الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتوافق الاجتماعى والضغوط الأكاديمية لديهم

د. شيري مسعد حليم

مدرس علم النفس التربوي

كلية التربية - جامعة الزقازيق

الملخص

هدف البحث الحالي إلى تحديد الفروق بين الذكور والإناث في الطمأنينه الانفعالية لدى طلبة الجامعة، كما اهتم البحث بتحديد الفروق بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة لدى طلبة الجامعة في الطمأنينه الانفعالية، بالإضافة إلى التعرف على العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية من جهة والتوافق الاجتماعى والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة من جهة أخرى، كما اهتم البحث بالتعرف على تأثير الطمأنينة الإنفعالية بأبعادها الأربعة على كل من التوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، وفى ضوء ذلك طبق البحث على عينة مكونة من ٤٣٥ طالبًا وطالبة (٢١٣ طالبًا، ٢٢٢ طالبة) منهم ٢٥٩ بالفرقة الأولى، ١٧٦ بالفرقة الرابعة بكليتي التربية والتربية الرياضية بنين جامعة الزقازيق، امتدت أعمارهم من ١٦ إلى ٢٣ سنة بمتوسط عمر قدره ١٩.٩٧ سنة بانحراف معياري قدره ١.٣٩ سنة ، وباستخدام اختبار "ت" للعينتين المستقلتين و معامل الارتباط "لبيرسون"، وتحليل المسار، أظهرت النتائج ما يلى: (١) وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في ثلاثة أبعاد من أبعاد الطمأنينة النفسية، وذلك لصالح متوسط درجات الإناث (في حالة بُعد: النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس)، ولصالح متوسط درجات الذكور (في حالة بُعدي: الرضا عن الذات، الثقة)، في حين أشارت نتائج هذا الفرض أيضًا إلى عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في كل من: بُعد التفاؤل وفي الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية. (٢) وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في بُعد التفاؤل لصالح متوسط درجات الفرقة الأولى، في حين أشارت نتائج هذا الفرض أيضًا إلى عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الأبعاد الثلاثة (النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس، والرضا عن الذات، والتفاؤل) وفي الدرجة الكلية للطمأنينة الانفعالية. (٣) وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي. (٤) وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين الطمأنينة الانفعالية والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة. (٥) وجود علاقة تأثير وتأثر بين الطمأنينة الانفعالية وكل من التوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، وأن التوافق الاجتماعي له تأثير موجب مباشر وغير مباشر وكلي دال إحصائيًا على الطمأنينة الانفعالية، وأن الضغوط الأكاديمية لها تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا على الطمأنينة الانفعالية،

بالإضافة إلى وجود تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا للتوافق الاجتماعي على الضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة

الكلمات المفتاحية: الطمأنينة الانفعالية ، والتوافق الاجتماعي، والضغوط الأكاديمية

College students Emotional Security and its relation to their Social Adjustment and Academic Stress

Abstract

The goal of the present research is to determine the differences between males and females the emotional Security among university students. Find also interested in determining the differences between the mean scores of the first and fourth year students at the University of Emotional Security. In addition to the identification of the relationship between emotional Security on the one hand and social Adjustment and academic stress among university students on the other. The research also interested in identifying the effect of four dimensions of Emotional Security on each of social Adjustment and academic stress among university students, and in the light of this dish search is made up of 435 male and female students sample (213 male students & 222 female students), including 259 first year & 176 fourth year the Colleges of Education male Physical Education Zagazig University, the ages ranged from 16 to 23 years old with an average age of 19.97 years with a standard deviation of 1.39 years, and using the test "t" of the two samples independent and correlation coefficient "for Pearson," and path analysis, the results showed that: (1) there is a statistically significant difference between the average male degrees and female in three dimensions from the dimensions of the emotional Security, for the benefit of the average female scores (in the case after: maturity emotional and the ability to self) control and in favor of the average male degrees (in the dimensions of the case: complacency, confidence), while the results of this hypothesis also pointed to the lack of a statistically significant difference between the average male and female degrees in optimism and in total degree of the emotional Security. (2) there is a statistically significant difference between the mean scores of the first and the fourth year after optimism for the benefit of the average grades first band, while the results of this hypothesis also pointed to the lack of a statistically significant difference between the mean scores of the first and the fourth year in a three-dimensional (maturity emotional ability restraint, complacency, optimism) and in the total score of the emotional Security (3) there is a positive correlation found between the emotional Security and social Adjustment. (4) There is a negative correlation found between emotional Security and academic stress among university students. (5) tthere is the impact of

emotional Security and social Adjustment and academic stress among university students, and social Adjustment has a direct positive effect and indirectly and holistic statistically significant emotional Security, and academic pressures have a negative impact of direct and holistic statistically significant emotional Security, In addition to having a direct negative effect and holistic statistically significant social Adjustment on academic stress among university students

Keywords: Emotional Security, Social Adjustment, Academic Stress

مقدمة:

يعتبر التعليم الجامعي من أهم المراحل التعليمية والذي يحظي بمزيد من الرعاية والاهتمام في معظم الدول لما له من دور فعال في مجال التنمية البشرية والاجتماعية ، ولكي يتمكن طلبة الجامعة من بناء شخصيتهم بطريقة سليمة فإنة من الضروري تحديد احتياجاتهم التي تكفل لهم الإحساس بالطمأنينة الانفعالية .

وتعد الطمأنينة الانفعالية (Emotional Security) من المتغيرات النفسية المهمة والتي نالت اهتمام العديد من الباحثين في مجالي علم النفس والصحة النفسية حيث إنها تعد من أبرز المقومات والمتطلبات الرئيسية والأساسية للصحة النفسية لكل من الفرد والمجتمع ككل والتي يحتاج إليها الفرد كي يتمتع بشخصية إيجابية ومتزنة .

ولعل أحد أهم الدوافع وراء اهتمام العديد من الباحثين بموضوع دراسة الطمأنينة بصفة عامة هو أنها تعتبر من أبرز الحاجات التي تقف وراء السلوك البشري فهي تعد محركاً للسلوك وتوجهه الوجهة السليمة ، أما فقدان الشعور بالطمأنينة الانفعالية فمن شأنه أن يسبب عدداً من الاضطرابات النفسية والسلوكية ومن ثم تؤثر على سير حياة الفرد ونشاطاته في شتي المجالات (Mulyadi ,2010:72)

وتعرف الطمأنينة الانفعالية بأنها شعور الفرد بتقبل الذات والآخرين والتحرر من الخوف والاعتمادية (Zinchenko etal .,2013:93)

ومن ثم فإن الطمأنينة الانفعالية تشير إلى شعور الفرد بقيمته واطمئنانه وثقته بنفسه (khalili et al. , 2014:128)

وقد أشار كل من كامينج وشاتز " Cummings & Schatz (2012:14,) إلى أن الطمأنينة الانفعالية هي شعور مركب ويتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية وهي شعور الفرد بأنه محبوب وله مكانة بينهم وإدراك الفرد بأن بيئته صديقة وغير محبطة ، وإدراك الفرد بالنضج الانفعالي .

وترتبط الطمأنينة الانفعالية بعملية التنشئة الاجتماعية والتوافق الاجتماعي للفرد ، حيث إن العوامل المحيطة بالفرد من خلال عدم التوافق تؤدي إلى صراعات تهدد حياة الفرد وعدم قدرته على مواجهة الصعوبات الحياتية (Harold et al. , 2004:351)

كما أن الشعور بالطمأنينة الانفعالية يساعد الفرد على النجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق الاجتماعي معهم والبعد عن الجمود والتصلب في الرأي والانفتاح على الآخرين ، وهذا بدوره يحقق التوافق الاجتماعي الجيد مع الحياة والأسرة والمجتمع ككل (Schudlich ,2003:2)

ويعتبر مفهوم التوافق من أكثر المفاهيم شيوعا في علم النفس وذلك لأن مصطلح التوافق يساعد الفرد على التغلب على المشاكل والصعوبات المختلفة، فالشخص المتوافق يتسم بالارتياح النفسي والقدرة والكفاءة في العمل وكذلك التقبل الاجتماعي للآخرين (Davies& Cummings ,1998:126)

ويعرف (محمد يوسف احمد ، عيسي علي ،٢٠١١:٧٠٨) التوافق الاجتماعي بأنه قدرة الفرد على التلاؤم مع المجتمع وذلك من خلال تكوين علاقات سليمة ومتبادلة مع الآخرين من خلال تعديل السلوك الخطأ أو من خلال تغيير ما هو فاسد في المجتمع .

وبالتالي فتوافق الفرد اجتماعيا في مراحل نموه المختلفة يتوقف على مدى شعور الفرد بالطمأنينة والأمن ، فإذا تربي الفرد في جو يسوده الأمن والاستقرار فإنه سينمو بشكل سوي ويصبح قادرا على تحقيق ما يريد ويصبح شخصا لديه قدر عال من

التوافق الاجتماعي مع أفراد البيئة المحيطة به (Capon & Washington ,2015:5)

كما أن شعور الفرد بالطمأنينة الانفعالية يصبح مهددا إذا ما تعرض إلى ضغوطات نفسية واجتماعية وأكاديمية كبيرة ، مما يؤدي إلى الاضطراب في شخصية الفرد وجعله شخصية غير سوية .(رغداء نعيسة ، ٨٤:٢٠١٤)

وتعتبر الضغوط ظاهرة عالمية منتشرة ولقد أصبحت من المواضيع المهمة في الأوساط الأكاديمية ، فنجد أنه في المؤسسات الأكاديمية تعتبر طلبة الجامعات وخاصة المستجدين فيهم عرضة للضغط بسبب طبيعة الانتقال إلى الحياة الجامعية إذ عليهم التعود على الابتعاد عن أسرهم لأول مرة ، وكذلك المحافظة على مستوى عال من التحصيل الأكاديمي بالإضافة إلى التأقلم مع البيئة الاجتماعية الجديدة (Backovic et al , 2012:175)

ومن ثم في ضوء تعدد أنماط الحياة الضاغطة لدى الشباب الجامعي ولصعوبة التوافق الاجتماعي لديهم مع تواجد مثل هذه الضغوط ينجم عنها مشكلات عديدة تؤثر على سلوك الطالب الجامعي وقد يؤدي هذا إلى حدوث سلوك غير سوي من بعض الطلبة الذين ليست لديهم القدرة على مواجهة مثل هذه الضغوطات الأكاديمية (خوله عزات القدومي ، ياسر فارس خليل ، ٦٤٩:٢٠١١)

ويتعرض طلبة الجامعة إلى العديد من الضغوط الأكاديمية ومنها على سبيل المثال الخضوع المستمر للتقييم من خلال الامتحانات وتقديم الأوراق البحثية (khan et al. , 2013:146)

بالإضافة إلى تعرض طلبة الجامعة إلى ضغوطات أكاديمية بشكل أخر مثل الخوف من الفشل الأكاديمي والقلق من قلة فرص العمل بعد التخرج (Lal , 2014:123) كما يتعرض طلبة الجامعة إلى ضغوط من خلال قاعات المحاضرات المكتظة بالطلبة وغير المؤهلة للدراسة فيها (خوله عزت القدومي ، ياسر فارس خليل، ٦٥:٢٠١١)

ومن هذا المنطلق فان هذه الدراسة تتضمن مشكلة شريحة مهمة في مجتمعنا وفئة خاصة من فئات المجتمع وهي طلبة الجامعة ، كما أنها تمثل أسلوبا علميًا موضوعيًا للكشف عن مستوى الطمأنينة الانفعالية التي يتمتع بها طلبة الجامعة في علاقتها بالتوافق الاجتماعي لديهم وكذلك الضغوط الأكاديمية التي تقع عليهم أثناء الدراسة الجامعية .

حيث إن مايشهده مجتمعنا في الوقت الراهن من تغيرات اجتماعية وضغوطات كثيرة ألقت بتداعياتها السلبية على الطلبة فأصبحت الضغوط التي تقع عليهم أكثر حدة وشدة ، كما أن العلاقات الاجتماعية بينهم أصبحت واهية مما أدي إلى فقدان شعورهم بالطمأنينة الانفعالية، وبالتالي برزت الحاجة إلى جمع الكثير من المعلومات والبيانات عن ظروف وأبعاد هذه المشكلات ومن هنا جاءت فكرة إجراء هذا البحث .

ومن ثم نتلخص مشكلة البحث الحالي في الأسئلة التالية:

١ -هل يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الطمانينه الانفعاليه؟

٢ -هل يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة لدى طلبة الجامعة في الطمأنينة الانفعالية؟

٣ -هل توجد علاقة ارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة؟.

٤ -هل توجد علاقة ارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة؟.

٥ -هل توجد علاقة تأثير وتأثر بين الطمأنينة الانفعالية وكل من التوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة؟.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

١ -تحديد الفروق بين الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة.

