.244	0.412	1
5.505	0.260	12	9.003	0.403	2
8.738	0.393	13	7.245	0.334	3
3.892	0.187	14	9.326	0.415	4
5.550	0.262	15	8.607	0.388	5
7.269	0.335	16	10.592	0.460	6
5.917	0.278	17	3.420	0.165	7
5.369	0.254	18	9.164	0.409	8
6.643	0.309	19	9.738	0.430	9
2.786	0.135	20	10.887	0.470	10

ت الجدولية ١.٩٩٠ عند ٠.٠٠٥ ودرجة حرية ١٤٨.

الثبات:

يشير الثبات الى "مدى الدقة والاتقان او الاتساق الذي يقيس به الاختبار الظاهر التي وضع من اجلها" (رضوان، ٢٠٠٦: ٩٨). ولغرض استخراج معامل الثبات لمقياس الاحساس بالتماسك اعتمدت الباحثة على طريقتين لاستخراجه وهما:

قامت الباحثة بحساب ثبات الاستبانة بطريقتين كالآتي :-

١- طريقة التجزئة النصفية :-تعد طريقة التجزئة النصفية من أبرز الطرائق المستخدمة للتحقق من ثبات المقاييس. وفي الدراسة الحالية، جرى تطبيق هذه الطريقة على مقياس الإحساس بالتماسك، حيث قُسمت الفقرات إلى نصفين متكافئين، ثم حُسب معامل الارتباط بين درجات النصفين باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient). وقد بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.٧٧)، وهي دلالة على وجود ارتباط إيجابي جيد بين النصفين.

وبعد ذلك جرى تصحيح قيمة الارتباط باستخدام معادلة سبيرمان-براون (Spearman-Brown Prophecy Formula)، فبلغ معامل الثبات الكلي للمقياس (٠.٨٧)، وهي درجة مرتفعة وتشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات، بما يعكس استقرار فقراته وقدرته على قياس المتغير المستهدف بدقة، وبالتالي تحققه للصدق الذي وضع من أجله

جدول رقم (٤) يبين معاملات الثبات لدرجة الاستبانة بطريقة التجزئة النصفية

عدد الفقرات	معامل الارتباط	معامل الارتباط بعد التعديل
٢٠	٠,٧٧	٠,٨٧

٢- الفا كرو نباخ Cronbachs Alpha:

تعتمد هذه الطريقة على التجانس في أداء الفرد من فقرة إلى أخرى (ملحم، ٢٠١٠ : ٣٣١). يتم في هذه الطريقة دراسة معامل الثبات للتجانس الداخلي للمقياس ويفضل استعمالها عندما يكون الهدف تقدير معامل ثبات مقاييس الجوانب الشخصية والوجدانية؛ لأنها تشتمل على مقاييس متدرجة لا يوجد بها إجابة صحيحة وأخرى خاطئة (الجلبي، ٢٠٠٥، ١٤٢)، ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت الباحثة معادلة (الفكرونباخ) على درجات افراد عينة الثبات، فكانت قيمة معامل ثبات المقياس (٠.٨٣٥) ليكون مقياس الاحساس بالتماسك بصيغته النهائية مكوناً من (٢٠) فقرة وجاهزاً للتطبيق بصيغته النهائية جدول رقم (٥) يبين معاملات الثبات لدرجة الاستبانة بطريقة التجزئة النصفية

الفقرات	Cronbach s Alpha
٢٠	٠.٨٣٥

وصف مقياس الاحساس بالتماسك :-

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات التحليل الاحصائي واستخراج الصدق والثبات للمقياس أصبح مقياس الاحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية (الخامس علمي) المكون من (٢٠) فقرة، وخمس بدائل (يمثلني دائماً، يمثلني غالباً، يمثلني احياناً، يمثلني نادراً، لا يمثلني) وبلغ أدنى درجة للمقياس (٢٠) وأعلى درجة (١٠٠) وبذلك أصبح المتوسط الفرضي للمقياس (٦٠) درجة، وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

التطبيق النهائي لمقياس الاحساس بالتماسك :-

بدأت الباحثة بتطبيق اداة البحث بتاريخ (٢٠٢٤/٤/٤) الساعة (الحادية عشر) صباحاً .وسعت ان يجري تطبيق اداة الدراسة في ظروف ملائمة من حيث الإضاءة والتهوية والجلسة المريحة, لتساعد الطالبة على ان تكون في حالة نفسية وذهنية جيدة, إذ تم توزيع اداة البحث على الطالبات وطلب منهن تدوين البيانات على ورقة الاجابة, وبعد ذلك شرحت الباحثة كيفية الاجابة عن فقرات الاداة, وتم اعلامهن أن اجابتهن ستكون سرية ولن يطلع عليها احد سوى الباحثة, وبعد اكمال الطالبات المطلوب منهن, جمعت الباحثة استمارات الاداة لكل طالبة, وتم ترتيب الاستمارات, ليتسنى للباحثة سهولة تصحيح وتحويل الاجابات إلى درجات خام, وذلك لمعالجتها إحصائياً لاستخراج النتائج.

