

الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات
السعودية

Emotional balance and its relationship to self-esteem among graduate students in Saudi Arabia Universities

أ.م.د/ سوسن محمد علي العليوي^١

جامعة أم القري، كلية التربية، السعودية، Email: smelaiewi@uqu.edu.sa

تاريخ الاستلام: 2024/12/27 تاريخ القبول: 2025/01/29 تاريخ النشر: 2025/03/19

Doi: 10.21608/gfsc.2025.418224

مستخلص البحث:

هدفت الدراسة إلى التعرف على التوازن الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في جامعات المملكة العربية السعودية. وتم استخدام المنهج الوصفي (الارتباط). تكونت عينة الدراسة من (٢١٥) طالباً من طالبات الدراسات العليا في جامعات المملكة العربية السعودية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. وأدوات الدراسة هي: مقياس الجيالي ومزيد (٢٠١٩) مقياس التوازن الانفعالي، مقياس الأوسم (٢٠٢٠) تقدير الذات. وأظهرت النتائج: أن مستوى الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى الطلبة الخريجين مرتفع، وأن الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا في جامعات المملكة العربية السعودية موجود. الكلمات المفتاحية: الاتزان الانفعالي، تقدير الذات، الدراسات العليا.

Email: smelaiewi@uqu.edu.sa

المؤلف المرسل: أ.م.د/ سوسن محمد علي العليوي

Abstract:

The study aimed to determine the Emotional balance and its relationship to self-esteem among graduate students in Saudi Arabia Universities. The descriptive approach (correlation) was used. The study sample consisted of (215) graduate students in Saudi Arabia universities who were selected by a random method. The study tools were: Al Hayaly& Mazed (2019) emotional balance scale, Al Ausam (2020) self-esteem scale. The results showed: The level of emotional balance and self-esteem among graduated students were high, The Emotional balance and its relationship to self-esteem among graduate students in Saudi Arabia universities were existence.

Keywords: Emotional balance, Self-esteem, Graduate students.

مقدمة:

تعتبر مرحلة الدراسات العليا لدى الطلبة مرحلة تغيير جذري في شخصية الفرد وقد يتضح ذلك في مدى قوة اتزان الفرد وضبط انفعالاته اثناء مواجهة عدة ضغوطات قد تعترضهم، قد تتمثل هذه الضغوطات في مشكلات اكااديمية، علمية، او ادراية قد تقلل من جودة عمل طلبة الدراسات العليا. ومن هنا ترى الباحثة ضرورة مواجهة الطلبة لهذه الضغوطات من خلال ضبط انفعالاتهم ويتضح ذلك من خلال هذه الدراسة المعنونة في الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا بالجامعات السعودية.

إن ما يميز الإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية هو قدرته على ضبط انفعالاته والتحكم فيها بطريقة لا تقود إلى الإضرار بشخصيته، وذلك من خلال تحقيق درجة من الاتزان الانفعالي الذي يعد سمة إيجابية في الشخصية، وحالة من التكيف الذي يسعى له كل فرد، واستراتيجية تستخدم لمواجهة الضغوط الحياتية (القيسي، ٢٠٢٠).

ويعد الاتزان الانفعالي جانباً من جوانب حياة الفرد الهامة، فهو عامل يحدد نمط الشخصية الإنسانية، حيث أن الفرد المتزن انفعالياً يمتلك القدرة على تحمل تأجيل إشباع حاجاته، ولديه القدرة على تحمل قدر معقول من الإحباط، ولديه القدرة على مراجعة أهدافه وتوقعاته في ظل الظروف التي تستجد لديه، كما أنه يؤمن بالتخطيط بعيد المدى (Tarannum & Khatoon، ٢٠٠٩).

لقد عرف الاتزان الانفعالي بأنه "حالة معقدة من الشعور الذي يؤدي إلى تغيرات جسدية ونفسية تؤثر في الفكر والسلوك، خصوصاً في عصر المنافسة والتوتر الذي يؤثر على الصغار والكبار الأمر الذي يولد العديد من المشكلات النفسية والجسدية كالقلق والإحباط، فالاتزان النفسي ليس فقد أحد أنماط الشخصية الفعالة بل أنه يساعد على التحكم في نمو وسلوك الفرد" (Pankaj، ٢٠١٦).