٢ -تحديد الفروق بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة لدى طلبة الجامعة في الطمأنينة الانفعالية.

٣ -التعرف على العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية من جهة والتوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة من جهة أخرى.

٥ -التعرف على تأثير الطمأنينة الإنفعالية بأبعادها الأربعة على كل من التوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة.

أهمية البحث:

١ - تنبع أهمية البحث الحالي في أنها تعتبر من أولى البحوث وذلك - في حدود علم الباحثة – التي تناولت دراسة هذه المتغيرات الثلاثة المدروسة مجتمعة معاً لدي شريحة مهمة في المجتمع وهي طلبة الجامعة .

٢ - من خلال نتائج البحث الحالي يمكن تزويد المسئولين والقائمين على العملية التعليمية بالجامعة بالتعرف على مصادر الضغوط الأكاديمية التي يتعرض لها طلبة الجامعة ، الأمر الذي يسهم في وضع بعض الحلول الناجحة للحد من تأثير مثل هذه الضغوط الأكاديمية على التوافق الاجتماعي لديهم وكذلك زيادة مدى شعورهم بالطمأنينة الانفعالية بحيث لا تتأثر حياتهم النفسية والأكاديمية، ولايتأثر مستقبلهم العلمي بمؤثرات الضغوط وتداعياتها .

٣ - يمكن الاستفادة من نتائج هذا البحث في رفع مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى الطلبة وتحسين قدراتهم على مواجهة الضغوط الأكاديمية التي تواجههم أثناء العملية التعليمية وأثناء الدراسة بشكل عام .

مصطلحات البحث:

١ - الطمأنينة الانفعالية Emotional Security

هي شعور الطالب بأنه محبوب ومقبول من الآخرين وله مكانة بينهم ، ويدرك فيها الطالب بأن بيئته صديقة وغير محبطة له ولا يشعر فيها بالخطر والتهديد والقلق .

وتقاس إجرائيا في البحث الحالي بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في المقياس المعد لذلك والذي يتضمن أربعة أبعاد رئيسية، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى تمتع الطالب بمستوى عال من الطمأنينة الانفعالية بينما تشير الدرجة المنخفضة ألى انخفاض وتدني مستوى الطمأنينة الانفعالية لديه.

١ -<u>النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس</u> . ويشير إلى إحساس الطالب بالراحة وخلوه من مشاعر الضيق والقلق والتوتر ، كذلك يتمثل في قدرة الطالب على السيطرة على الواقع وضبط انفعالاته وقدرته على مواجهة المشاكل الحياتية .

٢ -<u>الرضا عن الذات :</u> ويتمثل في قدرة الطالب على فهم ذاته وتقويمها بشكل موضوعي وواقعي بالإضافة إلى قدرته على تقبله لذاته.

٣ -<u>التفاؤل :</u> ويشير إلى مدى تقبل الطالب للحياة من خلال النظرة الإيجابية لها وإقبالة عليها بحيوية ونشاط .

٤ -<u>الثقة :</u> ويتضمن حسن التوكل على الله تعالى والرضا بالقضاء والقدر.

٢ -التوافق الاجتماعي : Social adjustment

هو قدرة الطالب الجامعي على التفاعل الإيجابى مع زملائه وإقامة علاقات جيدة معهم و قدرته على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية وتقبله لعادات وتقاليد وقيم وأنظمه المجتمع الذى يعيش فيه.

ويقاس إجرائيًا في البحث الحالي بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي في المقياس المعد لذلك، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى تمتع الطالب بمستوى عال من التوافق الاجتماعي بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض قدرته على التوافق اجتماعيا.

٣ - الضغوط الأكاديمية : Academic stress

هي تلك الضغوط التي تؤثر في طلبة الجامعة أثناء الدراسة والتي تتمثل في الامتحانات المستمرة التي تقع على عاتقهم، والمناقشة والحوار داخل قاعات المحاضرات ، وعدم قدرتهم على فهم مايقوم المحاضر بتدريسه ، والتنافس مع الزملاء .

ويقاس إجرائيًا في البحث الحالى بالدرجه التي يحصل عليها الطالب الجامعى فى المقياس المعد لذلك، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى شعور الطالب بضغط أكاديمي مرتفع بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض مستوى الضغط الأكاديمي لديه.

الإطار النظرى:

أولاً : الطمأنينة الانفعالية : Emotional Security

تعتبر الطمأنينة الانفعالية من الحاجات المهمة للشخصية الإنسانية والتي يحتاجها كل فرد في حياته ، بل تعتبر من أبرز الحاجات التي تقف وراء استمرار عملية السلوك البشري (زينب محمود شقير ،٢٠٠٥: ٣)

حيث إن الإنسان منذ أن وجد على الأرض يبحث عن الأمن لنفسه من خلال سعيه إلى تحقيق الحاجة للأمن وتقدير الذات والاحترام والقبول والتعاون وغير ذلك ومن ثم فكان لابد من البحث والتعرف على الوسائل التي تعين الشخص ليشعر بالطمأنينة الانفعالية ومواجهة الصعوبات (إبراهيم الشافعي ، ٢٠١٠: ٤٤٠)

وهنـاك مصـطلحات متعـددة لمصـطلح الطمأنينـة الانفعاليـة فقـد أطلـق الـبعض عليهـا مفهـوم الأمـن النفسـي أو الحريـة النفسـية أو النفسـية وسـوف تتبنـى الباحثة مصطلح الطمأنينة الانفعالية في البحث الحالي .

تعتبر الطمأنينة الانفعالية مصطلح مهم للغاية لأنه يعبر عن سكون النفس وطمأنينتها عند تعرضها لصعوبات وأزمات في مواقف الحياة المتعددة والتي تحمل معها بعض المخاطر (cummings& Davies ,1996:123)

كما اتفقت معهم (سهام أحمد الحطاب ، ٢٠٠١: ١٧٥) على أنها شعور الفرد بتقبـل الآخـرين لـه وحـبهم إيـاه ومعـاملتهم المخلصـة الوفيـة لـه وكـذلك شـعوره بالانتماء إلى الآخرين .

ويعـرف " مـاك كـوى وآخـرون (Mc Coy etal .,2009:27) الطمأنينـة الانفعالية بأنها قدرة الفرد على مواجهة صعوبات الحياة والأهداف الزائفة وكذلك قدرة الفرد على التحكم في المواقف الحياتية.

وقـد أشـار (Qarehbaqi & Agilar-vafai., 2009:36) إلى أن الطمأنينـة الانفعاليـة هـي الحالـة الـتي يكـون فيهـا إشـباع حاجاتـه مـن الأمـن والحـب واحترام الذات وتقديره مضمونا وغير معرض للخطر.

وقد اتفق معهم (Khalili et al .,2014:128) إن الطمأنينة الانفعالية هي شعور الفرد بالاستقرار وقدرته على الحصول على رغباته وتحقيق أهدافه.

ومن ثم فإن الطمأنينة الانفعالية تتضمن عملية إشباع الفرد بالحاجات التي تـثير رغباتـه ودوافعـه بمـا يحقـق لـه الارتيـاح والرضـا عـن النفس والـتخلص مـن القلـق والتوتر الذي ينتج من الشعور بالحاجة ومن ثم يتم تحقيق الهدوء والاطمئنان لديه (رغداء نعيسة ، ٢٠١٢:١١٦)

وبناء عليه فإن هناك علاقات متوازنة بين الفرد وذاته من جانب وبين الفرد والبيئة المحيطة به من جانب أخر ، فإذا كانت هذه العلاقات متوازنة شعر الفرد فيها

بالاستقرار والطمأنينة الانفعالية ، وعلى النقيض من ذلك عدم توافر هذه العلاقات المتوازنة يؤدى إلى شعور الفرد بعدم الاطمئنان والخوف والشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس (زينب محمود شقير ، ب ت :٧٧)

وتتضمن الطمأنينة الانفعالية جانبين : الأول ،. هو الأمن المادي ويتمثل في محاولة الفرد المستمرة في الحفاظ على حياته من خلال إشباع حاجاته الأولية والجانب الثاني هو الأمن المعنوي والذي يتمثل في إحساس الفرد بالطمأنينة والرضا وعدم القلق والتوتر والإحساس بالسعادة مع التمتع بالصحة النفسية الجيدة (Capan & Washington ,2015:4)

وبالتالي فإن الحاجة للطمأنينة الانفعالية هي حاجة سيكولوجية جوهرها السعي المستمر للمحافظة على الظروف التي تضمن إشباع الحاجات البيولوجية والسيكولوجية للفرد فهي حالة نفسية داخلية يشعر الفرد من خلالها بالاطمئنان والهدوء (Stocking ,2010:4)

وعليه فإن مصطلح الطمأنينة الانفعالية هو مصطلح مركب يتضمن شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسلامة والأمن والاطمئنان ، وكذلك شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول ومقدر من قبل الآخرين حتي يمكنه من الانتماء إليهم (عبد الرحمن بن عبد الجهني ، ٢٠١٠:٦٢)

ومن خلال العرض السابق نجد أن الطمأنينة الانفعالية مصطلح متعدد الجوانب فهي تتضمن **جوانب نفسية** والتي تتضمن مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية ، **وجوانب فلسفية** والتي تشتمل على فلسفة وتوجهات الفرد في حياته ، **وجوانب إنسانية** حيث إنها تعتبر سمة إنسانية لها تأثيرها الإيجابي في حياة الفرد ، **وجوانب اجتماعية** والتي تتمثل في العلاقة المتوازنة بين الفرد نفسه وبين المجتمع الذي يعيش فيه (Cummings et al .,2006:135)

فالفرد الذي يشعر بالطمأنينة الانفعالية في حياته نجده يكون سعيداً في عمله ويكون فردا منتجا ويمارس حياته الطبيعية (فهد بن عبدالله بن على الدليم ، ٢٠٠٥:٤)

فهناك مجموعة من الأبعاد التي تشتمل عليها الطمأنينة الانفعالية ومنها الثقة بالله والثقة في الآخرين وحبهم ، والثقة بالنفس ، والتسامح مع الآخرين ، والتفاؤل وتوقع الخير والرضا عن الذات (Formn & Davies ,2005:903)

فى حين أشار (عبدالرحمن بن عيد الجهني ، ٢٠١٠: ٦٨) أن الطمأنينة الانفعالية تتضمن شعور الفرد بذاته ، والنضج الانفعالي ، والاستقرار الانفعالي ، والكفاءة ، والقدرة على حل المشكلات .

ومن ثم فإنه من خلال العرض السابق يتضح أن الشعور بالطمأنينة الانفعالية يعد من أهم الركائز والمقومات الأساسية التي تركز عليها الصحة النفسية كما أنه من السمات المميزة للسلوك الإنساني والذي لاينفي شعور الفرد بالخوف والقلق والتهديد وإنما الطمأنينة الانفعالية تميل إلى الثبات النسبي حسب ظروف البيئة المحيطة بالفرد (هدى صالح ، أسيا علي ، ٢٠١١:٦٥٥)

وبالتالي فإن متغير الطمأنينة الانفعالية يعد متغيرمهمًا للغاية حيث إن تمتع الفرد بالطمأنينة يكشف عن شخصية سليمة تتسم بالاستقرار والأمن والتفاعل مع الآخرين بسلام ومودة وعليه فيجب أن تتوافر مقومات الطمأنينة الانفعالية لدى أفراد المجتمع ككل ولطلبة الجامعة بصفة خاصة .

ولاتقل دراسة متغير التوافق الاجتماعي أهمية عن دراسة الطمأنينة الانفعالية حيث إن كليهما يشكلان معا موضوعا مهمًا في المجال التربوي والنفسي والذي يحتاج إلى مزيد من البحث حوله .

