



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة العلم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس



رقم التسجيل:

الرقم التسلسلي: 2024/.....

الطالبة 01: 191935076218

الطالبة 02: 191935080532

الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا

دراسة ميدانية بجامعة – المسيلة –

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر

تخصص: علم النفس العيادي

شعبة: علم النفس

إشراف الدكتور:

إعداد الطالبة:

مرزوقي سمير

– مهدي هاجر

– بن لطرش فاطمة

السنة الجامعية: 2024/2023

Arabic calligraphy in a highly stylized, bold, and interconnected script, likely representing the Basmala (Bismillah). The text is rendered in black ink on a white background, featuring thick, flowing lines and intricate flourishes. The central part of the calligraphy is dominated by large, vertical strokes, while the surrounding elements are more decorative and fluid. The overall composition is balanced and visually striking.

الإهداء

يا من خلقت فأحسنت ورزقت فأجزيت وعلمت فرفعت اجعل
هذا العمل خالصا لوجهك الكريم واجعله لقلبي ضياء ولبصري نورا
وأكتبه في ميزان حسناتي وارحم به أهلي أينما حلوا
أهدي هذا العمل المتواضع إلى والدي
العزیزین حبا وتقديرا
إلى إخوتي وزوجي فخرا واعتزازا
إلى تاهل والأقارب شكرا وعرفانا
إلى كل الأساتذة تحية واحتراما
إلى الأصدقاء وزملائي إلى كل من ساهم في
إنجاز هذا العمل المتواضع من قريب أو بعيد.

هاجر مهدي

الاهداء

الحمد لله الذي جعل ويسر لي أسباب النجاح والتفوق وسهل لي قبل ذلك بأني ترعرعت في وسط كريم وفي أحضان أسرة تجسدت فيها معاني الفضيلة والتضحية، وبكل معاني الحب والخشوع ولكل نبضات القلب وتردد الأنفاس أهدي هذه الصفحات إلى كل من أضاء لي طريقي وإلى من كانوا السبب في وصولي إلى هذا المستوى، إلى من وفرو لي سبيل التعليم والنجاح. إلى منبع الحنان " أمي " إلى التي أحرقت سنوات العمر شموعا تضيئ دربي وتدفع أيامي من برد الأحزان وثقل الهموم إلى التي ملكتني عرش قلبها فتجلى كياني بوجودها إلى التي منحتني القوة والإرادة إليك

يا شمس حياتي " أمي الحبيبة " حفظك الله ورعاك

إلى من رسم خطواتي، ونمت معه دعائم شخصيتي، إلى أب اجتمعت فيه شمائل التواصل فكان أبا وأخا وصديقا، إلى من شق لي الظلام ليبرني النور إلى ذلك البرج العالي منبع الصبر والحكمة، إلى الذي زرع في ذاتي ونحت فيها مبادئ وفيما كانت لا تزال الدرع الواقي الذي يحميني من فساد الدنيا، إلى مثلي الأعلى رمز القوة والكفاح والعطاء من دون حساب

أبي الغالي حفظه الله ورعاه

إلى الذين كانوا شموعا تحترق من أجل أن تنير لي طريقا وديا في وسط الصعاب إلى أوثق رابطة وإلى من تقاسمت معهم عشر العمر كامل بحلوها ومرها وشموع البيت أخواتي الغاليات إلى أخي الوحيد والغالي الذي تقاسما معنا حب الوالدين وطاعتها أخي " عمر " الغالي

إلى الأخت والزميلة التي قاسمتني هذا العمل المتواضع هاجر

إلى كل من مد يد العون لي ولو بكلمة طيبة وإلى كل من فاتنا ذكرهم مع عذرنا واعتذارنا أهدي ثمرة جهدي مع كل الحب والاحترام إلى أعز ما ملك قلبي.

فاطمة بن لطرش

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين حمدا كثيرا والشكر الأول والأخير إلى العزيز
المنان ذو الفضل على العباد الذي أعاننا على إتمام هذا العمل
، والصلاة والسلام على أشرف مخلوق على وجه المعمورة، سيدنا
وحبيبنا محمد المبعوث رحمة للعالمين وعلى آله وصحبه ومن تبعه بإحسان
إلى يوم الدين

نتوجه بأسى آيات الشكر والتقدير والعرفان الجميل إلى الدكتور " مرزوقي سمير"
لتفضله بالإشراف على هذه الرسالة الذي لم يبخل علينا بخبرته العلمية الواسعة
وأرشدنا من أجل تصحيح الرسالة وتقويمها وأتمنى من الله أن يجعل هذا العمل
في ميزان حسناتنا.

كما نتقدم بالشكر الجزيل لجميع الأساتذة اللذين أفادونا بنصائحهم القيمة وكل من قدم
لنا العون والمساعدة لإتمام هذا العمل من قريب أو بعيد.
وختاما أدعو الله القدير أن يجعل هذا العمل بداية موفقة للمزيد من التوفيق
والنجاح والحمد لله رب العالمين.

فهرس المحتويات

الإهداء:

الشكر والتقدير:

فهرس الجداول

فهرس الأشكال

ملخص الدراسة باللغة العربية:

Abstract of the study in English

أ. مقدمة:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

4. مشكلة الدراسة:

5. الفرضيات الدراسة:

6. أهمية الدراسة:

6. أهداف الدراسة:

7. مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

الفصل الثاني: الدراسات السابقة المتعلقة بالمتغيرين

11. 1_ الدراسات السابقة:

11. 2_ الدراسات السابقة التي تتعلق بمتغير الاتزان الانفعالي:

14. 2-الدراسات السابقة المتعلقة بتقدير الذات :

19. الدراسات السابقة التي تجمع بين المتغيرين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات:

19. التعقيب على الدراسات المتعلقة بالمتغيرين:

الفصل الثالث: النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي وتقدير الذات

23. 1_ النظريات المفسرة لاتزان الانفعالي:

24. 2_ النظريات المفسرة التقدير الذات:

الفصل الرابع: الإطار المنهجي للدراسة

28. 1_ الدراسة الاستطلاعية:

28. 2 / منهج الدراسة:

29. 3_ مجتمع وعينة الدراسة:

30. أدوات الدراسة:

40. 6-حجود الدراسة:

40. 7-الأساليب الإحصائية المستخدمة:

الفصل الخامس: تحليل ومناقشة النتائج

55. خاتمة:

57. قفمة المراجع:

الملاحق

فهرس الجداول

- جدول رقم (01) يمثل مفاتيح تصحيح مقياس الاتزان الانفعالي 30
- جدول رقم (02) يوضح معايير الحكم على الاتزان الانفعالي 30
- جدول رقم (03) يوضح مستويات تقدير الذات لمقياس كوبر سميث 32
- الجدول رقم(04): يبين قيمة معامل الارتباط ألفا كر ونباخ لمقياس الاتزان الانفعالي 32
- الجدول رقم (05): يبين معامل الثبات بطريقة ألفا كر ونباخ لكل عبارة. 34
- الجدول رقم (06): يبين قيمة معامل ألفا كر ونباخ لمقياس تقدير الذات. 35
- الجدول رقم (07): يبين معامل الثبات بطريقة ألفا كر ونباخ لكل عبارة. 37
- الجدول رقم (08): يبين قيمة معامل سيبرمان براون للمقياسين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات. 38
- جدول رقم (09) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرين محل الدراسة 43
- جدول رقم (10) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة سنة ثانية أرتوفونيا 45
- الجدول رقم (11): يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين الذات الاجتماعية 46
- الجدول رقم (12) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي 46
- الجدول رقم (13): يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين ذات العمل أو المدرسة والاتزان الانفعالي 47
- الجدول رقم (14): يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات. 48

فهرس الأشكال

- شكل رقم (01) يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات متغير الاتزان الانفعالي.....44
- شكل رقم (02) يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات متغير تقدير الذات44

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا، بجامعة محمد بوضياف _ مسيلة _ وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في هذه الدراسة، حيث أجريت الدراسة على عينة تضم 70 طلب وطالبة بجامعة محمد بوضياف، تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

ولتحقق من فرضيات الدراسة تم استخدام الأدوات التالية مقياس الاتزان الانفعالي " عادل محمد محمود العدل(1995)، بالإضافة إلى مقياس تقدير الذات " لكوبر سميث "(1997)، كما تم معالجة البيانات باستعمال برنامج Spss باستخدام: ألفا كرو نباخ، المنحنى البياني

وقد توصلت إلى النتائج التالية:

_ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

_ لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

_ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

_ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات العمل والمدرسة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

_ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

Abstract of the study in English:

This study aimed to investigate the correlational relationship between emotional stability and self-esteem among second-year Orthodontia students at Mohammed Boudiaf University - M'sila. We used the descriptive correlational on 70 students as samples. Also, we used the Emotional Stability Scale by Adel Mahmoud Adel (1995) and the Self-Esteem Scale by Cooper Smith (1997). We used SPSS to analyze the data, and the results showed that:

- There is a strong link between general self-esteem and emotional stability for second-year Ortofonia students.
- There is no strong link between social self-esteem and emotional stability for these students.
- There is a strong link between family and parent self-esteem and emotional stability for these students.
- There is a strong link between work and school self-esteem and emotional stability for these students.
- There is a strong link between emotional stability and self-esteem for second-year Ortofonia students.

مقدمة

مقدمة:

شهدت الدراسات النفسية في العقود الأخيرة اهتماما كبيرا بدراسة المتغيرات الإيجابية بعد أن كان لها اهتماما مركزا على دراسة المتغيرات السلبية لفترة طويلة، حيث يرى علماء النفس اليوم أن علم النفس لا يقتضي دراسة المرض والجانب اللا سوي والاستسلام النفسي، بل يجب يولي اهتمامه نحو الجوانب الإيجابية فالجانب السوي من شخصية الفرد الذي يتمثل في، التفاؤل السعادة، الاطمئنان، الثبات، التوافق، الاتزان الانفعالي... وغيرها من جوانب السلوك السوي (أسمع، 2023، صفحة 333)

إذ يعتبر الاتزان الانفعالي جانب من جوانب المهمة في حياة الفرد ، كما أنه يحدد النمط والشكل الذي تتألف منه شخصية الإنسان، فالفرد المتزن انفعاليا لديه القدرة على التحمل من أجل إشباع حاجاته لمواجهة الإحباط والفشل وقدرته على تكوين حالة فعالة من التوافق الشخصي والاجتماعي (مجذوب، 2022، صفحة 42)، ويعد عاملا مهما في سبيل تحقيق الفرد لصحته النفسية، وكما يعرفه الشعراوي (2003) الاتزان النفسي بأنه يمثل وسطا فاصلا على متصل ينتهي من ناحية عند الاندفاعية ومن الناحية الأخرى عند الترددية ، وصمم الاتزان الانفعالي بأنه ينحصر في المرونة التي تمكن صاحبها من مواجهة المؤلف من المواقف الجديدة منها (عيسى، 2013، صفحة 03).

إذ يعتبر تقدير الذات هو الدعامة الأساسية في بناء شخصية الطالب على مستوى كيانه الوجودي أو مخزونه المعرفي أو نشاطه السلوكي ، فمنذ سنوات عديدة والباحثون مهتمون بالنظريات المرتبطة بالذات والشعور بها ، كما أنها من أهم الخبرات السيكلوجية للإنسان فيغير من أنماط سلوكه بصورة نموذجية ، حين انتقل من دور مختلف وبالرغم من ذلك فإنه لا يفكر عادة أن له ذات متعدد فهو عندما يتكلم عن ذاته فإنه عادة يتكلم عن شخصيته كما يدركها فهو من أهم العوامل الأساسية التي تساهم في إدراك الفرد لذاته بصورة إيجابية أو سلبية إذ تعد من الدلائل للصحة النفسية والتكيف الحسن للفرد وكل هذا يتطلب شخصية متوازنة بناءة قادرة على مواجهة الصعوبات (حواش و حسني ، 2021/2022، صفحة 01) ، سواء النفسية منها أو الاجتماعية ويمكن القول أن تقدير الذات يمثل حلقة وصل بينه وبين الواقع الاجتماعي الذي ينشأ فيه ولأحداث السلبية والإيجابية التي تعترض مسار حياته ، ويمكن إجمال ذلك بأن الأفراد الذين لديهم تقدير الذات مرتفع هم أعلى قدرة في التفاعل الاجتماعي وعلى عكس الأفراد الذين يحملون تقدير متدني غير قادرين على التوافق مع الظروف الاجتماعية فنجد مثلا الطالب الجامعي يختلف تقدير ذاته عن الآخرين وذلك حسب تعايشه وتعامله ، لأن الكثير من الطلاب لديهم مشكلة في كيفية تقدير ذواتهم وبطبيعة الحال فإن له تأثير أو انعكاس على الاتزان الانفعالي لدى الطالب الجامعي .

وهنا يمكن القول بأن العلاقة ما بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي هي علاقة ارتباطية ، فالأشخاص الذين لا يتسمون بتقدير ذات مرتفع غالباً ما يكون سلوكهم الانفعالي يتميز بالهدوء والثبات كما نعتبرها بأنها علاقة ما بين متغير مستقل بمتغير تابع أي أن رؤية الفرد لنفسه وذاته لا شك أن تترك أثر في سلوكه واتزانه الانفعالي (إبراهيم، 2020، صفحة 03) ومن هنا نجد هذه الدراسة تهتم بدراسة العلاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات على عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف، إذ تعتبر المرحلة الجامعية من أهم المراحل في حياة الفرد فهي تشكل مكانة متميزة لديه .

واستجابة لمتطلبات الموضوع تم تقسيم البحث على النحو التالي:

الفصل الأول: الذي يحتوي على الإطار العام للدراسة حيث يتضمن إشكالية البحث وفرضيات الدراسة، أهداف الدراسة، تحديد المفاهيم الخاصة بالدراسة.

الفصل الثاني: وقد اشتمل على الدراسات السابقة للمتغيرين: الاتزان الانفعالي وتقدير الذات، بالإضافة إلى التعقيب على هذه الدراسات من حيث الأهداف ونوع العينة وحجمها، الأساليب الإحصائية المستخدمة

الفصل الثالث: تطرقنا فيه إلى الخلفية النظرية للمتغيرين للاتزان الانفعالي وتقدير الذات، هذه الخلفية متمثلة في النظريات المفسرة لكل متغير.

الفصل الرابع: المتمثل في الإطار المنهجي للدراسة حيث تطرقنا فيه إلى ذكر المنهج المستخدم وتعريفه، الدراسة الاستطلاعية، مجتمع وعينة الدراسة، الأساليب الإحصائية المستخدمة.

الفصل الخامس: خصص لعرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضيات، وتقديم بعض المقترحات في ضوء هذه النتائج.

الفصل الأول

الإطار العام لدراسة

- إشكالية الدراسة.
- فرضيات الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- مفاهيم ومصطلحات الدراسة.

مشكلة الدراسة:

يعيش الفرد تحت عدة مؤثرات وهو معرض باستمرار لحالات من التفاعل والتغيير المحتم واللازم لبقاء الإنسان وكما أنه يحتاج إلى التوافق السليم مع نفسه ومع ظروف العصر، المتغير والتطورات السريعة التي تشهدها الحياة، بكافة مستوياتها وخاصة العلمية والاجتماعية والنفسية منها أفرزت الكثير من المشكلات للطلبة.