كما أن مفهوم تقدير الذات يعد أيضاً من المفاهيم التي اهتم بها الباحثين الذين درسوا النظريات المرتبطة بالذات، وقد أصبح مصطلح تقدير الذات أكثر المصطلحات تداولاً بين الباحثين النفسيين منذ أواخر الستينيات، حيث قام العديد من الباحثين بدراسة علاقته مع متغيرات نفسية أخرى، كونه من أهم المتغيرات النفسية للإنسان، فالإنسان يغير من أنماط سلوكه بشكل نموذجي عندما ينتقل من دور إلى آخر (الأشول في شاهين وناصر، ٢٠١٣).

ويشهد الوقت الحالي مزيداً من الاهتمام بتقدير الذات، ذلك أن الأفراد يرون أن حاجتهم لتقدير الذات مرتبطة لديهم بالشعور بالرضا عن الحياة، واستحقاقية الذات أو الشعور بالمشاعر الإيجابية نحو الذات، والحاجة إلى تعزيز الذات وتقديرها للتعويض بالقدرة على مواجهة مجريات الحياة، والقدرة على الاستمرار والتقدم (برافين، ٢٠١٦).

وفي محاولة لدراسة العلاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية، لم يقع تحت يد الباحثة إلا القليل من الدراسات التي تناولت هذه العلاقة -في حدود معرفة الباحثة ومسح الدراسات السابقة- كما لم تتوفر أي دراسة محلية تتناول الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات. ومن هنا تأتي أهمية هذه الدراسة، فهي من وجهة نظر الباحثة تعد إسهاماً في تناول هذه المفاهيم في بيئة الدراسات العليا في المملكة العربية السعودية.
مشكلة الدراسة:

تعد التغيرات السريعة في كافة نواحي الحياة سمة العصر الذي نعيش فيه، لذا تصبح القدرة على التكيف والتوافق مع النفس وظروف العصر المتغيرة أمر ملح، ومع التطورات المتسارعة على كافة المستويات العلمية والاجتماعية والنفسية تنجم الكثير من المشكلات للأفراد بشكل عام ولطلبة الدراسات العليا بشكل خاص، وتعد إحدى

أهم تلك المشكلات هو الشعور المستمر بالقلق وعدم الاتزان والخوف من المستقبل (العكايشي، ٢٠٠٠).

وتعد الضغوط التي تقع على طالبة الدراسات العليا ضغوطاً مضاعفة مع التي يتعرض لها الفرد العادي. لهذا نجد أن طالبة الدراسات العليا تحاول جاهدة أن تولد حالة من الاتزان النفسي والتكيف مع التحديات التي تواجهها في كافة الأدوار التي تشغلها، ومن بينها دورها كطالبة. ونتيجة لتراكم تلك الضغوط قد نجد الكثيرين من طالبات الدراسات العليا يعانون من انخفاض في تقدير الذات.

اسئلة الدراسة:

ومن هنا تسعى هذه الدراسة الحالية إلى الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية؟
- ما مستوى تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية؟
- هل توجد علاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية؟
- هل توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجة- عزباء - منفصلة)؟
- هل توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للتخصص (علمي- ادبي)؟
- هل توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجة- عزباء - منفصلة)؟
- هل توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للتخصص (علمي- ادبي)

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى التعرف على:

- قياس الاتزان الانفعالي لطالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية.
- قياس تقدير الذات لطالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية
- التعرف إلى طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى عينة من طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية.
- التعرف إلى دلالة الفروق الاحصائية بين متوسطات الاتزان الانفعالي لطالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية وفقاً للمتغيرات: للتخصص (علمية، ادبية)، والحالة الاجتماعية (متزوجة - عزباء - منفصلة).
- التعرف إلى دلالة الفروق الاحصائية بين متوسطات تقدير الذات لطالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية وفقاً للمتغيرات: للتخصص (علمية، ادبية)، والحالة الاجتماعية (متزوجة - عزباء - منفصلة).

مصطلحات الدراسة:

الاتزان الانفعالي Emotional Stability:

يعرف بأنه: "حالة التروي والمرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد الذين يميلون لهذه الحالة الأكثر سعادة، وهدوءً وتفاؤلاً، وثباتاً للمزاج، وثقة بالنفس، أما الأفراد الذين يعزفون عن هذه الحالة فليدهم مشاعر الدونية، وتسهل إثارتهم، ويشعرون بالانقباض والكآبة، والتشاؤم، ومزاجهم متقلب" (ريان، ٢٠٠٦).

التعريف الاجرائي للاتزان الانفعالي:

مستوى قدرة الفرد على ضبط انفعالاته ويعبر عنها بالدرجة التي يحصل عليها طلبة الدراسات العليا على مقياس الاتزان الانفعالي.