حيث إن إحساس الفرد بالطمأنينة الانفعالية يعتبر ناتج لعملية التفاعل الاجتماعي بين الفرد والبيئة المحيطة به ، فيعتبر الفرد مطمئنا انفعاليا نتيجة لما

تعلمه في بيئته من مواقف حياتية مختلفة يشعر فيها بالطمأنينة والاستقرار تجاه البيئة التي يعيش فيها (Capon& Washington ,2015:2)

وعليه فإن درجة الطمأنينة الانفعالية التي تتحقق للفرد لها أثرها الكبير في قدرته على التوافق اجتماعيا فيما بعد مع الآخرين (مهنا بشير عبدالله ، ٢٠١٠:٣٦٥)

ثانيًا : التوافق الاجتماعي :

يعتبر مفهوم التوافق مفهوما جوهريا وأساسيًا في علم النفس وذلك لأن معظم سلوكيات الفرد ما هي إلا محاولات لتحقيق التوافق سواء أكان هذا على المستوى الشخصي أو الاجتماعي (محمد يوسف أحمد ، عيسي علي ، ٢٠١١:٧٠٦)

فالسلوك التوافقي للإنسان غاية في الأهمية في المجالات الحياتية المختلفة وإن تعلم هذا السلوك واكتساب المهارات وممارستها يفيد الفرد في مراحل حياته المختلفة وفي مواجهة الصعوبات في المستقبل (رغداء نعيسة، ٢٠١٤ : ٩٤)

ويعتبر التوافق هو تلك التغيرات التي تحدث في سلوك الفرد أو في اتجاهاته أو فى عاداته بهدف مواءمة البيئة وإقامة علاقات متزنة ومنسجمة معها Hussain (etal., 2008:71)

ويعد التوافق الاجتماعي من الركائز المهمة في المجتمع فهو إشباع الفرد لحاجاته وتقبله لذاته واستمتاعه بعلاقات اجتماعية جيدة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية المتوفرة في البيئة التي يعيش فيها (Almog,2011:14)

ومن ثم فتعرف (مهنا بشير عبد الله ٢٠١٠:٣٦٧) التوافق الاجتماعي على أنه العملية التي من خلالها يحاول الفرد المحافظة على أمنه وراحته ومركزه واتجاهاته الإبداعية في مواجهة اى تغييرات في الظروف والضغوط الكثيرة المحيطة به .

وبالتالي فإن التوافق الاجتماعي للفرد لايتحقق إلا بمسايرة الفرد لمعايير وثقافة المجتمع والامتثال لقيمه، فالتوافق الاجتماعي هو تلك العملية التي يقتبس

منها الفرد السلوك الملائم للبيئة المحيطة (محمد يوسف أحمد ، عيسي علي ، ٢٠١١:٧٠٦)

وقد أشار (مؤمن بكوش، عيسى قيقوب، ٢٠١٢: ٨٠) إلى أن التوافق الاجتماعي هو حالة من الانسجام التي تنشا بين الفرد ذاته وبين المجتمع المحيط بة وتظهر في قدرته على إرضاء ذاته وحاجاته الضرورية .

كما أضاف " كابون " (Capon & Washington,2015:21)أن التوافق الاجتماعي يتضمن قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديداً أو مشكلة اجتماعية جديدة .

وقد ذكر " باثاك " (Pathak,2014:11) أن التوافق الاجتماعي يتمثل في قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية مرضية تتسم بالتسامح والتعاون والإيثار .

ومن ثم فإن التوافق الاجتماعي للفرد يتضمن مجموعة أبعاد منها السعادة مع الآخرين ، والالتزام بأخلاقيات المجتمع ، ومسايرة المعايير الاجتماعية ، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي ، والعمل للخير لصالح الجماعة (Hussain etal .,2008:71)

وقد أشارت " رغداء نعيسة" (٢٠١٤ : ٩٥ -٩٦) أن هناك عدة مظاهر للتوافق الاجتماعي السوي وهي :

(١) **المرونة** : وهي أن الفرد يحاول جاهداً أن يضع بدائل للسلوك الذي يفشل في الوصول إلى تحقيق الهدف منه .
(٢) **الشعور بالأمن** : حيث يشعر الفرد المتوافق اجتماعيا بالأمن والاستقرار .
(٣) **الإفادة من السلوك** : وهو يتضمن تعديل السلوك عند الضرورة .
(٤) **التناسب** : وهو يتضمن عدم المبالغة في مواجهة المواقف .
(٥) **الواقعية** : وهو يشير إلى قدرة الفرد على إدراك الحقائق والواقعية في تقدير الأمور

(٦) **القدرة على مواجهة الإحباط** : فالشخص الذي يتصف بأنة متوافق اجتماعيا يكون لديه القدرة على مواجهة الإحباط ولدية درجة عالية من الصمود والتحمل .

(٧) **القدرة على إنشاء علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين .**

ثالثًا : الضغوط الأكاديمية : Academic Stress

تعتبر الضغوط مصاحبًا ضروريًا وحتميًا للحياة اليومية ، وعلى الرغم من ذلك فبدون بعض الضغوطات النفسية تصبح الحياة تتسم بالفتور ، ومع كذلك فإن الضغط المفرط يؤثر في حياتنا السلوكية ويسبب مشكلات كثيرة .

ومن الملاحظ أن طلبة الجامعة يواجهون في حياتهم العديد من المواقف الضاغطة والتي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها والتي تؤدي بهم لحالة من التوتر والقلق والخطر في بعض الأحيان (أحمد عبد الحليم عربيات ، عمر محمد الخرابشة ، ٣:٢٠٠٧)

وفي الوقت الراهن يعاني طلبة الجامعة من مشكلات أكثر تعقيدًا من المشكلات التي كانوا يعانون منها منذ عشر سنوات فالضغوط الأكاديمية الشائعة في الكليات لطلبة الجامعة تتضمن مطالب أكاديمية اكبر من خلال شعور الطالب بأنه يعيش وحيدًا في بيئة جديدة (Kumaraswamy ,2013:137)

ومن المشكلات البارزة التي يعاني منها طلبة الجامعة بصفة خاصة هي ضغط الوقت ، والخوف من الفشل ، والضغوط من أجل إحراز التفوق الأكاديمي والكفاءة بالإضافة إلى بعض المشكلات الانفعالية والتي تتمثل في الشعور بالتدني والشعور بأن الحياة لاتستحق أن تعاش ومثل هذه المشكلات تسبب لديهم عدم الشعور بالطمأنينة الانفعالية (Dixon& kurpius , 2008:413)

وتعتبر الضغوط الأكاديمية سلاحًا ذا حدين فعندما يتم تقييم الطلبة لتعليمهم بأنه يتسم بالتحدي فإن الضغط الأكاديمي يؤدي إلى الإحساس بالكفاءة والقدرة المتزايدة على التعليم (Larson , 2006:580) ،وعلى النقيض من ذلك

فعندما ينظر إلى التعليم على أنه تهديد فإن الضغط الأكاديمي يؤدي إلى العجز والإحساس بالفشل والضياع (Murphy& Archer ,1996:22)

وقد أشار كل من " راغب وماكيني " (Ragheb& Mckinney 1993:6,) إلى أن من المشكلات الأكاديمية التي يواجهها طلبة الجامعة ويعانون منها صعوبة التركيز والتذكر وعدم قدرتهم على استكمال الدراسة بشكل ملائم وكذلك شرود الذهن لديهم .

في حين وضح " توبيس وكوهن" (Towbes& Cohen , 1996:372) أن الضغوط الأكاديمية للطلبة تتمثل في المهام والواجبات الكثيرة المفروضة عليهم من قبل المحاضرين .

وقد ذكر كل من " ميسرا وميكان " (Misra& Mckean ,2000:42) أنه من أكبر مصادر الضغط الأكاديمي التي يواجهها طلبة الجامعة هو وقت دخول الامتحانات والاستعداد لها بالإضافة إلى محاولة الطلبة إحراز أعلي الدرجات .

ومن ثم فعندما يزيد مقدار الضغط الأكاديمي على الطلبة يؤدي إلى شعورهم بالضعف البدني والنفسي وفي مثل هذه الحالات يجب على الطلبة أن يقوموا باستخدام طرق مختلفة لتخفيف عبء الضغوط الأكاديمية التي تقع على كواهلهم ، وذلك من خلال الإدارة الفعالة للوقت والمشاركة في الأنشطة الترفيهية بالجامعة (Sinha , 2000)

وقد أشار كل من ميسرا وكاستيلو (Misra& Castillo , 2004:132 إلى أن الضغوط الأكاديمية لطلبة الجامعة تتمثل في قاعات المحاضرات المكتظة بالطلبة مما يؤدي إلى عدم قدرتهم على متابعة المحاضر أثناء العملية التعليمية .

ومن ثم فإن الضغط الأكاديمي هو اضطراب عقلي ونفسي متعلق بالإحباط المتوقع والمرتبط بالفشل الاكاديمي (Liao& wei ,2014:107)

وقد أشار"ويلكس" (Wilks,2008:108) إلى أن الضغط الأكاديمي يتضمن ثلاثة مكونات رئيسية وهي : **الإحباط الأكاديمي**: وهو حالة ناتجة من خلال عدم فهم الطالب للأهداف الأكاديمية المطلوبة . **القلق الأكاديمي:** وهو الخوف من عدم تحقيق الأهداف الأكاديمية المرجوة .**الصراع الأكاديمي**: وهو عندما يجد الطالب نفسه تحت مظلة مطالب كثيرة مع ضيق الوقت ، وبالتالي لايستطيع استكمالها ومن ثم عدم قدرته على تحقيق الأهداف المرجوة .

وتعتبر البيئة الجامعية نفسها أحد الأسباب التي تؤدي إلى تكوين الضغوط على الطلبة حيث إن الطلبة عندما يلتحقون بالتعليم الجامعي يواجهون تحديات وذلك من خلال ترك الأسرة وتكوين حياة جديدة في موقع جديدة بالنسبة لهم (Hussain et al .,2008:71)

ومن خلال ما سبق نلاحظ الاهتمام المتزايد بموضوع الضغوط بصفة عامة والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة بصفة خاصة حيث إنها تمثل فئة مهمة من فئات المجتمع والتي تؤثر على سلوكياتهم ومن ثم قدرتهم على بناء مستقبلهم .

البحوث المرتبطة :

اهتم "حسين وأخرون" (Hussain et al., 2008) بالكشف عن العلاقة بين كل من الضغوط الأكاديمية والتوافق لدى طلبة المدارس العليا، وقد تكونت عينة البحث من (١٠٠) طالبًا من طلبة المدارس العليا وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية من عدد من المدارس وقد تم اختيار (٥٠) طالبًا من المدارس الحكومية وأخرى (٥٠) من المدارس الخاصة، وأظهرت نتائج البحث وجود مستوى عال من الضغوط الأكاديمية لدى الطلبة المسجلين فى المدارس الخاصة ، فى حين أن مستوى التوافق الاجتماعى للطلبة فى المدارس الخاصة أفضل من الطلبة المسجلين فى المدارس الحكومية، كما أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيًا بين كل من التوافق الاجتماعى و زيادة مستوى الضغوط الأكاديمية للطلبة.

ولقد قامت "مهنا بشير عبدالله" (٢٠١٠) ببحث هدف إلى التعرف على العلاقة بين كل من الأمن النفسي والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة معهد إعداد المعلمين، وتكونت عينة البحث من (٤٣٦) طالبًا وقد طبق عليهم مقياس الأمن النفسي ل"مطلك" ومقياس التوافق الاجتماعي ل"جابر ١٩٩٥" وقد تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية ومنها معامل الارتباط لبيرسون واختبار(ت) والنسب المئوية، وأشارت نتائج البحث إلى تمتع عينة البحث بمستوى عال من الطمأنينة والأمن النفسي ، كما أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيًا بين التوافق النفسي الاجتماعي للعينة ومستوى شعورهم بالأمن والطمأنينة النفسية لديهم.

وهدف بحث " سامية ابريعم" (٢٠١١) إلى الكشف عن مستوى الشعور بالأمن النفسى لدى عينة من المراهقين ومدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى الشعور بالأمن النفسي بين الذكور والاناث، ومن أجل تحقيق ذلك طبق مقياس "زينب شقير" لقياس الامن النفسي على عينة مكونة من ١٨٦ طالبًا وطالبة فى الصف الثانى الثانوى، وأسفرت نتائج البحث عن وجود مستوى منخفض من الشعور بالأمن النفسي لدى المراهقين، كما أشارت نتائج البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى الأمن النفسي لدى المراهقين يعزى لمتغير النوع لصالح الذكور.

وقد قام كل من "زينكنكو واخرين" (Zinckenko et al., 2013) بالكشف عن مستوى الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالمواقف الضاغطة التى يتعرض لها الطلبة أثناء الدراسة، وتحقيقا لهذا الهدف أجري البحث على عينه قوامها (١٢٠) طالبًا وطالبة ، وقد طبق على عينه البحث مقياس الطمأنينة الانفعالية، ومقياس "ريدرس" للضغوط الأكاديمية وأسفرت النتائج عن وجود علاقه ارتباطية سالبة دالة احصائيًا بين كل من الطمأنينة الانفعالية والضغوط الأكاديمية التي تقع على الطلبة.

وقد سعى بحث "رغداء نعيسة" (٢٠١٤) إلى التعرف على مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى عينة من الأحداث المقيمين بدار الإصلاح، كما هدف البحث للتعرف على العلاقة بين كل من الأمن النفسي والتوافق الاجتماعي لدى عينة البحث، كما سعى البحث إلى التعرف على الفروق بين أفراد عينة البحث فى كل من الأمن النفسي والتوافق الاجتماعي تبعا لمتغيري السكن والمستوى الدراسى، وفى ضوء ذلك طبق البحث على عينة قوامها (١٠٠) فرد من الذكور. وتوصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائيًا بين درجات الأفراد على مقياس الأمن النفسي ودرجاتهم على مقياس التوافق الاجتماعي، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات الافراد على مقياس الأمن النفسي و التوافق الاجتماعي تعزى إلى متغير السكن لصالح المقيمين بالريف، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات الأفراد على مقياس الأمن النفسي و التوافق الاجتماعي تعزى إلى متغير المستوى الدراسي لصالح الأفراد الأعلى في المستوى الدراسي.