خامساً: الوسائل الاحصائية:-

استخدمت الباحثة في معالجة بيانات برنامج ال(SPSS) وقد تم استخدام الوسائل الاحصائية الاتية :

- الاختبار التائي لعينة واحدة One sample T-test ---- استخراج مستوى الاحساس بالتماسك
- معامل ارتباط بيرسون ---- لاستخراج معامل الارتباط ما بين الفقرات الزوجة والفردية ثم استخدمنا معادله براون التصحيحية لاستخراج الثبات لمقياس (الاحساس بالتماسك) .
- المتوسط الحسابي , الانحراف المعياري ,المتوسط الفرضي ----لاستخراج (ت المحسوبة).
- معامل كرو نباخ ----لاستخراج الثبات (الاحساس بالتماسك).
- النسبة المئوية---- لاستخراج الصدق الظاهري (صدق المحكمين).

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث ومناقشتها

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

١- عرض ومناقشة الهدف الاول: التعرف على مستوى الإحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

لغرض التعرف على المستوى العام الاحساس بالتماسك لدى طالبات المرحلة الإعدادية (الخامس علمي)وبعد تطبيق المقياس بصيغه النهائية على عينة البحث الأساسية والبالغ عددها (٤٠٠) طالبة, وبعد تحليل استجابات الطالبات, فقد تبين ان المتوسط الحسابي المحقق قد بلغ (٨١.٢٤٥) بانحراف معياري

(٦.٤٠٦) وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (٦٠) باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة One sample T-test، والجدول (٦) يوضح ذلك.

الجدول (٦)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى الإحساس بالتماسك لعينة البحث الأساسية

العدد	الوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	٨١.٢٤٥	٦٠	٦.٤٠٦	٣٤.٩٧٥	١.٩٦٠ (٠,٠٥) (٣٩٩)	يوجد فرق دال

من خلال الجدول (٦) اتضح أن القيمة التائية المحسوبة (٣٤.٩٧٥) أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩)، وهذا يعني وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي المحقق.

وجود إحساس بالتماسك لدى طالبات الخامس العلمي يمكن تفسيره بأن هذه الفئة العمرية تمر بمرحلة حاسمة من النمو النفسي والاجتماعي، حيث تسعى الطالبة إلى بناء هويتها وإيجاد معنى لما تواجهه من خبرات حياتية. إن التماسك يعكس قدرة الفرد على إدراك العالم من حوله بصورة منظمة ومفهومة، ورؤية التحديات الدراسية والاجتماعية باعتبارها ذات معنى وقيمة وليست مجرد أعباء، فضلاً عن الإحساس بامتلاك الطالبة للموارد الداخلية والخارجية التي تمكنها من مواجهة تلك التحديات بفعالية.

هذا الشعور غالباً ما يتعزز في ظل وجود بيئة أسرية داعمة وإطار تربوي يوفر التشجيع والأمان، بالإضافة إلى الخلفية الثقافية والقيمية التي تمنح الطالبة تفسيرات ومعاني تساعد على تقبل الضغوط والنظر إليها كفرص للنمو. ومن هنا، فإن الإحساس بالتماسك لدى طالبات الإعدادية يعد مؤشراً على مستوى جيد من الصحة النفسية والقدرة على التكيف، كما أنه يعكس مرونة نفسية تجعل الطالبة أكثر استعداداً لمواجهة متطلبات الحياة الدراسية والاجتماعية بثقة وإيجابية وهذا يتطابق مع دراسة (chu,al,2016) ودراسة (جاسم وكريم، ٢٠٢٤).

ثانياً: الاستنتاجات:-

- أظهرت نتائج البحث أن طالبات الإعدادية يتمتعن بإحساس واضح بالتماسك، وهو ما يعكس قدرتهم على فهم المواقف الحياتية بصورة منظمة وإدراكها ضمن إطار منطقي غير عشوائي.