تقدير الذات:

يعرف بأنه: "عملية وجدانية من خلالها يستطيع الفرد أن يقيم الصورة التي ينظر فيها إلى نفسه من معتقدات، وقيم، ومشاعر، وأفكار، واتجاهات تتضمن قبوله لذاته أو عدم قبوله، وإحساسه بأهميته، وجدارته، وشعوره بالكفاءة في المواقف الاجتماعية" (شعبان، ٢٠١٠).

التعريف الاجرائي لتقدير الذات:

الصورة التي ينظر بها طلبة الدراسات العليا بشكل ايجابي أو سلبي وتؤثر في سلوكهم وتعاملهم مع أنفسهم ومع الآخرين، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها طلبة الدراسات العليا على مقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة. حدود الدراسة:

الحد الموضوعي: يتمثل في دراسة العلاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى عينة الدراسة.

- الحد البشري: يشمل طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية.
- الحد المكاني: سيتم إجراء هذه الدراسة على مختلف الجامعات السعودية.
- الحد الزمني: سيتم إجراء هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٤٢-١٤٤٣هـ.

الإطار النظري:

أولاً: الاتزان الانفعالي:

يأتي مصطلح الاتزان الانفعالي ضمن مفهومين من مفاهيم علم النفس، وهما الاتزان والانفعال، مفهوم الاتزان ويعني أن الفرد لديه قدر من الطاقة الثابتة بمقدار يميل إلى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي، وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوي يمثل الحالة المتوسطة للتوتر داخل الكائن الحي، وهي عملية الاتزان، أما الانفعالات فهي إحدى مكونات بناء شخصية الفرد في مظهره الخارجي، وتعبّر عن مجموعة حدود النشاط المنظم السوي، أي الحركة التي تتعدى الحدود، وتكون أهم المظاهر الانفعالية في سلوكيات الفرد (سليمان، ٢٠٠٦).

يعرف الاتزان الانفعالي بأنه "أحد الأبعاد الأساسية في الشخصية الذي يمتد على شكل متصل مستمر من القطب الموجب الذي يمثله الاتزان الانفعالي إلى القطب السالب الذي تمثله العصبية، وأن أي شخص يمكن أن يكون في أي مكان على هذا المتصل، يمكننا أن نوصفه طبقاً لمكانه، وأن جميع المواقع محتملة، ويمثل الاتزان الانفعالي الشخص الهادئ، الرزين الثابت، المنضبط، غير العدواني، المتفائل، الدقيق" (بني يونس، ٢٠١٣: ٣٣٣).

النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي:

١ - نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن الذات (الأنا) هي عبارة عن جهاز سيطرة أراي منظم للشخصية له القدرة على القيام بوظائفه من خلال سيطرته على منافذ السلوك والفعل واختيار الجوانب البيئية المناسبة لها، وتحديد ما هي الغرائز التي تحتاج إلى إشباع، وما هي الطريقة التي يتم بها ذلك الأشباع (الدحماني، ٢٠١٧: ٤٨). فالفرد يتجنب المثيرات القوية عن طريق الهرب، لكنه يواجه المثيرات المعتدلة بالتكيف، ويتعلم من البيئة الخارجية بالنشاط والمثيرات التي تؤثر في الأنا، فالتوترات إذا زادت يشعر بأنها ألم، وإن انخفضت يشعر بأنها لذة، لهذا فإنه يستجيب بالقلق للألم (سفيان، ٢٠٠٤: ٧٥).

يقول فرويد: "إن الصورة التي كونهاها عن الأنا من حيث أنه وسيط بين الهو وبين العالم الخارجي، ويتسلم المطالب الغريزية من الهولكي يتولى اشباعها ويستمد الإدراكات الحسية من العالم الخارجي ثم يستخدمها كذكريات" (فرويد، ١٩٨٦: ١٣٦).

٢ - النظرية السلوكية:

ترى النظرية السلوكية أن الانفعال عادة ما ينشأ بسبب الصراع الذي يدور داخل الفرد، والذي يقود إلى القيام بالاستجابات المختلفة، أو ردود الفعل غير المتوافقة، الأمر الذي يجعل الفرد يفقد السيطرة على سلوكه، ويتسبب بفقدان توازنه الانفعالي، فالنظرية السلوكية ترى أن الانفعال عادة ما يكون ناتجاً عن الصراع الذي يتعرض له الفرد، فالصراع هو أساس الانفعال (السيد، ١٩٩٨: ١٣٤).

