

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عطف أحمد علي منسي

الدعم الإجماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية

في الأردن

د. عبد الناصر العزام

استاذ مشارك/علم نفس تربوي- جامعة البلقاء التطبيقية

د. بلال بني حمد

استاذ مشارك/تربية طفل- جامعة البلقاء التطبيقية

أ.د. محمد أمين ملحم

استاذ دكتور/علم نفس تربوي- جامعة البلقاء التطبيقية

د. عطف أحمد علي منسي

علم نفس تربوي

الملخص

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى العلاقة بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى عينة تكونت من (150) طالبًا وطالبة _ من طلبة المرحلة الأساسية التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة المزار الشمالي _ تم اختيارها بالطريقة المتيسرة خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2024/2025 ، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياسي الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا، وبعد التأكد من صدقهما وثباتهما، أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع من الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى الطلبة، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى العينة.

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي، مرونة الأنا، طلبة المرحلة الأساسية .

Social support and its relationship to ego resilience among primary school students in Jordan

Abstract

This study explored the relationship between social support and ego resilience among a sample of 150 male and female students from the basic education stage in the Al-Mazar Al-Shamali Directorate of Education. The sample was selected using a convenient sampling method during the first semester of the 2024/2025 academic year. To achieve the study's objectives, the social support scale and the ego resilience scale were used, after verifying their validity and reliability. The results indicated a high level of social support and ego resilience among the students. Furthermore, the findings revealed a statistically significant positive correlation between social support and ego resilience within the sample.

Keywords: Social support, Ego resilience, Basic education students.

مقدمة الدعم الإجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة

الأساسية في الاردن

د. عبد الناصر العزام

استاذ مشارك/علم نفس تربوي- جامعة البلقاء التطبيقية

د. بلال بني حمد

استاذ مشارك/تربية طفل- جامعة البلقاء التطبيقية

أ.د. محمد أمين ملحم

استاذ دكتور/علم نفس تربوي- جامعة البقاء التطبيقية

د. عطف أحمد علي منسي

تُعد مرحلة التعليم الأساسي أهم مراحل التعليم الرسمية، التي يمر فيها الطفل بعد مرحلة ما قبل المدرسة؛ وتساعد الاطفال على تحقيق تعليم شامل ومتوازن، يمكنهم تطوير المهارات الاكاديمية الأساسية، وغرس العادات السلوكية الايجابية، بهدف تنمية الجوانب الشخصية والاجتماعية وهذا يتطلب ايجاد بيئة تعليمية تُشجع الفضول والابداع والتفكير النقدي، وكيفية التفاعل مع الأقران والتعاون في المجموعات، وحل النزاعات وتعزيز المرونة والتعاطف والوعي الذاتي، وهي سمات أساسية للشخصية السوية.

وتُعتبر مرونة الأنا (**Ego Resilience**) سمة شخصية لا تنشأ من خلال تجربة صدمة، بل تُكتسب بمرور الوقت، كما يُعد مفهوم مرونة الأنا مكوناً رفيع المستوى للشخصية، ولهذا السبب، يمكن اعتباره سمة شخصية أو بنية أو مخططاً معرفياً مستقرًا نسبيًا. ومع ذلك، فهو ليس مجموعة ثابتة من المظاهر السلوكية المحددة وراثيًا، والثابتة بشكل دائم، وإنما تُصوّر على أنها مظاهر سلوكية ديناميكية، نتاجٌ للتنظيمات التي حدثت بين الذات ومتطلبات البيئة، والتي استقرت بمرور الوقت سمة عامة (Block, 2002). وبالتالي، فإن مرونة الأنا هي مقياس لمرونة العمليات النفسية القائمة التي تشكلت بمرور الوقت، والتي قد تؤدي إلى مظاهر مرونة، حيث يستطيع الشخص التكيف مع موقف مُرهق غير متوقع، ويكون قادرًا على التعافي بسرعة والعودة إلى حالته الطبيعية (Lane, 2020). ويؤكد كول ورفاقه (Cole et al.,2015) عدم اشتراط حدوث تجربة صادمة كبيرة

الدعم الاجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

إظهار مرونة الأنا؛ بل تُصبح مرونة الأنا القدرة الشخصية على التكيف مع عدم اليقين. تختلف مرونة الأنا عن المرونة في أن الشدائد الكبيرة ليست ضرورية لامتلاك الشخص مستوى عاليًا من مرونة الأنا؛ بل يُظهر الشخص عادةً قدرة ديناميكية وفعّالة على التكيف مع التحديات اليومية (Taylor et al., 2021).

وتشكل مرونة الأنا أحد أهم الآليات الوقائية لمواجهة النتائج السلبية للعديد من المواقف المهمة، التي يتعرض لها الفرد. فالأفراد الذين يتميزون بمستويات عالية من مرونة الأنا قادرون على التكيف بشكلٍ فعال مع المواقف المختلفة، التي قد تعيق قدرتهم على التطور، والتخطيط والعمل من أجل إنجاز الاهداف (Block & Block, 2006)، وإظهار كفاءة اجتماعية عالية، وارتفاع المشاعر الإيجابية الناتجة من مواجهة المواقف الصعبة، والتعافي العاطفي السريع، وتحسين الأداء المعرفي ومستوى الانتباه (Ndeti et al., 2019).

وقد طُرح مفهوم المرونة لأول مرة عام ١٩٥٠ على يد بلوك في السياق النفسي (Chen et al., 2021). وتُعد كلٌّ من المرونة النفسية ومرونة الأنا عوامل حماية من الشدائد؛ إلا أن الفرق الواضح بينهما يكمن في أن المرونة النفسية تنطوي على عملية ديناميكية تتضمن التعرض لشدائد كبيرة، بينما يمكن فهم مرونة الأنا على أنها تطور للشخصية مصحوب بضبط الأنا (Chen et al., 2021). ويُصوّر بلوك مرونة الأنا على أنها: جزء من نظام معالجة العواطف في الشخصية؛ وقد استند في مفهومه إلى نظرية لوين التي تُركّز على عمل النظام النفسي للفرد (Farkas & Orosz, 2015).

ويُعرف بلوك وكرمن (Block & Kremen, 1996) مرونة الأنا بأنها القدرة على تكيف سلوك الفرد مع سياقات ظرفية مختلفة. أما توجان وفريدركسون (Tugade, Fredrickson, 2004) فقد وصفا مرونة الأنا بأنها: "القدرة على التعافي من التجارب العاطفية السلبية والتكيف المرن مع المتطلبات المتغيرة للتجارب المجهدة". أما الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) فقد وصفت مرونة الاناء بأنها سمة شخصية تتكون من قدرة الفرد على التكيف مع المطالب الاجتماعية البيئية المتغيرة (Farkas & Orosz, 2015).

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عفاف أحمد علي منسي
(، وتعتبر مرونة الأنا عن القدرة الديناميكية على تعديل مستوى التحكم في ذات للفرد وفقاً
للسياقات الظرفية المحيطة.

ويتصف الأفراد الذين يمتلكون مستويات عالية من مرونة الأنا، بقدرتهم على فهم
الدوافع والمشاعر والسلوكيات وحل المشكلات، ويظهرون تكيفاً أفضل وإنجازات أعلى في
مراحل الحياة جميعها، ويجعلون بيئتهم أكثر توافقاً مع شخصيتهم نظراً لقدرتهم على التعامل
بنجاح مع الظروف البيئية المتغيرة، كما أنهم أكثر عرضة لتلقي ردود فعل إيجابية فيما
يتعلق بسلوكهم، ولا يكون لديهم حاجة كبيرة للتغيير، ويظهرون أنماط شخصية أكثر
استقراراً، وبالتالي يطورون شخصيات أفضل (Michela, 2016). كما يتصفون بقدرتهم
على التكيف بشكلٍ فعال مع المواقف المختلفة التي قد تعيق قدرتهم على التطور،
والتخطيط والعمل من أجل إنجاز الاهداف (Block & Block, 2006)، والتغلب على
الضغوط التي يتعرضون لها، ويكون لديهم صورة ذاتية إيجابية ومركز داخلي قوي للتحكم،
وبالتالي يمكنهم التكيف بنجاح من خلال الاستجابة بمرونة للاحتياجات الظرفية المتغيرة.
والتكيف الناجح مع الحياة المدرسية، وما تحدث فيه من مواقف مختلفة غير متوقعة (Noh
& Lim, 2015). وإظهار كفاءة اجتماعية عالية، وارتفاع المشاعر الإيجابية الناتجة من
مواجهة المواقف الصعبة، والتعافي العاطفي السريع، وتحسين الأداء المعرفي ومستوى
الانتباه (Ndetei et al., 2019) كما يتصفون حسب (الجزاعي والجبوري 2010))
بالقدرة على الاستبصار، والاستقلالية، والقدرة على تحمل المسؤولية، وروح الدعابة،
والمبادأة، وتكوين العلاقات، والقيم الخلقية، خلاف الأفراد ذوي مرونة الأنا المنخفضة الذين
يواجهون صعوبة في تعديل مستوى التحكم في الأنا، ويميلون إلى إظهار القلق، وانخفاض
المرونة التكيفية لديهم (Chen et al., 2021)، وتدني مستويات في التكيف والاستقلالية
والاندماج الاجتماعي، كما أنهم ينجحون بسهولة من التحديات الجديدة، ويكافحون في ظل
التجارب المجهدة والظروف الصعبة، التي يمرون بها (Vecchio et al., 2019).