ويمكن تحليل ذلك بأن الحياة الجامعية وما يرتبط بها من أمور تشغل الجزء الأكبر من وقت الطالب ومن اهتماماتهم الأساسية، فهم عرضة لا محالة للعديد من المواقف الشديدة التي يتعرض لها داخل الجامعة، فهناك بعض الطلبة من يتعامل مع تلك المواقف الصعبة بطريقة صحيحة وهناك البعض الآخر قد يفقد سيطرته مما يؤدي به ذلك إلى الفشل وكل هذا راجع إلى عدم قدرتهم على التوافق النفسي واتزانهم الانفعالي وذلك راجع لعدم ثقتهم بأنفسهم (زينب و غطاس ، 2020/2019، صفحة 31) ونجد الكثير من العلماء يتفقون على أن الاتزان الانفعالي سمة من سمات الشخصية بل إنه من المحاور الأساسية للشخصية وتتنظم فيه جميع العمليات الانفعالية والوجدانية من حيث تكيفها

أو توافقها ، كما نجد دراسة تيكوليتا وفيتاليا التي تقول بأن هناك أثر إيجابي دال إحصائياً لبرنامج تنمية سمات الشخصية على مستوى الطلاب بشكل يخلق الجو من الانسجام والتفاعل والتكامل سواء كان على مستوى الأفراد فيما بينهم مما يؤدي إلى رفع مستوى الاتزان الانفعالي لديهم (إبراهيم، 2020، صفحة 52)، وكل هذا راجع إلى تقديرهم لذاتهم ويتمثل ذلك في قدرة توافقهم وثقتهم بأنفسهم واستمرارهم وإشباع حاجاتهم التي مثلها العالم " ما سلو " في تصميمه لهمر الحاجات وتوقع الحاجات لتحقيق الذات في أعلى السلم كما أن الطريقة التي ندرك بها ذواتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا ، لذلك فإن فكرة الفرد عن نفسه هي النواة التي تقدم عليه شخصيته (إبراهيم، 2020، صفحة 12)

ويتضح مما سبق أن الذات تمثل الدعامة الأساسية في بناء شخصية الفرد وذلك من خلال مجموعة من الأبعاد والمكونات تحدث نتيجة تفاعل الفرد مع نفسه أو مع الآخرين من خلال المجتمع الذي ينشأ فيه فيتولد لديه القدرة على الإيجاد النواتج الإيجابية ذلك من خلال الضبط الانفعالي الذي يظهر في صورة الفرد التي يكون عليها والتي تتسم بالثبات والاتزان الانفعالي له، وهذا ما أشارت إليه بعض الدراسات (بن التواني 2014، الربيع و عطية 2016، Sankar2016) إلى أن الاتزان الانفعالي له تأثيرا كبيرا على عملية اكتساب المعرفة

والتي ارتبطت شخصية الطالب، باعتباره المحور الذي تدور حوله العملية التربوية، إذ أن الهدف التربوي أصبح لا يعني اكتساب الطالب كمًا بل العناية بشخصيته ككل في جوانبه المعرفية والنفسية، مما يتيح له إبراز خصوصياته الذاتية التي تميزه عن غيره.

لذا تظهر أهمية هذه الدراسة من خلال (دراسة العلاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا بجامعة المسيلة وذلك من خلال التحقق من التساؤلات التالية:

التساؤلات:

السؤال العام:

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا؟

التساؤلات الجزئية:

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا؟

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا؟

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا؟

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات العمل والمدرسة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا؟

الفرضيات الدراسة:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا.

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا.

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرفوفونيا.

_ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا.

_ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات العمل أو المدرسة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا.

_ أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في المحاور الآتية:

_ تعد هذه الدراسة في _حدود علم الباحثين_ أول دراسة محلية وعربية تناولت الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتقدير الذات من حيث العينة والتخصص "الأرطوفونيا" بجامعة محمد بوضياف.

_ تناولت هذه الدراسة أحد الموضوعات الحديثة التي قد تثري الأدب النفسي، ألا وهو الاتزان الانفعالي وعلى الرغم من تناول الدراسات العربية والأجنبية لهذا الموضوع إلا أنه في البيئة العربية مازال في مجال البحث والتطور، كما أن اختلاف نتائج الدراسات التي تناولت هذا المفهوم يؤكد أنه مازال بحاجة إلى المزيد من الدراسات النظرية والتطبيقية التي تعمل على تحقيق أصالة هذا المفهوم.

_ تسليط الضوء على مستوى تقدير الذات لدى الطلبة السنة الثانية أرطوفونيا لما لها من أهمية كبيرة في اتزانهم الانفعالي وتعاملهم مع الأحداث والمواقف في حياتهم وفي جميع المجالات.

أهداف الدراسة:

_ التعرف على العلاقة الارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا

_ التعرف على العلاقة الارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا

_ التعرف على العلاقة الارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا

_ التعرف على العلاقة الارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا

_ التعرف على العلاقة الارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العمل أو المدرسة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا

_ مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

1 تعريف الاتزان الانفعالي

_التعريف الاصطلاحي:

_ يعد الاتزان الانفعالي واحد من الجوانب المهمة في حياة الفرد كما أنه واحد من العوامل المرتبطة بأنماط الشخصية الانسانية، فالفرد المتزن انفعاليا لديه القدرة على تحمل تأجيل اشباع الحاجات، ولديه قدرة على تحمل قدرة معقول من الإحباط، ويؤمن بالتخطيط بعيد المدى، ولديه القدرة على مراجعة التوقعات في ضوء الظروف والمستجدات. (الشيباني، 2022، صفحة 473) _ عرفه دافيد يون بأنه: قدرة الفرد على تناول الأمور بأناة وصبر ولا يستنز ولا يستنار من الأحداث التافهة ويتسم بالهدوء والرزانة عقلاني في مواجهة الأمور، يتحكم في انفعالاته خصوصا (الغضب الخوف الغيرة). (الجوري، 2014، صفحة 56).

_ ويرى أيزنك الاتزان الانفعالي نجده لدى الشخص الناجح المتفوق اجتماعيا حيث لا يعاني من صراعات سواء اكانت بينه وبين نفسه أو بينه وبين البيئة المحيطة به. (قيطون، 2020/2021، صفحة 37)

_ كما يعرفه الغداني بأنه: " حالة نفسية تؤثر في سلوك الفرد وتصاحبها مجموعة من المظاهر الخارجية الجسمية غالبا ما تعبر عن نوع الانفعال، التي قد تؤثر في سلوك الفرد مما قد يشعر باضطراب اتزانه، واختلال العلاقات في البيئة من حوله " (حسين)

_ كما يعرفه التميمي بأنه حالة من التطور والتوافق الجسمي والفكري والانفعالي للفرد مع ذاته ومع البيئة التي يعيش فيها فيؤدي إلى التمتع بحياة خالية نسبيا من الانفعالات الشديدة. (قيطون، 2020/2021، صفحة 38)

_ الاتزان الانفعالي إجرائيا بدرجة الكلية التي تحصل عليها أفراد العينة على مقياس الاتزان الانفعالي.

2 تعريف تقدير الذات:

_التعريف الاصطلاحي:

تشتق كلمة تقدير الذات: self-esteem من الكلمة اللاتينية estimate التي تعني "أنني ذو قيمة" أنها تعني تقدير قيمة أنفسنا وشعورنا نحوها ومعرفة أننا بأفضل حال وهذا يعني أنني أستطيع أن أقول بثقة أنني بأفضل حال كما أنا دائما فلا يهم أن باءت إحدى محاولتنا بالفشل وإن قلنا شيئا وندمنا عليه أو ارتكبنا خطأ ما فلا تعزى أي تلك الأشياء لتؤدي إلى نقص تقديرنا لذاتنا فنحن ندرك في تلك المواقف أن سلوكنا هو الذي يحتاج لتغيير في حين يبقى تقديرنا لقيمة ذاتنا كما هو دون أن يمسه شيء (لوصفي، 2017/2018، صفحة 16)

يعرفه كوبر سميث: بأنها تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه يعمل على الحفاظ عليه ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستند عليها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح والفشل والقبول والقوة الشخصية (حمزة و حمزة ، 2018 ، صفحة 104).

ويعرفه كاتل بأنه حكم شخصي لقيمة الذات حيث يقع نهايتين إحداهما موجبة، والأخرى سالبة. مما يبين أهمية تقدير الذات في حياة الأفراد (باكيني و رمضاني ، 2016/2017 ، صفحة 43) ويعرفه " عبد الله سليمان ومحمد نيل " أنه التقييم الوجداني للشخص لكل ما يملكه من خصائص عقلية ومادية وقدرته على الأداء. ويعتبر حكما شخصيا للفرد على قيمته الذاتية أثناء تفاعله مع الآخرين. (، و رفيده ، 2021/2022 ، صفحة 22) .

ويرى كارل روجرز بأنه الاتجاهات نحو الذات بما فيها من مكونات انفعالية وسلوكية. (بلاغيث و بكابر، 2020 /2019 ، صفحة 52).

التعريف الإجرائي:

والتعريف الإجرائي لتقدير الذات هو تقييم الذي يضعه الطالب الجامعي لذاته، بما فيها من صفات عقلية وجسدية، ويعمل من أجل المحافظة على، ويمثل عاملا رئيسا ودافعا للنجاح في الحياة.

3_ الطالب الجامعي: وهو ذلك الشخص الذي سمحت له كفاءته العلمية بانتقال من مرحلة الثانوية إلى مرحلة التعليم العالي إلى الجامعة تبعا لتخصصه الفرعي بواسطة شهادة يمتاز بها بنوع من الذكاء ومجموعة المعارف العلمية له طموحات وأهداف يتطلع إليها المجتمع التي سمحت له شهادته العلمية بأن يتلقى تعليما عليا في مؤسسة علمية راقية (شنيبي و بوضياف ، 2022/2021 ، صفحة 09)



الفصل الثاني

الدراسات السابقة للمتغيرين

1_ الدراسات السابقة:

2_ الدراسات السابقة التي تتعلق بمتغير الاتزان الانفعالي:

دراسات محلية:

دراسة بن التواني (2014): الاتزان الانفعالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى الطالب الجامعي جامعة قاصدي ولاية ورقلة الجزائر.

تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الاتزان الانفعالي ومستوى الطموح لدى الطالب الجامعي بجامعة وتتكون عينة الدراسة من (173) طالبا وطالبة، واستخدمت مقياس الاتزان الانفعالي من إعداد أحلام سيمور 2012 واستخدم معامل ارتباط بيرسون، استخدم المنهج الوصفي، تحليل التباين وتوصلت إلى النتائج التالية:

استنتجت الباحثة ان كل طالب جامعي بإمكانه التحكم في انفعالاته وموجهة المواقف الصادمة، وكيف تتفق تلك الانفعالات مع المواقف الخارجية التي يتعرض لها الطالب الجامعي والتغلب عليها من خلال تفاؤله حول مستقبله.

و**دراسة عمارة وبوعسيتة (2013) الجزائر: إيجاد العلاقة بين الحوار الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى المراهقين.**

هدفت هذه الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين الحوار الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى المراهقين ومعرفة العلاقة بينهما باختلاف الجنس وعدد أفراد الأسرة.

وتكونت عينة الدراسة ب(181) تلميذ او تلميذة من السنة الرابعة بمدينة تقررة الجزائر واستخدمت الباحثتان أداة لقياس الحوار الأسري والاتزان الانفعالي وتوصلت الدراسة إلى ما يلي:

- وجود علاقة ضعيفة بين الحوار الأسري والاتزان الانفعالي.
- وجود فروق ذات دلالة بين الحوار الأسري والاتزان الانفعالي لصالح الأسر التي عدد أفرادها 5 فما فوق.

دراسات عربية:

دراسة بوزيد (1987): العلاقة بين إدراك الذات والاتزان الانفعالي حسب متغير النوع ذكور وإناث.

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفوارق بين الجنسين في إدراك كل منهما للذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي، تألفت عينة البحث من (270) طالب وطالبة من طلبة جامعة الإسكندرية، استخدم الباحث اختبار النقلب الوجداني لجيفورد واختبار أيزنك بصورته (أ) و (ب) للبحث تم معالجة البيانات باستخدام معامل ارتباط بيرسون وتوصلت الدراسة إلى النتائج كالآتي :

- أن الطلاب هم الأكثر تقلباً للذات من الطالبات كما أشارت الدراسة إلى وجود علاقة بين الذات والاتزان الانفعالي.

دراسة العدل (1995): الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الإبتكاري.

هدفت الدراسة إلى: دراسة بعض المتغيرات التي ترتبط بالاتزان الانفعالي والتي تزيد بزيادته وتنقص بنقصانه، وهل تتوقف هذه العلاقة على نوع الكالب، وبالتالي محاولة تكوين شخصي ذي بيئة معرفية صحيحة يستطيع من خلالها فهم وإدراك العالم الخارجي بل التدخل والتعديل فيه من خلال الابتكار كما أنه محاولة لفهم الدور الذي تلعبه عوامل أخرى غير القدرات العقلية في الفروق الفردية. استخدم المنهج الوصفي التحليلي.

وبلغت عينة البحث (325) طالبا وطالبة بالصف الثاني بمدينة الإسماعيلية وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية. وتم استخدام مقياس الاتزان الانفعالي واختبار السرعة الإدراكية وكذلك استخدام بطارية اختبارات القدرة التفكير الإبتكاري التي أعدها باللغة العربية عبد السلام عبد الغفار على أساس بطارية جيلفورد الأصلية وكذلك استخدام اختبار الذكاء المصور إعداد زكي صالح، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها:

- الصالح البنات ولكن لا توجد فروق في اختبار الأشكال.
- وكذلك توجد فروق بين المتزنين انفعاليا والمضطربين انفعاليا في اختبار الأرقام والسرعة الإدراكية لصالح المتزنين انفعاليا.
- ولكن لا يوجد فروق بين المضطربين انفعاليا والمتزنين انفعاليا في اختبار الأشكال والكلمات.

- دراسة المزيني(2001): القيم الدينية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي ومستوياته لدى طلبة الجامعة الإسلامية.
- هدفت الدراسة إلى: الكشف عن مدى تمسك طلبة الجامعة الإسلامية بالقيم الدينية ومدى تحليهم بالاتزان الانفعالي كما هدفت إلى الكشف عن العلاقة الدينية لدى عينة من طلبة الجامعة الإسلامية ومستوى الاتزان الانفعالي لديهم.
- وتكونت العينة من (255) طالبا وطالبة وتم اختيارهم بشكل عشوائي في طبقي
- واستخدم الباحث استبيان القيم من إعدادة واستبيان الاتزان الانفعالي من إعداد الدكتوراه محمد العدل، وتوصلت الدراسة إلى النتائج من أهمها:
- تحلى طلبة وطالبات الجامعة الإسلامية بدرجة عالية من القيم والاتزان الانفعالي فكانت الطالبات أكثر تماسكا بالقيم وأكثر اتزانا من الطلاب.

دراسة غالب (2012):

تهدف الدراسة إلى الكشف عن علاقة الاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي بالأحكام الأخلاقية واعتمدت في دراستها على المنهج الوصفي واستدللت استبيان على عينة 240 طالب وطالبة، وأظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي، وجود علاقة بين النضج الاجتماعي والأحكام الأخلاقية، وعدم وجود اختلاف في مستوى الاتزان الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس.

دراسات أجنبية:

دراسة (geodepell abright, terranova,hots) 2008 :

استهدفت دراسته إلى الكشف عن الإجهاد والاتزان الانفعالي وتوهما في شخصية الطالب، تكونت عينة الدراسة من (133) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة واطهرت نتائجها كالآتي:

وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الإجهاد الانفعالي لدى الطلاب كما بين النتائج أن للإجهاد آثار سلبية في الشخصية الطالب مما انعكس الاتزان الانفعالي وبالتالي يؤثر بشكل مباشر في سلوكاته وتصرفاته.

دراسة كوريا وباتشمانو هينسلي وجبل دي زوتبقا (2013) :

هدفت على أثر الاتزان الانفعالي ودوره في استخدام موقع التواصل الاجتماعي حيث بلغت عينة الدراسة (959) مستخدما من البالغين في الولايات المتحدة الامريكية تراوحت أعمارهم ما بين 18-30 عاما وأظهرت نتائج الدراسة:

- أن الأفراد الأكثر انبساطية هم الأكثر احتمالا لاستخدام موقع التواصل الاجتماعي.
- كما أن الأفراد الأكثر انفتاحا على الخبرات الجديدة يميلون إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل كبير.
- أما الاتزان الانفعالي فيشكل مؤشرا سلبيا استخدام هذه المواقع في حين يميل الأفراد الأكثر قلقا وغير المشوقين إلى الاعتماد على هذه المواقع.