٣ - النظرية البيولوجية:

ترى هذه النظرية أن الانفعالات نتاج بيولوجي لعملية التطور، فهي بمثابة عملية تكيف. حيث يؤدي ظهور الحاجات إلى ظهور انفعالات سلبية لدى الفرد، مما يولد طاقة تهدف لاختيار الأسلوب الأمثل لإشباع تلك الحاجات بشكل سريع. وعندما يتم اشباع تلك الحاجات تظهر الانفعالات الإيجابية، وعندما تثبت هذه الانفعالات الايجابية في الذاكرة فإنها تنشط الفرد على الاقدام لاتخاذ القرارات المناسبة في اختيار الأسلوب الأفضل في اشباع حاجاته. أما عندما تتعارض النتيجة المتوقعة للسلوك مع خطة الفرد فإن ذلك يقود إلى ظهور حالة من عدم الاتزان الانفعالي، والتي تعمل بدورها على

استثارة الفرد للبحث عن أساليب فاعلة لتحقيق اهدافه والوصول غلى حالة الاتزان الانفعالي (بني يونس، ٢٠١٣: ٣٠٢).

إن الاتزان الانفعالي السوي يساعد الفرد على مواجهة الصعاب، ومحاولة الوصول إلى حلول لها، وهو الذي يوفق بين متطلبات الفرد واحتياجاته، وهو بذلك يعد ظاهرة صحية تدل على الصحة النفسية التي يتميز بها الأفراد الأسوياء عن غيرهم (عمارة وبو عيشة، ٢٠١٣: ١٢).

ثانياً: تقدير الذات:

تقدير الذات من أهم متغيرات الشخصية التي تمثل وقاية في مواجهة الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد. فهذا المتغير يؤثر بشكل مباشر في سلوك الفرد طوال حياته، فقد أشار كوبرسميث (Coopersmith، ٢٠٠٢: ٥٤) إلى أن تقدير الذات يؤثر في تقدير الفرد للضغوط وقدرته على تحملها ومواجهتها.

يعتبر مفهوم الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الفرد، ويعد أحد أهم أبعاد الشخصية، فلا يمكن أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الإنساني بشكل عام، دون أن تشمل مفهوم الذات. ومن هنا برز الاهتمام بمفهوم تقدير الذات الذي تناوله العديد من الباحثين بالدراسة، حيث اعتبر "كولي" أن صورة الفرد عن ذاته تمثل محصلة انعكاسات تقييم الآخرين له (شعيب، ١٩٨٨: ١٣٥).

ويعرف كوبرسميث (Coopersmith، ٢٠٠٢: ٣٥) تقدير الذات بأنه الحكم على صلاحية الفرد من خلال اتجاه تقويمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية والأكاديمية والعائلية والشخصية.

ويرى البعض أن تقدير الذات يمثل مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات يستدعها الفرد عندما يواجه الآخرين، وهي تتضمن معتقداته وأفكاره فيما إذا كان يتوقع النجاح أو الفشل ومدى إدراك الفرد لخبرات الفشل وقدرته على اجتيازه (شاهين وحمد، ٢٠٠٧: ٣).

ويلخص روبنس وترزيسنوسكي (Robins & Trzesniewski، ٢٠٠٥) أهم ملامح تقدير الذات في كافة المراحل من الطفولة إلى الشيخوخة، حيث يبين أن تقدير الذات في الطفولة يكون مرتفعاً نسبياً، ثم ينخفض في مرحلة المراهقة، ويعود مرة أخرى للارتفاع تدريجياً في مرحلة الرشد، لكنه ينخفض بشكل حاد في مرحلة الشيخوخة.

النظريات المفسرة لتقدير الذات:

١ - نظرية موريس روزنبرج (١٩٨١) Rosenberg theory:

يعد روزنبرج أحد الذين ساهموا في بلورة مفهوم تقدير الذات، ويقدم نظريته في تقدير الذات من خلال تصوره للذات بأنها ظاهرة اجتماعية مستنداً لعدة اقتراحات أهمها:

- إن الذات كيان اجتماعي.
 - إن القيم التي تنظمها الذات تنبع من عوامل كالثقة والدور الذي يلعبه الفرد في الأسرة والمجتمع.
- ويصف روزنبرج تقدير الذات بأنه موقف الفرد الإيجابي أو السلبي تجاه نفسه (عبد الرؤوف، ٢٠١٨: ١١٩).

٢ - نظرية كوبر سميث (١٩٨١) cooper smith theory:

يرى كوبر سميث أن تقدير الذات ظاهرة معقدة تتضمن كل من تقييم الذات ورد الفعل أو الاستجابات الدفاعية. فتقدير الذات عند سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين، التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته وصفاته، والتعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته، والتي يمكن ملاحظتها ملاحظة خارجية (إلياس، ٢٠١٧: ٢٢٢).