ثالثاً: التوصيات

- ضرورة تعزيز البرامج التربوية والنفسية في المدارس الثانوية والإعدادية التي تهدف إلى دعم إحساس الطالبات بالتماسك وتنمية قدرتهن على التكيف مع ضغوط الحياة الدراسية والاجتماعية.
- إشراك الأسرة بصورة أكثر فاعلية في العملية التربوية، من خلال نشر الوعي بأهمية الدعم الأسري ودوره في تعزيز الصحة النفسية والشعور بالتماسك لدى المراهقات.
- توفير أنشطة لا صفية تسهم في تنمية مهارات الطالبات الشخصية والاجتماعية، وتساعدن على توظيف الموارد الداخلية والخارجية لمواجهة التحديات بفاعلية.
- تدريب الكوادر التربوية (المعلمين والمرشدين) على أساليب التعامل النفسي والتربوي التي تعزز من إحساس الطالبات بالتماسك وتدعم قدرتهن على إدارة المواقف الضاغطة.
- تشجيع إجراء المزيد من الدراسات حول الإحساس بالتماسك في مراحل عمرية ومجتمعية مختلفة، للتعرف على العوامل المؤثرة فيه بشكل أوسع وأعمق

رابعاً: المقترحات

- إجراء دراسات مماثلة على عينات أخرى مثل الذكور أو طلبة الجامعات لمعرفة ما إذا كان الإحساس بالتماسك يظهر بنفس المستوى أو يختلف باختلاف الجنس أو المرحلة الدراسية.
- دراسة العلاقة بين الإحساس بالتماسك ومتغيرات نفسية أخرى مثل القلق، الشعور بالذنب، التقاؤل، أو الصمود النفسي لمعرفة دور التماسك كعامل واقٍ.
- تطبيق برامج إرشادية أو تربوية تستهدف تنمية الإحساس بالتماسك لدى الطلبة، وقياس فاعليتها في تحسين التكيف النفسي والأداء الأكاديمي.
- توسيع البحث ليشمل عينات من بيئات ثقافية أو اجتماعية مختلفة، للمقارنة بين تأثير العوامل الثقافية في تعزيز أو إضعاف الإحساس بالتماسك.
- الاستفادة من نتائج البحث في بناء مقاييس أو أدوات سيكومترية محلية لقياس الإحساس بالتماسك لدى فئات مختلفة من المجتمع

المصادر العربية:-

- أبو سمرة , محمود أحمد و محمد عبد الاله الطيطي (٢٠٢٠). مناهج البحث العلمي من التبیین الى التمكين : دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ,عمان.
- ابو عواد، فريال محند واخرون.(٢٠٠٦).مدخل الى منهج البحث في التربية وعلم النفس: دار المسيرة للنشر والتوزيع ,عمان ,الاردن.

- باباحمود، هاجر. (٢٠١٩). الشعور بالتماسك وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى أمهات الأطفال المصابين بالإعاقة الذهنية والتوحد: رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. جامعة قاصدي مرياح-ورقلة
- البطش ، محمد وليد وفريد كامل أبو زينة . (٢٠٠٧) . مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي : ط١، دار المسيرة ، عمان ، الأردن .
- جاسم ، رقيه سامي وكريم، زهراء فرحان. (٢٠٢٤). الاحساس بالتماسك لدى طالبات كلية التربية للبنات :جامعة الكوفة، قسم العلوم التربوية والنفسية.
- جعفر ، زهرة موسى. (٢٠٢١). الشعور بالتماسك النفسي وعلاقته بالحدود الشخصية لدى طلبة الجامعة:مجلة ديبالى للبحوث الانسانية، مجلد (١) عدد ٨٩ .
- الجلي، سوسن شاكر. (٢٠٠٥) . أساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية: ط١، مؤسسة علاء الدين للطباعة والتوزيع، دمشق، سوريا.
- خليل. (٢٠٠٥). مناهج البحث العلمي :الكتاب الثالث، طرق البحث السنوي، دار المسيرة للطباعة ونشر والتوزيع عمان.
- الربيع ، فيصل وعطية، رمزي محمد. (٢٠١٦) .الاتزان الانفعالي وعلاقته بربط الذات لدى طلبة جامعه اليرموك: مجله الدراسات العلوم التربوية، الاردن ،المجلد (٤٣)، ملحق (٣).
- رضوان، سامر جميل . (٢٠٠٢). الصحة النفسية : دار المسيرة، عمان الاردن.
- رضوان، محمد نصر الدين. (٢٠٠٦). المدخل الى القياس والتقويم في التربية البدنية الرياضة: مركز الكتاب للنشر، مصر .
- ضياء ، موج. (٢٠١٨). الاحساس بالتماسك وعلاقته بالرفاهية النفسية :كلية الاداب ،جامعه بغداد.
- عباس، محمد خليل ونوفل، محمد بكر والعبيسي، محمد مصطفى وأبو عواد، فريال محمد. (٢٠٠٧). مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس: ط١، عمان، الاردن دار المسيرة للنشر والطباعة.
- عبيدات، نوقان، وعدس، عبد الرحمن وعبد الحق، كايد. (٢٠٠٥). البحث العلمي مفهومة وأدواته وأساليبه: ط٩، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.
- علي، ايهاب حامد سالم. (٢٠٢١).وصمه المرض النفسي وعلاقته بالشعور بالتماسك لمقدمي الرعاية الاسريه للمرضى النفسيين :مجلة خدمه الاجتماعية.
- عودة، احمد سليمان . (١٩٩٨). القياس والتقويم في العملية التدريسيه: (ط.٢) ،دار الامل للنشر والتوزيع.

