

به نام خدا

رابطه حمایت اجتماعی و شوخ طبعی در دانشجویان دانشگاه پیام نور

مؤلفان:

زینب موسوی

جاوید الماسی ظفر

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۴)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

Chaponashr.ir

شماره کتابشناسی ملی: ایران ۱۰۲۱۶۷۹۱

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۲۱۱-۵

سرشناسه: موسوی، زینب، ۱۳۷۹-

عنوان و نام پدیدآور: رابطه حمایت اجتماعی و شوخ طبعی در دانشجویان دانشگاه پیام نور [منابع الکترونیکی: کتاب]/

مولفان: زینب موسوی، جاوید الماسی ظفر.

مشخصات نشر: مشهد: ارسطو، ۱۴۰۴.

مشخصات ظاهری: (منبع برخط (۴۰ص).

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. [۳۹] - ۴۰.

نوع منبع الکترونیکی: فایل متنی (PDF)

یادداشت: دسترسی از طریق وب.

شناسه افزوده: الماسی ظفر، جاوید، ۱۳۷۹-

شناسه افزوده: دانشگاه پیام نور

Payam Noor University: شناسه افزوده

موضوع: شوخی کردن -- ایران -- نمونه پژوهی

Joking -- Iran -- Case studies: موضوع

موضوع: حمایت اجتماعی -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی -- نمونه پژوهی

Social advocacy -- Iran -- Psychological aspects -- Case studies: موضوع

موضوع: دانشجویان -- ایران -- روان‌شناسی -- نمونه پژوهی

College students -- Iran -- Psychology -- Case studies: موضوع

رده بندی کنگره: P۳۰۴

رده بندی دیویی: ۴۰۱/۴۱

دسترسی و محل الکترونیکی: آدرس الکترونیکی منبع

نام کتاب: رابطه حمایت اجتماعی و شوخ طبعی در دانشجویان دانشگاه پیام نور

مولفان: زینب موسوی - جاوید الماسی ظفر

ناشر: انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)

صفحه آرایشی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۴

چاپ: زبرجد

قیمت: ۱۰۰۰۰۰ تومان

فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:

<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۱۱۷-۲۱۱-۵

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵

www.chaponashr.ir



فهرست

۵.....	پیش گفتار.....
۷.....	فصل اول : کلیات اثر.....
۷.....	مقدمه.....
۹.....	اهمیت موضوع.....
۱۳.....	فصل دوم : مبانی نظری.....
۱۳.....	تعریف و انواع حمایت اجتماعی.....
۱۶.....	انواع حمایت اجتماعی.....
۱۸.....	نظریه های حمایت اجتماعی.....
۱۹.....	حامی کیست؟.....
۱۹.....	یک حامی چیکار می کند؟.....
۲۰.....	یک حامی از چه چیزی حمایت می کند؟.....
۲۰.....	چرا یک حامی حمایت می کند؟.....
۲۱.....	نقش الگوها در رفتار حمایتی.....
۲۳.....	ویژگی های شخصیتی حمایت کننده ها.....
۲۵.....	مؤلفه های پنج گانه شخصیت نوع دوست.....
۲۵.....	مبانی (رویکردهای) نظری مزاح و شوخ طبعی.....
۲۶.....	نظریه برتری جویی.....
۲۷.....	نظریه رهاسازی و آسودگی.....
۲۸.....	نظریه ی هانری برگسون.....
۳۰.....	نظریه ی ناهماهنگی و تباین.....
۳۱.....	نظریه اهانت.....

۳۲.....	نظریه ی تخلیه هیجانی و آسودگی
۳۲.....	شوخ طبیعی و سیستم ایمنی بدن
۳۳.....	شوخ طبیعی و عملکرد تحصیلی
۳۴.....	آثار درمانی شوخ طبیعی
۳۵.....	شوخ طبیعی و فشار روانی
۳۷.....	نقش درمانی مزاح
۳۹.....	منابع