وتشير بركات (2014) الى العديد من العوامل التي تسهم في تشكيل المرونة لدى
الفرد منها، قدرة الفرد على وضع خطط واقعية، واتخاذ الخطوات والجراءات اللازمة

الدعم الاجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

لتطبيقها وتنفيذها، والنظرة الايجابية للذات والثقة في القدرات والامكانيات، وقدرته على العمل المنتج، والسعي نحو السيطرة على بنيته النفسية والاجتماعية والعقلية والأكاديمية والأخلاقية، فضلاً إلى قدرته على تحقيق الأمن النفسي للذات، ومهارات التواصل الاجتماعي وحل المشكلات، والقدرة على إدارة الانفعالات، ومعرفة ذاته وتقبلها، ومعرفة المحيطين به أيضاً، وتمكنه من المحافظة على علاقات واقعية معهم. كما يؤكد البروارى وصالح (٢٠١٩) على أن قدرة الفرد على إنشاء علاقات واقعية وإحداث تواصل إيجابي مع الآخرين؛ والقدرة على وضع خطط واقعية والقيام باتخاذ وحل المشكلات؛ والنظر بإيجابية للذات، وثقته بقدراته، وذلك نتيجة إدراكه الحقيقي لها وللأحداث من حوله؛ وأخيراً القدرة على الاحتفاظ بالقيم الروحانية والأخلاقية.

وتم النظر إلى مرونة الأنا على أنها سمة فردية، تساعد الفرد على تحقيق الأداء الانفعالي والاجتماعي المرغوب فيه، على الرغم من تعرضه لضغوط ومحن كبيرة. كما تعبر عن القدرة على التنظيم الذاتي بشكلٍ ديناميكي يسمح للأفراد التكيف بشكل سريع مع الظروف المتغيرة، الأمر الذي يجعله عاملاً وقائياً للنتائج السلبية التي ترتبط بجوانب مهمة من الحياة.. كما ترتبط مرونة الأنا ارتباطاً مباشراً بالعديد من النتائج النمائية الإيجابية عبر الطفولة، كارتفاع مستوى الكفاءة الاجتماعية، والانتباه والمرونة الذاتية، كما تؤدي مرونة الأنا إلى تحقيق مجموعة من النتائج الإيجابية التي تتمثل في تحقيق الصحة النفسية الجيدة للفرد وما تتضمنه من راحة وطمأنينة وقدرة على التحمل ومواجهة الصعوبات، والإيجابية حيث إنَّ تمتع الفرد بمستويات عالية من المرونة يؤدي إلى جعله ينظر للحياة نظرة أكثر إيجابية، ويجعله يتعامل مع الأمور من حوله بصورة إيجابية أيضاً، كما تؤدي مرونة الأنا إلى تحقيق الاتصال الفعال، الذي يعتمد عليه نجاح الفرد في حياته بصورة كبيرة (المفرجي والشهري، 2015).

ووفقاً لفيلتين وهال (Felten & Hall, 2001) فإن مرونة الأنا تتطور لدى الأفراد خلال مدة زمنية طويلة نسبياً، حيث أنها بحاجة لمجموعة من الخبرات الحياتية الطويلة، ليمتلك الفرد مجموعة من المهارات الفاعلة في مرونة الأنا التي تمكنه من تجاوز

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عفاف أحمد علي منسي

الصعوبات والمشكلات المختلفة التي تعترضه في حياته. ومرونة الأنا قادرة على حماية الفرد من الآثار السلبية الناتجة عن الضغوط النفسية التي يتعرض لها. كما وتُعد من الآليات النفسية التي تعتمد على حماية الفرد من تطوير الاضطرابات النفسية، كما وتسهل عملية التعافي منها.

من الممكن أن تتغير مرونة الأنا خلال مراحل النمو، لأنها تسمح للأفراد بالتكيف مع التغيرات المستمرة في متطلبات البيئة (Farkas & Orosz, 2015). وهناك احتمال كبير بأن يكون الأشخاص ذوو المستويات الأعلى من مرونة الأنا أكثر ميلاً لتحمل مسؤوليات الكبار، مثل مغادرة منزل والديهم، والحصول على عمل، والالتزام بعلاقة عاطفية (Milioni et al., 2016).

وقد أظهرت مرونة الأنا تأثيراً على الأداء الشخصي والاجتماعي عبر مراحل التطور المختلفة. ففي مرحلة الطفولة المبكرة، فقد ارتبطت مرونة الأنا بالتعلق الآمن والقدرة على حل المشكلات، وبالسلوك التعاطفي تجاه الأقران، والقدرة على التكيف، والسلوكيات المؤهلة اجتماعياً. من ناحية أخرى، تنبأت المستويات المنخفضة من مرونة الأنا بالإنكار، والأناية. أما في مرحلة المراهقة، ارتبطت المستويات العالية من مرونة الأنا بنضج الشخصية، وتأخير سلوك الإشباع، في حين ارتبطت المستويات المنخفضة من مرونة الأنا بالاكتئاب. وفي مرحلة الشباب، ارتبطت المستويات العالية من مرونة الأنا بتكوين الهوية والاستقرار النفسي والانفعالي (Michela, 2016).

ويؤكد أليساندري ورفقائه (Alessandri et al., 2016) إن مرونة الأنا لها آثار مهمة على تكيف الأفراد، وتطورهم خلال مرحلة الطفولة والمراهقة، والتي تُعد مدة انتقالية تتطلب التكيف مع العديد من التغيرات الجسدية والاجتماعية، إذ وجد أن المرونة المنخفضة للأنا خلال مدة المراهقة قادرة على التنبؤ بضعف التكيف والاكتئاب، كما تُفوض نضج الشخصية. وبالتالي، فإن مرونة الأنا تُعد متغيراً مهماً خلال هذه المرحلة، لدورها في بناء شخصية المراهق وإحداث التوازن النفسي والاجتماعي، وتحقيق التكيف مع البيئة المحيطة ورغبات الفرد الداخلية (الجرجري وخليل، ٢٠١٩).

وقد أشارت نتائج دراسات (Taylor et al., 2014; Chen et al., 2021;) و (Green-Johnson, 2023)، إلى أن مرونة الأنا ترتبط بعلاقة ارتباطية ايجابية بالدعم الاجتماعي (Social support) على وجه الخصوص، ووجدت الأبحاث أن الدعم الاجتماعي يُطور من السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الأفراد (Alcántar Nieblas et al., 2021). ويساعد في خلق بيئة تنمي التفاعلات الاجتماعية، وتزيد من شعور الأفراد بالانتماء والايثار. (Guo, 2017; Li et al., 2019). في حين يواجه الطلبة الذين يفتقرون الى الدعم الاجتماعي القدرة على مواجهة مشكلاتهم والتعاون والمشاركة والايثار والتعاطف. وقد حظي الدعم الاجتماعي بمزيد من البحث في الأونة الأخيرة بسبب الآثار النفسية الايجابية التي تلحق بالأفراد وتمنحهم فرصاً للتطور المعرفي والثقافي والانفعالي.