2-الدراسات السابقة المتعلقة بتقدير الذات:

دراسات محلية:

دراسة أمزيان زبيدة (2007): تقدير الذات للمراهق بمشكلات وحاجات الإرشادية دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مشكلات المراهقين ومعرفة علاقة تقدير الذات لهم بالمشكلات بالإضافة الى الكشف كما إذا كانت هناك علاقة بين تقدير ذات والحاجات الإرشادية، وتكونت العينة من (200 تلميذ وتلميذة)، واستخدمت الباحثة استبيان "الحاجات والإرشادية بالإضافة إلى استبيان المشكلات النفسية ومقياس كوبر سميث لقياس تقدير الذات أسفرت نتائج الدراسة:

- وجود علاقة بين تقدير الذات للمراهقين بالمشكلات الإرشادية وفق متغير الدراسة.
- وجود فروق بين ذوي تقدير الذات المتدني وذوي تقدير الذات المتوسط في متغيرات الدراسة وفقا لمتغير الجنس.

دراسة سعاد مرغم (2009):

هدفت الدراسة إلى المعرفة عن العلاقة بين تقدير الذات (العائلي والرفاعي والمدرسي) للذات والدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وقد بلغت عينة الدراسة 150 طالبا من تلاميذ السنة النهائية بمدينة (سطيف، الجزائر)، وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات المدرسي ودرجة دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات العائلي ودرجة دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- وجود علاقة ارتباط بين تقدير الذات الرفاعي ودرجة دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.
- وجود علاقة ارتباط بين تقدير الذات الكلي ودرجة دافعية التعلم لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

دراسة أو شن نادية (2015/2014): التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات دراسة ميدانية لجامعة الحاج لخضر باتنة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوجيه الجامعي والتقدير الذات لدى عينة البحث وإيجاد مدى فعالية إجراءات التوجيه الجامعي في الجزائر في تلبية رغبات الطلبة الحاصلين على شهادة البكالوريا معرفة الفروق دالة إحصائيا بين الطلبة تجاه متغيرات الدراسة (التوجيه الجامعي _ تقدير الذات _ قلق المستقبل المهني) تبعا لمتغير الجنس والتخصص الدراسي تكونت عينة الدراسة استطلاعية من 30 طالبا وطالبة من أقسام السنة الأولى جامعي وبما أن الدراسة هدفها الوقوف على العلاقة التي تربط بين التوجيه الجامعي والتقدير الذات وقلق المستقبل المهني وكذا إجراء مقارنة بين طلبة في هذه المتغيرات من حيث الجنس والتخصص فإن المنهج هو المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي بإضافة إلى المنهج المقارن وتم استخدام في هذه الدراسة 3 مقاييس استمارة تقيس " واقع التوجيه الجامعي " والأخر اختبار يقيس مستوى تقدير الذات " من إعداد كوبر سميث والثالث استمارة تقيس مستوى القلق المستقبل المهني لدى طلبة اسفرت نتائج :

_توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائيا بين التوجيه الجامعي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

- دراسات عربية:

دراسة أحمد عربيات عماد الزعول (2008) الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة تبعا لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي.

اشتملت الدراسة على عينة بلغ عددها (622) منهم (280) طالبا و(382) طالبة وطبقا الباحثان مقياس تم إعداده خصيصا لقياس مستوى تقدير الذات وجرى رصد المعدلات التراكمية لأفراد العينة في دائرة القبول والتسجيل وأسفرت النتائج على وجود:

- وجود تباين دال إحصائيا في مستوى تقدير الذات لدى كل من طلبة العاديين والطلبة المنذرين.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات يعزى إلى مستوى الدراسي.
- لا توجد فروق في مستوى تقدير الذات تعزى إلى متغيري الجنس والتخصص التقاؤل بينهما.
- وجود علاقة ارتباطية بين التحصيل الأكاديمي ومستوى تقدير الذات.

دراسة أحمد إسماعيل الألوسي (2014): فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية في علم النفس الاجتماعي عمان والأردن.

هدفت الدراسة قياس فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة قياس الفروق في فاعلية الذات وفق متغير الجنس (ذكور واناث) قياس الفروق في فعالة الذات وفق متغير الاختصاص (علمي واناثي) تكونت عينة الدراسة من 400 طالب وطالبة موزعين على ثماني كليات في جامعة بغداد أربع كليات في الاختصاص العلمي وأربع كليات في الاختصاص الأناثي ومن خلال النتائج تم الوصول إليها وتحليلها ومناقشتها:

- أن فاعلية طلبة بشكل عام فاعلية قوية على الرغم من العوائق مصاحبة المحيط الاجتماعي والاقتصادي.
- الفرق في الفعالية بين الأناث في الاختصاص الأناثي والأناث في الاختصاص العلمي لا ننفي وجود الفعالية الذاتية لدى إناثا لاختصاص العلمي.
- أن طبيعة الاختصاص الدراسي لم يكن له أثر واضح في الفعالية الذات إذ إن كل اختصاص ينمي الفعالية بحسب طبيعته.

دراسة إهداء عادل الطارئة: السعادة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والتقدير الذات لدى جامعة مؤتة.

هدفت الدراسة التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة. أما مستويات المساندة الاجتماعية تتراوح بين عالية وعالية جدا ووجود فروق تعزى لمتغير النوع الاجتماعي على مقياس المساندة الاجتماعية لصالح الأناث.

وتكمن الأهمية على التأكد الدور الإيجابي للمكونات الأساسية للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية في تحقيق درجات مرتفعة من السعادة. تكونت عينة الدراسة من (907) طالبا وطالبة تم اختيار بطريقة عشوائية التطبيقية من مجموع طلبة جامعة مؤتة تم استخدام ثلاث أدوات لقياس الدراسة ويعد إيجاد المؤشرات الصدق والثبات لها تم تطبيقها على أفراد العينة أظهرت نتائج:

- مستويات الشعور بالسعادة تتزوج ما بين متوسط إلى عالية وأشارت النتائج إلى وجود بفروق دالة إحصائية إلى متغير نوع الاجتماعي لصالح إناث.

دراسة النملة (2013):

هدفت دراسة إلى بحث عن العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدراسين باستخدام الأنترنت، وقد تكونت عينة الدراسة من 100 طالب من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم استخدام عدد من أدوات القياس النفسي وهي دليل تقدير الذات، مقياس الرضا عن الحياة، استمرار المستوى الاقتصادي الاجتماعي وقد ظهرت نتائج الدراسة:

- أن هناك ارتباطا إيجابيا لتقدير الذات بالرضا عن الحياة لدى أفراد العينة من كلتا المجموعتين.

كما تبينت نتائج الدراسة أن للدراسة باستخدام الأنترنت دور الأنترنت دور فعال في تحسين تقدير الطلاب لذواتهم كما أظهرت نتائج الدراسة

- أن الطلاب الدارسين بالأنترنت يشعرون بالرضا أكبر عن حياتهم مقارنة بأقرانهم الذين يدرسون بالطريقة التقليدية.

دراسة حورية بدر (2016): تقدير الذات وعلاقته بالنضج المهني، دراسة ميدانية لعينة من طلبة

تهدف الى معالجة موضوع مهم لعلم النفس، تقدير الذات وعلاقته بالنضج المهني، استهدفت الدراسة من طالبا جامعي (33 ذكرا، 7 إناث) وتم الاعتماد في الدراسة على اختبارين اختبار تقدير الذات ل هيلمريتش وستاب ورافين واختبار النضج المهني ل كرايتس تم التوصل إلى النتائج التالية:

• توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والنضج المهني لدى الطلبة الجامعيين.

• لا يوجد فرق دال إحصائياً بين الجنسين من الطلبة من حيث تقدير الذات.

• لا يوجد فرق دال إحصائياً بين الجنسين من الطلبة من حيث النضج المهني.

دراسات اجنبية:

1_دراسة بيمبيلي (pimpinelli): تقييم برنامج المساعدة في خفض درجة الاكتئاب والقلق وتحسين تقدير الذات المنخفض لدى عينة من جامعة "Polk"

تهدف هذه الدراسة عن مدى وجود فعالية هذا البرنامج بالنسبة لهذه المتغيرات لدى المشاركين في هذا البرنامج حيث شملت العينة (40 طالبا) ومن بين الأدوات التي استخدمت في هذه الدراسة اختبار الشخصية، مقياس الاكتئاب، قائمة القلق كحالة وسمة قائمة تقدير الذات للراشدين، ولم القياس القبلي والقياس البعدي للمشاركين حيث كانت العينة عبارة عن مجموعة واحدة وأشارت النتائج:

• وجود لانخفاض في درجة الاكتئاب وتحسن في تقدير الذات نتيجة تأثير وفاعلية البرنامج المستخدم.

إلى وجود الانخفاض في درجة الاكتئاب وتحسين في تقدير الذات نتيجة تأثير وفعالية البرنامج المستخدم.

2_دراسة جولد سميث (goldsmith): تقييم لتأثير برنامج المهارات المراهقين على تقدير الذات والاتجاهات نحو المدرسة.

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير هذا البرنامج على تقدير الذات والاتجاهات نحو المدرسة، تكونت العينة من طلاب أمريكيين مكسيكيين شملت مجموعتين أحدهما مجموعة ضابطة والأخرى تجريبية حيث تم استخدام القياس القبلي للمجموعتين بنفس الأدوات ولم تتلق مجموعة ضابطة أي علاج أو تدريب لتعزيز وتقوية تقديرهم لذواتهم أو اتجاهاتهم نحو المدرسة بينما تلقت المجموعة التجريبية تدريبات لمدة عام دراسي بواسطة برنامج مهارات المراهقة التي أشارت النتائج إلى:

• عدم وجود فروق دالة بين المجموع الضابطة والمجموعة التجريبية في تقدير الذات وهذا يعني عدم وجود تأثير لبرنامج في تحسين تقدير الذات.

الدراسات السابقة التي تجمع بين المتغيرين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات:

دراسة لينك:

هدفت الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة تألفت عينة الدراسة من (200) طالبة وطالب، واستخدم الباحث مقياس كوبر سميث لاحترام الذات كما استخدم مقياس الاتزان الانفعالي واستخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون وتوصلت الدراسة إلى النتائج كالاتي:

أن الطلبة ذوي الدرجات العالية في تقدير الذات أعلى في اتزانهم الانفعالي عن طلبة ذوي التقدير المنخفض في تقدير الذات.

دراسة فاتون(2009) الهند: تقدير الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى المكفوفين.

هدفت الدراسة إلى دراسة العلاقة بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي عند المكفوفين حسب متغير الدراسة وتكونت عينة الدراسة ب (100) طالبا وطالبة من مدرسة الأحمدى الهندي للمكفوفين، واستخدمت الباحثة مقياس الاتزان الانفعالي وتقدير الذات من إعداد الباحثة وتوصلت النتائج كالاتي:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى افراد العينة.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس تقدير الذات تبعا لمتغير الجنس لصالح الاناث.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الاتزان الانفعالي تبعا لمتغير الجنس لصالح الاناث.

التعليق على الدراسات المتعلقة بالمتغيرين:

بعد استعراض الدراسات السابقة حسب متغيرات الدراسة نلاحظ أن من حيث العنوان كل لدراسات السابقة مذكورة تناولت عنوان متغيرات لدراسة الحالية المتغير الاتزان الانفعالي والمتغير تقدير الذات حيث اختلفت تناولها لعينة بين طالبات وطلبة الجامعة وتلاميذ المراهقين، البالغين، المكفوفين، طلاب.

حيث اختلفت كذلك العينة من حيث البيئة والمكان:

_ بيئة محلية (ورقلة، تقره، سطيف باتنة)

_ بيئية عربية (فلسطين، الأردن، عمان)

_ بيئية أجنبية (الهند، الولايات المتحدة)

كما اختلفت من حيث الأهداف وذلك بناء على اختلاف الموضوع والمتغيرات التي تعاملت معها، فمنها من حاولت التعرف إلى العلاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات، مثل دراسة فاتون (2009) ودراسة لينك.

وهذا ما اتفقت مع دراستنا ومنها من حاولت التعرف على العلاقة بين الاتزان الانفعالي والضغوط النفسية ومستوى الطموح وإدراك الذات والسرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري والنضج الاجتماعي، القيم الدينية الحوار الأسري الاجهاد، مثل دراسة بوزيد (1987)، دراسة العدل (1995)، دراسة غالب (2012)، دراسة المزيني (2001)، دراسة عمارة وبوعسيطة (2013)، دراسة بن التواني (2014)، دراسة (geodepell) (2008)

كذلك اختلفت الدراسات المتناولة للمتغير تقدير الذات في الأهداف والمعارف، فمنهم من اهتم بتقدير الذات وعلاقته بالنضج المهني والرضا عن الحياة وفعالية الذات، مثل دراسة أحمد إسماعيل الألوسي (2014)، دراسة نملة (2013) ودراسة حورية بدر (2016)، بالإضافة إلى بعض الدراسات التي اهتمت بتقنيات برنامج لتحسين مستوى تقدير الذات وتأثير المهارات المراهقين على تقدير الذات دراسة بينمبلي، دراسة جولد سميث، وهناك من هدفت إلى التعرف على مستوى تقدير الذات والمساعدة الاجتماعية مثل دراسة إهداء هادل الطارنة (2015).

العينة:

اختلفت حجم العينات المعتمدة في هذه الدراسات حيث تراوحت بين (37_270) مثل دراسة بوزيدي (1987) ، المزيني (2001) ،دراسة عمار بو عسيطة (2013) ،دراسة بن التواني (2014) ، دراسة (geodepell) (2008) ، دراسة فاتون (2009) ، دراسة بينمبلي ودراسة حورية بدر (2016) ودراسة نملة (2013)، ومنهم من اعتمد على حجم أكبر يتراوح ما بين (325_2400) مثل دراسة العدل (1995) ،دراسة غالب (2012) ، دراسة كوريا وباتشمانو هينسلي وجبل دي زوتبقا (2013) ، دراسة إهداء عادل الطارنة (2015) ودراسة أحمد إسماعيل الألوسي (2014) ودراسة أحمد عربيات عماد الزعول (2008).

الأدوات المستخدمة:

بعض الدراسات اعتمدت على استبيانات حيث قام الباحثين بإعدادها ومنهم من وجدها جاهزة والبعض الآخر اعتمد على مقاييس جاهزة، ومنهم من اعتمد على مقابلات عيادية نصف موجهة (دراسة حالة).

المنهج:

بعض الدراسات تم استخدام لمنهج الوصفي من أجل التحليل ودراسة مجموعة من الظواهر والمتغيرات ووصفها وصفا دقيقا محددًا والتعبير عنها من خلال إعطاءها صفات رقمية.

ومنهم من استخدم المنهج العيادي لتلاؤمه مع طبيعة الدراسة والوقوف على تفاصيل الظاهرة بشكل دقيق.

الاستفادة من الدراسات السابقة:

اقتباس بعض المعلومات من الجانب النظري.

التعرف على المنهج المستخدم وطريقة اختيار العينة.

الاستفادة من النتائج الدراسات السابقة في تفسير ومقارنة نتائج الدراسة الحالية.

الفصل الثالث

النظريات المفسرة للتقدير الذات والاتزان
الانفعالي

1 النظريات المفسرة لاتزان الانفعالي:**_1_ نظرية التحليل النفسي:**

تشير إلى أن توازن الإنسان هو توازن فيزيولوجي، ينبع من إشباع الغرائز لهذا فإن أغلب الناس (لفرويد) عصابيون لدرجة ما وأن الاتزان الانفعالي شيء مثالي والصراع والقلق أمور محتمة على الإنسان، وقد غالى فرويد كثيرا في تأكيده على الصراع الذي يحدث بين نظم الشخصية وهو السبب في اضطراب التوازن النفسي، وهو صراع ذو طابع جنسي، وأخيرا فإن فرويد اهتم بدراسة الأشخاص الغير الناضجين، والذين يعانون من اضطرابات انفعالية أكثر من عنايته للأصحاء النضجين. (مبارك، 2008، صفحة 71).

أما إريكسون فيشير يرى أن الاتزان الانفعالي نتاج لقدرة الفرد على تحقيق التوافق مع مجتمعه من خلال التوازن بين متطلبات والبيئة الاجتماعية والنزوع إلى الجانب الإيجابي من كل مرحلة من مراحل النمو الذي حددها في نظريته، فهو يرى أن لكل مرحلة نمائية قطبان، يمثل أحدهما التوازن والصحة النفسية والأخر يمثل الاضطراب وعدم التكيف (أسماء، 2019/2020، صفحة 31).