كما اهتم "كابون وواشينجتون" (Capon& Washington, 2015) بالكشف عن أثر أساليب المعاملة الوالدية على الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعى للأطفال، وتحقيقاً لهذا الهدف أجري البحث على عينه قوامها (١٩٤) أسرة لديها أطفال تتراوح أعمارهم من (٩ - ١٨) سنة، وتم استخدام النموذج البنائى للتعرف على العلاقة بين المتغيرات الثلاثة المدروسة ،وقد أشارت نتائج البحث إلى وجود فروق علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين أساليب المعاملة الوالدية السوية وكل من التوافق الاجتماعي والطمأنينة الانفعالية لديهم، كما أشارت نتائج البحث إلى وجود تأثير إيجابى دال احصائيًا للتوافق الاجتماعي على زيادة مستوى الطمأنينة الانفعالية لديهم.

وفى ضوء ذلك هدف بحث "ويلكنسون وكوك" (Wilkinson&Cook, 2016) إلى التعرف على العلاقة بين استجابة عينة من المراهقين للضغوط فى حالة عدم توافر الطمأنينة الانفعالية لديهم، كما سعى البحث إلى التعرف على الفروق بين أفراد عينة البحث فى مستوى شعورهم بالطمأنينة الانفعالية يعزى لمتغيرالنوع، وفى

ضوء ذلك طبق البحث على عينة قوامها (١٠٠) من المراهقين بواقع ٦٨٪ من الإناث، و٣٢٪ من الذكور تتراوح أعمارهم بين (١٣ - ١٨) سنة بمتوسط عمر(١٥.١) سنة، وانحراف معيارى(٠٩٨)، وقد طبق على عينه البحث مقياس الطمأنينة الانفعالية، ومقياس اخر للضغوط الأكاديمية وأسفرت النتائج عن أن المراهقين الأكثر عرضة للضغوط ينعدم شعورهم بالطمأنينة الأنفعالية مما أدى إلى وجود علاقه ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين كل من الطمأنينة الانفعالية وزيادة مستوى الضغوط الأكاديمية التى تقع على الطلبة من جهة أخرى، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث فى متغير الطمأنينة الانفعالية.

فروض البحث

فى ضوء الإطار النظري للبحث وما توصلت إليه نتائج البحوث المرتبطة بالبحث الحالي، يمكن صياغة الفروض على النحو التالي:

الفرض الأول: يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية

الفرض الثاني: لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب الجامعة.

الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة

الفرض الرابع: توجد علاقة ارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة.

الفرض الخامس: توجد علاقة تأثير وتأثر بين الطمأنينة الانفعالية وكل من التوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة

منهج البحث والأساليب الإحصائية :

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي، وقد تم استخدام عدد من الأساليب الإحصائية لحساب ثبات وصدق أدوات البحث والتحقق من صحة فروضه، وهذه الأساليب هي:

- معامل ألفا لـ كرونباخ Alpha-Cronbach.
- معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ سبيرمان - براون Spearman-Brown.
- معامل الارتباط لبيرسون.
- التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis.
- اختبار (ت) T-test للعينتين المستقلتين.
- تحليل المسار Path Analysis.

حيث إنها ملائمة لأهداف البحث واختبار صحة فروضه.

عينة البحث

تكونت عينة **البحث الاستطلاعية** من ٩٠ طالبًا وطالبة (٢٢ طالبًا، ٦٨ طالبة) منهم ٥٨ بالفرقة الأولى، ٣٢ بالفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة الزقازيق، امتدت أعمارهم من ١٦ إلى ٢٣ سنة بمتوسط عمر قدره ١٩.٧٧ سنة بانحراف معياري قدره ١.٤٦ سنة، وقد استخدمت بيانات هذه العينة في التحقق من ثبات وصدق أدوات البحث.

أما عينة **البحث النهائية** فقد تكونت من ٤٣٥ طالبًا وطالبة (٢١٣ طالبًا، ٢٢٢ طالبة) منهم ٢٥٩ بالفرقة الأولى، ١٧٦ بالفرقة الرابعة بكليتي التربية والتربية الرياضية بنين جامعة الزقازيق، امتدت أعمارهم من ١٦ إلى ٢٣ سنة بمتوسط عمر قدره ١٩.٩٧ سنة بانحراف معياري قدره ١.٣٩ سنة، وقد استخدمت بيانات هذه العينة في التحقق من فروض البحث.

أدوات البحث:

أولاً: مقياس الطمأنينة الانفعالية

اعتمدت الباحثة في بناء مقياس الطمأنينة الانفعالية على الإطار النظري لمفهوم الطمأنينة الإنفعالية ومراجعة البحوث السابقة المستخدمة لهذا المفهوم وكذلك الاستفادة من العديد من المقاييس الأجنبية التي اهتمت بدراسة هذا المتغير مثل مقياس " كمنجس ودافيس" (Cummings, & Davies, 1996) ومقياس "استوكينج" (Stocking, 2010) ومقياس ".زينكينكو واخرين" (Zinckenko, 2013 ،وقد قامت الباحثة بصياغة عدد من العبارات لقياس الطمأنينة الانفعالية لطلبة الجامعة وتم توزيعهما على أربعة أبعاد رئيسية كما حددتها معظم البحوث السابقة المستخدمة لمقياس الطمأنينة الانفعالية وهذه الأبعاد هي: النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس (١١ عبارة) ، الرضا عن الذات (١١ عبارة)، و التفاؤل (١١ عبارات) ، و الثقة (١١ عبارات)، وقد تكون المقياس من (٤٤ عبارة) في صورته الأولية موزعة علي الأبعاد الأربعة التى سبق ذكرها ، وجميع العبارات موجبة الاتجاه باستثناء (١٣) عبارة سالبة الاتجاه وهي العبارات ذات الأرقام:(٥ -٨ -٩ -١٢ - ١٣ -١٧ -٢١ -٢٥ -٢٩ -٣٠ -٣٧ -٤١ -٤٤)، وقد تم عرض هذه العبارات على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجالي علم النفس والصحة النفسية بكلية التربية – جامعة الزقازيق، وقد قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض العبارات بما يتوافق مع أراء المحكمين والجدول التالي يوضح توزيع أرقام العبارات التي يتضمنها كل بعد من الأبعاد الأربعة التي يشتمل عليها مقياس الطمأنينة الانفعالية لطلبة الجامعة

جدول (١)

أبعاد الطمانينة الانفعاليه داخل حجرة الفصل الدراسى وأرقام العبارات

الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات
١ -النضج الانفعالى والقدرة على ضبط النفس	١ -٥ -٩ -١٣ -١٧ -٢١ -٢٥ - ٢٩ -٣٣ -٣٧ -٤١	١١
٢ -الرضا عن الذات	٢ -٦ -١٠ -١٤ -١٨ -٢٢ - ٢٦ -٣٠ -٣٤ -٣٨ -٤٢	١١
٣ -التفاؤل	٣ -٧ -١١ -١٥ -١٩ -٢٣ - ٢٧ -٣١ -٣٥ -٣٩ -٤٣	١١
٤ -الثقة	٤ -٨ -١٢ -١٦ -٢٠ -٢٤ - ٢٨ -٣٢ -٣٦ -٤٠ -٤٤	١١
	إجمالي العبارات	٤٤ عبارة
العبارات السلبية	٥ -٨ -٩ -١٢ -١٣ -١٧ -٢١ - ٢٥ -٢٩ -٣٠ -٣٧ -٤١ -٤٤	

وقد تم استخدام مقياس ليكرت ثلاثى التدريج ، حيث تم وضع ثلاث خيارات أمام كل عبارة وهي تنطبق على كثيرا . تنطبق على أحيانا - لا تنطبق على ابدا. وتقدر بالدرجات (٣ - ٢ -١) علي الترتيب وتمتد الدرجة الكلية للمقياس بين (٤٤ - ١٣٢) وتشير الدرجة المرتفعة إلي زيادة مستوى الطمأنينة الإنفعالية لطلبه الجامعة وقد تم تطبيق مقياس الطمأنينة الإنفعالية على أفراد العينة الاستطلاعية ، وتم حساب ثبات وصدق هذا المقياس على النحو التالي:

أولاً: ثبات مقياس الطمأنينة الانفعالية

(١) تم حساب ثبات عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية بطريقتين هما:

(أ) حساب معامل ألفا لـ كرونباخ Alpha-Cronbach لكل بُعد فرعي على حده (بعدد عبارات كل بُعد فرعي)، وفي كل مرة يتم حذف درجات إحدى العبارات من الدرجة الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي له العبارة، وأسفرت تلك الخطوة

عن أن جميع العبارات ثابتة، حيث وُجد أن معامل ألفا لكل بُعد في حالة غياب العبارة أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة في حالة وجودها، أي أن تدخل عبارات كل بُعد فرعي لا يؤدي إلى انخفاض معامل ثبات البُعد الفرعي الذي تنتمي إليه. وهذا يشير إلى أن كل عبارة تسهم بدرجة معقولة في الثبات الكلي للبُعد الذي تقيسه، وذلك باستثناء ٤ عبارات هي العبارات ذات الأرقام: ٣٣ (في البُعد الأول)، ٣٠ (في البُعد الثاني)، ٣٦، ٤٤ (في البُعد الرابع) حيث وُجد ان استبعاد هذه العبارات يؤدي إلى ارتفاع معامل الثبات الكلي للأبعاد التي تقيسها، ولذا تم حذف هذه العبارات الأربع.

(ب) حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارة والدرجات الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي له العبارة، فوُجِد أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا، مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية التي تم الإبقاء عليها (٤٠ عبارة). والجدول رقم (٢) يوضح معاملات ثبات عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية بالطريقتين السابقتين.

(٢) حساب ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الطمأنينة الانفعالية:

تم حساب ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الطمأنينة الانفعالية بطريقتين: الأولى عن طريق معامل ألفا لـ كرونباخ، والثانية عن طريق معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ سبيرمان - براون Spearman-Brown ، فوُجد أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي للمقياس بالطريقتين مرتفعة، مما يدل على الثبات الكلي للمقياس وثبات أبعاده الفرعية، كما بالجدول رقم (٢) التالي:

جدول (٢)

معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الطمأنينة الانفعالية (ن = ٩٠)

م	الأبعاد الفرعية	عدد العبارات	معامل الثبات	
			معامل ألفا لـ كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ سبيرمان- براون
١	النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس	١٠	٠.٧٢٥	٠.٧٤٨
٢	الرضا عن الذات	١٠	٠.٧٨١	٠.٨٢١
٣	التفاؤل	١١	٠.٧٩٩	٠.٨٥١
٤	الثقة	٩	٠.٦٦٩	٠.٧٨٠
	المقياس ككل	٤٠	٠.٨٧٣	٠.٩٠٠

ثانيًا: صدق مقياس الطمأنينة الانفعالية

(١) صدق العبارات:

تم حساب صدق عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة باعتبار أن بقية عبارات البُعد الفرعي محكًا للعبارة. والجدول رقم (٣) التالي يوضح معاملات صدق عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية:

جدول (٣)

معاملات ثبات وصدق عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية (ن = ٩٠)

البُعد	العبارات	معامل ألفا	معامل الارتباط بالبُعد[١]	معامل الارتباط بالبُعد في حالة حذف درجة العبارة من البُعد
النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس معامل ألفا العام للبُعد = ٠.٧٠٨	١	٠.٧٠٨	**٠.٢٩	*٠.٢١
	٥	٠.٦٩٧	**٠.٤٧	**٠.٢٩
	٩	٠.٦٩٧	**٠.٤٧	**٠.٣٠
	١٣	٠.٦٥٩	**٠.٦٨	**٠.٥٢
	١٧	٠.٦٩٤	**٠.٤٩	**٠.٣١
	٢١	٠.٦٥٢	**٠.٧٠	**٠.٥٦
	٢٥	٠.٦٧٦	**٠.٥٧	**٠.٤٣
	٢٩	٠.٦٧٧	**٠.٦٠	**٠.٤٢
	٣٣	٠.٧٢٥	-	-
	٣٧	٠.٦٨٨	**٠.٥٣	**٠.٣٥
	٤١	٠.٦٨٠	**٠.٥٤	**٠.٤٢
الرضا عن الذات معامل ألفا العام للبُعد = ٠.٧٦٣	٢	٠.٧٤٤	**٠.٥٩	**٠.٤٢
	٦	٠.٧٤٢	**٠.٥٧	**٠.٤٤
	١٠	٠.٧٣٣	**٠.٦٧	**٠.٥١
	١٤	٠.٧٣٩	**٠.٦١	**٠.٤٨
	١٨	٠.٧٥٥	**٠.٤١	**٠.٣٣
	٢٢	٠.٧٤٢	**٠.٦٢	**٠.٤٤
	٢٦	٠.٧٤٣	**٠.٥٠	**٠.٤٣
	٣٠	٠.٧٨١	-	-
	٣٤	٠.٧١٦	**٠.٧٨	**٠.٦٥
	٣٨	٠.٧٥٤	**٠.٥٤	**٠.٣٥
	٤٢	٠.٧٤٧	**٠.٥٣	**٠.٤٠