والدعم الاجتماعي مفهوم واسع النطاق، ويعود إلى أدبيات علم النفس في ثمانينيات القرن الماضي (Nadeem et al., 2020). وعرفه غوتليب وبيergen (Bergen, 2010) بأنه إدراك الشخص للموارد المتاحة أو الفعلية التي توفرها شبكته الاجتماعية، سواءً أكانت روابط أو علاقات رسمية أم غير رسمية. ويصف باحثون آخرون الدعم الاجتماعي بأنه المساعدة العاطفية أو المعلوماتية أو العملية التي يشعر فيها الشخص بالانتماء والتقدير والدعم من شخص مهم من أفراد العائلة والأصدقاء والشبكات الاجتماعية الأخرى (Alexe et al., 2021). نظرياً، الدعم الاجتماعي ليس مفهومًا خطياً، بل عدة الباحثون معقداً ومتعدد الأوجه والأبعاد.

ويعرف الدعم الاجتماعي بأنه عملية ديناميكية تفاعلية للتعامل مع الأفراد ومصادر دعمهم التي تحدث في سياق بيئي (Pickering, 1992)، كما ينظر للدعم الاجتماعي بأنه مفهوم متعدد الأبعاد يتأثر بشكل رئيس بالعوامل الاجتماعية البيئية، والبيئة الثقافية، والسياسية، والقيم الاخلاقية، والشخصية، ومعتقدات الافراد. ويُعرف الدعم الاجتماعي بأنه: الدعم الذي يتلقاه الأفراد من خلال تعاملاتهم مع الآخرين (Lakey and Cohen, 2000)، ويمكن أن يكون الدعم عاطفياً أو مادياً أو حتى معلوماتياً (Fleury et al.,

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عطف أحمد علي منسي

(2009; Lakey and Cohen, 2000) وعرفته حداد (1995) بأنه : تمتع الفرد بالتقدير والقبول والحب والاحترام المقدم من الشبكة الاجتماعية المحيطة به، وشعوره بأنه جزء لا يتجزأ من هذه الشبكة التي تقدم لعضائها التزامات متبادلة. كما يُعرف الدعم الاجتماعي بأنه: شعور الفرد بأنه يحظى بالرعاية والمحبة والتقدير من خلال أفعال الآخرين الذين تربطهم به شبكة علاقات متينة (Carmeli et al., 2020). وقد ثبتت هذه الشبكة من الزملاء كعاملٍ يُنبئُ بالرفاهية النفسية لدى الطلبة (Hashemi et al., 2020). والدعم الاجتماعي لا يحدث فجأةً، بل تتكشف هذه العملية بين الأفراد وعائلاتهم وأصدقائهم بمرور الوقت (Carmeli et al., 2020). ويشير الدعم الاجتماعي إلى المساندة الذي يتلقاها الفرد من بيئته الاجتماعية بهدف التعامل مع الأحداث الضاغطة المختلفة (Aroian et al., 2010; Denis et al., 2015) ويعزز الدعم الاجتماعي من مستوى الصحة النفسية للفرد، ومساعدته على التأقلم بفاعلية مع الأزمات اليومية، كما يعزز الشعور بالانتماء والثقة بالنفس والمزاج الإيجابي وتحقيق الانجاز الأكاديمي والتحكم الشخصي واتخاذ القرارات والتعاطف، بينما يؤدي انخفاض مستوى الدعم الاجتماعي إلى تدني مستويات التعاطف، وزيادة التوتر والقلق والاحباط، والاحساس بالفشل والعجز والشعور بالوحدة (Park et al., 2015).

كما يُعد الدعم الاجتماعي جزءًا أساسيًا من التطور الذي يؤثر في مراحل حياته كافة، ويصبح أكثر تعقيدًا مع تنوع تجاربه. وللدعم الاجتماعي أهمية كبيرة في حياة الفرد إذ يؤثر في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة الضاغطة، وأساليب مواجهتها حسب رأي جيلر ورفاقه (Geller et al., 2019) وتتمثل أهمية الدعم الاجتماعي في حماية الذات وزيادة الاحساس بفاعليته، وشعور الفرد بالتقدير والوقاية من الامراض والاضطرابات والمشاركة ومواجهة ضغوط الحياة واشباع حاجات الانتماء، فضلاً عن تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للفرد. ويرى وايد وتافريس (Wade & Tavrise, 1987) ان الدعم الاجتماعي يتأثر بحسب التشابه النفسي والاجتماعي للفرد ومع من يقدم له الدعم ، وبتعدد مصادر الدعم.

الدعم الاجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

ويتطور الدعم الاجتماعي لدى الأفراد وفق أسباب مختلفة لتقديم الدعم الاجتماعي، حيث يعتمد ذلك على عمر الشخص وتطوره. وعادةً، توجد علاقة بين الشخص الذي يقدم الدعم الاجتماعي والشخص الذي يتلقى هذا الدعم (Chen et al., 2021). مع بدء الأطفال في المدرسة، ينتقل دعمهم الاجتماعي من الأسرة إلى المدرسة، مما يزيد من شبكة علاقاتهم ومقدار الدعم اللازم، وعندما يصل الأطفال إلى مرحلة الطفولة المتوسطة، يتحول ارتباطهم بوالديهم من الحاجة إلى التواجد مع الوالدين إلى مزيد من التواجد مع والديهم مع تواصل مفتوح بينهما، إذ يستجيب الوالدان لاحتياجات الطفل. ووفقاً للباحثين، يُعد الأطفال أمهاتهم أفضل نظام دعم مقارنةً بأصدقائهم ومعلميهم. يُنظر إلى الأمهات على أنهن مقدمات دعم متعدد الأغراض؛ ويُنظر إلى المعلمات على أنهن رفيقات وداعمات عاطفية؛ ويُنظر إلى المعلمات على أنهن داعمات معلوماتيات ونصائح. ويُنظر إلى الآباء على أنهم مصدر دعم معلوماتي ممتاز (Chen et al., 2021).

وقد أوضح الرواد(2017) أن الدعم الاجتماعي للطلبة يتأثر بمجموعة من العوامل، مثل توقيت وحجمه المقدم؛ فإذا تم تقديم المساندة والدعم في الوقت المناسب، فإن الطالب يشعر بالسعادة والرضا والنظرة الإيجابية للحياة. ولكن أحياناً قد تكون كمية المساندة والدعم الاجتماعي أكثر من المعدل الذي يحتاجه الفرد، أو في وقت غير مناسب، وهذا قد يسبب له الكثير من المشكلات. لذلك، هناك بعض الشروط التي يجب أن تتوفر في عملية الدعم لكي يكون لها تأثير إيجابي.

وقد طورت مقاييس مختلفة لقياس الدعم الاجتماعي أشهرها مقياس متعدد الأبعاد الذي طوره زمت ورفاقه (Zimet et al., 1988)، يقيس المساندة التي يتلقاها الفرد من أسرته وأصدقائه وغيرهم من الأشخاص المهمين في حياته. وتم التحقق من صحة هذا المقياس وترجمته لعدة لغات عالمية.

ونظراً لأهمية الدعم الاجتماعي وتأثيره على صحة الفرد فقد حظي باهتمام الباحثين والمختصين في الميدان التربوي والنفسي، فأجرى بارك ورفاقه (Park et al., 2015) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الدعم الاجتماعي والتعاطف والتوتر لدى طلبة

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عفاف أحمد علي منسي

الطب. تكونت عينة الدراسة من (٢٦٩٢) طالبا وطالبة. أكمل المشاركون مقياس جيفرسون للتعاطف، ومقياس متعدد الأبعاد للدعم الاجتماعي. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائيا بين الدعم الاجتماعي والتعاطف لدى الطلبة وفي الأردن أجرت القضاءه (2015) دراسة هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للدعم الاجتماعي بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة المرحلة الثانوية. تم استخدام أداتين، استبانة الدعم الاجتماعي واستبانة الدافعية الأكاديمية. تكونت عينة الدراسة من (٩٥٣) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الدعم الاجتماعي الكلي لدى طلبة المرحلة الثانوية، كان مرتفعاً.

وعمدت دراسة الزهراوي وآخرون (Elzohary, et, al, 2017) في مصر تعرف العلاقة بين مستويات مرونة الأنا، والإجهاد المتصور، ودرجة الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التمريض بجامعة دمنهور في مصر. تكونت عينة الدراسة من (٥٢٠) طالباً وطالبة من طلبة كلية التمريض تم اختيارهم بطريقة العشوائية المنتظمة. أظهرت النتائج أن مستوى مرونة الأنا لدى طلبة كلية التمريض كان مرتفعاً.