- أبعاد ومكونات تقدير الذات:
- أقسام تقدير الذات:

يقسم علماء النفس تقدير الذات إلى قسمين هما:

أولاً: تقدير الذات المكتسب: وهو الذي يكتسبه الفرد خلال إنجازاته فيحصل على الرضى بقدر ما أدى من نجاح.

ثانياً: تقدير الذات الشامل: ويعود للحس العام بالافتخار بالذات، فهو ليس مبني على مهارة محددة أو إنجازات معينة، مما يعني أن الأفراد الذين أخفقوا في حياتهم العملية ما زالوا يتمتعون بالتقدير الذاتي العام (عبد الرؤوف، ٢٠١٨: ١١٦).

الدراسات السابقة:

في دراسة الاعسم، (٢٠٢٠). والتي هدفت إلى معرفة درجة تقدير الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى عينة من الطلبة المراهقين في مدارس مدينة رهط، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت عينة الدراسة من (٣٢٣) مراهقاً، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لتقدير الذات وبين الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي، كما أظهرت أن تقدير الذات لدى عينة الدراسة كان مرتفعاً، وأظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقدير الذات لدى العينة تعزى للجنس لصالح الإناث، كما أشارت النتائج أن الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي لدى عينة الدراس كان متوسطاً، وأظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الاتزان الانفعالي لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

وقام المجدلوي (٢٠٢٠) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على اتجاهات الطلبة نحو الأنشطة الترويحية، ومعرفة مستوى كل من الاتزان النفسي والتمكين النفسي لدى عينة من طلبة جامعة الأقصى. استخدمت الاستبانة كأداة لجمع بيانات الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٨) طالباً وطالبة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي. أظهرت النتائج أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى الطلبة متوسطاً، كما أظهرت وجود فروق في الاتزان الانفعالي لصالح الذكور، كما أظهرت وجود علاقة ايجابية بين متغيرات اتجاهات الطلبة نحو الأنشطة الترويحية والاتزان الانفعالي.

دراسة القيسي (٢٠٢٠)، والتي هدفت إلى التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بأساليب التنشئة الوالديه لدى عينة من طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة العلوم الإسلامية. استخدمت الدراسة مقياس الاتزان الانفعالي لجمع بيانات الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (١٨٤) طالباً وطالبة. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي. أظهرت نتائج الدراسة تدني مستوى الاتزان الانفعالي لدى الطلبة، كما أظهرت وجود علاقة سلبية بين أساليب التنشئة الوالديه والاتزان الانفعالي لدى أفراد العينة.

دراسة الربضي (٢٠١٨)، والتي هدفت إلى استكشاف العلاقة بين مفهوم الذات والاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدرسة الملك عبد الله الثاني في منطقة

عجلون. استخدمت الدراسة مقياس مفهوم الذات، ومقياس الاتزان الانفعالي. تكونت عينة الدراسة من (٥٠) طالباً وطالبة. أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة لديهم اتزان انفعالي بدرجة متوسطة، كما أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين الاتزان الانفعالي ومفهوم الذات، كما أظهرت عدم وجود فروق في مفهوم الذات والاتزان الانفعالي وفقاً لمتغير الجنس.

وقام كل من ملح، غزالي، ومومني (٢٠١٧) بإجراء دراسة هدفت إلى الكشف عن نمط الشخصية ومستوى تقدير الذات والعلاقة بينهما لدى طلبة مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز. تم استخدام مقياس تقدير الذات لروزنبرج كأداة لجمع بيانات الدراسة إضافة لقائمة نمط الهوية. تكونت عينة الدراسة من (٦٥) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة كان متوسطاً، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى تقدير الذات يعزى لمتغير الجنس.

في دراسة قام بها الربيع وعطية (٢٠١٦) هدفت إلى الكشف عن الاتزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك. استخدم الباحثان مقياس الاتزان الانفعالي، المكون من (٥٤) فقرة، ومقياس ضبط الذات، المكون من (٣٥) كأدوات لجمع بيانات الدراسة. تكونت عينة الدراسة من (٧٤٩) طالباً وطالبة من طلبة جامعة اليرموك، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة، كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي ككل، وفي مجال المرونة في التعامل مع المواقف والأحداث، تعزى لاختلاف متغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي ككل، وفي المجالات، تعزى لاختلاف متغيري المستوى الدراسي، والتخصص، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاتزان الانفعالي، ومستوى ضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك.