البُعد	العبارات	معامل ألفا	معامل الارتباط بالبُعد[١]	معامل الارتباط بالبُعد في حالة حذف درجة العبارة من البُعد
التفاؤل معامل ألفا العام للبُعد = ٠.٧٩٩	٣	٠.٧٩٠	**٠.٥٤	**٠.٤٠
	٧	٠.٧٨٦	**٠.٥٦	**٠.٤٣
	١١	٠.٧٨٤	**٠.٥٧	**٠.٤٥
	١٥	٠.٧٦٣	**٠.٧٣	**٠.٦٤
	١٩	٠.٨٠١	**٠.٣٦	*٠.٢٥
	٢٣	٠.٧٨٣	**٠.٥٧	**٠.٤٦
	٢٧	٠.٧٧٠	**٠.٦٨	**٠.٥٧
	٣١	٠.٧٨٥	**٠.٥٧	**٠.٤٤
	٣٥	٠.٧٧١	**٠.٦٧	**٠.٥٧
	٣٩	٠.٧٧٩	**٠.٦١	**٠.٥٠
	٤٣	٠.٧٩٨	**٠.٤٥	**٠.٣١
الثقة معامل ألفا العام للبُعد = ٠.٥٥٦	٤	٠.٤٨١	**٠.٦٤	**٠.٤٢
	٨	٠.٥٢٤	**٠.٤٧	*٠.٢٧
	١٢	٠.٥٢٣	**٠.٤٨	*٠.٢٧
	١٦	٠.٥١٦	**٠.٥١	**٠.٣٣
	٢٠	٠.٥٢٥	**٠.٤٨	*٠.٢٧
	٢٤	٠.٥١٢	**٠.٥٣	**٠.٣٩
	٢٨	٠.٥٢٣	**٠.٥١	**٠.٣٥
	٣٢	٠.٥١٦	**٠.٥٧	**٠.٣١
	٣٦	٠.٦٠١	-	-
	٤٠	٠.٤٨٤	**٠.٦٣	**٠.٤١
	٤٤	٠.٦٢٥	-	-

(١) معامل الارتباط بالبُعد في حالة وجود درجة العبارة ضمن الدرجة الكلية للبُعد

* دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥) ** دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أن معامل ألفا لـ كرونباخ لكل بُعد فرعي في حالة حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة في حالة وجود جميع العبارات، أي أن تدخل العبارة لا يؤدي إلى انخفاض معامل ثبات البُعد الفرعي الذي تنتمي إليه، وأن استبعادها يؤدي إلى خفض هذا المعامل. وذلك باستثناء ٤ عبارات هي العبارات ذات الأرقام: ٣٠، ٣٣، ٣٦، ٤٤ حيث وُجد أن استبعاد هذه العبارات يؤدي إلى ارتفاع معامل الثبات الكلي للأبعاد التي تقيسها، ولذا تم حذف هذه العبارات الأربع.

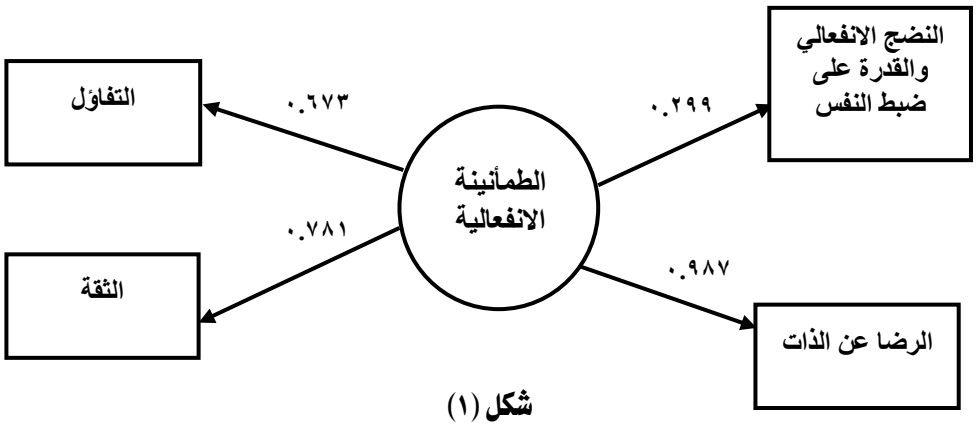
- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة (في حالة وجود درجة العبارة في الدرجة الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية التي تم الإبقاء عليها.

- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه العبارة (في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للبُعد الفرعي الذي تنتمي إليه) دالة إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠٥ أو ٠.٠١) مما يدل على صدق جميع عبارات مقياس الطمأنينة الانفعالية التي تم الإبقاء عليها.

(٢) الصدق العاملي لمقياس الطمأنينة الانفعالية:

تم التحقق من الصدق العاملي أو صدق البناء الكامن (أو التحتي) لمقياس الطمأنينة الانفعالية عن طريق استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis، وذلك عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن الواحد لدى العينة الاستطلاعية (٩٠ طالبًا وطالبة)، وفي نموذج العامل الكامن الواحد تم افتراض أن جميع العوامل (أو المقاييس) المشاهدة Observed Factors

لمقياس الطمأنينة الانفعالية تنتظم حول عامل كامن واحد هو: (الطمأنينة الانفعالية) كما بالشكل[١] التالي:



شكل (١)

نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الطمأنينة الانفعالية

وقد حظي نموذج الكامن الواحد لمقياس الطمأنينة الانفعالية على مؤشرات حسن مطابقة جيدة كما يتضح من الجدول رقم (٤) أن نموذج الكامن الواحد لمقياس الطمأنينة الانفعالية قد حظي على قيم جيدة لجميع مؤشرات حسن المطابقة، حيث إن قيمة كا^{2} غير دالة إحصائيًا، وقيمة مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحالي (نموذج العامل الكامن الواحد) أقل من نظيرتها للنموذج المشبع، وأن قيم بقية المؤشرات وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة النموذج الجيدة للبيانات موضع الاختبار

(١) الأرقام المرتبطة بكل سهم في الشكل تمثل التشبعات أو معاملات صدق العوامل المشاهدة بعد حساب النموذج بواسطة برنامج ليزرل (٨.٨) Lisrel 8.8.

جدول (٤)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الطمأنينة الانفعالية

م	اسم المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
١	الاختبار الإحصائي كا٢ X^2 درجات الحرية df مستوى دلالة كا٢	٠.٤١٢ ١ ٠.٥٢	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة إحصائيًا
٢	نسبة كا٢ X^2 / df	٠.٤١٢	(صفر) إلى (٥)
٣	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠.٩٩٨	(صفر) إلى (١)
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠.٩٧٧	(صفر) إلى (١)
٥	جذر متوسط مربعات البواقي RMSR	٠.٠١٢	(صفر) إلى (٠.١)
٦	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠.٠٠٠	(صفر) إلى (٠.١)
٧	مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحالي ECVI مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع	٠.٢١٣ ٠.٢٢٥	أن تكون قيمة المؤشر للنموذج الحالي أقل من نظيرتها للنموذج المشبع
٨	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠.٩٩٧	(صفر) إلى (١)
٩	مؤشر المطابقة المُقارن CFI	١.٠٠٠	(صفر) إلى (١)
١٠	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠.٩٨٢	(صفر) إلى (١)

ويوضح الجدول التالي تشبعات العوامل الفرعية المشاهدة بالعامل الكامن الواحد لمقياس الطمأنينة الانفعالية:

جدول (٥)

تشبعات العوامل الفرعية المشاهدة بالعامل الكامن الواحد لمقياس الطمأنينة الانفعالية، مقرونة بقيم (ت) والخطأ المعياري لتقدير التشبع، والدلالة الإحصائية للتشبع

م	العوامل المشاهدة	التشبع	الخطأ المعياري لتقدير التشبع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
١	النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس	٠.٢٩٩	٠.١٠٦	٢.٨٣	٠.٠١
٢	الرضا عن الذات	٠.٩٨٧	٠.٠٨٩	١١.١٣	٠.٠١
٣	التفاؤل	٠.٦٧٣	٠.٠٩٨	٦.٨٥	٠.٠١
٤	الثقة	٠.٧٨١	٠.٠٩٦	٨.١٨	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق أن كل التشبعات أو معاملات الصدق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على صدق جميع العوامل الفرعية لمقياس الطمأنينة الانفعالية.

وبهذا قدم التحليل العاملي التوكيدي دليلاً قويًا على صدق البناء التحتي أو الكامن لهذا المقياس، وأن الطمأنينة الانفعالية عبارة عن عامل كامن واحد تنتظم حوله العوامل الفرعية الأربعة للطمأنينة الانفعالية.

ومن الإجراءات السابقة تأكد للباحثة ثبات وصدق مقياس الطمأنينة الانفعالية وصلاحيته لقياس الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب الجامعة. حيث تشير الدرجة العالية على هذا المقياس إلى ارتفاع الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب الجامعة، أما الدرجة المنخفضة على هذا المقياس فتشير إلى انخفاض الطمأنينة الانفعالية لديهم، وأقصى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على جميع عبارات المقياس هي (١٢٠) درجة بينما (٤٠) درجة هي أقل درجة يمكن ان يحصل عليها.

(٢) مقياس التوافق الاجتماعى

اعتمدت الباحثة في بناء مقياس التوافق الاجتماعي علي الإطار النظري لمفهوم التوافق الاجتماعي ومراجعة البحوث السابقة المستخدمة لهذا المفهوم وكذلك الاستفادة من العديد من المقاييس الأجنبية التي اهتمت بدراسة هذا المتغير مثل مقياس "دافيس وكمينجس" (Davies, & Cummings, 1998) ومقياس "مهنا بشير،٢٠١٠"، ومقياس "محمد يوسف، عيسى على ،٢٠١١"، ومقياس "رغداء نعيسه،٢٠١٤" وقد قامت الباحثة بصياغة عدد من العبارات لقياس التوافق الاجتماعي لطلبه الجامعة. وقد تكون المقياس من (٢٧ عبارة) في صورته الأولية، وجميع العبارات موجبة الاتجاه باستثناء (١٠) عبارات سالبة الاتجاه وهي العبارات ذات الأرقام:(١٣ - ١٥ -١٦ -١٧ -١٨ -٢٠ -٢١ -٢٢ -٢٣ -٢٥)، وقد تم عرض هذه العبارات علي مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجالى علم النفس والصحة النفسية بكلية التربية – جامعة الزقازيق، وقد قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض العبارات بما يتوافق مع أراء المحكمين.