پیش‌گفتار

هدف از این پژوهش بررسی رابطه شوخ‌طبعی و حمایت اجتماعی دانشجویان پیام نور شهرستان ایزه می‌باشد. روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی می‌باشد. جامعه این پژوهش را کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور ایزه که تعداد ۷۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار تحقیق شامل پرسشنامه شوخ‌طبعی مارتین ولفکورت (۱۹۸۳) و پرسشنامه حمایت اجتماعی فیلیپس (۱۹۹۷) بود. نتایج تحقیق که با استفاده از روش گشتاوری پیرسون و t برای گروه‌های مستقل انجام گرفت نشان داد که بین حمایت اجتماعی و شوخ‌طبعی رابطه معنادار وجود ندارد و از لحاظ حمایت اجتماعی در بین مردان و زنان تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. همچنین نتایج نشان می‌دهد که نمره شوخ‌طبعی در بین دانشجویان مرد بیشتر از دانشجویان زن می‌باشد براساس نتایج حاصله بدین معنی که داشتن حمایت اجتماعی بالا باعث افزایش احساس شوخ‌طبعی در دانشجویان نمی‌شود.

فصل اول : کلیات اثر

مقدمه

بی شک هریک از مادرتول زندگی روزمره خویش درشرایطی قرارمی گیریم که ممکن است کنترل اعصاب ورفتار خودراازدست بدهیم وبه گونه ای غیرطبیعی عمل کنیم.زمانی که به شدت عصبانی شده ایم وتمام اعضای بدن ماآماده ی پرخاشگری است.وقتی که ترسیده ایم وترس تمام وجودمارا پراپرا کرده است.آن گاه که بخاطر از دست دادن یک موقعیت یا هر چیز ارزشمند دیگر کاملاً افسرده شده ایم.هنگامی که به علت یک اشتباه،مورد تمسخر ومضحکه ی دیگران قرارمی گیریم یاموقعی که درروبه روشن شدن بادرخواست اطرافیان،دوستان وهمکاران،توان دادن پاسخ منفی ازما سلب شده است.همه ی این موارد،موقعیت هاوشرایطی هستند که مارانج میدهند.بنابراین هریک ازمانسان هابرای رهایی ازچنین وضعیت هایی حتماً مکانیزم هایی رابه کاربرده ایم،امایکی از مهمترین وشایدبهترین این مکانیزم ها شوخ طبعی^۱ باشد که نه تنها درمقابله باشرايط ناگوار و پراسترس به انسان کمک می کند بلکه درارتقاءسلامت روانی و جسمانی افراد نیز نقش مهمی راپیامی کند.درهمین رابطه تحقیقات متعددی حاکی ازاین است که شوخ طبعی باحالات هیجانی مثبت مانند امیدوری (اسنیدر^۲، ۱۹۹۴؛ به نقل ازخسویی، ۱۳۸۷) عزت نفس (تورسون^۳ وهمکاران، ۱۹۹۷، همان منبع)،خوش بینی (کورتکو^۴ وهانا^۵، ۱۹۹۴، همان منبع)،وشادی وشادکامی رابطه ی مثبت وباحالات هیجانی منفی مانند استرس (کارول^۶ واشمیت^۷، ۱۹۹۲، همان

^۱.Sense of humor

^۲.Snyder

^۳.Thorson

^۴.Kortcove

^۵.Hannah

^۶.Carroll

^۷.Shmidt

منبع) افسردگی (تورسون و پاول^۱، ۱۹۹۴، همان منبع)، ناامیدی (فریهیت^۲ و همکاران، ۱۹۹۸، همان منبع)، وسواس-اجبار (آلباچر^۳ و همکاران، ۱۹۹۸، همان منبع) خشم (پرپرست^۴ و برپرور^۵، ۱۹۷۷، همان منبع) و اضطراب (ابل^۶، ۲۰۰۲، همان منبع) رابطه ی منفی دارد. اما در زمینه ی تأثیرات جسمانی شوخ طبعی نیز تحقیقات نشان داده اند افرادی که فیلم های خنده دار تماشا میکنند در مقایسه با افرادی که فیلم غیر خنده دار می بینند درد کمتری را بیان می کنند (هوداک^۷ و همکاران، ۱۹۹۱، همان منبع). بررسی های زیادی نشان داده اند که بین حمایت اجتماعی و سلامتی و شادکامی ارتباط معنی داری وجود دارد. افرادی که حمایت اجتماعی بالاتری دارند، از سلامت بهتری نیز برخوردارند. در برخی تحقیقات به صراحت اعلام شده است که حمایت اجتماعی با مرگ و میر رابطه ای معکوس دارد یعنی هر چه قدر حمایت اجتماعی کمتر باشد، میزان مرگ و میر هم بیشتر است (علی پور، ۱۳۹۰).