2 النظرية المعرفية:

من أبرز هذه النظرية (lazaros) حيث قدم وزملائه تفسيراً معرفياً للانفعال يقوم على أن الانفعال يحدث نتيجة للتقويم المعرفي لموقف مثير.

وتتضمن الصحة النفسية من وجهة نظر أصحاب هذه النظرية القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الأمل، واستخدام المهارات المعرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشكلات وعليه فإن الشخص المتمتع بالصحة النفسية، ويحي على فسحة من الأمل، ولا يسمح لليأس بالتسلل إلى نفسه.

وتبحث هذه النظرية في الصلة بين ما نفكر به وما نشعر به أو بعبارة أخرى " هل تترتب الانفعالات دوماً على التفكير؟ " وهل يعتمد القلب دوماً على تقدير الدماغ للموقف؟ لكن ان الانفعالات تتأثر بتفكيرنا، فهل يمكن ان ننفلع بمعزل عن التفكير؟ أي أن الانفعال يعتمد على عنصري الأثارة الجسمية والتصنيف المعرفي. (مريم، 2017/2018، صفحة 36)

3_ النظرية السلوكية:

تنظر النظرية السلوكية إلى أن الضغط انفعال مؤلم إلى أن الضغط تثير مثيرات معينة، حيث تركز السلوكية الكلاسيكية في تفسيرها لحدوث الضغط على الفرضية القائلة على أن الضغط ينشأ عن الخوف الذي يصاحب الشعور بالألم أو التهديد بمعنى أنه استجابة شرطية للألم، أو قد ينشأ نتيجة للتعلم الخاطئ حيث في سن مبكرة.

أما السلوكيون المحدثون أمثال بات رسون يؤكدون أن الضغط هو نتيجة دافع متعلم أو نتيجة لأسباب التنشئة الاجتماعية.

كما يؤكد على أثر تعليم، الثقافة، المجتمع، البيئة والدوار الاجتماعية الخاصة بالعمر والجنس والانتماءات المعرفية والدينية على نمو الفرد وعلى تعلمه الاجتماعي، وهم عموماً يعتبرون أن الضغط العاطفي أو التقييم المعرفي أو الانفعالات غير ناتجة عن الخوف (مصطفى، 2015، صفحة 29)

4_ النظرية الانسانية:

يعد ما سلو زعيم علم النفس الإنساني فقد أكد على أهمية سمة الاتزان الانفعالي من خلال أرائه التي يؤكد أن للإنسان طبيعة جوهرية، وهي أما ان تكون طبيعة خيرة أو محايدة ولكنها ليست شريرة، وأن النمو الصحيح يقوم على تحقيق هذه الطبيعة في الاتجاه النضج كما أنه يحتاج إلى ظروف بيئية سليمة، فالبيئة الغير سليمة أو التي تعيق الفرد ولا تسمح له بتحقيق رغباته وتطلعاته واختياراته قد تجعله عرضة لانهايار الصحة النفسية.

وكلمات أشار ما سلو إلى أن هناك مجموعة من الحاجات التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها وأن الشخص الذي لا يستطيع إشباع حاجاته فإنه يعجز عن التفكير بطريقة منطقية بسبب ما ينتج عن ذلك من توتر نفسي أو عدم اتزان انفعالي (مريم، 2017/2018، صفحة 35)

2_ النظريات المفسرة التقدير الذات.

توجد نظريات تناولت تقدير الذات من حيث المنهج نشأته ونموه وأثره على السلوك الفرد بشكل عام وتختلف تلك النظريات باتجاهات صاحباها ومنهجها في إثبات المتغير الذي يقوم بدراسته من هذه النظريات نجد:

1_ نظرية روزنبرغ:

تعود أعمال روزنبرغ حول محاولاته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد، وقد اهتم روزنبرغ بصفة خاصة بدراسة تقييم المراهقين لذواتهم. ووسع دائرة اهتمامه بعد ذلك حيث شملت ديناميات تطور صورة الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة واهتم بدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته عمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد كما اهتم بشرح وتفسير الفروق التي توجه بين المراهقين الزوج والمراهقين البيض والتغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر والمنهج الذي استخدمه روزنبرغ هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوكات.

واعتبر روزنبرغ أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاه نحو كل الموضوعات التي يتفاعل معها، وما الذات الا أحد هذه الموضوعات التي يتفاعل معها وما الذات الا أحد هذه الموضوعات ويكون الفرد نحوها اتجاهها لا يختلف كثيرا من الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الاخرى. (علويسي، 2016/2017، صفحة 23)

2_ نظرية وليام جيمس:

يعتبر وليام جيمس، واحد من المؤسسين للسيكولوجيا العلمية الحديثة، وهو من الأوائل ممن اشتغلوا على مفهوم تقدير الذات واعتبر أن الشخص ذو المؤهلات الجذ محدودة يمكن أن يكون له موهبة كافية ومتينة مقارنة مع شخص آخر، والتي تضمن له النجاح في الحياة، ويتمتع هذا الشخص بتقدير كوني يصل إلى الحد المزمّن من قدراته الخاصة.

كما أن تحقيق الذات وتحقير الذات حسب " وليام جيمس " لا يتعلق فقط بنجاحاتنا ولكن أيضا بمعيار أحكامنا على هذه النجاحات.

يرى "وليام جيمس" أن تقدير الذات هو ناتج العلاقة بين نجاحاتنا، وانجازاتنا، وما نطمح له في مختلف ميادين الحياة، بعبارة أخرى فإن نظرية "وليام جيمس" في تقدير الذات تقوم على العلاقة الموجودة بين ما نحن عليه، ومنود أن نكون عليه، وقد لخصها وليام جيمس بالمعادلة الآتية: تقدير الذات = النجاح/الطموح. (برينات و نعاسة ، 2019/2020 ، صفحة 19)

3 نظرية كوبر سميث:

يرى كوبر سميث أن تقدير الذات يتضمن عمليات تقييم الذات وردود الافعال والاستجابات الدفاعية فذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب ويقسم كوبر سميث تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين:

_التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

_التعبير السلوكي: وهو يشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته والتي تكون محل الملاحظة الخارجة.

ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات:

_تقدير الذات الحقيقي: ويوجد عند الافراد الذين يشعرون بالفعل بأنهم ذوو قيمة.

_تقدير الذات الدفاعي: ويوجد عند الافراد الذين يشعرون بأنهم ليس لديهم قيمة

وقد افترض أربع محددات لتقدير الذات وهي: النجاحات القيم الطموحات الدوافع. (باعمر و و أخرون ، 2018/2019، صفحة 20).

4 النظرية الاجتماعية:

يرى زيلر (ziller): أن تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات. ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي وينظر زيلر إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية ويصف تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته وأنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي وعلى ذلك عندما تحدث تغيرات في البيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي تحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك وتقدير الذات طبقاً لزيلر هو مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف الميزات التي يتعرض لها من ناحية أخرى ويرى الباحث زيلر أن تقدير الذات من منطقة اجتماعي يرتبط بقدرة الفرد على الاستجابة لمختلف الميزات التي يتعرض لها من المجتمع باعتباره اجتماعي بطبعه فتقديره لذاته عبارة عن نقطة وسيطة بينه وبين المجتمع الذي هو فيه ويمكن القول حسب زيلر أن التوافق الاجتماعي الناتج يعزز الفكرة السليمة لتقدير الذات إذ ركز على التأثير المحيط على العلاقة بين الذات والعالم الخارجي من خلال هذه النظرية نقول أن الفرد يقوم بتقدير ذاته من خلال الآخرين. أي من خلال التفاعل الاجتماعي (مقران و بوراس، 2022/2023، صفحة 25).

الفصل الرابع

الإطار المنهجي للدراسة

- الدراسة الاستطلاعية.
- منهج الدراسة.
- منهج وعينة الدراسة.
- أدوات الدراسة.
- حدود الدراسة.
- أساليب الدراسة.

1_ الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية أساساً جوهرياً لبناء البحث كله، وذلك لما يمكن للباحث تحقيقه من خلالها، إذ تهدف الدراسة الاستطلاعية إضافة للتحقيق من صلاحية أدوات البحث إلى تعميق المعرفة بالموضوع المراد دراسته وتجميع الملاحظات والتعرف على أهمية البحث وتحديد فروضه (حويشي و زغبة ، 2022/2023، صفحة 45)

1_2: أهداف الدراسة الاستطلاعية:

_ استطلاع الظروف التي تجرى فيها البحث والتعرف على العقبات التي توقف في طريق إجراءه.

_ تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها ومختلف ظروفها.

_ تحديد الوقت الكافي لتطبيق أداة الدراسة.

_ التقرب من أفراد العينة والمتمثلون في طلبة سنة الثانية أرتوفونيا .

_ وتم تطبيق الأداة على العينة المدروسة مكونة من 70 طالب وطالبة.

2 / منهج الدراسة:

إن طبيعة المشكلة المطروحة للدراسة هي التي تحدد المنهج الذي يتبع من بين المناهج المختلفة، وبداية يمكن أن نعرف المنهج العلمي بأنه " الطريقة التي يسلكها الباحث في دراسته أو تتبعه لظاهرة معينة من أجل تحديد أبعادها بشكل شامل، يجعل من السهل التعرف عليها وتمييزها ويسهل معرفة أسبابها ومؤشراتها والأشكال التي تتخذها والعوامل التي تؤثر فيها. وطرق قياس الأثر والتنبؤ بشكل موضوعي دقيق يفسر العلاقات التي تربط عواملها الداخلية والخارجية بهدف الوصول إلى نتائج عامة محددة يمكن تطبيقها وتعميمها. (باعمر و و آخرون ، 2018/2019، صفحة 51).

وطبيعة موضوع الدراسة هي التي تفرض على الباحث إتباع منهج دون آخر حسب أهداف الدراسة وبما أن الدراسة الحالية هدفها إيجاد العلاقة التي تربط بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات فإن الباحثان وجدنا أن أنسب منهج هو المنهج الوصفي الارتباطي الذي نعتمد فيه على وصف الظاهرة بموضوعية ودقة كما يهتم بتحديد الظروف والعلاقات الموجودة بين المتغيرين.

3_ مجتمِع وعينة الدراسة:**1/ مجتمِع الدراسة:**

المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات علاقة بالمشكلة المدروسة.

اجريت هذه الدراسة على طلبة سنة ثانية تخصص أرطوفونيا بجامعة محمد بوضياف ولاية المسيلة ذلك أن مجتمِع الدراسة الحالية يتكون من أربع أفواج وقد بلغ حجم مجتمِع الدراسة 109 طلبة.

2/ عينة الدراسة:

تعرف عينة الدراسة على أنها مجموع الوحدات المختارة من مجتمِع الدراسة وذلك لتوفير البيانات المستخدمة لدراسة خصائص المجتمِع. (بوقزيوة، 2017/2018، صفحة 74) تكوت عينة البحث الحالي من 70 طالب وطالبة يدرسون بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة. وقد تم اختيارهم عشوائيا من جميع الافواج.

أدوات الدراسة:

مقياس الاتزان الانفعالي:

صمم هذا المقياس في الأصل من طرف الباحث "عادل محمد محمود العدل" (1995) ويتألف المقياس

صورته النهائية من (116) عبارة يجيب عليها المفحوص "بنعم" أو "لا" وقام أسامة المزيني (2001) بتطويره وإعادة صياغة بعض العبارات، تكون طريقة التصحيح بإعطاء درجتين للإجابة التي لا توافق مفاتيح التصحيح.

جدول رقم (01) يمثل مفاتيح تصحيح مقياس الاتزان الانفعالي

العبارات	نعم	لا
العبارات الإيجابية	2	1
العبارات السلبية	1	2

جدول رقم (02) يوضح معايير الحكم على الاتزان الانفعالي

مقياس الحكم على الاتزان الانفعالي	الفئات
منخفض	1،33-1
متوسط	1،66-1،33
مرتفع	2-1،66

أ_ مقياس تقدير الذات:

وصف المقياس:

صمم هذا المقياس في الأصل من طرف الباحث الأمريكي (كوبر سميث سنة 1967) لقياس الاتجاه التقييمي نحو الذات في مجالات الاجتماعية الأكاديمية العائلية والشخصية ويحتوي هذا المقياس على صورة مختلفة صورة خاصة بالصغار وتلاميذ في المدرسة وصورة خاصة بالكبار

يمكن تطبيق مقياس تقدير الذات فرديا وجماعيا ومدة التطبيق لا تتجاوز 10 دقائق

ويحتوي المقياس على تعليمة يوضح فيها الباحث كيفية الإجابة على عباراته ويجب أيضا على الباحث أن يتحاشى استخدام تقدير الذات ومفهوم الذات في التعليمة حتى يتجنب التحيز في الإجابة يتكون المقياس من العبارات سلبية عددها (17) وتحمل الأرقام التالية:

(2-3-6-7-10—11-12-13-15-16-17-18-21-22-23-24-25)

وعبارات موجبة عددها (08) وتحمل الأرقام التالية:

(1-4-5-8-9-14-19-20)

ومن المستوجب بعد قراءة العبارات أن يضع علامة (x) في إحدى المربعين القابلين للعبارة الأولى (تنطبق) والثانية (لا تنطبق).

تعلية كوبر سميث باللغة العربية فيما يلي:

مجموعة من العبارات تتعلق بمشاعرك إذا كانت العبارة تصف ما تشعر به عادة تضع علامة (x) داخل المربع والخانة (لا تنطبق)

طريقة تصحيح المقياس: يحتوي مقياس كوبر سميث على (08) عبارات موجبة إذا أجاب عليها المفحوص ب (تنطبق) يحصل على درجة في كل منها أما إذا أجاب ب (لا تنطبق) فلا يتحصل على اي درجة

كما يتضمن الاختبار على (17) عبارة سالبة إذ أجابه ب (لا تنطبق) فإنه يتحصل على درجة في كل منها، وإذا أجابه ب (تنطبق) فلا يتحصل على أي درجة.

بعدها يتم جمع الدرجات التي يتحصل عليها المفحوص في جميع العبارات جمعا عاديا ثم الدرجة الكلية للحصول على الدرجة النهائية للمقياس علما أن الدرجة النهائية للمقياس علما أن الدرجة المرتفعة في المقياس تعتبر مؤشرا للتقدير العالي للذات، بينما تشير الدرجة المنخفضة للدرجة المنخفضة لتقدير الذات.

جدول رقم (03) يوضح مستويات تقدير الذات لمقياس كوبر سميث

مستويات تقدير الذات	الفئات
منخفض	40_ 20
متوسط	60_ 40
مرتفع	80_ 60

الخصائص السيكومترية للمقياس الاتزان الانفعالي وتقدير الذات:

اولا: الثبات.

للتحقق من ثبات مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس تقدير الذات، تم استخدام الطرق التالية:

الطريقة: معامل ألفا كر ونباخ.