وقد تم استخدام مقياس ليكرت خماسى التدريج (موافق تماما، موافق، موافق إلى حد ما، غير موافق، غير موافق على الاطلاق). وتقدر بالدرجات (٥ -٤ - ٣ - ٢ -١) علي الترتيب وتمتد الدرجة الكلية للمقياس بين (٢٧ -١٣٥). وقد تم تطبيق مقياس التوافق الاجتماعي على أفراد العينة الاستطلاعية ، وقد تم حساب ثبات وصدق هذا المقياس بعد تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية (٩٠ طالبًا وطالبة)، فكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٦)

معاملات ثبات وصدق عبارات مقياس التوافق الاجتماعي (ن = ٩٠)

العبارات	معامل ألفا	معامل الارتباط[١]	معامل الارتباط بالدرجة الكلية[٢]
١	٠.٨٤٢	**٠.٤٠	**٠.٣٣
٢	٠.٨٣٨	**٠.٥١	**٠.٤٤
٣	٠.٨٣٩	**٠.٤٧	**٠.٤١
٤	٠.٨٣٤	**٠.٦٣	**٠.٥٩
٥	٠.٨٣٦	**٠.٥٨	**٠.٥١
٦	٠.٨٣٣	**٠.٦٤	**٠.٥٨
٧	٠.٨٣٣	**٠.٦٧	**٠.٦٣
٨	٠.٨٣٤	**٠.٦٦	**٠.٦٠
٩	٠.٨٣٨	**٠.٥٢	**٠.٤٦
١٠	٠.٨٤٥	**٠.٢٩	*٠.٢١
١١	٠.٨٣٧	**٠.٥٢	**٠.٤٨
١٢	٠.٨٤١	**٠.٤٥	**٠.٣٦
١٣	٠.٨٣٨	**٠.٤٩	**٠.٤٣
١٤	٠.٨٤٢	**٠.٣٩	**٠.٣٣
١٥	٠.٨٣٨	**٠.٥٠	**٠.٤٣
١٦	٠.٨٤٥	*٠.٢٥	*٠.٢١
١٧	٠.٨٤٢	**٠.٣٩	**٠.٣٢
١٨	٠.٨٤٢	**٠.٤١	**٠.٣٣
١٩	٠.٨٤٢	**٠.٤٨	**٠.٣٤
٢٠	٠.٨٥٤	-	-
٢١	٠.٨٤٥	*٠.٢٨	*٠.٢٢
٢٢	٠.٨٤٠	**٠.٤٦	**٠.٣٩
٢٣	٠.٨٤٤	**٠.٣٦	**٠.٢٩

العبارات	معامل ألفا	معامل الارتباط[1]	معامل الارتباط بالدرجة الكلية[2]
٢٤	٠.٨٤٤	**٠.٣٥	*٠.٢٧
٢٥	٠.٨٣٧	**٠.٥٢	**٠.٤٧
٢٦	٠.٨٤٣	**٠.٤٢	**٠.٣٢
٢٧	٠.٨٣٣	**٠.٦٥	**٠.٥٨
معامل ألفا لـ كرونباخ للمقياس (٢٧ عبارة) = ٠.٨٤٥			
معامل ألفا لـ كرونباخ للمقياس (٢٦ عبارة) بعد حذف العبارة رقم ٢٠ = ٠.٨٥٤			
معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ سبيرمان - براون (٢٦ عبارة)= ٠.٨٩٦			

(١) معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس في حالة وجود درجة العبارة ضمن الدرجة الكلية للمقياس

(١) معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس

* دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥) ** دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أن معامل ألفا لـ كرونباخ لمقياس التوافق الاجتماعي في حالة حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للمقياس في حالة وجود جميع العبارات، أي أن تدخل العبارة لا يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمقياس، وأن استبعادها يؤدي إلى خفض هذا المعامل. باستثناء عبارة واحدة وهي العبارة رقم ٢٠ حيث وُجد ان استبعاد هذه العبارة يؤدي إلى ارتفاع معامل الثبات الكلي للمقياس، ولذا تم حذف هذه العبارة، وبهذا يصبح عدد عبارات المقياس ٢٦ عبارة.

- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للمقياس (في حالة وجود درجة العبارة في الدرجة الكلية) دالة إحصائيًا عند

مستوى (٠.٠١ أو ٠.٠٥) مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات مقياس التوافق الاجتماعي التي تم الإبقاء عليها.

- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للمقياس (في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية) دالة إحصائيًا (إما عند مستوى ٠.٠٥ أو ٠.٠١) مما يدل على صدق جميع عبارات مقياس التوافق الاجتماعي التي تم الإبقاء عليها.

من الإجراءات السابقة تأكد للباحثة ثبات وصدق مقياس التوافق الاجتماعي وصلاحيته لقياس التوافق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة. حيث تشير الدرجة العالية على هذا المقياس إلى ارتفاع التوافق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، أما الدرجة المنخفضة على هذا المقياس فتشير إلى انخفاض التوافق الاجتماعي لديهم، وأقصى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على جميع عبارات المقياس هي (١٣٠) درجة بينما (٢٦) درجة هي أقل درجة يمكن ان يحصل عليها.

(٣) مقياس الضغوط الأكاديمية

اعتمدت الباحثة في بناء مقياس الضغوط الأكاديمية علي الإطار النظري لمفهوم الضغوط الأكاديمية ومراجعة البحوث السابقة المستخدمة لهذا المفهوم وكذلك الاستفادة من العديد من المقاييس الأجنبية التي اهتمت بدراسة هذا المتغير مثل مقياس " خوله عزت القدومي ، ياسر فارس خليل" (٢٠١١)، ومقياس "كماراسوامى" (Kumaraswamy ,2013)، ومقياس (khan et al. , 2013) ، وقد قامت الباحثة بصياغة عدد من العبارات لقياس الضغوط الأكاديمية لطلبه الجامعة. وقد تكون المقياس من (١٨ عبارة) في صورته الأولية، وجميع العبارات موجبة الاتجاه، وقد تم عرض هذه العبارات علي مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجالى علم النفس والصحة النفسية بكلية التربية – جامعة الزقازيق، وقد قامت الباحثة بإعادة صياغة بعض العبارات بما يتوافق مع أراء المحكمين.

وقد تم استخدام مقياس ليكرت خماسى التدريج (موافق تماما، موافق، موافق إلى حد ما، غير موافق، غير موافق على الاطلاق). وتقدر بالدرجات (٥ -٤ - ٣ - ٢ -١) علي الترتيب وتمتد الدرجة الكلية للمقياس بين (١٨ -٩٠). وقد تم تطبيق مقياس الضغوط الأكاديمية على أفراد العينة الاستطلاعية، وقد تم حساب ثبات وصدق هذا المقياس بعد تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية (٩٠ طالبًا وطالبة)، فكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٧)

معاملات ثبات وصدق عبارات مقياس الضغوط الأكاديمية (ن = ٩٠)

العبارات	معامل ألفا	معامل الارتباط[١]	معامل الارتباط بالدرجة الكلية[٢]
١	٠.٨٣٩	**٠.٤٤	**٠.٣٦
٢	٠.٨٣٨	**٠.٤٧	**٠.٣٨
٣	٠.٨٣٥	**٠.٥٤	**٠.٤٥
٤	٠.٨٤٤	**٠.٣٧	**٠.٢٨
٥	٠.٨٢٩	**٠.٦٥	**٠.٥٩
٦	٠.٨٣٠	**٠.٦٣	**٠.٥٦
٧	٠.٨٤٠	**٠.٤٣	**٠.٣٤
٨	٠.٨٣٧	**٠.٥٠	**٠.٤١
٩	٠.٨٤٢	**٠.٣٩	**٠.٣٠
١٠	٠.٨٣٨	**٠.٤٨	**٠.٤٠
١١	٠.٨٣٦	**٠.٥٢	**٠.٤٤
١٢	٠.٨٢٣	**٠.٧٤	**٠.٦٨
١٣	٠.٨٣٥	**٠.٥٣	**٠.٤٥
١٤	٠.٨٣٦	**٠.٥٣	**٠.٤٤
١٥	٠.٨٣٣	**٠.٥٨	**٠.٥٠
١٦	٠.٨٤٤	**٠.٤١	**٠.٣٠

العبارات	معامل ألفا	معامل الارتباط[١]	معامل الارتباط بالدرجة الكلية[٢]
١٧	٠.٨٣١	**٠.٦٣	**٠.٥٧
١٨	٠.٨٣٣	**٠.٥٨	**٠.٥٠
معامل ألفا لـ كرونباخ للمقياس = ٠.٨٤٤			
معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ سبيرمان - براون = ٠.٨٧٧			

(١) معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس في حالة وجود درجة العبارة ضمن الدرجة الكلية للمقياس

(١) معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس

* دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥) ** دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أن معامل ألفا لـ كرونباخ لمقياس الضغوط الأكاديمية في حالة حذف كل عبارة من عباراته أقل من أو يساوي معامل ألفا العام للمقياس في حالة وجود جميع العبارات، أي أن تدخل العبارة لا يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للمقياس، وأن استبعادها يؤدي إلى خفض هذا المعامل.
- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للمقياس (في حالة وجود درجة العبارة في الدرجة الكلية) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي وثبات جميع عبارات مقياس الضغوط الأكاديمية.
- أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات والدرجة الكلية للمقياس (في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية) دالة إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠١) مما يدل على صدق جميع عبارات مقياس الضغوط الأكاديمية.

من الإجراءات السابقة تأكد للباحثة ثبات وصدق مقياس الضغوط الأكاديمية وصلاحيته لقياس الضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. حيث تشير

الدرجة العالية على هذا المقياس إلى ارتفاع الضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، أما الدرجة المنخفضة على هذا المقياس فتشير إلى انخفاض الضغوط الأكاديمية لديهم، وأقصى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على جميع عبارات المقياس هي (٩٠) درجة بينما (١٨) درجة هي أقل درجة يمكن أن يحصل عليها.

النتـائج

الفرض الأول

للتحقق من صحة الفرض الأول الذي ينص على أنه:" **يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية** " تم استخدام:

- اختبار (ت) T-test للعينتين المستقلتين، فكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٨)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الطمانينه الانفعالية لدى طلاب الجامعة (ن = ٤٣٥)

المتغير	الذكور (ن = ٢١٣)		الاناث (ن = ٢٢٢)		قيمة (ت) ودلالتها
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس	٢٠.٢٧	٣.٦٥	٢١.١٩	٣.٤٣	٢.٧٣**
الرضا عن الذات	٢٦.٠٨	٢.٦٦	٢٥.٤٤	٢.٨٣	٢.٤٠*
التفاؤل	٢٦.٢٨	٣.٥٥	٢٥.٦٨	٣.٨٠	١.٦٨ غير دالة
الثقة	٢٢.٧٣	٢.١٦	٢٢.٠٠	١.٨٧	٣.٨١**
الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية	٩٥.٣٥	٥.٩٣	٩٤.٣٢	٦.٣٥	١.٧٦ غير دالة

* دال عند مستوى ٠.٠٥ ** دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود فرق دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠١) بين متوسطي درجات الذكور والإناث في بُعد (**النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس**) لصالح متوسط درجات الاناث. أي أن متوسط درجات طالبات الجامعة الإناث في بُعد (النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس) أعلى بدلالة إحصائية من نظيره لدى الذكور، وهذا يشير إلى أن الإناث بالجامعة لديهن نضج انفعالي وقدرة على ضبط النفس أعلى من الذكور.

- وجود فرق دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠٥) بين متوسطي درجات الذكور والإناث في بُعدي (**الرضا عن الذات، الثقة**) لصالح متوسط درجات الذكور في الحالتين. أي أن متوسط درجات طلاب الجامعة الذكور في بُعدي (الرضا عن الذات، الثقة) أعلى بدلالة إحصائية من نظائرها لدى الإناث، وهذا يشير إلى أن الذكور بالجامعة لديهم رضا عن الذات وثقة أعلى من الإناث.

- عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في بُعد (**التفاؤل**). أي أنه يوجد تقارب بين متوسطي درجات الذكور والإناث في بُعد (التفاؤل).

- عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في **الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية**. أي أنه يوجد تقارب بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية.

ومن إجمالي نتائج الفرض الأول يتضح أنه قد تحقق جزئيًا، حيث أشارت نتائج هذا الفرض إلى وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في ثلاثة أبعاد من أبعاد الطمأنينة النفسية، وذلك لصالح متوسط درجات الإناث (في حالة بُعد: النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس)، ولصالح متوسط درجات الذكور (في حالة بُعدي: الرضا عن الذات، الثقة)، في حين أشارت نتائج هذا الفرض أيضًا إلى

عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في كل من: بُعد التفاؤل وفي الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية.

الفرض الثاني

للتحقق من صحة الفرض الثاني الذي ينص على أنه:" **لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الطمانينه الانفعالية لدى طلاب الجامعة** " تم استخدام:

- اختبار (ت) T-test للعينتين المستقلتين، فكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٩)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفرق بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الطمانينه الانفعالية لدى طلاب الجامعة

المتغير	الفرقة الأولى (ن = ٢٥٩)		الفرقة الرابعة (ن = ١٧٦)		قيمة (ت) ودلالتها
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس	٢٠.٦٧	٣.٦٢	٢٠.٨٥	٣.٤٨	٠.٥١ غير دالة
الرضا عن الذات	٢٥.٨٦	٢.٧٦	٢٥.٥٩	٢.٧٧	١.٠٠ غير دالة
التفاؤل	٢٦.٢٧	٣.٦٢	٢٥.٥٤	٣.٧٦	٢.٠٣*
الثقة	٢٢.٤٨	١.٩٣	٢٢.١٨	٢.٢٠	١.٥١ غير دالة
الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية	٩٥.٢٨	٦.١٣	٩٤.١٥	٦.١٦	١.٨٧ غير دالة

* دال إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٥)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود فرق دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠٥) بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في بُعد (**التفاؤل**) لصالح متوسط درجات الفرقة الأولى. أي أن متوسط درجات طلاب وطالبات الفرقة الأولى في بُعد (التفاؤل) أعلى بدلالة إحصائية من نظيره لدى طلاب وطالبات الفرقة الرابعة، وهذا يشير إلى طلاب وطالبات الفرقة الأولى لديهم تفاؤل أعلى من طلاب وطالبات الفرقة الرابعة.
- عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الأبعاد الثلاثة (**النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس، الرضا عن الذات، الثقة**) وفي **الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية**. أي أنه يوجد تقارب بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الأبعاد الثلاثة (النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس، الرضا عن الذات، التفاؤل) وفي الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية.