مارتین^۸ (۲۰۰۰؛ به نقل از خشویی، ۱۳۸۷) نیز در بررسی تأثیرات اجتماعی شوخ طبعی به این نتیجه دست یافت افرادی که شوخ طبعی بیشتری دارند، از نظر اجتماعی مهارت بیشتری دارند و از نظر حل تعارضات بین فردی در ارتباط با دیگران توانایی بالاتری دارند. از طرف دیگر افراد شوخ طبع با زبیرین بردن موانع اجتماعی و ارتباطی، حسن تفاهم و یکپارگی ایجاد می کنند (ایلخانی، ۱۳۸۱؛ همان منبع). در همین زمینه تحقیقات نشان داده اند افرادی که شوخ طبعی بیشتری دارند ممکن است از نظر اجتماعی شایستگی بیشتر و در روابط بین فردی جذاب تر باشند. در واقع داشتن شوخ طبعی باعث ایجاد صمیمیت بیشتر

^۱.Powell

^۲.Freiheit

^۳.Albucher

^۴.Prerost

^۵.Brewer

^۶.Abel

^۷.Hudak

^۸.Martin

وکاهش تنهایی می گردد(هامپس^۱، ۱۹۹۲؛ همان منبع). اما نکته مهم در تمام تحقیقات ذکر شده این است که نوع شوخی می تواند تعیین کننده ی افزایش یا کاهش سلامت جسمانی یا روانی افراد باشد. برای مثال بین شوخی هایی با سبک ارتقاء دهنده ی خود(شوخی هایی که با آنها شخص خود را بزرگ می کند، بدون اینکه موجب آزار دیگران شود) با روانجوری همبستگی منفی و بین استفاده از شوخی های پرخاشگرانه و به ضرر خود(شوخی هایی که در آن فرد به قیمت ضرر زدن به خود، موجب تقویت روابط می شود) با روانجوری همبستگی مثبت وجود دارد(مارتین و همکاران، ۲۰۰۳؛ همان منبع).

اهمیت موضوع

روانشناسان مزاح را به مثابه ی یکی از ویژگی های شخصیتی انسان در نظر گرفته و بر نقش آن در سازگاری و مقابله با فشار روانی از یک سو و تأثیر آن در افزایش بهبود کیفیت زندگی از سوی دیگر تأکید کرده اند. توجه به کارکردهای اجتماعی و اهداف مزاح از دیدگاههای مختلف، مورد بحث و بررسی علمای رفتاری قرار گرفته است. برخی از روانشناسان مزاح را اساساً خصومت بار، عده ای آن را دردناک و تحقیر آمیز و تعدادی دیگر مزاح را سرگرم کننده و لذت بخش می دانند. شوخی و شوخ طبعی اساساً اخلاق بوده و خود تسهیل کننده خلاقیت بیشتر است. تقریباً تمامی تعاریف شوخ طبعی شامل ضوابطی از قبیل ترکیب های غیر معمول، شگفتی، عدم تجانس مفاهیم و برداشتها و نظایر آن می گردد. بر طبق یک تعریف شوخ طبع کسی است که خلاقیتش منجر به اظهار نظرها، داستانهای و نمایش نامه های خنده آور است. علاوه بر آن، در بینشی وسیع شوخ طبع کسی است که خود و دیگران را به نحوی فراتر و منفک تر می بیند. چنین شخصی قادر است به خود و وقایع زندگی بخندد و در عین حال با مردم و وقایع مرتبط باقی بماند(موسوی، ۱۳۹۱).