وقامت أدم والجاجان (٢٠١٤) بدراسة هدفت إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة قسمي علم النفس والإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة دمشق. استخدمت الدراسة مقياس جودة الحياة ومقياس تقدير الذات كأدوات

لجمع البيانات. تكونت عينة الدراسة من (٢٨٠) طالباً وطالبة. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة وتقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة، كما أظهرت وجود فروق في تقدير الذات تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق في تقدير الذات تبعاً للتخصص الدراسي لصالح الإرشاد النفسي. في دراسة قام بها دون توتان وسابماز (Dogan; Totan & Sapmaz, 2013) هدفت إلى فحص آثار تقدير الذات والرفاهية النفسية والفعالية الذاتية العاطفية ومتغيرات التوازن المؤثر على السعادة. تكونت عينة الدراسة من (٣٤٠) طالباً من طلاب الجامعات التركية. تم استخدام استبيان أكسفورد للسعادة، مقياس الإعجاب الذاتي / الكفاءة الذاتية، مقياس الأزدهار، مقياس الكفاءة الذاتية العاطفية، ومقياس الأحداث الإيجابية والسلبية كأدوات لجمع بيانات الدراسة. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية وهامة بين الرفاه النفسي والفعالية الذاتية العاطفية والتوازن المؤثر؛ وأن الرفاهية النفسية والتوازن المؤثر لهما أثراً إيجابياً على تقدير الذات والسعادة، وأن الكفاءة الذاتية العاطفية لها تأثير إيجابي على تقدير الذات وأن تقدير الذات له تأثير إيجابي على السعادة.

التعليق العام على الدراسات السابقة:

اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (الأعسم، ٢٠٢٠؛ الربيع وعطية، ٢٠١٦) من حيث هدف الدراسة، ولكنها اختلفت عن بقية الدراسات في ذلك. مما يظهر قلة الدراسات التي تناولت متغير الاتزان الانفعالي وتقدير الذات مما شكل دافعاً للباحثة لكي تتناول هذين المتغيرين للوصول إلى فهم أفضل.

كما أنها اتفقت مع جميع الدراسات في استخدام مقياس الاتزان الانفعالي أو مقياس تقدير الذات أو كليهما، ما عدا دراسة (دون، توتان وسبماز، ٢٠١٣).

واتفقت مع نوع المنهج المستخدم في الدراسة مع الدراسات السابقة؛ واختلفت الدراسة الحالية عن جميع الدراسات السابقة من حيث عينة الدراسة (طلبة الدراسات العليا)، ما عدا دراسة (الأعسم، ٢٠٢٠؛ الريضي، ٢٠١٨؛ ملح، غزالي، ومؤمني، ٢٠١٧)، مما يبرز قلة الدراسات التي تناولت متغيري الدراسة مع هذه الفئة من الطلاب.

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يهدف إلى البحث في العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة من خلال التعرف على طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا بالجامعات السعودية، ومعرفة الفروق في الاتزان الانفعالي لطالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية وفقاً للمتغيرات: للتخصص (علمية، أدبية)، والحالة الاجتماعية (متزوجة - عزباء - منفصلة).

مجتمع الدراسة:

يشمل مجتمع الدراسة جميع طالبات الدراسات العليا (ماجستير/ دكتوراه) في بعض الجامعات السعودية (جامعة أم القرى، جامعة الملك سعود، جامعة الملك فيصل)، كما هو موضح بالجدول التالي.

جدول (١) مجتمع وعينة الدراسة

اسم الجامعة	المجتمع الكلي	النسبة المئوية	عدد أفراد العينة
جامعة أم القرى	٤٢٨٢	٥%	٧٢
جامعة الملك سعود	٢٣٧١	٥%	٧١
جامعة الملك فيصل	٣٤٨٥	٥%	٧٢
المجموع الكلي	١٠١٣٨	١٥%	٢١٥

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (٢١٥) طالبة من مرحلة الدراسات العليا ضمن نطاق الجامعات السعودية (جامعة أم القرى، جامعة الملك سعود، جامعة الملك فيصل)، وذلك في الفصل الدراسي الثاني من العام ١٤٤٢-١٤٤٣ هـ وتم اختيار عينة الدراسة بنسبة ١٥% من مجتمع الدراسة لتكون ممثلة له.

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الاتزان الانفعالي:

اعتمدت الباحثة في بناء المقياس الحالي على مراجعة الأدب النظري، والدراسات السابقة التي تناولت نفس الموضوع، والمقاييس التي تناولت الاتزان الانفعالي كدراسة (الحيالي ومزيد، ٢٠١٩).