ومن إجمالي نتائج الفرض الثاني يتضح أنه قد تحقق في أربع حالات وتم رفضه في حالة واحدة، حيث أشارت نتائج هذا الفرض إلى وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في بُعد التفاؤل لصالح متوسط درجات الفرقة الأولى، في حين أشارت نتائج هذا الفرض أيضًا إلى عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الأبعاد الثلاثة (النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس، الرضا عن الذات، التفاؤل) وفي الدرجة الكلية للطمانينه الانفعالية.

الفرضان الثالث والرابع

للتحقق من صحة الفرضين الثالث والرابع ونصهما: "توجد علاقة ارتباطية بين الطمانينه الانفعاليه والتوافق الاجتماعى لدى طلبة الجامعة"، "توجد علاقة ارتباطية بين الطمانينه الانفعاليه والضغوط الاكاديمية لدى طلبة الجامعة". تم استخدام:

- معامل الارتباط لبيرسون، فكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٠)

نتائج معامل الارتباط لبيرسون عند دراسة العلاقة بين الطمانينه الانفعاليه وكل من : التوافق الاجتماعى والضغوط الاكاديمية لدى طلاب الجامعة (ن = ٤٣٥)

المتغير	التوافق الاجتماعى		الضغوط الاكاديمية	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الطمانينه الانفعاليه	٠.٣٣	٠.٠١	-٠.٢٠	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠١) بين الطمانينه الانفعاليه والتوافق الاجتماعى لدى طلبة الجامعة. أي أنه كلما ارتفعت درجات التوافق الاجتماعى ارتفعت درجات الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة.
- وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠١) بين الطمانينه الانفعاليه والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة. أي أنه كلما ارتفعت درجات الضغوط الأكاديمية انخفضت درجات الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة.

ومن إجمالي نتائج الفرضين الثالث والرابع يتضح أنهما قد تحققا، حيث أشارت نتائج هذين الفرضين إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين الطمانينه الانفعاليه والتوافق الاجتماعى، ووجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين الطمانينه الانفعاليه والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة.

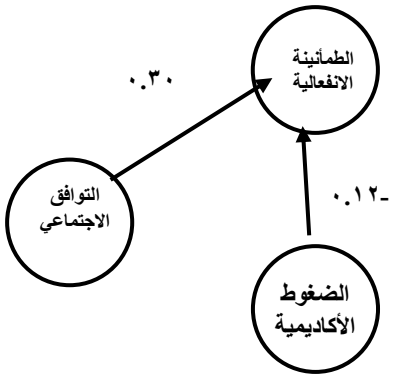
الفرض الخامس

للتحقق من صحة الفرض الخامس الذي ينص على: " **توجد علاقة تأثير وتأثر بين الطمانينه الانفعاليه وكل من التوافق الاجتماعى والضغوط الاكاديمية لدى طلبة الجامعة**"، تم استخدام أسلوب تحليل المسار Path Analysis المتوفر ببرنامج

ليزرل ٨.٨ (LISREL8.8) الذي يحتوي على العلاقات أو المسارات أو التأثيرات بين الطمانينه الانفعاليه وكل من: التوافق الاجتماعى والضغوط الاكاديمية. ونظرًا لأن الفرضين الأول والثاني أشارت نتائجهما إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في الدرجة الكلية للطمأنينة الانفعالية ترجع إلى النوع أو الفرقة الدراسية، فإنه قد تم الاقتصار على اختبار صحة هذا الفرض لدى العينة الكلية.

وعند اختبار صحة هذا الفرض باستخدام تحليل المسار Path Analysis حظي النموذج الذي يضم التأثيرات الثلاثة الموضح بالشكل رقم (٢) على مؤشرات مطابقة تامة، حيث إن قيمة كا^{٢} = صفر ومستوي دلالتها = ١ أي غير دالة إحصائيًا، وقيمة مؤشر جذر متوسط مربعات البواقي RMSR = صفر، مما يدل على المطابقة النموذج التامة للبيانات موضع الاختبار

ويوضح الشكل التالي التاثيرات التي يتضمنها نموذج تحليل المسار:



شكل (٢)

نموذج تحليل المسار لدى طلاب الجامعة

والجدول رقم (١١) يوضح التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية التي يحتوى عليها نموذج تحليل المسار، مقرونة بقيم (ت) والخطأ المعياري لتقدير التأثير، والدلالة الإحصائية للتأثير.

جدول (١١)

التأثيرات التي يتضمنها نموذج تحليل المسار (مقرونة بقيم (ت) والخطأ المعياري لتقدير التأثير، والدلالة الإحصائية للتأثير) لدى طلاب الجامعة

المتغير المؤثر	نوع التأثير	المتغير المتأثر					
		الطمأنينة الانفعالية			الضغوط الأكاديمية		
		التأثير	الخطأ المعياري لتقدير التأثير	قيمة (ت)	التأثير	الخطأ المعياري لتقدير التأثير	قيمة (ت)
التوافق الاجتماعي	مباشر	٠.٣٠	٠.٠٥	٦.٤١**	-٠.٢٧	٠.٠٥	٥.٧٩**
	غير مباشر	٠.٠٣	٠.٠١	٢.٢٩*	-	-	-
	كلي	٠.٣٣	٠.٠٥	٧.٣٠**	-٠.٢٧	٠.٠٥	٥.٧٩**
الضغوط الأكاديمية	مباشر	-٠.١٢	٠.٠٥	٢.٥٠*	-	-	-
	غير مباشر	-	-	-	-	-	-
	كلي	-٠.١٢	٠.٠٥	٢.٥٠*	-	-	-

* دال عند مستوى (٠.٠٥) ** دال عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود تأثير موجب مباشر وغير مباشر وكلي دال إحصائيًا (عند مستوى ≤ ٠.٠٥) للتوافق الاجتماعي على الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب الجامعة. والتأثير غير المباشر للتوافق الاجتماعي على الطمأنينة الانفعالية عن طريق الضغوط الأكاديمية.
- وجود تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠٥) الضغوط الأكاديمية على الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب الجامعة.
- وجود تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠١) للتوافق الاجتماعي على الضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

ومن الشكل رقم (٢) والجدول رقم (١١) يمكن صياغة معادلات المسار البنائية لدى طلاب الجامعة في الصور التالية:

الطمأنينة الانفعالية = +٠.٣٠ (التوافق الاجتماعي) - ٠.١٢ (الضغوط الأكاديمية) .... (١)

الضغوط الأكاديمية = - ٠.٢٧ (التوافق الاجتماعي) .... (٢)

وقد بلغ معامل الارتباط المتعدد R^2 للمعادلتين السابقتين: ٠.١٢، ٠.٠٧ على الترتيب، وهما معاملان معقولان، مما يدل على أن قبول مستوى الدلالة العملية للبناء الموصوف في هاتين المعادلتين.

ومن إجمالي نتائج الفرض الخامس يتضح أنه قد تحقق، حيث أشارت نتائج هذا الفرض إلى وجود علاقة تأثير وتأثر بين الطمأنينة الانفعالية وكل من التوافق الاجتماعى والضغوط الاكاديمية لدى طلبة الجامعة، وأن التوافق الاجتماعي له تأثير موجب مباشر وغير مباشر وكلي دال إحصائيًا على الطمأنينة الانفعالية، وأن الضغوط الأكاديمية لها تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا على الطمأنينة الانفعالية، بالإضافة إلى وجود تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا للتوافق الاجتماعي على الضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

مناقشة وتفسير النتائج

أظهرت نتائج البحث الحالي مجموعة من النتائج وسوف يتم مناقشتها وتفسيرها فى ضوء الإطار النظري للبحث ونتائج البحوث السابقة المرتبطة بموضوع البحث.

فقد أشارت **نتائج الفرض الأول** إلى وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في ثلاثة أبعاد من أبعاد الطمأنينة النفسية، وذلك لصالح متوسط درجات الإناث (في حالة بُعد: النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس)، ولصالح متوسط درجات الذكور (في حالة بُعدي: الرضا عن الذات، والثقة)، في حين

أشارت نتائج هذا الفرض أيضًا إلى عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في كل من بُعد التفاؤل وفي الدرجة الكلية للطمأنينة الانفعالية.

وفيما يتعلق بمدى اتساق نتائج هذا الفرض مع ما انتهت إليه البحوث السابقة، فقد وُجد قدر من الاتساق مع نتائج بحث "سامية ابريعم" (٢٠١١) والتى توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى الأمن النفسي لدى المراهقين يعزى لمتغير النوع لصالح الذكور. فى حين اختلفت نتائج البحث الحالي بعض الشىء مع نتيجه بحث كل من "ويلكنسون وكوك" (Wilkinson&Cook, 2016) حيث أشاروا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الذكور والاناث فى الدرجة الكلية للطمأنينه الانفعالية.

وقد توصلت **نتائج الفرض الثانى** إلى وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في بُعد التفاؤل لصالح متوسط درجات الفرقة الأولى، في حين أشارت نتائج هذا الفرض أيضًا إلى عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الأبعاد الثلاثة (النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس، والرضا عن الذات، والتفاؤل) وفي الدرجة الكلية للطمأنينة الانفعالية، وفيما يتعلق بمدى اتساق نتائج هذا الفرض مع ما انتهت إليه البحوث السابقة، فقد وُجد قدر من الاختلاف مع نتائج بحث "رغداء نعيسة" (٢٠١٤) حيث توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات الأفراد على مقياس الأمن النفسي تعزى إلى متغير المستوى الدراسي لصالح الأفراد الأعلى فى المستوى الدراسي، وقد رأت الباحثة أن النتيجة التى تم التوصل إليها فى البحث الحالي منطقية إلى حد كبير وذلك نظرًا لتقارب العمر الزمنى بين أفراد عينة البحث و بالتالى لم يتضح وجود فروق بينهم فى الدرجة الكلية للطمأنينة الانفعالية.

كما أظهرت **نتائج الفرض الثالث** وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠١) بين الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. أي أنه كلما ارتفعت درجات التوافق الاجتماعي ارتفعت درجات الطمأنينة الانفعالية لدى

طلبة الجامعة، وفيما يتعلق بمدى اتساق نتائج هذا الفرض مع ما انتهت إليه البحوث السابقة، فقد وُجد قدر من الاتساق والاتفاق مع نتائج بحث "مهنا بشير عبدالله" (٢٠١٠) حيث أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيًا بين التوافق النفسي الاجتماعي للعينة ومستوى شعورهم بالأمن والطمأنينة النفسية لديهم، كما اتفقت نتائج البحث الحالي مع نتائج بحث "رغداء نعيسة" (٢٠١٤) والتى قد أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائيًا بين درجات الأفراد على مقياس الأمن النفسي ودرجاتهم على مقياس التوافق الاجتماعي.

وبالنسبة **لنتائج الفرض الرابع** فقد تم التوصل إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا (عند مستوى ٠.٠١) بين الطمانينه الانفعاليه والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة. أي أنه كلما ارتفعت درجات الضغوط الأكاديمية انخفضت درجات الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة. وفيما يتعلق بمدى اتساق نتائج هذا الفرض مع ما انتهت إليه البحوث السابقة، فوُجد قدر من الاتساق والاتفاق مع نتائج بحث "زينكنكو واخرين" (Zinckenko et al., 2013) وأسفرت النتائج عن وجود علاقه ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين كل من الطمأنينة الانفعالية والضغوط الأكاديمية التى تقع على الطلبة من جهة أخرى.

وقد أشارت **نتائج الفرض الخامس** إلى وجود علاقة تأثير وتأثر بين الطمأنينة الانفعالية وكل من التوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، وأن التوافق الاجتماعي له تأثير موجب مباشر وغير مباشر وكلي دال إحصائيًا على الطمأنينة الانفعالية، وفيما يتعلق بمدى اتساق هذه النتيجة مع ما انتهت إليه البحوث السابقة، فقد وُجد قدر من الاتساق والاتفاق مع نتائج بحث "كابون وواشينجتون" (Capon& Washington, 2015) والتى قد أشارت نتائج بحثهم إلى وجود تأثير إيجابى دال إحصائيا للتوافق الاجتماعي على زيادة مستوى الطمأنينة الانفعالية لديهم.