^۱.Hemps

امروزه بخصوص در جوامع صنعتی و شهری، افراد نوعی زندگی ماشینی یکنواخت را پیدا کرده اند. آنها باید در ساعات مشخص سر کار خود حاضر باشند، با وسیله نقلیه ی معینی جابه جا شوند و به انجام مضایف از قبل تعیین شده ی خود بپردازند. این یکنواختی در زندگی که توأم با ضوابط بوروکراتیک نیز هست، موجبات خستگی و کسالت روحی افراد را فراهم می آورد. در چنین شرایطی است که طنز کارکرد مطلوب اجتماعی-روانی پیدا می کند. تماشاچیچنین برنامه هایی نه تنها موجبات نشاط روحی بینندگان را فراهم می کند، بلکه به نوعی یکنواختی و سکون را در زندگی روزمره از بین می برد یا حداقل آثار ناگوار آن را از خاطره ها می زداید. برنامه طنز اگر با دقت و ظرافت طراحی و تدوین شده باشد، می تواند با ایفای این کارکرد در استمرار زندگی اجتماعی نقش داشته باشد. طنز شادی آفرین و فرح بخش است. اگر افراد انگیزه های روانی قوی برای زندگی خود پیدا کنند و از پشتوانه ی روحی و معنی بر خوردار باشند، یکنواخت بودن زندگی نمی تواند در آنان تزلزل شخصیت بوجود آورد. طنز ممکن است چنین پشتوانه ای را در افراد و گروه های اجتماعی ایجاد و تقویت کند. شرط رسیدن به این مقصود آن است که در تهیه و تدوین برنامه های طنز از روانشناسان، جامعه شناسان و سایر متفکران و اندیشمندان استفاده ی بهینه شود. اگر طنز پردازان و دست اندر کاران تهیه و تدوین طنزها از آگاهی و دانش اجتماعی خوبی برخوردار باشند، می توانند در لایه لای برنامه های خود به طور ضمنی و غیر مستقیم حساسیت افکار عمومی را نسبت به مسائل اجتماعی برانگیزانند. از طریق طنز می توان سطح آگاهی های مردم را نسبت به مسائل و پدیده های جامعه بالا برد و میزان هشیاری آنها را افزایش داد. هشیاری افکار عمومی نسبت به مسائل اجتماعی-سیاسی جامعه خود در ارتقای شعور اجتماعی و میزان مشارکت مردم تأثیری چشمگیر دارد. برنامه های طنز، بخصوص آن دسته از برنامه هایی که از تلویزیون پخش می شود، نه تنها می توانند افکار عمومی را تحت تأثیر قرار دهد بلکه قادر است مسئولان و دست اندرکاران جامعه و نهادهای اجتماعی را هشیار سازد. این افراد مخاطبانیهستند که از طریق این برنامه هاتنگناها، مشکلات

و گروه های مربوط به قلمرو و ضایف خود را مشاهده می کنند. طنز مؤدبانه، آگاه کننده و پیام دهنده است؛ هدفش تنها خندانیدن نیست، بلکه تفکر وهشدار نیز در آن هست (پولادی ری شهری، گلستانه، ۱۳۸۷).

یکی از کارکردهای دیگر طنز این است که افراد و گروه های اجتماعی را در ارتباط با یکدیگر قرار دهد. هر اندازه میزان ارتباط گروه ها و نهادهای اجتماعی در یک جامعه بیشتر باشد، اغلب میزان نسجام و همبستگی میان آنها نیز بیشتر می شود. به دلیل جذابیتی که برنامه های طنز دارند مردم در اوقات مشخص پخش این برنامه ها در کنار یکدیگر قرار می گیرند و از آن استفاده می کنند. به طور معمول افراد خانواده از برنامه های طنز که از رادیو و تلویزیون پخش می شود، در کنار یکدیگر بهره می گیرند. این برنامه ها با پیام هایی که به مخاطبان خود ارائه می دهد، می تواند روابط افراد خانواده را تحت تأثیر قرار دهد (همان منبع).