للتحقق من ثبات مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس تقدير الذات، تم الاعتماد على طريقة

معامل ألفا كر ونباخ، كما هو مبين في الجدول التالية:

1-1: مقياس الاتزان الانفعالي:

عدد العبارات	الفا كرو نباخ
35	0,866

الجدول رقم(04): يبين قيمة معامل الارتباط ألفا كر ونباخ لمقياس الاتزان الانفعالي

الرقم	العبرة	معامل الثبات	الصدق
01	أستطيع أن أسيطر على انفعالاتي أمام الآخرين.	0،857	0،925
02	أشعر دائما بالهدوء الداخلي.	0،862	0،928
03	أشعر بداخلي كثيرا من الصراعات.	0،861	0،927
04	أعتقد أنني لست سعيد الحظ.	0،863	0،928
05	أنا غير مسؤول عما يحدث لي.	0،861	0،927
06	أشعر كثيرا بالمعاناة في حياتي.	0،853	0،923
07	أقبل النقد حتى ولو كان في غير محله.	0،857	0،925
08	أقبل آراء الآخرين حتى ولو اعتقد أنهم أقل مني.	0،859	0،926
09	نادرا ما أكون فخورا بهما حققت من أشياء.	0،854	0،924
10	أجد خجلا عندما أتحدث أمام الآخرين.	0،866	0،930
11	لا أجد صعوبة في التعبير عما أشعر به.	0،867	0،931
12	أنا حساس جدا في سخريه وتهكم الآخرين.	0،860	0،927
13	أشعر أن اهتماماتي تتغير بسرعة.	0،862	0،928
14	أفكر كثيرا قبل القدوم على عمل ما.	0،868	0،931
15	لا أتردد كثيرا عند اتخاذ قرار ما.	0،857	0،925
16	لا بد من تنفيذ القوانين بحذافيرها.	0،852	0،923
17	إيماني بقضية ما تجعلني أقاتل في سبيلها.	0،866	0،930
18	اغتاظ جدا ممن يعارضني في الرأي.	0،870	0،932
19	غرفتي في المنزل منظمة جدا.	0،868	0،931
20	اعتقد أنني محبوب جدا من زملائي.	0،857	0،925
21	يضايقني جدا اللوم والعتاب حتى لو استحقه.	0،859	0،926
22	أشعر كثيرا بتأنيب الضمير.	0،866	0،930
23	لا نزعج كثيرا بالأخبار المؤلم	0،861	0،927
24	يمكنني أن أتغاضى بسهولة عن أخطاء الآخرين	0،871	0،933
25	العفو والصفح من شيم الضعفاء.	0،867	0،931
26	أشعر كثيرا بالخوف والرهبة من المواقف الجديدة.	0،871	0،933

0,925	0,856	الحلول الوسيطة للمشكلات غير مجدية.	27
0,928	0,862	خاصمني كثيرا من الأصدقاء.	28
0,925	0,856	أنا الذي ابدأ غالبا بمصالحة من خاصمني.	29
0,926	0,858	أرى أنني أستطيع المرونة والتكيف مع المشكلات الحياتية.	30
0,933	0,871	أقضي كثيرا من اللحظات في سعادة.	31
0,932	0,869	أعتقد أن كل يوم جديد يحمل لي مفاجأة سعيدة.	32
0,931	0,867	ما بقي من عمري سوف يكون أكثر سعادة.	33
0,932	0,869	يستطيع الإنسان أن يتغلب على المصاعب مهما كانت.	34
0,927	0,861	لو ما يكن الانتحار حراما لفكرت فيه جديا.	35

الجدول رقم (05): يبين معامل الثبات بطريقة ألفا كر ونباخ لكل عبارة.

من خلال الجدول رقم (05) الذي يبين معامل الثبات لمقياس الاتزان الانفعالي بطريقة ألفا كر ونباخ لكل عبارة والذي يتراوح بين (0,923) و(0,933)، وهو معامل ثبات مقبول، وكانت نتائجه كالتالي:

ففي العبارة الأولى معامل الثبات هو (0,857) ، وفي العبارة الثانية معامل الثبات هو (0,862) ، والعبارة الثالثة معامل الثبات هو (0,861) ، والعبارة الرابعة معامل الثبات هو (0,863) ، والعبارة الخامسة معامل الثبات هو (0,861) ، والعبارة السادسة معامل الثبات هو (0,853) ، والعبارة السابعة معامل الثبات هو (0,857) ، والعبارة الثامنة معامل الثبات هو (0,859) ، والعبارة التاسعة معامل الثبات هو (0,854) ، والعبارة العاشرة معامل الثبات هو (0,866) ، والعبارة الحادية عشر معامل الثبات هو (0,867) ، وعبارة الثانية عشر معامل الثبات هو (0,860) ، و العبارة الثالثة عشر معامل الثبات هو (0,862) ، والعبارة الرابعة عشر معامل الثبات هو (0,868) ، و العبارة الخامسة عشر معامل الثبات هو (0,857) ، و العبارة السادسة عشر معامل الثبات هو (0,852) ، والعبارة السابعة عشر معامل الثبات هو (0,866) ، و العبارة الثامنة عشر معامل الثبات هو (0,870) ، و العبارة التاسعة عشر معامل الثبات هو (0,868) ، و العبارة العشرون معامل الثبات هو (0,857) ، و العبارة الواحد والعشرون معامل الثبات هو (0,859) ، و العبارة الثانية والعشرون معامل الثبات هو (0,866) ، و العبارة الثالثة والعشرون معامل الثبات هو (0,861) ، والعبارة الرابعة والعشرون معامل الثبات هو (0,871) ، والعبارة الخامسة والعشرون معامل الثبات

هو (0,867) ، و العبارة السادسة والعشرون معامل الثبات هو (0,871) ، والعبارة السابعة والعشرون معامل الثبات هو (0,856) ، والعبارة الثامنة والعشرون معامل الثبات هو (0,862) ، و العبارة التاسعة والعشرون معامل الثبات هو (0,856) ، والعبارة الثلاثون معامل الثبات هو (0,858) ، و العبارة الواحد والثلاثون معامل الثبات هو (0,871) ، و العبارة الثانية والثلاثون معامل الثبات هو (0,869) ، و العبارة الثالثة والثلاثون معامل الثبات هو (0,867) ، و العبارة الرابعة والثلاثون معامل الثبات هو (0,869) ، و العبارة الخامسة والثلاثون معامل الثبات هو (0,861) .

مقياس تقدير الذات:

عدد العبارات	الفا كرو نباخ
25	0,535

الجدول رقم (06): يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس تقدير الذات.

الرقم	العبارة	معامل الثبات	الصدق
01	لا تضايقتني الأشياء عادة	0,609	0,780
02	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس	0,413	0,642
03	أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي	0,532	0,729
04	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي	0,644	0,802
05	يسعد الآخرون بوجودهم معي	0,538	0,733
06	أتضايق بسرعة في المنزل	0,458	0,676

07	أحتاج لوقت طويل لكي أعتاد على الأشياء الجميلة	0،517	0،719
08	أنا محبوب بين أشخاص من نفس سني	0،526	0،725
09	تراعي عائلتي مشاعري عادة	0،567	0،752
10	استسلم بسهولة	0،529	0،727
11	تتوقع عائلتي مني الكثير	0،515	0،717
12	من الصعب جدا أن أظل منا أنا	0،490	0،7
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي	0،432	0،657
14	يتبع الناس أفكاري عادة	0،563	0،750
15	لا أقدر نفسي حق قدرها	0،438	0،661
16	أود كثيرا لو أترك المنزل	0،481	0،693
17	أشعر الضيق من دراستي حالة	0،565	0،751
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس	0،496	0،704
19	إذا كان عندي شيء فأقوله عادة	0،528	0،726
20	تفهمني عائلتي	0،580	0،761
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني	0،541	0،735

0,702	0,493	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء	22
0,725	0,527	لا ألقى تشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال	23
0,656	0,431	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر	24
0,746	0,558	لا يمكن للأخريين الاعتماد علي	25

الجدول رقم (07): يبين معامل الثبات بطريقة ألفا كر ونباخ لكل عبارة.

من خلال الجدول رقم (07) الذي يبين معامل الثبات لمقياس تقدير الذات بطريقة ألفا كر ونباخ لكل عبارة والذي تتراوح بين (0,802) و(0,642)، وهو معامل ثبات مقبول، وكانت نتائجه كالتالي:

ففي العبارة الأولى معامل الثبات هو (0,609)، والعبارة الثانية معامل الثبات هو (0,413)، و العبارة الثالثة معامل الثبات هو (0,532)، و العبارة الرابعة معامل الثبات هو (0,644)، و العبارة الخامسة معامل الثبات هو (0,538)، و العبارة السادسة معامل الثبات هو (0,458)، و العبارة السابعة معامل الثبات هو (0,517)، و العبارة الثامنة معامل الثبات هو (0,526)، و العبارة التاسعة معامل الثبات هو (0,567)، و العبارة العاشرة معامل الثبات هو (0,529)، و العبارة الواحد والعشر معامل الثبات هو (0,515)، و العبارة الثانية والعشر معامل الثبات هو (0,490)، و العبارة الثالثة والعشر معامل الثبات هو (0,432)، و العبارة الرابعة والعشر معامل الثبات هو (0,563)، و العبارة الخامسة عشر معامل الثبات هو (0,438)، و العبارة السادسة عشر معامل الثبات هو (0,481)، و العبارة السابعة عشر معامل الثبات هو (0,565)، و العبارة الثامنة عشر معامل الثبات هو (0,496)، و العبارة التاسعة عشر معامل الثبات هو (0,528)، و العبارة العشرون معامل الثبات هو (0,580)، و العبارة الواحد والعشرون معامل الثبات هو (0,541)، و العبارة الثانية والعشرون معامل الثبات هو (0,493)، و العبارة الثالثة والعشرون معامل الثبات هو (0,527)، و العبارة الرابعة والعشرون معامل الثبات هو (0,431)، و العبارة الخامسة والعشرون معامل الثبات هو (0,558).

2- الطريقة الثانية:

التجزئة النصفية:

للتحقق من ثبات مقياس الاتزان الانفعالي وتقدير الذات، تم الاعتماد على طريقة الثانية وهي طريقة سيبرمان براون.

وقد تم تجزئة المقياس إلى قسمين، الأول يحتوي على بنود ذات أرقام فردية، والثاني يحتوي على بنود ذات أرقام زوجية، وتم الحساب معامل الارتباط بين الجزئين (نصفين) ومن ثم تصحيحه بمعامل سيبرمان براون، وقد كانت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

تصحيحه بمعامل سيبرمان براون، وقد كانت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

المقياس	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح معامل الارتباط بمعادلة سيبرمان براون	عدد أفراد العينة
الاتزان الانفعالي	0،880	0،936	20
تقدير الذات	0،362	0،531	20

الجدول رقم (08): يبين قيمة معامل سيبرمان براون للمقياسين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات.

من خلال نتائج الجدول يتضح أن: في المقياس الاتزان الانفعالي جاء معامل الارتباط قبل التصحيح (0،880) وبعد تصحيحه بمعامل سيبرمان براون جاء معامل الثبات يساوي (0،936)، أما بالنسبة لتقدير الذات جاء معامل الارتباط قبل التصحيح (0،362) وبعد تصحيحه بمعامل سيبرمان براون جاء معامل الثبات يساوي (0،531).

وهذا يؤكد ثبات مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس تقدير الذات وما يسمح لنا بتطبيقه على دراستنا الأساسية.

ثانياً: الصدق.

صدق الذاتي:

الصدق الذاتي يتم من استخدامه من خلال الاعتماد على معامل الثبات للدراسة الحالية فهو يساوي الجذر التربيعي له، حيث كان يتراوح صدق مقياس الاتزان الانفعالي بطريقة

ألفا كرو نباخ لكل عبارة والذي يتراوح بين (0،871) و (0،852)، أما مقياس تقدير الذات حيث يتراوح بين (0،644) و(0،413).

الصدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات.

صدق مقياس الاتزان الانفعالي بالنسبة لكل عبارة:

حسب ما جاء في الجدول رقم () فإن معامل الصدق في العبارة الأولى معامل الصدق هو (0،925) ، وفي العبارة الثانية معامل الصدق هو (0،9،28) ، والعبارة الثالثة معامل الصدق هو (0،927) ، والعبارة الرابعة معامل الصدق هو (0،928) ، والعبارة الخامسة معامل الصدق هو (0،9،27) ، والعبارة السادسة معامل الصدق هو (0،923) ، والعبارة السابعة معامل الصدق هو (0،9،25) ، والعبارة الثامنة معامل الصدق هو (0،926) ، والعبارة التاسعة معامل الصدق هو (0،924) ، والعبارة العاشرة معامل الصدق هو (0،930) ، والعبارة الحادية عشر معامل الصدق هو (0،931) ، وعبارة الثانية عشر معامل الصدق هو (0،927) ، و العبارة الثالثة عشر معامل الصدق هو (0،928) ، والعبارة الرابعة عشر معامل الصدق هو (0،931) ، و العبارة الخامسة عشر معامل الصدق هو (0،925) ، و العبارة السادسة عشر معامل الصدق هو (0،923) ، والعبارة السابعة عشر معامل الصدق هو (0،930) ، و العبارة الثامنة عشر معامل الصدق هو (0،932) ، و العبارة التاسعة عشر معامل الصدق هو (0،931) ، و العبارة العشرون معامل الصدق هو (0،925) ، و العبارة الواحد والعشرون معامل الصدق هو (0،926) ، و العبارة الثانية والعشرون معامل الصدق هو (0،930) ، و العبارة الثالثة والعشرون معامل الصدق هو (0،927) ، والعبارة الرابعة والعشرون معامل الصدق هو (0،933) ، والعبارة الخامسة والعشرون معامل الصدق هو (0،931) ، و العبارة السادسة والعشرون معامل الصدق هو (0،933) ، والعبارة السابعة والعشرون معامل الصدق هو (0،925) ، والعبارة الثامنة والعشرون معامل الصدق هو (0،928) ، و العبارة التاسعة والعشرون معامل الصدق هو (0،925) ، والعبارة الثلاثون معامل الصدق هو (0،926) ، و العبارة الواحد والثلاثون معامل الصدق هو (0،933) ، و العبارة الثانية والثلاثون معامل الصدق هو (0،932) ، و العبارة الثالثة والثلاثون معامل الصدق هو (0،931) ، و العبارة الرابعة والثلاثون معامل الصدق هو (0،932) ، و العبارة الخامسة والثلاثون معامل الصدق هو (0،927) .

صدق مقياس تقدير الذات بالنسبة لكل عبارة:

حسب ما جاء في الجدول السابق رقم () فإن معامل الصدق في العبارة الأولى هو (0,780) ،
والعبارة الثانية معامل الصدق هو (0,642) ، و العبارة الثالثة معامل الصدق هو (0,729) ،
و العبارة الرابعة معامل الصدق هو (0,802) ، و العبارة الخامسة معامل الصدق هو ()
0,733) ، و العبارة السادسة معامل الصدق هو (0,676) ، و العبارة السابعة معامل الصدق
هو (0,719) ، و العبارة الثامنة معامل الصدق هو (0,725) ، و العبارة التاسعة معامل
الصدق هو (0,752) ، و العبارة العاشرة معامل الصدق هو (0,727) ، و العبارة الواحد
والعشر معامل الصدق هو (0,717) ، و العبارة الثانية والعشر معامل الصدق هو (0,7) ،
و العبارة الثالثة والعشر معامل الصدق هو (0,657) ، و العبارة الرابعة والعشر معامل الصدق
هو (0,750) ، و العبارة الخامسة عشر معامل الصدق هو (0,661) ، و العبارة السادسة
عشر معامل الصدق هو (0,693) ، و العبارة السابعة عشر معامل الصدق هو (0,751) ، و
العبارة الثامنة عشر معامل الصدق هو (0,704) ، و العبارة التاسعة عشر معامل الصدق هو
(0,726) ، و العبارة العشرون معامل الصدق هو (0,761) ، و العبارة الواحد والعشرون
معامل الصدق هو (0,735) ، و العبارة الثانية والعشرون معامل الصدق هو (0,702) ، و
العبارة الثالثة والعشرون معامل الصدق هو (0,725) ، و العبارة الرابعة والعشرون معامل
الصدق هو (0,656) ، و العبارة الخامسة والعشرون معامل الصدق هو (0,746) .

6-حدود الدراسة:

الحدود المكانية: تم إجراء هذه الدراسة بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

الحدود الزمانية: تم إجراء هذه الدراسة الميدانية في فترة الممتدة 05 فيفري إلى 5 مارس
2024.

الحدود البشرية: تم الاعتماد على 70 طالب وطالبة من جامعة محمد بوضياف بمسيلة.

7-الأساليب الإحصائية المستخدمة:

معامل ألفا كرو نباخ:

يعتبر معامل ألفا كرو نباخ من المؤشرات التي تدل على الاتساق الداخلي لمقياس أو
اختبار ما إذ أن تقديرات الاتساق الداخلي لأي مقياس أو اختبار هي فعلا معاملات تجانس

لفقرات الاختبار أو المقياس، أو أنها تعكس فعلا مدى ارتباط الاستجابات (الإجابات) على الفقرة الواحدة مع درجة الاختبار الكلية.

التجزئة النصفية:

يقوم هذا المقياس على التجزئة أسئلة المقياس إلى نصفين بشرط أن يكون كل نصف مماثل في أسئلته للنصف الآخر ويعرف هذا القياس بمقياس معامل الثبات الداخلي.