وأجرت رتيب (Rateeb, 2019) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى مرونة الأنا والقلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. تكونت عينة الدراسة من (164) طالبا وطالبة. استخدم مقياسي مرونة الأنا والقلق الاجتماعي. أشارت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من مرونة الأنا لدى الطلبة.

وأجرى ضبيش (2019) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الدعم الاجتماعي وتنظيم الذات لدي المراهقين، تكونت عينة الدراسة من (211) مراهقا ومراهقة من مدارس المرحلة الإعدادية والثانوية، وباستخدام المنهج الوصفي التحليلي، توصلت نتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث والمراهقة المبكرة والمتوسطة في مستوى الدعم الاجتماعي الكلي. وأجرى العظامات و العلوان (٢٠١٩) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى الدعم الاجتماعي المُدرَك وعلاقته بالذكاء الأخلاقي لدى طلبة الصف العاشر

الدعم الإجماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

الأساسي في المدارس الحكومية التابعة لمديرية البادية الشمالية الشرقية، تكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العنقودية العشوائية، تمّ استخدام مقياسي الذكاء الأخلاقي والدعم الاجتماعي المُدرّك. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الدعم الاجتماعي المُدرّك لدى طلبة الصف العاشر الأساسي كان متوسطاً.

أجرى **عبد (٢٠٢٣)** دراسة هدفت الى التعرف على مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الاعدادية في مدينة تكريت . تكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة، وقام الباحث باعداد مقياس للدعم الاجتماعي. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الدعم الاجتماعي كان مرتفعاً.

كما أجرى تشن ورفاقه (**Chen et al.,2021**) دراسة هدفت الى الكشف عن العلاقة بين مرونة الأنا لدى أطفال المدارس والدعم الاجتماعي المتصور. أكملت عينة الدراسة من (٤٣٧) طفلاً تتراوح أعمارهم بين (٨ و ١٣) عاماً. أشارت النتائج إلى أن مرونة الأنا ترتبط بعلاقة ارتباطية ايجابية بالدعم الاجتماعي.

وأجرى **جرين جنسون (Green-Johnson, 2023)** دراسة هدفت الى الكشف عن القدرة التنبؤية للدعم الاجتماعي والتدين بمرونة الانا لدى الطلبة الامريكان من أصل افريقي. تألفت عينة الدراسة من (79) طال وطالبة، لجمع المعلومات استخدام ثلاثة مقاييس هي مرونة الأنا، والدعم الاجتماعي، و التدين. أشارت نتائج تحليل الانحدار المتعدد الخطي إلى إمكانية التنبؤ بمرونة الأنا (ER) من خلال وجود الدعم الاجتماعي .

أجرى **العبيدي (2023)** دراسة بهدف التعرف على مستوى مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الثانوية، تكونت عينة البحث (٣٠٠) من طلبة المرحلة الثانوية ولتحقيق أهداف البحث تم بناء مقياس مرونة الأنا. أظهرت النتائج إن طلبة المرحلة الثانوية يتمتعون بمستوى متوسط من مرونة الأنا.

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عفاف أحمد علي منسي

وأجرى بني خالد ورفاقه (2023) دراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى مرونة الأنا والتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة آل البيت بالأردن. تكوّنت عينة الدراسة من (338) طالبًا وطالبةً من طلبة جامعة آل البيت. تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، ولتحقيق أهداف الدراسة، استُخدم مقياس لمرونة (الأنا). أظهرت نتائج الدراسة أنّ مستوى مرونة (الأنا) جاء بمستوى مرتفع.

وأجرت بني خالد وملحم (2024) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن، تكونت عينة الدراسة من

(511) طالبًا وطالبة من الصفوف الدراسية التاسع، والعاشر، والأول الثانوي. اختيروا بالطريقة الطبقيّة العشوائية. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياسي الفاعلية الذاتية الانفعالية ومرونة الأنا. أشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع لمرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين .

مما تقدم لوحظ وجود عدد من الدراسات على المستوى المحلي والعربي تناولت الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا في ضوء عدد من المتغيرات، ولوحظ ان هناك تباين في نتائج مستوى الدعم الاجتماعي فمثلا أشارت نتائج دراسات(عبد , 2023؛ القضاة , 2015) أن مستوى الدعم الاجتماعي مرتفعاً، بينما أشارت نتائج دراسات(العظامات و العلوان , 2019) أن مستوى الدعم الاجتماعي جاء متوسطاً، وفيما يخص الدراسات التي تناولت مرونة الأنا فقد أظهرت نتائج دراسات (بني خالد وملحم . 2024؛ بني خالد ورفاقه , 2023) أن مستوى مرونة الأنا قد جاء مرتفعاً بينما أظهرت نتائج دراسات(العبيدي , 2023؛ Rateeb,2019) وجود مستوى متوسط لمرونة الأنا ، وفيما يتعلق بالعلاقة بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا خاصة لدى طلبة المرحلة الأساسية فقد لوحظ ان الدراسات العربية والمحلية قد خلت من الاهتمام ببحث هذه العلاقة، ولوحظ ان الدراسات الاجنبية كانت السبابة لبحث تلك الموضوعات كدراسة (Chen et

(al.,2021; Green-Johnson, 2023) ، وبالتالي تتميز هذه الدراسة عن

الدراسات السابقة في أدواتها وعينتها وأنها ربطت بين متغيرين على درجة من الأهمية في الميدان التعليمي والمتعلق بشخصية المتعلم الذي ما زال يشكل قلب ونبض العملية التعليمية رغم ما طرأ عليها من تغييرات في ظل التطور المعرفي والتكنولوجي.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تُعد المرحلة الأساسية واحدة من أهم المراحل الدراسية لدى الطلبة؛ والتي تحتاج من الأسرة والمدرسة متابعة واهتمام متواصل كي يتطور المتعلم من كافة جوانبه شخصيته النفسية والاجتماعية والمعرفية والانفعالية، إذ ان أي تعثر يواجهه المتعلم في هذه المرحلة من المتوقع يؤثر في سلوكه وانماط تفكيره وتكيفه النفسي والاجتماعي، ويجعله عرضة للاضطراب وعدم الاستقرار. فتمتع المتعلم بمستويات مرتفعة من الدعم الاجتماعي يمكنه من احداث تفاعلات اجتماعية واسعة تساعده من تجاوز العديد من العقبات والضغوط النفسية والتأقلم مع التغييرات والمواقف، والتخطيط من أجل انجاز المهام الاكاديمية بنجاح، وبالتالي جاءت الدراسة الحالية للكشف عن العلاقة بين الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه المتعلم من مصادر الدعم بمرونة الأنا، وكذلك التعرف على مستوى الدعم الاجتماعي ومستوى مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الاساسية، وتحديدأ تحاول الدراسة الحالية الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ١- ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن ؟
- ٢- ما مستوى مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الاساسية في الاردن؟
- ٣- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن ؟

أهداف الدراسة :

تحاول الدراسة الحالية التحقق من الآتية :

- ١- الكشف عن مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الاساسية في الاردن .

٢-الكشف عن مستوى مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الأردن.

٣-التعرف على العلاقة بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الأردن.

أهمية الدراسة :

تنبثق أهمية الدراسة في جانبين هما:

أولاً-الأهمية النظرية : تبرز أهمية الدراسة الحالية من الناحية النظرية في أنها تحاول الكشف عن العلاقة بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في المدارس التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة المزار الشمالي، ويعتقد الباحثون أن هذه الدراسة هي الأولى -هنا في الأردن- إذ من المتوقع أن توفر إطاراً نظرياً لموضوعات الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا يساعد الباحثين والدارسين في الحقل النفسي من تحقيق أهداف بحثية تقع خارج نطاق الدراسة الحالية.

ثانياً-الأهمية العملية: من المتوقع أن تساهم نتائج الدراسة الحالية في تصميم أنشطة تعليمية وعلاجية للطلبة الذين لا تتوفر لهم مستويات مرتفعة من مرونة الأنا، وتوفير المواقف الاجتماعية التي من شأنها تفعيل شبكة العلاقات الاجتماعية، والدعم الاجتماعي للطلبة في المرحلة الأساسية من قبل الوالدين والقائمين على قيادة العملية التعليمية، ليحقق الطلبة مستويات مقبولة من التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي.