- المصري، محمد عبد المجيد.(١٩٩٩). اثر اتجاه الفقرة واسلوب صياغتها في الخصائص السيكو مترية لمقاييس الشخصية وحسب مستوى الصحة النفسية للمجيب:(اطروحة دكتوراه غير منشورة)جامعة بغداد, كلية التربية ابن رشد.
- ملحم، سامي محمد.(٢٠١٠). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس: دار المسيرة للنشر والتوزيع ط١، عمان، الأردن.
- منتصر، شادية عبدالعزيز مهتدي، و إدريس، صفاء عبدالستار فرج .(٢٠٢١). فعالية برنامج تدريبي لتنمية الاحساس بالتماسك لدى طالبات الدراسات العليا :مجلة كلية التربية في العلوم النفسية،المجلد ٤٥، العدد ١.
- يوسفى حدة.(٢٠١٨).مشاعر التماسك النفي كمفهوم وجداني جديد:قياس المفهوم :مجلة وحده البحث في تنمية الموارد البشرية, جامعه بائته ١,المجلد ٩,والعدد ٢ الجزء الاول,جويلية ٢٠١٨,ص١٧٣-١٩٣.
- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. Social Science & Medicine, 36(6), 725–733.
- Antonovsky, A.(1979).Health , stress, and coping. San Francisc CA:Jossey-Bass
- -Kleep, O.M . , Mastekaasa, A ., Tom, S. , Sandandger , I. , Kleiner ,R. Structure analysis of Antonovsky's sense coherence from an : 26 (2007) of health survey with a brief nine-item sense epidemiological mental International Journal of Methods in Psychiatric Research -coherence scale P12,16(1): 11–22www.interscience.wiley.com
- Erikson, M.. (2005). Validity of Antonvsky, sense of Cohercnce scale: A system atic Review, Journal Epidemiol community Healty, vol (59). No (6).
- Eriksson, M. and Mittelmark, M. (2017). The Sense of Coherence and Its Measurement. In: Mittelmark, M., Sagy, S., Eriksson, M.,Bauer, G., Pelikan, J., Lindstrom, B., and Espnes, G.(eds.), TheHandbook of Salutogenesis, Sprin International Publishing AGSwitzerland, (eBook), DOI 10.1007/978-3-319-04600-6, 97-106
- Anstasi,A.(1976).psychological testing (4th ed.)Macmillan publishing co ,Inc.
- Rakizaeh, E, & Hafezi , F.(2015). Sense of coherence as a predictor of Quality of life among Iranian students living in Ahvaz. Oman medical Journal, 30(6),447-454.-
- Antonovsky, A.(1984).The sense of coherence as a determinant of health . In J.D. Matarazzo, S. M. Weiss, J.A.Herd, & Miller(Eds.)
- Antonovsky A.(1998).The structure and properties of the Sense of Coherence Scale . Thousand Oaks, CA:Sage
- Kovi, Zsusanna. Odler, Veronika. Gacsalyi, Sara. Hittner, James B. Hevsei, Krisztina. Hubner, Andrea. Aluja, Anton. (2017). Sense of Coherence as a mediator between personality and depression. Collage of Charleston, 114, p119-124
- Ch, J. khan, M, Jahan, H,&, Kraemer,A,(2016); Sense of coherence an associate factors among university students in china: cross-sectional evience . MC pulic health,16(1),316-336.

Muller, J , Hess, J ,& Hager, A .(2013) .Sense Of Coheence Rather than Exercise Capacity is the strong predictor to obtain health -Related quality Of life in Adults With Congenital heart disease. European Journal Of preventive Cardiology, Vol,21