كما أظهرت نتائج الفرض الخامس أن الضغوط الأكاديمية لها تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا على الطمأنينة الانفعالية، كما اتفقت هذه النتيجه

للبحث مع ما توصل اليه بحث كل من "ويلكنسون وكوك" (Wilkinson&Cook, 2016) حيث أسفرت نتائج بحثهما عن أن المراهقين الأكثر عرضة للضغوط أدى إلى انعدام وفقدان شعورهم بالطمأنينة الأنفعالية مما أدى إلى وجود علاقه ارتباطية سالبه داله احصائيا بين كل من الطمأنينة الانفعالية وزيادة مستوى الضغوط الأكاديمية التى تقع على الطلبة

بالإضافة إلى ذلك أظهرت نتائج الفرض الخامس وجود تأثير سالب مباشر وكلي دال إحصائيًا للتوافق الاجتماعي على الضغوط الأكاديمية لدى طلاب الجامعة وقد اتفقت النتيجة الحالية مع ما توصل اليه بحث "حسين وأخرين" (Hussain et al., 2008) وقدأشارت نتائج بحثهم إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيًا بين كل من التوافق الاجتماعي وزيادة مستوى الضغوط الأكاديمية للطلبة.

البحوث المقترحه :

من خلال العرض السابق ومن خلال اطلاع الباحثة على المتغيرات ذات الصلة بالبحث الحالي فإن الباحثة تقترح عددًا من البحوث المستقبلية التي يمكن البحث فيها:

١ - العلاقه بين كل من الطمأنينه الانفعالية والدافعية للانجاز لدى طلبة الجامعة.

٢ - أثر الضغوط الأكاديمية والقلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة على التوافق النفسي الاجتماعي لديهم.

٣ - الضغوط الأكاديمية لدى عينة من المراهقين وعلاقتها بالذكاء وبعض المتغيرات الديموجرافية لديهم.

٤ - أثر كل من الطمأنينة الانفعالية والحرية النفسية على الإبداع لطلبة الجامعة.

٥ - أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالطمأنينة الانفعالية لدى عينه من المراهقين.

التوصيات :

في ضوء النتائج السابقة توصي الباحثة بما يلي :

١ - تعزيز الشعور بالطمأنينة الانفعالية التي يتمتع بها طلبة الجامعة وذلك من خلال التعرف على احتياجاتهم والعمل على إشباعها .

٢ - إبراز أهمية الطمأنينة الانفعالية في حياة الفرد بصفة عامة والطالب الجامعي بصفة خاصة وذلك من خلال عقد ندوات مع المتخصصين في هذا المجال .

٣ - عقد برامج لطلبة الجامعة تهدف إلى توعيتهم بالأساليب والطرق السليمة للتغلب على الصعوبات التي تعترضهم مما تجعلهم أكثر قدرة على مواجهة مثل هذه الصعوبات والتوافق معها بشكل سليم .

٤ - عقد برامج للدعم والإرشاد الأكاديمي حتى يمكن تحديد الضغوط الأكاديمية لطلبة الجامعة في وقت مبكر ومن ثم التعامل معها ومحاولة التغلب عليها .

٥ - الحاجة إلى المزيد من البحث للتعرف على مصادر الضغوط الأكاديمية التي يواجهها طلبة الجامعة حتي يتمكن علماء التربية من استخدام مقاييس جديدة لمساعدة الطلبة والعمل على التنمية السليمة لعقولهم

المراجـع

أولاً: المراجع العربية:

١. ابراهيم الشافعي ابراهيم (٢٠١٠) . ادمان الانترنت وعلاقتة بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدي طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية ، **مجلة دراسات نفسية** ، القاهرة ، المجلد (٢٠) ، العدد (٣) ، ص٤٣٧ -٤٦٤ .

٢. احمد عبدالحليم عربيات ، عمر محمد الخرابشة (٢٠٠٧). الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقين وإستراتيجية التعامل معها . **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس** ، المجلد الخامس ، العدد الثاني ، ص١ -٣٢ .

٣. خولة عزات القدومي ، ياسر فارس خليل (٢٠١١) . ادراكات طلبة جامعة إربد الأهلية لمصادر الضغوط النفسية في ضوء بعض المتغيرات . **مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات النفسية)** ، المجلد (١٩) ، العدد الأول ، ص ٦٤٧ -٦٧٨

٤. رغداء نعيسة (٢٠١٢) . الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي " دراسة ميدانية " على عينة من طلبة جامعة دمشق بالمدينة الجامعية ، **مجلة جامعة دمشق** ، المجلد ٢٨، العدد الثالث ، ص١١٣ -١٥٨ .

٥. رغداء نعيسة (٢٠١٤). مستوي الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي ، **مجلة جامعة دمشق** ، المجلد (٣٠) ، العدد الثاني ، ص ٨١ -١٢٥ .

٦. زينب محمود شقير (ب ت) . الأمن النفسي لدي الكفيف ، **المؤتمر العلمي الأول ، بقسم الصحة النفسية** ، كلية التربية – جامعة بنها ، ص٧٧ -٨٦ .

٧. زينب محمود شقير (٢٠٠٥) . **مقياس الأمن النفسي** – كراسة التعليمات – مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .

٨. سامية ابريعم (٢٠١١). الأمن النفسى لدى المراهقين (دراسة ميدانية على عينة من المرحلة الثانوية). **دراسات نفسية وتربوية**، العدد (٦)، ص ٢٥٠ -٢٧٩.

٩. سهام احمد الحطاب (٢٠٠١) . القيم الدينية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية والدافع للانجاز لدي طلبة وطالبات الجامعة . **مجلة كلية التربية ببنها** ، مجلد (١٢) ، عدد (٤٩) ، ص ١٦٦ -١٩٩ .

١٠. عبد الرحمن بن عيد الجهني (٢٠١٠) . الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة النفسية والتحصيل لدي طلبة الجامعة ، **مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية** ، المجلد (٤) ، العدد (١) ، ص ٦١ -٩١ .

١١. فهد بن عبدالله بن علي الدليم (٢٠٠٥) . الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدي عينة من طلبة الجامعة ، **مجلة جامعة الملك سعود – العلوم التربوية والدراسات الإسلامية** ، مجلد (١١٨) ، العدد (١) ، ص ٣٢٩ - ٣٦٢ .

١٢. محمد يوسف احمد راشد ، عيسي علي (٢٠١١) . التوافق الدراسي والشخصي والاجتماعي بعد توحيد المسارات في مملكة البحرين . **مجلة جامعة دمشق** ، المجلد (٢٧) ، ص٧٠١ -٧٤٠ .

١٣. مهنا بشير عبدالله (٢٠١٠) . الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدي طلاب معهد إعداد المعلمين . **مجلة التربية والعلم** ، المجلد (١٧) ، العدد (٣) ، ص ٣٦٠ -٣٨٤

١٤. مؤمن بكوش، عيسى قيقوب (٢٠١٢). القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسى الاجتماعى لدى الطالب الجامعى. **بحث مكمل لنيل درجة الماجستير فى علم النفس**، جامعة بسكرة

١٥. هدي صالح بن عبدالرحمن ، أسيا علي راجح (٢٠١١) . مستوي الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) ، لدي الطالبة الجامعية في ضوء الحالة الاجتماعية والتخصص والمستوي العلمي ، **المؤتمر السنوي السادس عشر ، مركز الإرشاد النفسي** ، جامعة عين شمس ، (مصر) المجلد (٢) .ص٦٤٥ -٧٢١ .

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Almog, F. (2011). Academic and social adjustment of university students. ***Phd thesis,*** Bar-Ilan University.

Backovic, D., Zivojinovic, J.I, Maksimovic, J.P& Maksimovic, M. (2012). Gender differences in academic stress and burnout among medical students in final years of education. ***Psychiatria Danubina***, 24(2), 175-181.

Capon, L.M., & Washington D.C. (2015). Marital conflict, childrens emotional security and psychological adjustment: An observational study of the influence of marital positivy ***PhD thesis, university of America***.

Cummings, E.M., & Davies, P.T., (1996). Emotional security as regulatory process in normal development and the development of psychopathology. ***Development and psychopathology***, 8, 123-139

Cummings, E.M., & Schatz, J. N. (2012). Family conflict, Emotional security, and child development: Translating resrarch findings into aprevention program for community families. ***Clinical child and family psychology review***, 15-14-27

Cummings, E.M., & Schermerhorn, A.C., Davies, P.T., & Cummings, J.S. (2006). Interparental discord and child adjustment: prospective investigations of emotional security as an explanatory mechanism. ***Child development***, 77,132-152.

Davies, P.T., & Cummings, E.M. (1998). Exploring childrens emotional security as amediator of the link between marital relations and child adjustment. ***Child development,*** 69,124-139

Dixon, S.k. &Kurpius, S.E. (2008). Depression and college stress among university undergraduates, ***Journal of college studentd development***, 49(5) , 412-424 .

Forman, E.M., & Davies, P.T. (2005). Assessing appraisals of security in the family system the development of the security in the famil system. ***Journal of child psychology and psychiatry***, 46(8), 900- 916

Harold, G.T.; Shelton, K.H.; Goeke–Morey, M.C.; & Cummings, E.M.(2004) . Marital confict, Emotional security about family Relationships and Adjustment. ***Social development***, 13(3), 350- 375

Hussain, A.; kumar, A.; & Husain, A. (2008). Academic stress and Adjustment among high school students. ***Journal of Indian academic of applied psychology***, 34, 70-73

Khalili, M., Hashemi, L. & Ghasemi, B. (2014). Comparison of the dimensions of emotional security in adolescents based on family type using the family process and content model. ***Journal of educational and managements studies***, 4(1), 128-134.

Khan, M.J., Altaf, S., &Kausar, H. (2013). Effect of perceived academic stress on students performance .***FWU Journal of social Sciences***, 7(2), 146-151.

Kumaraswamy, N. (2013). Academic stress, anxiety and depression among college students – abrief review. ***International review of Social sciences and humanities,*** 5(1), 135-143.

Lal, K. (2014). Academic stress among adolescent in relation to intelligence and demographic factors. ***American international Journal of research in humanities, Arts and social sciences***, 5(1), 123-129

Larson, E.A. (2006). Stress in the lives of college women, ***Journal of adolescent researc***h, 21(6), 579-606

Liao, K.Y., & Wei, M. (2014). Academic stress and positive affect: Asian value and self worth contingen as moderators among Chinese international students. ***Cultural diversity and Ethnic minority psychology***, 20 (1), 107-115.

McCoy, K., Cummings, E.M., & Davies, P.T. (2009). Constructive and destructive marital conflict, emotional security, ***Journal of psychology and psychiatry***, 50, 270-279

Misra, R. & Castillo, L.G. (2004). Academic stress among college students. Comparison of American and international students. ***International journal of stress management***, 11 (2), 132-148.

Misra, R.& Mckean,M. (2000) . College students' academic stress and its relation to their axiety time management, and leisure satisfaction. ***American journal of health studies***, 16 (1), 41-52

Mulyadi, S. (2010). Effect of psychological security and Psychological freedom on verbal creativity of Indonesia schooling students. ***International journal of business and social science***, 1(2), 72-79.

Murphy, M.C., & Archer, J. (1996). Stressors on the college: Acomparison of 1985-1993. ***Journal of college student development***, 37(1), 20-28.

Pathak,Y.V.(2014). Mental health and social adjustment among college students. ***International journal of public mental health and neurosciences***, 1(1),11-14.

Qarehaqi, F.,& Agiler –Vafai , M. (2009). The role of marital conflicts and emotional securityin the physical, social and mental health. ***Iranian journal of clinical psychiatry and psychology***, 15,359-367

Ragheb, K.G. & McKinney, J. (1993). Compus recreation and perceived academic stress. ***Journal of college student development***, 34(1), 5-10.

Schudlich, B.A. (2003). Parental dyspharia, marital conflict: Relations with emotional security and adjustement. ***Phd Dissertation, University of Notre Dame***, Indiana.

Sinha, V. K. (2000). ***Academic stress and its management.*** In S. Gupta (ed.) Proceedings of the orientation course in clinical Psychology. New Delhi, AIIMS.

Stocking, J. (2010). Emotional security in response to marital conflict: the role of emotions and strategies in parents conflict ***PhD Thesis, university of Utah***.

Towbes, L. & Cohen, L. H. (1996). Reported personal stress sources and adjustment of entering freshmen. ***Journal of counseling psychology*** 14,371-373

Wilkinson, K., & Cook, E. (2016). Stress respose and emotional security in the intergenerational transmission of depressive symptons. ***Journal of child& Adolescent***, 4(1), 1-9.

Wilks, S.E. (2008). Resilience and academic stress: the moderating impact of social support among social work students. ***Advances in social work***, 9 (2), 106-125.

Zinckenko, Y.P., Busygina, I.S. &Perelygina, E.B. (2013). Stress-Inducing situations and psychological security of the penal system staff. ***Social and behavioral science***, 86, 93-97.