المصطلحات المفاهيمية والإجرائية:

-مرونة الأنا: تتمثل بقدرة الفرد على المحافظة على أمنه النفسي، وتقبل ذاته ومعرفته، وإدراكه الحقيقي لها وللأفراد المحيطين به (Vecchione et al., 2010). وتعرّف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس مرونة الأنا المُعد في الدراسة الحالية بأبعاده وهي:

بُعد الانفتاح على الخبرة: يشير إلى استعداد الفرد لاحتضان تجارب وأفكار ووجهات نظر جديدة ومتنوعة. ويشمل جوانب مثل الفضول والخيال والميل إلى الانخراط في مواقف جديدة.

الدعم الاجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

-بُعد التنظيم الانفعالي: يشير إلى قدرة الفرد التعرف على مشاعره وانفعالاته والتحكم فيها بطريقة تناسب مواقف الحياة المختلفة، بالإضافة إلى قدرته على إدارة الانفعالات بشكل لا يؤثر سلباً على علاقاته بالآخرين.

-الدعم الاجتماعي: يشير إلى إدراك الطالب بأنه مقبول ومحبوب ومحط تقدير واحترام، ومنتم إلى شبكة اجتماعية توفر لإعضائها إلتزامات متبادله (ابوغزال، 2009)، ويقاس في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الدعم الاجتماعي وأبعاده المستخدمه في الدراسة الحالية وهي.

-دعم الوالدين: يشير إلى تصورات الطالب لسلوكيات والممارسات التي يقوم بها الوالدان لتوفير الدعم العاطفي، والنفسي، والمادي، والاجتماعي، بهدف تحسين تطوره الشخصي، والاجتماعي والأكاديمي.

-دعم المعلمين: يتضمن تصورات ومعتقدات الطالب حول اهتمام المعلمين بحاجات الطلبة التي تعمل على تطوير وتحسين العملية التعليمية من خلال توفير فرص تربوية، وبرامج تشاركية تأهيلية متقدمة.

-دعم الزملاء (الأقران): يشير إلى إدراكات الطالب لنظام العلاقات القائم بين الطلبة على التعاطف، والتفاهم لدعم لبعضهم البعض بناء على خبراتهم المشتركة، ومستوى معرفتهم المتقارب في سبيل حل المشكلات.

حدود الدراسة:

الحدود البشرية: أقتصرت عينة الدراسة الحالية على طلبة المرحلة الأساسية في تربية لواء المزار الشمالي .

الحدود الزمانية: عام 2024

المكانية : تربية لواء المزار الشمالي.

-يتحدد تعميم نتائج هذه الدراسة في ضوء أداتي الدراسة وهما: مقياسي الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا وما يتمتعان به من خصائص سيكومترية فضلاً على المجتمع الذي أخذت منه العينة.

الطريقة

منهج الدراسة:

تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي بهدف الكشف عن مستوى كل من الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى الطلاب، والكشف عن العلاقة بينهما.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة الذكور والاناث في صفوف (السابع والثامن) في المدارس الحكومية تربية لواء المزار الشمالي، خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥ ، والبالغ عددهم (٣٩٦٨) طالباً وطالبة، وفقاً لإحصائيات مديرية التربية والتعليم للواء المزار الشمالي.

العينة

تكونت عينة الدراسة من (150) طالباً وطالبة من الطلبة في صفوف (السابع والثامن) في مدارس تربية لواء المزار الشمالي المنتظمين بالدراسة في الفصل الاول للعام الدراسي 2024-2025، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة نظراً لقرب عمل الباحثون من هذه المدارس.

أدوات الدراسة

لتحقيق اهداف الدراسة الحالية تم استخدام أدوات الدراسة هما:

أولاً: مقياس مرونة الأنا

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية تم استخدام مقياس مرونة الأنا الذي أعده فيكيوني وزملاؤه (Vecchione et al., 2010) ، بعد أن ترجمته (بني خالد، ملحم، 2024) إلى العربية وتكيفه للبيئة الأردنية، والمكون من (10) فقرات موزعة على مجالين المجال الأول: الانفتاح على الخبرة ويمثل الفقرات (1-4) ، ومجال التنظيم الانفعالي ويمثل الفقرات (5-10).

دلالات صدق وثبات مقياس مرونة الأنا بصورته الأولية

تحققت بني خالد وملحم (2024) من صدق مقياس مرونة الأنا من خلال صدق المحتوى وصدق البناء وذلك بحساب معاملات ارتباط بين الدرجات على الفقرات والدرجة الكلية، وبين كل فقرة وارتباطها بالمجال التي تنتمي إليه، وبين المجالات ببعضها والدرجة

الدعم الاجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

الكلية، في عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (30) طالباً وطالبة، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (0.39-0.73)، ومع المجال (0.48-0.72). كما تم حساب ثبات المقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (-test retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكونة من (30) طالباً وطالبة، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين. وقد بلغت قيمة معامل الارتباط الكلي (0.91) تم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، وقد بلغ للمقياس الكلي (0.88) ولمجال الانفتاح على الخبرة (0.82)، والثاني لمجال التنظيم الانفعالي (0.87).

دلالات صدق وثبات مقياس الدعم الاجتماعي في الدراسة الحالية

الصدق الظاهري (صدق المحكمين) تم التحقق من صدق المقياس، بعرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص من أعضاء هيئة التدريس في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي التربوي والتربية الخاصة في البلقاء التطبيقية، وبلغ عددهم (8)، محكمين وطلب منهم إبداء آرائهم حول مدى ملائمة المقياس لعينة الدراسة، ومدى ملائمة الفقرات للمجال الذي تنتمي إليه، ودقة الصياغة اللغوية، وحذف الفقرات غير المناسبة. وتم الأخذ بالتعديلات المقترحة التي وافق عليها (80٪) من المحكمين، ووفقاً لهذه الملاحظات فقد تم إجراء تعديلات على بعض فقرات المقياس بناء على الملاحظات التي قدمها المحكمون، وتكون المقياس بصورته النهائية من (10) فقرات.

وللتحقق من صدق البناء تم حساب معاملات ارتباط بين الدرجات على الفقرات والدرجة الكلية، وبين كل فقرة وارتباطها بالمجال التي تنتمي إليه، وبين المجالات ببعضها والدرجة الكلية، في عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (33) طالباً وطالبة، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (0.35-0.74)، ومع المجال (0.42-0.78) وتجدر الإشارة أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه الفقرات.

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكونة من (33) طالبة، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين. وقد بلغت قيمة معامل الارتباط الكلي (0.91) وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، وقد بلغ للمقياس الكلي (0.89) ولمجال الانفتاح على الخبرة (0.88)، ولمجال التنظيم الانفعالي (0.91)، واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

ثانياً: مقياس الدعم الاجتماعي

تم استخدام مقياس الدعم الاجتماعي الذي طوره أبو غزال (2009)، تكون المقياس من (25) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد هي: (دعم الوالدين، دعم المعلمين، دعم الزملاء)، يتم الاستجابة على فقرات المقياس وفق تدرج ليكرت الخماسي.

دلالات صدق وثبات مقياس الدعم الاجتماعي بصورته الأولية

تحقق أبو غزال (2009) من صدق المقياس من خلال إجراء الصدق العاملي الاستكشافي، وتكون المقياس من (3) عوامل فسرت ما نسبته من (57.863%) من التباين، كما قام أبو غزال (2009) بالتحقق من ثبات المقياس بحساب معامل الاتساق الداخلي للاستبانة ككل (95%)، ولمجال لدعم الوالدي (89%)، ولمجال دعم المعلمين (85%)، ولمجال دعم الزملاء (91%).

دلالات صدق وثبات مقياس الدعم الاجتماعي في الدراسة الحالية

الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، من خلال عرضه بصورته الأولية على (8) محكمين من أعضاء هيئة التدريس من ذوي الخبرة والاختصاص في علم النفس التربوي، والارشاد النفسي، والقياس النفسي العاملين في جامعة البلقاء وجامعة ألبيت بهدف إبداء آرائهم حول صحة محتوى المقياس، ومدى مناسبه للعينة المستهدفة في الدراسة من حيث: درجة مقياس الفقرة للبعد الذي تنتمي له، ووضوح

الدعم الإجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

الصياغة اللغوية للفقرات، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يروونه مناسباً من الفقرات أو الأبعاد وفي ضوء إجماع (80%) من المحكمين أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، والتي تتعلق بتعديل الصياغة اللغوية للفقرات (2,21,24).

ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (33) طالباً من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، ولتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وابعاده؛ تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا، على بيانات التطبيق الأول للعينة، وتراوحت قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاده بين (0.65-0.83). كما تم التحقق من ثبات الاستقرار من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة بفارق زمني مقداره أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني وقد بلغ قيمة ثبات الإعادة ككل (0.84).

تصحيح المقاييس

تم اعتماد تدرج ليكرت الخماسي لتصحيح أداة الدراسة، وذلك بإعطاء كل فقرة من فقراته درجة واحدة من بين درجاته الخمس (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) والتي تُمثل رقمياً (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب، وقد تم اعتماد المقياس التالي لأغراض تحليل النتائج:

-من (2.33-1.00) مستوى منخفض

-من (3.66-2.34) مستوى متوسط

-من (5.00-3.67) مستوى مرتفع

متغيرات الدراسة:

-المتغيرات الرئيسية: هما:

-مرونة الأنا وله بعدان هما: (الانفتاح على الخبرة، التنظيم الانفعالي)

-الدعم الاجتماعي: وله ثلاثة أبعاد هي: (دعم الأباء، دعم المعلمين، دعم الزملاء) .

المعالجة الإحصائية

تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عطف أحمد علي منسي

-للإجابة عن السؤال الأول والثاني تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات مقياس الدعم الاجتماعي ومقياس مرونة الأنا ككل لدى طلبة المرحلة الأساسية.
-للإجابة على السؤال الثالث تم استخدام معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة الارتباطية بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا.

إجراءات الدراسة

بعد التحقق من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة، تم التواصل مع أصحاب القرار في مديرية التربية والتعليم للواء المزار الشمالي، والحصول على الموافقة لتطبيق أدوات الدراسة، كما تم التنسيق مع إدارات المدارس لتحديد موعد، لتطبيق ولقاء الطلبة في الصفوف، حيث تم التعريف بأهمية الدراسة وبأهدافها، وطمأنة الطلبة بأن الدراسة لأغراض البحث العلمي، والتنويه لضرورة الإجابة بدقة وشفافية على جميع الفقرات مع التأكيد على سرية استجاباتهم. وبعد الانتهاء من التطبيق التي استمرت حوالي (15) دقيقة جمع الباحث الاستبيانات بعد التطبيق وتدقيقها، ثم تم إرسالها للخبير الإحصائي ليقوم بتحليلها إحصائياً لاستخلاص النتائج.

السؤال الأول: ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الدعم الوالدي، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الدعم الوالدي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	دعم الوالدين	3.93	0.80	مرتفع
2	3	دعم الأقران	3.89	0.58	مرتفع
3	2	دعم المعلم	3.36	0.74	متوسط
		مقياس الدعم الاجتماعي ككل	3.73	0.58	مرتفع

يظهر الجدول (1) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3,36-3,93)،

حيث جاء مجال دعم الوالدي في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3,93)، بينما

الدعم الإجماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

جاء مجال دعم المعلم في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (٣,٣٦)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى الدعم الوالدي ككل (٣,٧٣).

ويمكن تفسير نتيجة هذه الدراسة بأن طلبة المرحلة الاساسية ما زالوا يعتمدون بشكل أساس على الوالدين؛ لذا نجدهم يحرصان أشد الحرص على اكتساب ابنائهم المعارف والمعلومات والخبرات والقيم الاجتماعية والاخلاقية التي تشكل شخصيتهم وتضبط سلوكياتهم، وتجعلهم اعضاء فاعلين على الصعيد الاكاديمي، والاجتماعي، كما يحرص على تقديم النصح والتوجيه والارشاد لهم بشكل مستمر، نظرًا لأهمية هذه المرحلة وخصوصيتها، كما يشكل دعم الاقران أيضًا ومؤازرتهم لبعضهم البعض فرصة لتحقيق التفاهم، والتعاطف، والاندماج الفعّال، وبناء علاقات ناجحة تمكنهم من تحقيق الرضا عن الذات والتعامل الناجح مع مواقف الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، هذا بالإضافة الى ما يقدمه المعلم من خبرات ومعارف تساعد الطلبة على انجاز المهام الاكاديمية، وتكوين علاقات اجتماعية وبناء روابط قوية قائمة على الثقة المتبادلة وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي ومتابعة مشكلات الطلبة اثناء سير العملية التعليمية والعمل على حلها.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة القضاء (2015) ودراسة عبد (٢٠٢٣) اللتان أشارتا الى أن مستوى الدعم الاجتماعي للطلبة كان مرتفعًا. بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة العظامات و العوان (٢٠١٩) التي أشارت إلى وجود مستوى متوسط من الدعم الاجتماع لدى الطلبة.

السؤال الثاني: ما مستوى مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى مرونة الأنا، والجدول أدناه يوضح ذلك.

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عطف أحمد علي منسي

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى مرونة الأنا مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
١	1	الانفتاح على الخبرة	3.90	0.53	مرتفع
٢	2	التنظيم الانفعالي	3.88	0.66	مرتفع
		مقياس مرونة الأنا ككل	3.89	0.52	مرتفع

يبين الجدول (2) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (٣,٨٨-٣,٩٠)

، حيث جاء مجال الانفتاح على الخبرة في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (٣,٩٠)، بينما جاء مجال التنظيم الانفعالي في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (٣,٨٨)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى مرونة الأنا ككل (٣,٨٩) وجاء بمستوى مرتفع.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إنه بفضل التطور العلمي والتكنولوجي، والانفتاح المعلوماتي تشكل لدى الطلبة الكثير من المعارف والمعلومات، والخبرات، وخلق لديهم حالة من الوعي في التعامل مع المواقف الحياتية والاكاديمية المختلفة بفاعلية والتأقلم معها، كما ساعد ذلك في تمكنهم من إدراك مشاعرهم وانفعالاتهم، والتحكم بها، وادارتها بطريقة تحقق لهم تكييفاً نفسياً واجتماعياً. ولاننسى أن للأهل أيضاً دوراً بارزاً في مساعدة الطلبة على كيفية مواجهة المواقف والمشكلات اليومية من خلال التوجيه والمتابعة، كما لا يمكن إغفال دور المعلمين، والمدرسة في تزويد الطلبة بالمعارف والمهارات التي تتيح للطلبة فهم أعمق لذواتهم، وتحديد اتجاهاتهم بشكل أفضل، ودفعهم نحو التكيف مع ما يمرون به من ضغوط حياتية، وهذا يجعل مستويات مرونة الأنا لديهم أفضل.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة بني خالد وملحم (2024) ودراسة بني خالد ورفاقه (2023) واللذان أشارتا إلى أن الطلبة يتمتعون بمستويات عالية من مرونة الأنا، كما تتفق مع نتائج دراسة الزهراوي وآخرون (Elzohary et al., 2017) والتي بينت أن مستوى مرونة الأنا لدى طلبة كائن مرتفعاً. بينما اختلفت مع نتيجة دراسة رتيب (Rateeb, 2019)، التي أشارت أن مستوى مرونة الأنا لدى عينة الدراسة كائن متوسطاً.

الدعم الاجتماعي وعلاقته بمرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن

السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$

بين مستوى الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الأساسية في الاردن ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الدعم

الاجتماعي ومرونة الأنا، والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين مستوى الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا

مقياس مرونة الأنا	التنظيم الأنفعالي	الانفتاح على الخبرة		
** .346 .000 150	** .258 .001 150	** .362 .000 150	معامل الارتباط الدلالة الإحصائية العدد	دعم الوالد
** .346 .000 150	** .215 .008 150	** .444 .000 150	معامل الارتباط الدلالة الإحصائية العدد	دعم المعلم
** .326 .000 150	** .263 .001 150	** .306 .000 150	معامل الارتباط الدلالة الإحصائية العدد	دعم الأقران
** .429 .000 150	** .306 .000 150	** .475 .000 150	معامل الارتباط الدلالة الإحصائية العدد	مقياس الدعم الاجتماعي

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0,05).