جلب حمایت اجتماعی دیگران، یک روش کنار آمدن فعال است. حمایت اجتماعی اصطلاحی است که بر شبکه دوستان فرد و کمک رسان های بالقوه دلالت دارد؛ یعنی گروهی محرم راز که شخص می تواند به هنگام نیاز، بحران و آشفتگی هیجانی به آنها رجوع کند. نمونه هایی از عناصر شبکه های اجتماعی شامل همسر، خویشاوندان، والدین، دوستان، همسایگان، همکاران شغلی و دوستان گروه مذهبی است. حمایت اجتماعی فرایندی است که دیگران توسط آن امکانات عاطفی و عملی خود را برای به دوش کشیدن نیازهای فرد هنگام رنج بردن از بحران به میان می آورند و او را یاری می دهند. مردم به دلایل گوناگون جویای حمایت دیگران هستند، چنان که شبکه های اجتماعی مشورت، دوستی، کمک به گرفتاری های روزانه، کمک مالی و دسترسی به منابع مورد نیاز را برای مهرورزی، پشت گرمی، تشویق، اطمینان بخشی هویت طلبی و افزایش مقاومت شخصی فراهم می آورد. در نتیجه حمایت اجتماعی به صورت بالقوه از

یک طرف اطلاعات، مشاوره و کمک واقعی ارائه می دهد واز طرف دیگر تشویق، دلگرمی و اطمینان از این که همه چیز درست خواهد شد(همان منبع).

فصل دوم : مبانی نظری

تعریف و انواع حمایت اجتماعی

انسان موجودی اجتماعی است و اجتماعی بودن وی مستلزم ایجاد و گسترش رابطه با دیگران است. روابط انسان ها برای این که در جهت تأمین نیازهای اساسی انسان، به برخورداری از یک زندگی سالم روانی- اجتماعی و رو به رشد بیانجامد، باید بر اساسی استوار شود که همه جنبه های مادی- معنوی و دنیوی- اخروی وی را مد نظر قرار دهد و دغدغه تأمین سعادت جامع و همه جانبه انسان را داشته باشد. در رابطه با دیگران، بسیار اتفاق می افتد که متوجه نیاز دیگران به کمک شویم، یعنی آنان از ما کمک می خواهند و یا نیازمند کمک آنها می شویم. در این موقعیت ها یکی از جنبه های رفتار انسان مجال بروز می یابد که تحت عنوان رفتار حمایتی، امداد، نوع دوستی یا رفتار خیر خواهانه مورد توجه روانشناسان اجتماعی قرار می گیرد. آنان می خواهند بدانند در این موقعیت ها چه عواملی رفتار حمایتی را تحت تأثیر قرار می دهند و موجب کاهش یا افزایش احتمالی ارائه آن از سوی ناظران می شوند. اگر چه در تحقیقات عناوین متعددی مورد توجه قرار می گیرد، در همه آنها یک چیز مورد نظر است و آن عبارت است از کارهایی که افراد به منظور یاری رساندن به دیگران انجام می دهند، بی آن که از کسی که به او کمک می کند، توقع پاداشی خاص داشته باشند. رفتار حمایتی را اینگونه می توان تعریف کرد: رفتاری است که به قصد کمک کردن به دیگران، صرفاً به خاطر نوع دوستی و نه به منظور رسیدن به منفعت خاصی انجام می شود. به رفتار حمایتی در اسلام تحت عناوین مختلف و در غالب های متنوع توجه شده است. گاه در غالب مفهومی ارزشی و وظیفه ای اخلاقی بر آن تأکید شده است و گاه به عنوان تکلیفی دینی و انسانی مد نظر قرار گرفته است. در منابع اسلامی مفاهیمی چون برادری، یاری رساندن، فریاد رسی غم دیدگان، گشایش از کار گرفتاران، برآوردن نیاز های دیگران، همکاری و تعاون، نیکوکاری، یاری ستم