صياغة فقرات مقياس الاتزان الانفعالي:

تم تغيير صياغة فقرات مقياس (الحيالي ومزيد، ٢٠١٩) والذي يتناول معلمات مرحلة رياض الاطفال الى مرحلة طالبات الدراسات العليا، حيث تم صياغة (٢٥) فقرة في صورتها الأولية، حيث روعي في الصياغة أن يكون محتوى الفقرة واضحاً، وأن تحتوي الفقرة فكرة واحدة فقط. وقد تم عرض المقياس الى عدد من المحكمين من اجل تقييم صلاحية الفقرات مع المحتوى. وتتم الاجابة على المقياس من خلال خمس بدائل حسب مقياس ليكرت الخماسي (تنطبق دائماً/ تنطبق غالباً/ تنطبق احياناً/ لا تنطبق/ لا تنطبق ابداً)، والأوزان التي تقابلها (١،٢،٣،٤،٥). ويصحح المقياس كالاتي: تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق احياناً (٣) درجات، لا تنطبق (٢) درجة، لا تنطبق ابداً (١) درجة.

ثانياً: مقياس تقدير الذات:

اعتمدت الباحثة في بناء المقياس الحالي على مراجعة الأدب النظري، والدراسات السابقة التي تناولت تقدير الذات، ومقاييس تقدير الذات كدراسة (الاعسم، ٢٠٢٠).

صياغة فقرات مقياس تقدير الذات:

تم تغيير صياغة فقرات مقياس (الاعسم، ٢٠٢٠) والذي يتناول مرحلة المراهقين الى مرحلة طالبات الدراسات العليا. حيث تم صياغة (٢٥) فقرة في صورتها الأولية، وقد روعي في الصياغة أن يكون محتوى الفقرة واضحاً، وأن تحتوي الفقرة فكرة واحدة فقط. وقد تم عرض المقياس الى عدد من المحكمين من اجل تقييم صلاحية الفقرات مع المحتوى.

وتتم الاجابة على المقياس من خلال خمس بدائل حسب مقياس ليكرت، ٥، الخماسي (تنطبق دائماً/ تنطبق غالباً/ تنطبق احياناً/ لا تنطبق/ لا تنطبق ابداً)، والأوزان التي تقابلها (١،٢،٣،٤). ويصحح المقياس كالاتي: تنطبق دائماً (٥) درجات، تنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق احياناً (٣) درجات، لا تنطبق (٢) درجة، لا تنطبق ابداً (١) درجة.

الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الاتزان الانفعالي:

أ- صدق المحكمين:

تم عرض أداة الدراسة على مجموعة من المحكمين وذلك للإفادة من مدى صلاحيتها والاضافات والمقترحات التي يمكن اضافتها إليها بما هو مناسب لطبيعة الدراسة، وقامت الباحثة بدراسة ملاحظات المحكمين والتعديل عليها في ضوء توصياتهم.

ب - صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، كما موضح في جدول (٢)

جدول (٢) معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس

(ن=٢١٥ طالبة)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠.٣٨٢	١٠	**٠.٣٣٠	١٩	**٠.٥٥٩
٢	**٠.٤٦٤	١١	**٠.٤١٣	٢٠	**٠.٤٢٧
٣	**٠.٤١٣	١٢	**٠.٤٧٠	٢١	**٠.٢٥٦
٤	**٠.٤٩٠	١٣	**٠.٣٩٤	٢٢	**٠.٣٦٢
٥	**٠.٥٢٥	١٤	**٠.٣٠٣		
٦	**٠.٣٦٩	١٥	**٠.٣٣٥		
٧	**٠.٤٤٢	١٦	**٠.٣٦١		
٨	**٠.٤٢٥	١٧	**٠.٤١٣		
٩	**٠.٢٩٨	١٨	**٠.٤٦٠		

** معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من خلال جدول (٢) ان جميع العبارات مرتبطة بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً دالاً عند مستوى دلالة ٠.٠١. عدا العبارات (٤،٧،٨) حيث تم حذف هذه العبارات من المقياس لعدم ارتباطها ودلالاتها، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس ٢٢ فقرة من أصل ٢٥ فقرة.

ج - ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ كما هو موضح في جدول (٣)

التالي.

عدد أفراد العينة	عدد العبارات	قيمة معامل ألفا كرونباخ
٢١٥	٢٢	٠.٧٤٠

يتضح من خلال الجدول أن قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغت ٠.٧٤٠ وهي

قيمة مرتفعة وتعطي مؤشراً جيداً على ثبات المقياس.