معامل الارتباط سييرمان براون:

يرمز لهذا المعامل ب R وهو يعد أحد المؤشرات الاحصائية لدراسة قوة واتجاه العلاقة بين متغيرين كميين (XY) أحدها مستقل والثاني تابع، وقيمة هذا المعامل تتراوح بين (0 و1).

اختبار كولموغوروف: Kolmogorov-Smirnov test

اختبار إحصائي يقارن توزيع المجتمع الإحصائي من خلال عينتين مستقلتين مأخوذتين من هذا المجتمع. ويمكن استخدامه لمقارنة أي توزيع المشاهد، ويسمى في بعض الأحيان حسن المطابقة.

المنحنى البياني:

عبارة عن خط يرسم من أجل إبراز الظاهرة المراد تمثيلها إحصائيا ويتفاوت صعودا ونزولا حسب أرقام الجدول.

الفصل الخامس

تحليل ومناقشة النتائج

- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى.
- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية.
- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.
- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الرابعة.
- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة.

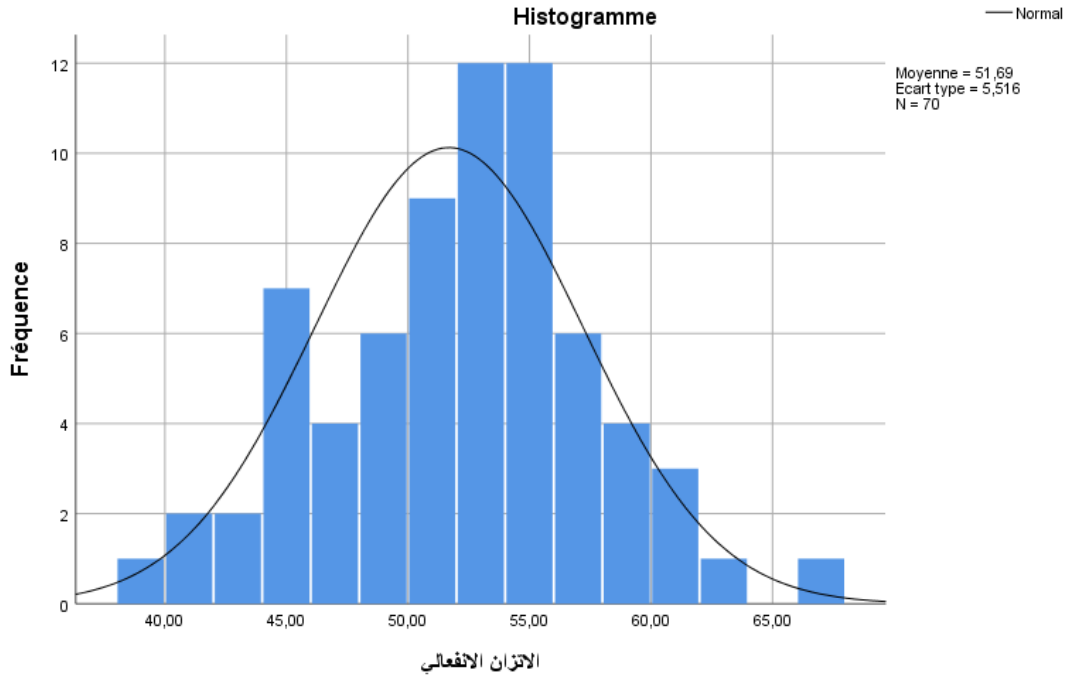
عرض نتائج الدراسة الأساسية:

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة ويجب أولاً التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرين محل الدراسة الحالية والمتمثلين في (الاتزان الانفعالي – متغير تقدير الذات)، والجدول التالي يوضح ذلك:

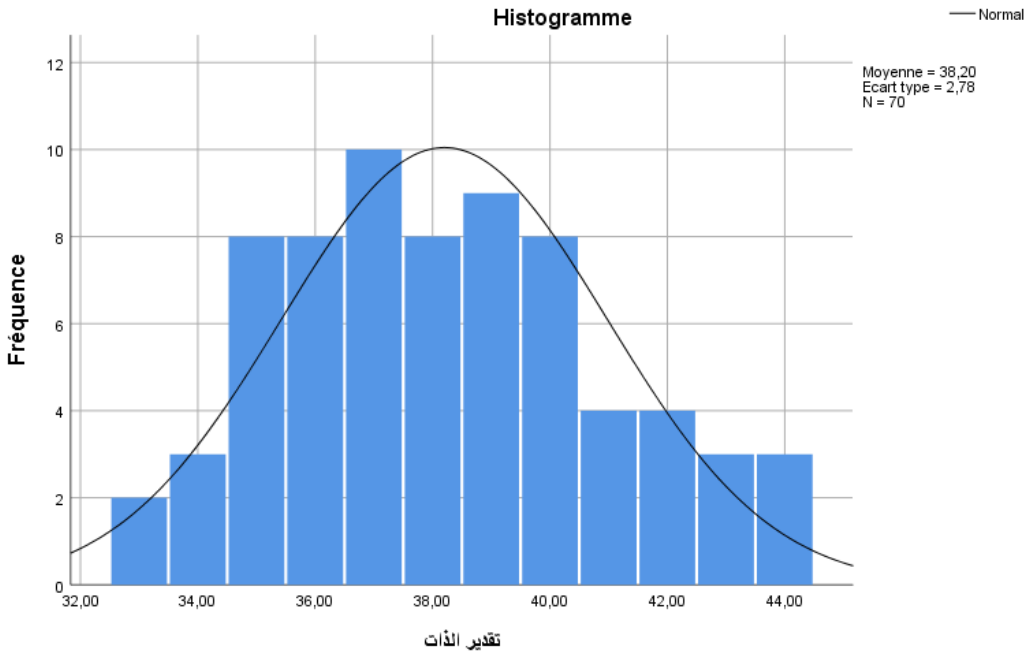
جدول رقم (09) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرين محل الدراسة

القرار	Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov ^a			المتغيرين
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	
غير دال	0,586	70	0,985	0,060	70	0,108	الاتزان الانفعالي
غير دال	0,080	70	0,969	0,136	70	0,110	تقدير الذات

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم الاختبارين كوبر سميث و عادل محمد محمود العدل " أن كل القيم بالنسبة للمتغيرين محل الدراسة وهما متغير الاتزان الانفعالي – متغير تقدير الذات ، جاءت غير دال عند مستوى الدلالة ألفا (0,05) بالنسبة لمتغير الاتزان الانفعالي مما يدل على أن بيانات المتغير تتوزع توزيعاً طبيعياً ، أما بالنسبة لمتغير تقدير الذات فإن كل من قيمتي الاختبارين جاءت دالة احصائياً مما يدل على أن بيانات المتغير لا تتوزع طبيعياً ، وبما أن المتغير المستقل يتوزع توزيعاً طبيعياً فإن كل الأساليب الإحصائية التي سوف تستخدم للتحقق من فرضيات الدراسة الحالية هي أساليب إحصائية بارامترية . كما هو موضح في الشكلين التاليين:



شكل رقم (01) يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات متغير الاذن الانفعالي



شكل رقم (02) يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات متغير تقدير الذات

-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا. وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الطالبتان معامل ارتباط بيرسون Pearsons للكشف عن قيم معامل الارتباط بين المتغيرين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

الذات العامة		
0,322**	معامل الارتباط	الاتزان الانفعالي
0,007	مستوى الدلالة	
70	حجم العينة	
.**La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).		

جدول رقم (10) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة سنة الثانية أرتوفونيا

من خلال النتائج المعروضة في الجدول أعلاه يتبين أنه توجد علاقة ارتباطية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي وهذا ما اثبتته نتائج عينة الدراسة حيث كانت قيمة معامل الارتباط (**0,322) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,01$)، ما يثبت وجود علاقة ارتباطية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي هو العلاقة الطردية بين المتغيرين أي كلما زادت درجة الاتزان الانفعالي زاد مستوى الذات العامة ، وعليه نستنتج تحقق الفرضية الجزئية الأولى والتي نصت على أنه : "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا".

2-الفرضية الجزئية الثانية: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الطالبتان معامل ارتباط بيرسون Pearsons للكشف عن قيم معامل الارتباط بين المتغيرين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

الذات الاجتماعية		
0,008-	معامل الارتباط	الاتزان الانفعالي
0,94	مستوى الدلالة	
70	حجم العينة	
رقم		
*La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).		

الجدول

(11): يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين الذات الاجتماعية

من خلال الجدول رقم (11) يتضح لنا أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الاتزان الانفعالي والذات الاجتماعية، وهذا ما توضحه قيمة معامل الارتباط حيث كانت قيمة هذا الأخير تساوي (0,008) وهو غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,01$)، وهذا ما يثبت ويؤكد عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات وهذا دلالة على عدم تحقق الفرضية الجزئية الثانية ، إذا كنا نرفض الفرضية البديلة ، فإننا نقبل الفرضية الصفرية التي تقول لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الاتزان الانفعالي والذات الاجتماعية لدى عينة الدراسة . وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية الثانية والتي نصت على: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا "

3-الفرضية الجزئية الثالثة: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات المنزل والوالدين لدى طلبة سنة الثانية أرطوفونيا ، وللتحقق من صحة أو فرض هذه الفرضية استخدمنا معامل ارتباط بيرسون Pearson للكشف عن قيم معامل الارتباط بين المتغيرين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

ذات المنزل والوالدين		
0,289*	معامل الارتباط	الاتزان الانفعالي
0,015	مستوى الدلالة	
70	حجم العينة	
رقم		
*La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).		

الجدول رقم (12) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي.

من خلال الجدول رقم (12) يتضح لنا أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي ، وهذا ما توضحه قيمة معامل الارتباط حيث بلغت قيمة الاخير تساوي (0,289*) وهي قيمة موجبة ولكن ضعيفة ، ومستوى الدلالة (0,015) وهو دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) وهذا ما يثبت ويؤكد وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي وهذا دلالة على تحقق الفرضية الجزئية الثالثة ، وهذا راجع إلى العلاقة الطردية بين كل من الذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي ، اي كلما زاد مستوى الذات المنزل والوالدين زاد مستوى الاتزان الانفعالي ، وعليه نستنتج تحقق الفرضية الجزئية الثالثة والتي نصت على : " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي لدى طلبة سنة ثانية أرتوفونيا .

- **الفرضية الجزئية الرابعة:** توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين ذات العمل أو المدرسة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمنا معامل ارتباط ب بيرسون pearson للكشف عن قيم معامل الارتباط بين المتغيرين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

ذات العمل أو المدرسة		
0,276*	معامل الارتباط	الاتزان الانفعالي
0,021	مستوى الدلالة	
70	حجم العينة	
*La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).		

الجدول رقم (13): يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين ذات العمل أو المدرسة والاتزان الانفعالي.

من خلال الجدول رقم (13) يتضح لنا أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين ذات العمل أو المدرسة والاتزان الانفعالي ، وهذا ما توضحه قيمة معامل الارتباط حيث كانت قيمة هذا الأخير تساوي (0,276*) وهي قيمة موجبة ولكن ضعيفة ، ومستوى الدلالة (0,021)

وهو دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) ، وهذا ما يثبت ويؤكد وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين ذات العمل أو المدرسة و الاتزان الانفعالي وهذا دلالة على تحقق الفرضية الجزئية الرابعة ، وهذا راجع إلى العلاقة الطردية بين كل من ذات العمل أو المدرسة و الاتزان الانفعالي ، أي كلما زاد مستوى ذات العمل أو المدرسة زاد مستوى الاتزان الانفعالي ، وعليه نستنتج تحقق الفرضية الجزئية الرابعة والتي نصت على : " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين ذات العمل أو المدرسة و الاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرطوفونيا "

عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات و الاتزان الانفعالي لدى طلبة سنة ثانية أرطوفونيا .

تقدير الذات		
0,426 .**	معامل الارتباط	الاتزان الانفعالي
0,000	مستوى الدلالة	
70	حجم العينة	
.**La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).		

الجدول رقم (14): يوضح مصفوفة معاملات الارتباط بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات.

وجود علاقة ارتباطية موجبة ومتوسطة دالة إحصائيا بين مستوى الاتزان الانفعالي وتقدير الذات) حيث بلغت قيم العلاقة على ($0,426^{**}$) ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,01$)، بمعنى كلما زاد مستوى الاتزان الانفعالي زاد معها مستوى تقدير الذات وهذا ما يوضح لنا وجود علاقة طردية بين المتغيرين وعليه نستنتج تحقق الفرضية العامة والتي نصت على: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات و الاتزان الانفعالي.

تفسير للفرضيات:

تفسير الفرضية الجزئية الأولى:

التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي والذات العامة.

فمن خلال الجدول رقم (10) يتضح أن الفرضية الجزئية الأولى ، قد تحققت والتي تنص على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وبعد الذات العامة ، التي تتمثل في قدرة الفرد على التعامل مع شعوره وانفعالاته بشكل صحيح ومتزن في العلاقات الاجتماعية والشخصية مع الآخرين ، فعندما تكون لنا ذات عامة قوية فإننا قادرون على فهم ومواجهة العواصف بشكل مناسب ، وبالتالي فإن الطلبة المتزنين انفعاليا يتمتعون بمفهوم ذات إيجابي ويمتلكون المقومات الشخصية التي تؤدي بهم إلى الاجتهاد والمثابرة من أجل تحقيق أهدافهم وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (Landau 2004) عن وجود علاقة بين الاتزان الانفعالي ومفهوم الذات ، هذا يعني وجود علاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لبعد الذات العامة علاقة موجبة دالة إحصائياً .

تفسير الفرضية الجزئية الثانية:

التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي والذات الاجتماعية.

فمن خلال الجدول رقم (11) يتضح أن الفرضية الجزئية الثانية، لم تتحقق والتي تقر بأنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي ولبعد الذات الاجتماعية، حيث يكون الفرد المتزن هو الفرد الغير متوافق اجتماعياً وهته النتيجة اختلفت مع نظرية زيلر التي تقول إنه لا يمكن أن يتم تقدير الذات إلا بالرجوع إلى قوانين الواقع الاجتماعي الذي ينشأ فيه الفرد بقوله إن تقدير الذات يمثل حلقة وصل بين الذات والعالم الواقعي أو الاجتماعي.

تفسير الفرضية الجزئية الثالثة:

التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وبعد ذات المنزل والوالدين فمن خلال الجدول رقم (12) يتضح أن الفرضية الجزئية الثالثة ، قد تحققت والتي تقر على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لبعد ذات المنزل والوالدين ، إذ تعتبر الأسرة هي النواة الرئيسية والأساسية في المجتمع ككل وبالخصوص الطالب لأنها يستمد منها كل تصرفاته وتفكيره وتفاعلاته مع الآخرين والمحيط الخارجي ، لذا الأسرة والوالدين لهم دور مهم في تنشئة الطفل وتكوينه حتى يصبح طالب ناجح ، من ، متزن ، متوافق ، فهي التي تشكل شخصية الطالب وتساعد على تحقق توازنه الانفعالي فإذا كانت الأسرة سوية طبعاً سوف تنشئ شخص سوي وعكس ذلك إذا كانت الأسرة غير سوية فسوف تنشئ شخص فاشل عاجز عن التكيف ، وكما نذهب إلى سلوك الوالدين الغير المحبب للطفل واتجاهاتهم المضادة نحوه تشعره أنه طفل منبوذ غير محبب ويكون أقل طمأنينة واستقراراً لأي نشاط اجتماعي على توجهات سلوكيات الفرد بل تساعد على تكوين مفهوم ذات إيجابي عن نفسه فمفهوم الذات طبعاً ينشئ بالدرجة الأولى من خلال الأسرة وتدعيمه ، فكلما كان تقديرهم له عالي كلما كان متوافقاً ومتزناً مع نفسه ومع الآخرين .

وهذا ما تتفق عليه دراسة Barmola 2017 التي تهدف إلى التعرف على العلاقة الاتزان الانفعالي وعلاقته بين الآباء والأبنائهم، إذ توصلت النتائج إلى تدنى مستوى الاتزان الانفعالي لديهم، بالإضافة إلى وجود علاقة إيجابية بين الاتزان الانفعالي وعلاقة التي تتسم بالدفء بين الآباء والأبنائهم.