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0,01).

يتبين من الجدول (3) ان هناك علاقات ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة

(0,01) بين مختلف مصادر الدعم الاجتماعي وأبعاد مرونة الأنا. حيث أظهرت النتائج أن

دعم الوالد يرتبط إيجابياً وبدرجة دالة إحصائياً بكل من الانفتاح على الخبرة ($r = 0.362$,

$p = 0.000$)، والتنظيم الانفعالي ($r = 0.258, p = 0.001$)، والمقياس العام لمرونة

الأنا ($r = 0.346, p = 0.000$).

كما تبين أن دعم المعلم يرتبط إيجابياً بكل من الانفتاح على الخبرة ($r = 0.444$,

$p = 0.000$)، والتنظيم الانفعالي ($r = 0.215, p = 0.008$)، والمقياس العام لمرونة

الأنا ($r = 0.346, p = 0.000$)، مما يشير إلى دور المعلم في تعزيز مرونة الأنا لدى

الأفراد.

د. عبد الناصر العزام د. بلال بني حمد أ.د. محمد أمين ملحم د. عطف أحمد علي منسي

أما دعم الأقران، فقد أظهر ارتباطاً دالاً إحصائياً مع الانفتاح على الخبرة ($r = 0.306, p = 0.000$)، والتنظيم المثالي ($r = 0.263, p = 0.001$)، والمقياس العام لمرونة الأنا ($r = 0.326, p = 0.000$)، مما يعكس أهمية التفاعل مع الأقران في تنمية مرونة الأنا.

وأخيراً، أظهرت النتائج أن مقياس الدعم الوالدي كان الأكثر ارتباطاً بأبعاد مرونة الأنا، حيث كانت معاملات الارتباط مع الانفتاح على الخبرة ($r = 0.475, p = 0.000$)، والتنظيم المثالي ($r = 0.306, p = 0.000$)، والمقياس العام لمرونة الأنا ($r = 0.429, p = 0.000$)، ما يؤكد على أهمية الدعم الأسري في تعزيز مرونة الأنا لدى الأفراد.

ويمكن أن نعزو هذه النتيجة إلى أهمية الدعم الاجتماعي من قبل (الوالدين والأقران والمعلم) إذ تُعد مصادر الدعم مصدرًا هاماً وأساسياً لنمو الطلبة وتطورهم نفسياً، واجتماعياً، وأكاديمياً، فالطلبة في المرحلة الأساسية يقضون معظم أوقاتهم مع العائلة وفي المدرسة. فالدعم المادي والمعلوماتي الذي يتلقونه يُمكنهم من الاعتماد على ذواتهم في مواجهة المشاكل، وتخطي العقبات، وإنجاز المهام، وتعزيز الثقة بالنفس والتحكم الداخلي، والتعاطف، وتشكيل صورة إيجابية عن الذات، والأمل، والقدرة على ترسيخ المسؤوليات اليومية، والقدرة على التكيف بفعالية من خلال الاستجابة بمرونة للاحتياجات الظرفية المختلفة على الصعيد اللاكاديمي والاجتماعي؛ هذا يعني إنه كلما تطور مستوى الدعم الاجتماعي لدى الطلبة حسب تصوراتهم، تحسن لديهم مرونة الأنا بالتزامن مع ذلك.

وتتنفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة تشجن ورفاقه (Chen et al., 2014) ونتيجة دراسة جرين جنسون (Green-Johnson, 2023) اللتان أشارتا إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا.

في ضوء النتائج، توصي الدراسة بما يلي:

- المحافظة على مستوى الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى الطلبة من خلال تطوير مجموعة من الأنشطة التربوية التي تعزز ذلك .
- إجراء المزيد من الدراسات المستقبلية التي تتناول العلاقة بينَ الدعم الاجتماعي ومرونة الأنا لدى شرائح اجتماعية أخرى.

References in Arabic

- بركات، أحمد.(2014). فعالية برنامج إرشادي انتقائي لتحسين مرونة الأنا لدى مجموعة من المراهقين في المرحلة الثانوية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 24 (85)، 317-380.
- البرواري، رشيد وصالح، روزكار. (٢٠١٩). مرونة الأنا لدى طلبة كلية التربية الأساسية وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة الفنون والأداب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، ٤٥، ٣٤٥-٣٥٥.
- بني خالد، انوار وملحم ، محمد. (2024) الفاعلية الذاتية الانفعالية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى الطلبة المراهقين في الأردن. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 20(2)390-375
- بني خالد، محمد. العظامات، عمر وبني خالد، أحمد. (2023). القدرة التنبؤية لمرونة (الأنا) بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة آل البيت. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 14(41)، 117-127.
- حداد. عفاف.(١٩٩٥). سمة الفلق وعلاقتها بالدعم الاجتماعي. دراسات العلوم الانسانية، (٢)٢٢، ٩٥٠-٩٢٩.
- الخزاعي، علي والجبوري، جمال. (٢٠١٥). مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية / جامعة بابل، (٢٤)، ٤٦٣-٤٧٦.
- الرواد، ذيب (٢٠١٧). الدعم الاجتماعي المدرك وعلاقته بالأمن النفسي لدى المطلقات في كفر قاسم. مجلة العلوم التربوية و النفسي، ١(٢)١٣٠-١٥٣.
- ضبيش، شبماء. (٢٠١٩). الدعم الاجتماعي وعلاقته بتنظيم الذات لدى المراهقين. الجمعية المصرية للاقتصاد المنزلي، ٣٥، ٤٤- ٨١
- العبيدي، منوخ. (2023). مرونة الأنا لدى طلبة المرحلة الثانوية. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، ٣٠(11)، 142-160.
- العظامات، عمر والعلوان ، أحمد. (٢٠١٩). الدعم الاجتماعي المدرك وعلاقته بالذكاء الأخلاقي لدى طلبة الصف العاشر الأساسي. مجلة العلوم النفسية والتربوية، ٥(٢)، ١٠-٣٢.
- القضاء، حنين.(٢٠١٥). القدرة التنبؤية للدعم الاجتماعي من المعلمين والرفاق والآباء في الدافعية الأكاديمية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مديرية تربية إربد الأولى. رسالة ماجستير غير منشورة جامعة اليرموك ، اربد، الاردن.
- معاويه، ابو غزال.(٢٠٠٩). الاستقواء والشعور بالوحدة والدعم الاجتماعي. المجلو الاردنية في العلوم التربوية، ٥(٢)، ٨٩-١١٣.

References in English

- Abd ,Ghaida. (2023). Social support for middle school students. *Iraqi University Journal*, 59(1).497-514.

- Alcántar Nieblas, C., Valdés Cuervo, Á. A., Álvarez-Montero, F. J., & Reyes-Sosa, H. (2021). Relaciones entre apoyo docente, emociones morales y conducta prosocial en adolescentes espectadores de bullying. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 26(88), 173-193.
- Alessandri, G., Eisenberg, N., Vecchione, M., Caprara, G. & Milioni, M. (2016). Ego-resiliency development from late adolescence to emerging adulthood: A ten-year longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 50, 91-102.
- Alexe, D. I., Sandovici, A., Robu, V., Burgueno, R., Tohanean, D. I., Larion, A. C., & Alexe, C. I. (2021). Measuring perceived social support in elite athletes: Psychometric properties of the Romanian version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Perceptual and Motor Skills*, 128(3), 1197-1214. doi: 10.1177/00315125211005235
- Aroian, K., Templin, T. N., & Ramaswamy, V. (2010). Adaptation and psychometric evaluation of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support for Arab immigrant women. *Health Care for Women International*, 31(2), 153-169.
- Block, J. & Block, J. (2006). Venturing a 30-year longitudinal study. *American Psychologist*, 61, 315-327.
- Block, J. (2002). *Personality as an affect processing system: Toward an integrative theory*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Carmeli, A., Peng, A. C., Schaubroeck, J. M., & Amir, I. (2020). Social support as a source of vitality among college students: The moderating role of social self-efficacy. *Psychology in Schools*, 58(2), 351-363. doi-org.manowar.tamucc.edu/10/1002/pits.22450
- Chen, Q., GAO, W., Chen, B. B., Kong, Y., Lu, L., & Yang, S. (2021). Ego-resiliency and perceived social support in late childhood: A latent growth modeling approach. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 2978.
- Cole, N. N., Nonterah, C. W., Utsey, S. O., Hook, J. N., Hubbard, R. R., Opare-Henaku, A., & Fischer, N. L. (2015). Predictor and moderator effects of ego resilience and mindfulness on the relationship between academic stress and psychological well-being in a sample of Ghanaian college students. *Journal of Black Psychology*, 41(4), 340-357. Doi: 10.1177/0095798414537939.
- Davis, M. H. (1996). *A social psychological approach*.
- Denis, A., Callahan, S., & Bouvard, M. (2015). Evaluation of the French version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support