دیدگان، رفت و آمد، عاطفه و ورزشی، ارتباط با خویشاوندان، و محبت کردن متقابل به این محتوی اشاره دارند. در برخی تعاریف رفتار حمایتی نکته ای وجود دارد. در این تعاریف تصریح کرده اند که در رفتار حمایتی نباید رسیدن به پاداش یا منفعتی خاص مورد نظر باشد. افزودن این قید به تعریف بدین منظور بوده است که بر اهمیت مؤلفه قصد در رفتار حمایتی تأکید شود و این تأکید به نوعی ناظر بر منشأ رفتار حمایتی است که به نظر روانشناسان اجتماعی، از نوع دوستی انسانها سرچشمه می گیرد. بنابراین، منظور روانشناسان اجتماعی این است که رفتار حمایتی باید با قصد صورت گیرد و اگر کسی به طور اتفاقی برای کسی کارای کند که نیاز دیگری را برطرف کند و به نوعی به حمایت از او منجر شود - مثلاً از روی اشتباه مبلغی را به حساب بدهکاری واریز کند - این رفتار حمایتی نیست. در واقع آنان تأکید می کنند که رفتار حمایتی باید به قصد رفتار حمایتی باشد (آذربایجانی، سالاری فر، عباسی، کاویانی، موسوی اصل، ۱۳۸۷). بدیهی است که همه ی انسانها در هنگام گرفتاری ها به حمایت اطرافیان و دوستان خود نیاز دارند تا احساس امنیت کنند. در واقع حمایت یک کمک دو جانبه است که موجب خلق تصور مثبت از خود، پذیرش خود، امیدواری، احساس عشق و رضایت مندی می گردد و اضطراب را کاهش می دهد و تمام اینها به فرد فرصت خود شکوفایی و رشد را می دهد (قنواتیان، جمشیدی میان رود و نوروزی ده میران، ۱۳۸۱، به نقل از احمدی، ۱۳۹۲).

حمایت اجتماعی نیرومندترین نیروی مقابله ای برای رؤیاری موفقیت آمیز و آسان افراد در زمان درگیری با شرایط تنش زا شناخته شده و تحمل مشکلات را بر افراد تسهیل می کند. همچنین حمایت اجتماعی از طریق ایفای نقش واسطه ای میان عوامل تنش زای زندگی و بروز مشکلات جسمی و روانی و همچنین تقویت شناخت افراد، باعث کاهش تنش تجربه شده، افزایش میزان بقا و بهبود کیفیت زندگی افراد می شود (قائدی و یعقوبی، ۱۳۸۷، همان منبع). یکی از روشهای سنجش حمایت اجتماعی رویکرد

ساختاری^۱ است. بر اساس این رویکرد بررسی ساختار شبکه اجتماعی یک فرد می تواند میزان حمایت اجتماعی وی را مشخص کند. در این روش از پاسخ دهنده خواسته می شود تا کسانی را که با آنها ارتباط دارد، نام ببرد. طبیعی است که این افراد می توانند دوستان، همسر، خانواده، همسایگان، همکلاسی ها و همکاران باشند. همین طور درباره ی عضویت فرد در سازمانها ی اجتماعی از جمله باشگاهها، نهادهای خیریه، مراکز فرهنگی و مساجد پرسیده می شود. هر قدر این نهادها و همچنین افرادی که فرد با آنها ارتباط دارد بیشتر باشند، حمایت اجتماعی فرد بیشتر است. در واقع بر اساس این رویکرد، شبکه ی اجتماعی فرد، تعیین کننده میزان حمایت اجتماعی اوست (ویلز^۲، ۱۹۸۳، به نقل از علی پور، ۱۳۹۰).

در رویکرد دوم که به رویکرد عملکردی^۳ موسوم است، بر این نکته تأکید می شود که در صورت نیاز به کمک، فرد تا چه حد می تواند روی کمک دیگران حساب کند. برای مثال در حمایت عاطفی در دسترس بودن افرادی که فرد بتواند در واقع ضروری درباره ی مشکلاتش با آنها صحبت کند و از آنها هم حسی و همدلی، درک و دلسوزی را دریافت کند، مد نظر است. آنچه از لحاظ روانشناختی در این رویکرد مهم است، توجه به کیفیت روابط با دیگران است. همین طور در چنین رویکردی حمایت اجتماعی بر اساس آنچه فرد در فکر و ذهن خود احساس می کند اهمیتی زیاد دارد. در واقع مهم نیست که فرد دوستانی دارد یا خیر بلکه مهم این است که تصوّر می کند در صورت نیاز می تواند روی کمک آنها حساب کند یا خیر. پس حمایت اجتماعی در واقع ادراکی است که فرد از روابط اجتماعی خود با دیگران دارد (همان منبع).

^۱. Bertels. Agwzeki

^۲. Veils

^۳. The functional approach