واختلفت دراستنا عن دراسة الغذائي التي تهدف إلى التعرف عن مستوى المعاملة الوالدية والاتزان الانفعالي لدى الأطفال المضطربين كلاميا بمحافظة مسقط، والتعرف على مدى العلاقة بين الأساليب الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالاتزان الانفعالي، إذ توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ضعيفة ذات دلالة احصائية بين أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وبين الاتزان الانفعالي.

_ تفسير الفرضية الجزئية الرابعة:

التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وبعد ذات العمل أو المدرسة.

فمن خلال الجدول رقم (13) يتضح أن الفرضية الرابعة قد تحققت والتي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وبعد ذات العمل أو المدرسة ، إذ تعتبر المدرسة لها دور كبير في تأثيرها على تقدير الطالب لذاته كما أنها تعطي تصور مبدئي وذلك من خلال علاقته مع الأصدقاء والأساتذة والعمل ، هنا يتكون له مفهوم تقدير الذات صورة التي يتفاعل معها والتي اكتسبها مع ذاته والآخرين وكل هذا راجع للمثيرات داخل العمل أو المدرسة أي أن كلما كان الطالب الذي يعطي وجهة نظر أقرب كلما كان تأثير رأيه عليه أكبر وذلك لمدى وشدة العلاقة بينهما أي أن كلما كان تقدير الآخرين للفرد أكبر كلما ازدادت ثقته بنفسه خاصة الأشخاص الذين يحظون باهتمام بالغ في الحياة وخاصة جانب العمل والمدرسة ، لأن الطالب كلما اهتم به الآخرين في مجال العمل والمدرسة ، كلما كان بحاجة أكثر وأكبر وذلك من خلال إحرازه وتقدمه في عملية التعليم والمعدل الذي تحصل عليه الطالب ، يتطور لديه تقدير الذات ويكون تقديره إيجابيا ن وهذا ما أشارت إليه دراسة (Frances ,Bose Makinw 2014) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الاتزان الانفعالي والأداء الدراسي حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الاتزان الانفعالي والأداء المدرسي لدلى عينة الدراسة ، أكدت النتائج أن مستوى الأداء الدراسي للفرد يتأثر بمدى اتزانه انفعاليا ومدى توافقه اجتماعيا .

ونجد أيضا دراسة شوكت (2000) هدفت إلى التعرف عن العلاقة بين التوافق الدراسي والاتزان الانفعالي، والكفاية الشخصية لدى الطالبات الجامعة، حيث أظهرت النتائج بأنها توجد علاقة بين التوافق الدراسي والثبات الانفعالي حيث اختفت مع دراستنا من ناحية المتغيرات بأنه توجد فروق من ناحية التخصص والعمر، ومكان السكن والتوافق الدراسي.

تفسير الفرضية العامة:

التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات. فمن خلال الجدول رقم (14) الذي يتضح أن الفرضية العامة قد تحققت والتي تنص على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات ويرجع ذلك إلى نظرة الفرد لنفسه بطريقة ما فالبعض يرون أنفسهم أقل من الآخرين وتعاملهم معهم وتعايشهم ، وبالتالي ينعكس ذلك على إقبالهم نحو أنفسهم ونحو غيرهم من الناس ، والبعض الآخر يقدرون أنفسهم حق قدرها وبالتالي ينعكس ذلك على مدى إقبالهم على أنفسهم وتصرفاتهم فنجدهم هم الأكثر توافقاً واتزاناً وينتج عن هذه النظرة والتصرفات والسلوكيات والثقة التي يمتلكونها أن كلما كان الطالب أكثر توافقاً مع نفسه ومع الآخرين كلما كان أكثر اتزاناً ، وهذا ما أثبتته دراسة ليونك التي تنص بأن الطلبة ذوي الدرجة العالية في تقدير الذات هم أعلى في نضجهم الانفعالي من الطلبة ذوي التقدير المنخفض في تقدير الذات ، ونجد أيضاً دراسة لينج (1981) بعنوان العلاقة بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة ، وتوصلت إلى وجود علاقة موجبة بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي بمعنى أن الطلبة ذوي الدرجات العالية في تقدير الذات أعلى اتزاناً من الطلبة ذوي تقدير المنخفض في تقدير الذات ، وهذا ما يتفق مع دراستنا الحالية فكلما زاد الاتزان الانفعالي زاد تقدير الذات وبصورة عامة تشير الدراسات إلى أن الاتزان الانفعالي يلعب دوراً مهماً في تحسين تقدير الذات والثقة بالنفس لدى الطلاب ، مما يعزز قدرتهم على التفوق بين الاقران والتعامل بفعالية مع التحديات والصعوبات التي قد تواجههم في مرحلة الدراسة .

استنتاج عام: التوصل إلى النتائج التالية:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات العامة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات المنزل والوالدين والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين ذات العمل أو المدرسة والاتزان الانفعالي لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا.

المقترحات:

استكمالاً للبحث الحالي نقترح بعض إجراء البحوث الآتية:

_ إجراء المزيد من البحوث والدراسات تتناول فعالية برامج تهدف إلى تنمية الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

_ عقد ندوات ومحاضرات تثقيفية لطلبة وأسرهم حول العوامل المؤثرة في الاتزان الانفعالي وتقدير الذات وكيفية التعامل معهم.

_ توجيه المراكز النفسية على عقد اجتماعات مع الطلبة بشكل دوري يهدف إلى استبدال الطلبة للنظرة التشاؤمية والسلبية بنظرة إيجابية وتفاؤلية، ومحاولة مساعدتهم على رفع تقديرهم لذاتهم، وتعريفهم بأهمية تخصصاتهم في بناء الوطن.


_ إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول الاتزان الانفعالي وتقدير الذات وعلاقتهم بالمتغيرات الأخرى مثل الرضا عن الحياة، واتخاذ القرار....



خاتمة

خاتمة:

إن الاتزان الانفعالي يلعب دوراً هاماً في تقدير الذات لدى الأفراد، فعندما يتمكن الشخص من إدارة مشاعره بشكل صحيح والتحكم في ردود أفعاله يجد نفسه قادراً على تحسين تقديره لذاته هذا لأن الشخص المتزن يكون قادراً على التفكير بشكل واقعي وموضوعي حول نفسه وقدراته وبالتالي يشعر بالاعتزاز بنفسه وقدرته على التعامل مع الصعوبات والتحديات بشكل فعال ويمكن أيضاً أن يساعد الأفراد في بناء علاقات صحية الإيجابية مع الآخرين حيث يستطيعون التفاعل بشكل هادئ ومتزن دون أن ينفجر بالغضب أو الانفعال، مما يعزز تقديره لذاته ويساهم في بناء شخصيته بشكل إيجابي وهذا ما تشير إليه نتائج الدراسة أن الطلاب الذين يتمتعون بمستوى عالي من الاتزان الانفعالي يظهرون مستوى أعلى من الثقة بأنفسهم وبالتالي نجد أن الاتزان الانفعالي له أهمية كبيرة في تقدير الذات حيث يمكن للشخص الذي يتمتع بهذه الصفة أن يعبر عن نفسه بشكل آمن وصحيح، ويتفاعل بشكل إيجابي مع الآخرين مما يساعد في بناء شخصيته وتعزيز ثقته بنفسه لذا يجب على الأفراد الاهتمام بتطوير وتعزيز مهاراتهم لذاتهم وتحقيق التوازن النفسي والعاطفي في حياتهم.



قائمة المراجع

قائمة المراجع:

أحمد محمد أحمد قمر مجذوب: (2022)، الجمود الفكري وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى شباب مدينة الدامر، مجلة دراسات نفسية وتربوية، العدد 01 (المجلد 38)، الدامر.

الزهرة بأعمر، وآخرون: (2018/2019). تقدير الذات والمرونة النفسية لدى المهاجرين غير الشرعيين الجزائري (الحراقة)، مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي في علم النفس العيادي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.

الشيبياني، نجية محمد بشير: (2022)، الاتزان الانفعالي وعلاقته باتخاذ القرار لدى طلبة جامعة بني وليد في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية.

إلهام بريونات، وزينب نعاسة: (2019/2020)، مستوى تقدير الذات لدى المراهقة الراسب في شهادة البكالوريا، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس المدرسي، جامعة 08 ماي 1945، قالمة، الجزائر.

الوناس أسمع: (2023/07 /05)، علاقة الاتزان الانفعالي والصلابة النفسية بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين، (المجلد 11) مجلة الأسرة والمجتمع، جامعة يحي فارس المدية،

أميمة مقران، وأسماء بوراس: (2022/2023)، تقدير الذات والتكيف الاجتماعي لدى المراهقات المعاقات بصريا، مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة كلية العلوم الاجتماعية والانسانية قسم علم النفس، الجزائر.

ايمان لوصفي: (2017/2018)، مستوى تقدير الذات لدى فئة تلاميذ ذوي صعوبات التعليم الكتابة، مذكرة لنيل شهادة ماستر في علوم التربية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.

بن علي مريم: (2017/2018)، فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي في تحسين مستوى الاتزان، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، الجزائر.

جبر الأسم إبراهيم: (2020)، تقدير الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى عينة من الطلبة المراهقين في مدارس مدينة رهط، رسالة لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل، فلسطين.

حدة قيطون: (2020/2021)، مستوى الاتزان الانفعالي لدى الراشد المصاب بالصرع، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.

حسين عبد الحميد عيسى: (2013)، الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة لدى أفراد شرطة المرور، رسالة لنيل درجة الماجستير في علم النفس، الجامعة الإسلامية، كلية التربية قسم علم النفس، فلسطين.

حكيمه باكينى، وسارة رمضانى: (2016/2017)، تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسى لدى المراهق الموهوب، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر فى علوم التربية، جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادى، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، الجزائر.

خليدة علوىسى: (2016/2017)، تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدوانى لدى الطفل الأصم، مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس فى علوم التربية تخصص علم النفس التربوى، جامعة محمد الصديق بن يحيى جيجل، الجزائر.

راضية شنىنى، وريان بوضياف: (2022/2021)، مستوى مساهمة تقدير الذات الطالب الجامعى نحو اختبار التخصص فى التكوين التوجيهى، مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة ماستر تخصص إرشاد وتوجيه، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.

رستم حواش، وخالد حسنى: (2021/2022)، المساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى المكفوفين. مذكرة لنيل شهادة الماستر فى علم النفس، جامعة غرداية، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، الجزائر.

زهيرة بوقزىوة: (2017/2018)، استراتيجيات التعلم المعتمدة من قبل طلبة الجامعة وعلاقتها بالتخصص. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر فى علوم التربية، جامعة محمد الصديق بن يحيى بجيجل، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر.

سليمان سعيد مبارك: (2008، 02 21)، الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى الطلبة المتميزين وأقرانهم العاديين، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، العدد 02.

شادي محمد أبو مصطفى: (2015)، الضغوط النفسية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ممرضى الطوارئ فى المستشفيات الحكومية، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير فى الصحة النفسية، جامعة الجامعة الإسلامية غزة، كلية التربية قسم علم النفس، فلسطين.

صفاء حويشى، ومنار زغبة: (2022/2023)، الوسواس القهرى وعلاقة بالأفكار اللاعقلانية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة كلية العلوم الاجتماعية والانسانية قسم علم النفس، الجزائر.

فاطمة حمزة، وأحلام حمزة: (2018)، تقدير الذات لدى المراهقين وعلاقته بالتحصيل الدراسى، العدد 01.

قيطون حدة: (2020/2021)، مستوى الاتزان الانفعالي لدى الراشد المصاب بالصرع، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة الجزائر، الجزائر.

مسعودة بلاغيث، والحاجة عائشة بكير: (2019 /2020)، الرضا عن الحياة وعلاقتها بتقدير الذات، مذكرة مقدمة لاستكمال معطيات نيل شهادة الماستر في علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة غرداية، الجزائر.

مسعودي زينب، غطاس أسماء: (2019/2020)، علاقة الاتزان الانفعالي بالضغط النفسية، جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، الجزائر.


مسعودي زينب، وأسماء غطاس: (2019/2020)، علاقة بين الاتزان الانفعالي بالضغط النفسية، جامعة الشهيد حمه بالوادي، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، الجزائر.

مم، مناف مفتاح عبد الرزاق الجبوري: (كانون الأول، 2014)، الاتزان الانفعالي وعلاقته بتوليد الحلول لدى طلبة الجامعة، مجلة 56.

نجية محمد بشير الشيباني، (2022)، الاتزان الانفعالي وعلاقته باتخاذ القرار لدى طلبة جامعة بن وليد في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الافريقية، للدراسات المتقدمة في العلوم الانسانية والاجتماعية، محاضرة، قسم علم النفس، كلية الأدب، جامعة بني وليد ليبيا. الجزائر.

نعيمة ميزاوي، ومسور رفيده: (2021/2022)، تقدير الذات لدى التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا والمدمجين في الأقسام العادية، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم التربية، جامعة مولود معمري تيزي وزو، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، تيزي وزو، الجزائر.

وفاء سيد محمد حسين، مهارات إدارة الوقت وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوي، مجلة من تخصصات ومستويات، كلية البنات، جامعة عين الشمس القاهرة



الملاحق

الملحق رقم (01):

مقياس الاتزان الانفعالي.

ستجد (بين) عبارة تمثل رأيك حول موضوع القياس، وهذه العبارات أراء قد تنطبق عليك وقد لا تنطبق عليك، فبرجاء قراءة كل عبارة بدقة ثم العلامة في الخانة "نعم" أو "لا". مع العلم أنه ليس هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فهي تعتبر رأيك الخاص.

الرقم	العبارة	نعم	لا
01	أستطيع أن أسيطر على انفعالاتي أمام الآخرين.		
02	أشعر دائما بالهدوء الداخلي.		
03	أشعر بداخلي كثيرا من الصراعات.		
04	أعتقد أنني لست سعيد الحظ.		
05	أنا غير مسؤول عما يحدث لي.		
06	أشعر كثيرا بالمعاناة في حياتي.		
08	أقبل أراء الآخرين حتى ولو اعتقد أنهم أقل مني.		
09	نادرا ما أكون فخورا بهما حققت من أشياء.		
10	أجد خجلا عندما أتحدث أمام الآخرين.		
11	لا أجد صعوبة في التعبير عما أشعر به.		
12	أنا حساس جدا في سخريه وتهكم الآخرين.		
13	أشعر أن اهتماماتي تتغير بسرعة.		
14	أفكر كثيرا قبل القدوم على عمل ما.		
15	لا أتردد كثيرا عند اتخاذ قرار ما.		
16	لا بد من تنفيذ القوانين بحذافيرها.		
17	إيماني بقضية ما تجعلني أقاتل في سبيلها.		
18	اغتاظ جدا ممن يعارضني في الرأي.		
19	غرفتي في المنزل منظمة جدا.		
20	اعتقد أنني محبوب جدا من زملائي.		
21	يضايقني جدا اللوم والعتاب حتى لو استحقه.		

الملاحق

22	أشعر كثيرا بتأنيب الضمير.
23	لا نزعج كثيرا بالأخبار المؤلمة.
24	يمكنني أن أتغاضى بسهولة عن أخطاء الآخرين.
25	العفو والصفح من شيم الضعفاء.
26	أشعر كثيرا بالخوف والرهبة من المواقف الجديدة.
27	الحلول الوسيطة للمشكلات غير مجدية.
28	خاصمني كثيرا من الأصدقاء.
29	أنا الذي ابدأ غالبا بمصالحة من خاصمني.
30	أرى أنني أستطيع المرونة والتكيف مع المشكلات الحياتية.
31	أقضي كثيرا من اللحظات في سعادة.
32	أعتقد أن كل يوم جديد يحمل لي مفاجأة سعيدة.
33	ما بقي من عمري سوف يكون أكثر سعادة.
34	يستطيع الإنسان أن يتغلب على المصاعب مهما كانت.
35	لو ما يكن الانتحار حراما لفكرت فيه جديا.