- during the postpartum period. *Maternal and Child Health Journal*, 19(6), 1245-1251. <https://doi.org/10.1007/s10995-014-1630-9>
- Ekbäck, M., Benzein, E., Lindberg, M., & Årestedt, K. (2013). The Swedish version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) - a psychometric evaluation study in women with hirsutism and nursing students. *Health and Quality of Life Outcomes*, 11, 168. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-11-168>
- Elzohary, N., Mekhail, M., Hassan, N. & Menessy, R. (2017). Relationship between Ego Resilience, Perceived Stress and Life Satisfaction among Faculty Nursing Students. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 6(6), 57-70.
- Eysenck, M. W. (2003). Key topics in A2 psychology. Taylor & Francis.
- Farkas, D., & Orosz, G. (2015). Ego-resiliency reloaded: a three-component model of general resiliency. *PloS one*, 10(3), e0120883.
- Fleury, J., Keller, C., & Perez, A. (2009). Social support theoretical perspective. *Geriatric Nursing*, 30(1), 11-14. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2009.02.004>
- Geller, K., Harmon, B., Burse, N., & Strayhorn, S. (2019). Church-based social support's impact on African Americans' physical activity and diet varies by support type and source. *Journal of Religious Health*, 58(3), 977-991. doi: 10.1007/s10943-018-0576-4.
- Gottlieb, B. H., & Bergen, A. E. (2010). Social support concepts and measures. *Journal of psychosomatic research*, 69(5), 511-520.
- Green-Johnson, F. Y. (2023). *The Relationship between Ego Resiliency, Social Support, and Religiousness/Spirituality of African American College Students Attending Non-Historically Black Colleges and Universities* (Doctoral dissertation, Texas A&M University-Corpus Christi).
- Guan, N. C., Seng, L. H., Ann, A. Y. H., & Hui, K. O. (2015). Factorial validity and reliability of the Malaysian simplified Chinese version of Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS-SCV) among a group of university students. *Asia-Pacific Journal of Public Health*, 27(2), 225-231.
- Guo, Y. (2017). The influence of social support on the prosocial behavior of college students: The mediating effect based on interpersonal trust. *English Language Teaching*, 10(12), 158. <https://doi.org/10.5539/elt.v10n12p158>

- Guo, Y. (2018). Relationship of social support and prosocial behavior of college students: A mediating role of interpersonal trust. *Henan Social Sciences*, 06, 112-116.
- Hashemi, N., Marzban, M., Sebar, B., & Harris, N. (2020). Religious identity and psychological well-being among middle-eastern migrants in Australia: The mediating role of perceived social support, social connectedness, and perceived discrimination. *Psychology of Religion and Spirituality*, 12(4), 475.
- Hannan, J., Alce, M., & Astros, A. (2016). Psychometric properties of the newly translated Creole Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and Perceived Adequacy of Resource Scale (PARS) and the relationship between perceived social support and resources in Haitian mothers in the US. *BMC Psychology*, 4, 7. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0113-8>
- Hu, H., You, Y., Ling, Y., Yuan, H., & Huebner, E. S. (2021). The development of prosocial behavior among adolescents: A positive psychology perspective. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02255-9>
- Lakey, B., & Cohen, S. (2000). Social support theory and measurement. In S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social Support Measurement and Intervention* (pp. 29-52). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195126709.003.0002>
- Lane, J. A. (2020). Attachment, ego resilience, emerging adulthood, social resources, and wellbeing among traditional-aged college students. *The Professional Counselor*, 10(2), 157- 169. doi: 10.15231/ja1.10.2.157
- Li, W., Guo, F., & Chen, Z. (2019). The effect of social support on adolescents' prosocial behavior: A serial mediation model. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 27(4), 817-821. <https://doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2019.04.037>
- Michela, M. (2016). *Ego-resiliency: Determinants and outcomes from adolescence to emerging adulthood*. Unpublished PhD Dissertation, Sapienza University of Rome, Italy.
- Milioni, M., Alessandri, G., Eisenber, N., Castellani, V., Zuffiano, A. Vecchione, M., & Caprara, G. V. (2016). Reciprocal relations between emotional self-efficacy beliefs and ego resiliency across time. *Journal of Personality*, 83(5), 552-563. Doi:org.manowar.tamucc.edu/10.1111/jopy.12131.

- Nadeem, W., Juntunen, M., Shirazi, F., & Hajli, N. (2020). Consumers' value co-creation in sharing economy: The role of social support, consumers' ethical perceptions and relationship quality. *Technological Forecasting and Social Change*, 151, 119786.
- Nakigudde, J., Musisi, S., Ehnvall, A., Airaksinen, E., & Agren, H. (2009). Adaptation of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in a Ugandan setting. *African Health Sciences*, 9(Suppl 1), S35-S41.
- Ndetei, D., Mutiso, V., Maraj, A., Anderson, K., Musyimi, C., Musau, A., Tele, A., Gitonga, I. & McKenzie, K. (2019). Towards Understanding the Relationship between Psychosocial Factors and Ego Resilience among Primary School Children in a Kenyan Setting: A Pilot Feasibility Study. *Community Mental Health Journal*, 55, 1038–1046.
- Ng, C. G., Amer Siddiq, A. N., Aida, S. A., Zainal, N. Z., & Koh, O. H. (2010). Validation of the Malay version of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS-M) among a group of medical students in Faculty of Medicine, University Malaya. *Asian Journal of Psychiatry*, 3(1), 3-6. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2009.12.001>
- Noh, J. & Lim, E. (2015). Factors Influencing Ego-resilience in Nursing Students. *International Journal of Bio-Science and Bio-Technology* 7(3), 233-242.
- Park, K. H., Kim, D. H., Kim, S. K., Yi, Y. H., Jeong, J. H., Chae, J., & Roh, H. (2015). The relationships between empathy, stress and social support among medical students. *International Journal of Medical Education*, 6, 103-107. <https://doi.org/10.5116/ijme.565a.432a>
- Pickering, A. (1992). A Qualitative study of high school graduates with learning Disabilities: the role of social Support. Doctoral Dissertation, the University of Utah, *Dissertation Abstracts International*, 53, 1125-1141.
- Rateeb, N. (2019). Ego Resilience and its relationship with Social Anxiety On a sample of students of Faculty of Education in Damascus University. *Damascus University Journal*, 35(1).329-366.
- Shvedko, A., Whittaker, A. C., Thompson, J. L., & Greig, C. A. (2018). Physical activity interventions for treatment of social isolation, loneliness or low social support in older adults: A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *Psychology of*

- Sport and Exercise*, 34, 128-137.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.10.003>
- Stewart, R. C., Umar, E., Tomenson, B., & Creed, F. (2014). Validation of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the relationship between social support, intimate partner violence and antenatal depression in Malawi. *BMC Psychiatry*, 14, 180.
<https://doi.org/10.1186/1471-244X-14-180>
- Taylor, R. J., Chatters, L. M., & Cross, C. J. (2021). Taking diversity seriously: Within-group heterogeneity in African American extended family support networks. *Journal of Marriage and Family*, 83, 1349-1372. doi: 10.1111/jomf.12783.
- Taylor, Z. E., Doane, L. D., & Eisenberg, N. (2014). Transitioning from high school to college: Relations of social support, ego-resiliency, and maladjustment during emerging adulthood. *Emerging adulthood*, 2(2), 105-115.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333.
- Vecchio, G., Barcaccia, B., Raciti, P., Vera, P. & Milioni, M. (2019). Validation of the Revised Ego-Resiliency Scale in a High-Vulnerable Colombian Population. *Universitas Psychologica*, 18(3), 1-13.
- Wade, C., & Tavis, C. (1987). *Psychology*. New York: Harper & Row.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.
<https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201>.