الملحق رقم (02):

المقياس تقدير الذات لكوبر سميث 1997

التعليمة المقياس: فيما يلي مجموعة من العبارات تتعلق بمشاعرك، إذا كانت العبارة تصف ما تشعر به فضع علامة (X) داخل المربع في خانة تنطبق، أما إذا كانت العبارة لا تصف ما تشعر به عادة فضع علامة (X) داخل خانة لا تنطبق، لا توجد إجابات صحيحة وإنما الحقيقة هي التي تعبر عن شعورها الحقيقي، إبدأ من بداية العبارة وضع علامتك على 25 عبارة.

الفقرة	العبارات	تنطبق	لا تنطبق
01	لا تضايقني الأشياء عادة		
02	أجد من الصعب على أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		
03	أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي		
04	لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي		
05	يسعد الآخرون بوجودهم معي		
06	أضايق بسرعة في المنزل		
07	أحتاج لوقت طويل لكي أعتاد على الأشياء الجميلة		
08	أنا محبوب بين أشخاص من نفس سني		
09	تراعي عائلتي مشاعري عادة		
10	استسلم بسهولة		
11	تتوقع عائلتي مني الكثير		
12	من الصعب جدا أن أظل منا أنا		
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي		

الملاحق

		14	يتبع الناس أفكارى عادة
		15	لا أقدر نفسي حق قدرها
		16	أود كثيرا لو أترك المنزل
		17	أشعر الضيق من دراستي حالة
		18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس
		19	إذا كان عندي شيء فأقوله عادة
		20	تفهمني عائلتي
		21	معظم الناس محبوبون أكثر مني
		22	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء
		23	لا ألقى تشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال
		24	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر
		25	لا يمكن للأخرين الاعتماد علي

الملاحق رقم (03):

الدراسة الاستطلاعية.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,866	35

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
VAR00001	50,7500	44,303	,577	,857
VAR00002	50,6500	45,503	,395	,862
VAR00003	50,6000	45,200	,449	,861
VAR00004	50,8000	45,853	,349	,863
VAR00005	50,7000	45,168	,443	,861
VAR00006	50,7500	43,145	,757	,853
VAR00007	50,8500	44,450	,582	,857
VAR00008	50,8000	44,695	,526	,859
VAR00009	50,6500	43,397	,718	,854
VAR00010	51,1500	48,029	,131	,866
VAR00011	50,9000	47,042	,189	,867
VAR00012	51,0500	45,839	,506	,860
VAR00013	51,1000	46,621	,421	,862
VAR00014	51,1500	48,555	-,039	,868
VAR00015	50,5000	44,474	,604	,857
VAR00016	50,6500	42,871	,801	,852
VAR00017	50,5500	46,682	,234	,866
VAR00018	50,7500	47,671	,078	,870
VAR00019	50,5000	47,421	,130	,868

VAR00020	50,8500	44,345	,598	,857
VAR00021	50,7500	44,724	,513	,859
VAR00022	50,9500	47,103	,194	,866
VAR00023	50,6500	45,292	,427	,861
VAR00024	50,6500	48,134	,013	,871
VAR00025	50,4000	47,621	,123	,867
VAR00026	50,5500	48,366	-,018	,871
VAR00027	50,6500	43,924	,636	,856
VAR00028	50,5000	45,842	,380	,862
VAR00029	50,6500	44,029	,619	,856
VAR00030	50,4000	44,989	,604	,858
VAR00031	50,4500	48,471	-,030	,871
VAR00032	50,4500	47,839	,073	,869
VAR00033	50,6000	46,989	,180	,867
VAR00034	50,5500	47,629	,091	,869
VAR00035	50,9000	45,463	,442	,861

RELIABILITY

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,795
		Nombre d'éléments	18 ^a
	Partie 2	Valeur	,669
		Nombre d'éléments	17 ^b
	Nombre total d'éléments		35
Corrélation entre les sous-échelles			,880
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,936
	Longueur inégale		,936
Coefficient de Guttman			,917

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,535	25

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
VAR00001	36,4500	10,261	-,373	,609
VAR00002	36,6000	7,095	,720	,413
VAR00003	36,1000	9,147	,086	,532
VAR00004	36,5500	11,103	-,600	,644
VAR00005	36,1000	9,253	,008	,538
VAR00006	36,5000	7,632	,504	,458
VAR00007	36,8500	8,661	,200	,517
VAR00008	36,1000	9,042	,164	,526
VAR00009	36,3000	9,484	-,135	,567
VAR00010	36,9500	8,997	,120	,529
VAR00011	36,1500	8,766	,248	,515
VAR00012	36,7000	8,116	,344	,490
VAR00013	36,5500	7,313	,626	,432
VAR00014	36,2000	9,537	-,158	,563
VAR00015	36,6500	7,397	,608	,438
VAR00016	36,8000	8,063	,417	,481
VAR00017	36,5000	9,316	-,084	,565
VAR00018	36,9500	8,471	,417	,496
VAR00019	36,2500	8,829	,129	,528
VAR00020	36,4500	9,629	-,182	,580
VAR00021	36,8000	9,011	,039	,541
VAR00022	36,4000	8,147	,332	,493
VAR00023	36,7500	8,724	,133	,527
VAR00024	36,6000	7,305	,633	,431
VAR00025	36,9500	9,524	-,161	,558

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,144
		Nombre d'éléments	13 ^a

	Partie 2	Valeur	,492
		Nombre d'éléments	12 ^b
		Nombre total d'éléments	25
Corrélation entre les sous-échelles			,362
Coefficient de Spearman-	Longueur égale		,531
Brown	Longueur inégale		,532
Coefficient de Guttman			,520

الدراسة الأساسية:

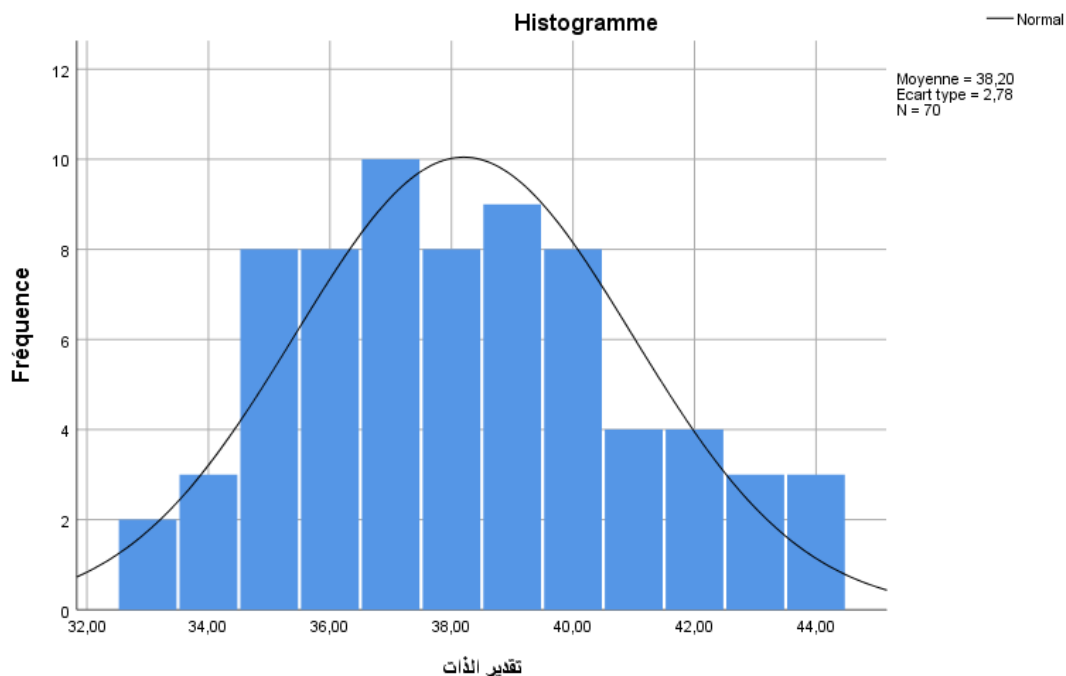
التوزيع الطبيعي لمقياس تقدير الذات

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
تقدير الذات	,110	70	,136	,969	70	,080

a. Correction de signification de Lilliefors

تقدير الذات



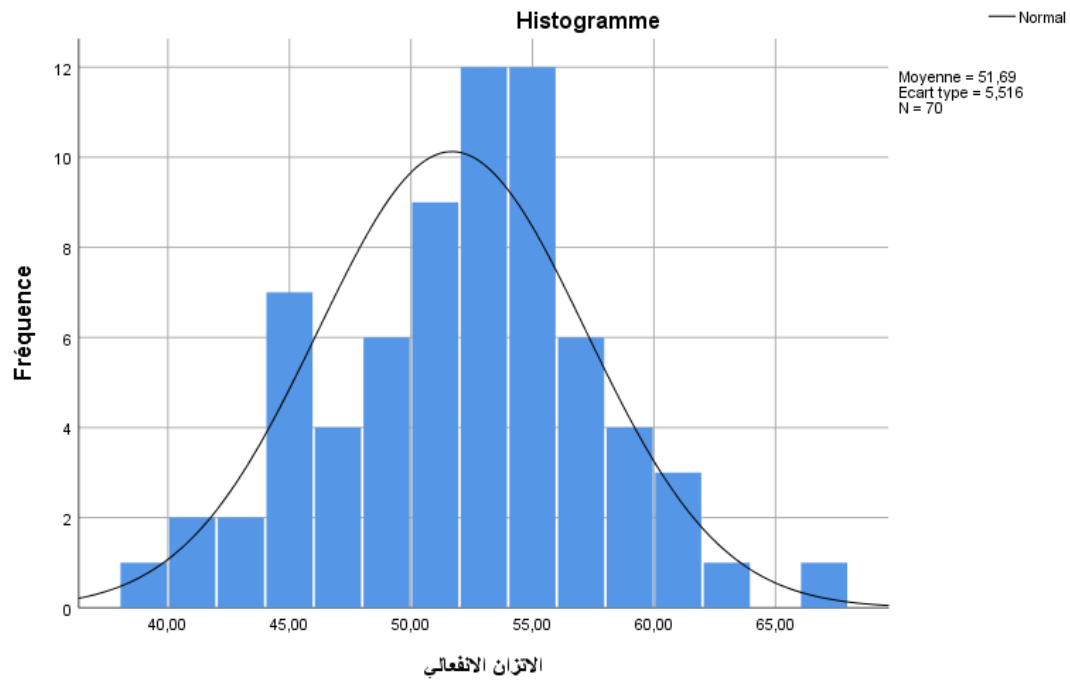
التوزيع الطبيعي لمقياس الاتزان الانفعالي:

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistiques	ddl	Sig.	Statistiques	ddl	Sig.
الاتزان الانفعالي	,108	70	,060	,985	70	,586

a. Correction de signification de Lilliefors

الاتزان الانفعالي



Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart type	N
الذات العامة	17,3143	1,83795	70
الازران الانفعالي	51,6857	5,51557	70

Corrélations

		الذات العامة	الازران الانفعالي
الذات العامة	Corrélation de Pearson	1	,322**
	Sig. (bilatérale)		,007
	N	70	70
الازران الانفعالي	Corrélation de Pearson	,322**	1
	Sig. (bilatérale)	,007	
	N	70	70

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart type	N
الذات الاجتماعية	6,8571	,66563	70
الاذران الانفعالي	51,6857	5,51557	70

Corrélations

		الذات الاجتماعية	الاذران الانفعالي
الذات الاجتماعية	Corrélacion de Pearson	1	-,008
	Sig. (bilatérale)		,945
	N	70	70
الاذران الانفعالي	Corrélacion de Pearson	-,008	1
	Sig. (bilatérale)	,945	
	N	70	70

الفرضية الثالثة:

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart type	N
الذات المنزل والوالدين	9,7429	1,17567	70
الاذران الانفعالي	51,6857	5,51557	70

Corrélations

		الذات المنزل والوالدين	الاذران الانفعالي
الذات المنزل والوالدين	Corrélacion de Pearson	1	,289*
	Sig. (bilatérale)		,015

	N	70	70
الانزان الانفعالي	Corrélacion de Pearson	,289*	1
	Sig. (bilatérale)	,015	
	N	70	70

*. La corrélacion est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart type	N
الذات العمل والمدرسة	4,2857	,93472	70
الانزان الانفعالي	51,6857	5,51557	70

الفرضية الرابعة:

Corrélations

		الذات العمل والمدرسة	الانزان الانفعالي
الذات العمل والمدرسة	Corrélacion de Pearson	1	,276*
	Sig. (bilatérale)		,021
	N	70	70
الانزان الانفعالي	Corrélacion de Pearson	,276*	1
	Sig. (bilatérale)	,021	
	N	70	70

*. La corrélacion est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

الفرضية العامة:

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart type	N
تقدير الذات	38,2000	2,77984	70
الانزان الانفعالي	51,6857	5,51557	70

Corrélations

		تقدير الذات	الانزان الانفعالي
تقدير الذات	Corrélacion de Pearson	1	,426**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	70	70
الانزان الانفعالي	Corrélacion de Pearson	,426**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	70	70

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).



كلية العلوم
الإنسانية والاجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES
AND SOCIAL SCIENCES

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



جامعة محمد بوضياف - المسيلة
Université Mohamed Boudiaf - M'sila

Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Issues

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة

وثيقة ايداع مذكرة ماستر

الموضوع: الاستاذان الانجليز وحلاقتهم يتقدّم مع الذات
لدا عينه من طلبة سنة ثالثة في
دراسة عيادته لجامعة المسيلة

إعداد الطلبة:

1- بن لطرش فاطمة رقم التسجيل: 191935080538

2- صهدي هاجر رقم التسجيل: 191935076218

القسم: علم النفس الشعبة: علم النفس التخصص: علم النفس العام
إشراف: صرزوقي سمير الرتبة: أستاذ محاضر

أقر بأنني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2023-2024 وأسمح بإيداعه على مستوى ادارة القسم للمناقشة والتقييم.

موافقة وإمضاء الاستاذ(ة) المشرف(ة): رئيس فريق الاختصاص رئيس القسم

بالموافق



Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Affairs

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطبقة
الرقم: 2024/

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): مهدي هاجر

الصفة (طالب, استاذ باحث, باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 119990996002000007

الصادرة بتاريخ: 2023, 03, 19 عن دائرة: حمام الضلعة

المسجل (ة) بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العملي تحت رقم التسجيل: 191935076218

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (مذكرة التخرج ليسانس, مذكرة ماستر, مذكرة ماجستير, اطروحة دكتوراه).

عنوانها: الاثران الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة سنة ثانية تخصص أطرولوجيا بجامعة المسيلة.

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 2024/05/29

امضاء المعني (ة): لتيلم

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 2016-07-28 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.



Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Issues

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: 2024/

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيدة(ة): بن لطرش فاطمة

الصفة(طالب, استاذ باحث, باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 110010995038980005

الصادرة بتاريخ: 2019, 05, 22 عن دائرة: أولاد راج

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العميق تحت رقم التسجيل: 191935080532

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (مذكرة التخرج ليسانس، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه).

عنوانها: الاسترخاء الاذني وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة سنة ثانية تخصص أصول فنية جامعة المسيلة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 2024/05/29

امضاء المعني (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 2016-07-28 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



مسيلة في 04 / 02 / 2024

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

إلى السيد: عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

الموضوع: تسهيل مهمة لإجراء الدراسة الميدانية

تحية طيبة وبعد

في إطار انجاز دراسة ميدانية (مذكرة تخرج) لطلبة السنة الثانية ماستر
الشعبة: علم النفس التخصص: عيادي
نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطلبة المذكورين أدناه وتقديم المساعدة الممكنة واللازمة في حدود
أغراض البحث العلمي، وما يسمح به القانون، وهذا على مستوى المصالح التي تشرفون عليها.
عنوان الدراسة: الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة السنة الثانية أرتوفونيا

المشرف: د. مرزوقي سمير

رقم التسجيل: 191935076218

اسم ولقب الطالب: مهدي هاجر

رقم التسجيل: 191935080532

اسم ولقب الطالب: بن لطرش فاطمة

في الفترة من 2024 /.... /.... إلى 2024 / /

في الأخير، تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام

نائب العميد المكلف بالبحث العلمي

نائب رئيس القسم للبحث العلمي

أ. الدكتور
نور الدين جعلاب