ثانياً: مقياس تقدير الذات:

أ- صدق المحكمين:

تم عرض أداة الدراسة على مجموعة من المحكمين وذلك للإفادة من مدى صلاحيتها والاضافات والمقترحات التي يمكن اضافتها إليها بما هو مناسب لطبيعة الدراسة، وقامت الباحثة بدراسة ملاحظات المحكمين والتعديل عليها في ضوء توصياتهم.

ب- صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معاملات الارتباط

بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، كما موضح في جدول (٤).

جدول (٤) معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس

(ن=٢١٥ طالبة)

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠.٣٧٢	١٩	**٠.٤٩١	١٠	**٠.٦١٠	١
**٠.٦٥١	٢٠	**٠.٥٠٥	١١	**٠.٥١٧	٢
**٠.٥٤٨	٢١	**٠.٦٣٩	١٢	**٠.٤٣٣	٣
**٠.٥١٣	٢٢	**٠.٤٧٥	١٣	**٠.٧١٨	٤
		**٠.٤١٠	١٤	**٠.٦٠٩	٥
		**٠.٦١٢	١٥	**٠.٣٦٢	٦
		**٠.٥٦٥	١٦	**٠.٤٩١	٧
		**٠.٣١٤	١٧	**٠.٤٦١	٨
		**٠.٤١٣	١٨	**٠.٦٨٥	٩

** معامل الارتباط دال عند مستوى ٠.٠١

الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية

يتضح من خلال جدول (٤) ان جميع العبارات مرتبطة بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطا دالا عند مستوى دلالة ٠,٠١. عدا العبارات (١٥,٢١,٢٤) حيث تم حذف هذه العبارات من المقياس لعدم ارتباطها ودلالاتها، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس ٢٢ فقرة من أصل ٢٥ فقرة.

ج - ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ كما هو موضح في جدول (٥)

التالي.

عدد أفراد العينة	عدد العبارات	قيمة معامل ألفا كرونباخ
٢١٥	٢٢	٠.٨٥٨

يتضح من خلال الجدول أن قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغت ٠.٨٥٨، وهو معامل ثبات مرتفع.

نتائج الدراسة وتفسيرها

• نتائج السؤال الأول:

السؤال الأول: ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا في

الجامعات السعودية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات

المعيارية لمستوى الطالبات على مقياس الاتزان الانفعالي كما في جدول (٦).

جدول (٦) مستوى الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا

عدد أفراد العينة	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
٢١٥	٢٢	٨٦,٥٤	٨,٠٩٤	(مرتفع)

يتضح من خلال الجدول السابق أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى طالبات

الدراسات العليا مرتفع

بمتوسط حسابي بلغ (٨٦,٥٤) وانحراف معياري بلغ (٨,٠٩٤). واختلفت نتائج

هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلا من (المجدلاوي، ٢٠٢٠) حيث أظهرت نتائج دراسة

المجدلاوي بتدني مستوى الاتزان الانفعالي لدى الإناث، وجاءت بدرجة متوسطة مع

دراسة كلا من (الأعسم، ٢٠٢٠؛ الرضي، ٢٠١٨؛ الربيع وعطية، ٢٠١٦) وكانت لصالح

الذكور.

• نتائج السؤال الثاني:

السؤال الثاني: ما مستوى تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لمستوى الطالبات على مقياس تقدير الذات كما في جدول (٧).

جدول (٧) مستوى تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا

عدد أفراد العينة	عدد المفردات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
٢١٥	٢٢	٩٠,٢٣	١٠,٢٧٣	مرتفع

يتضح من خلال الجدول السابق أن مستوى تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا مرتفع بمتوسط حسابي بلغ (٩٠,٢٣) وانحراف معياري بلغ (١٠,٢٧٣). واتفقت هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلا من (الأعسم، ٢٠٢٠؛ أدم والجاجان، ٢٠١٤)، واختلفت هذه الدراسة مع نتائج دراسة (ملحم، غزالي، ومؤمني، ٢٠١٧) حيث جاء مستوى تقدير الذات بدرجة متوسطة.

• نتائج السؤال الثالث:

السؤال الثالث: هل توجد علاقة بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب معامل الارتباط بيرسون والذي إلى يدرس العلاقة بين المتغير (الاتزان الانفعالي، تقدير الذات).

جدول (٨) معامل الارتباط بين الاتزان الانفعالي وتقدير الذات لدى طالبات

الدراسات العليا بالجامعات السعودية

الدالة الاحصائية	قيمة (R)
دالة إحصائية	٠.٦٢٩**

** دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١

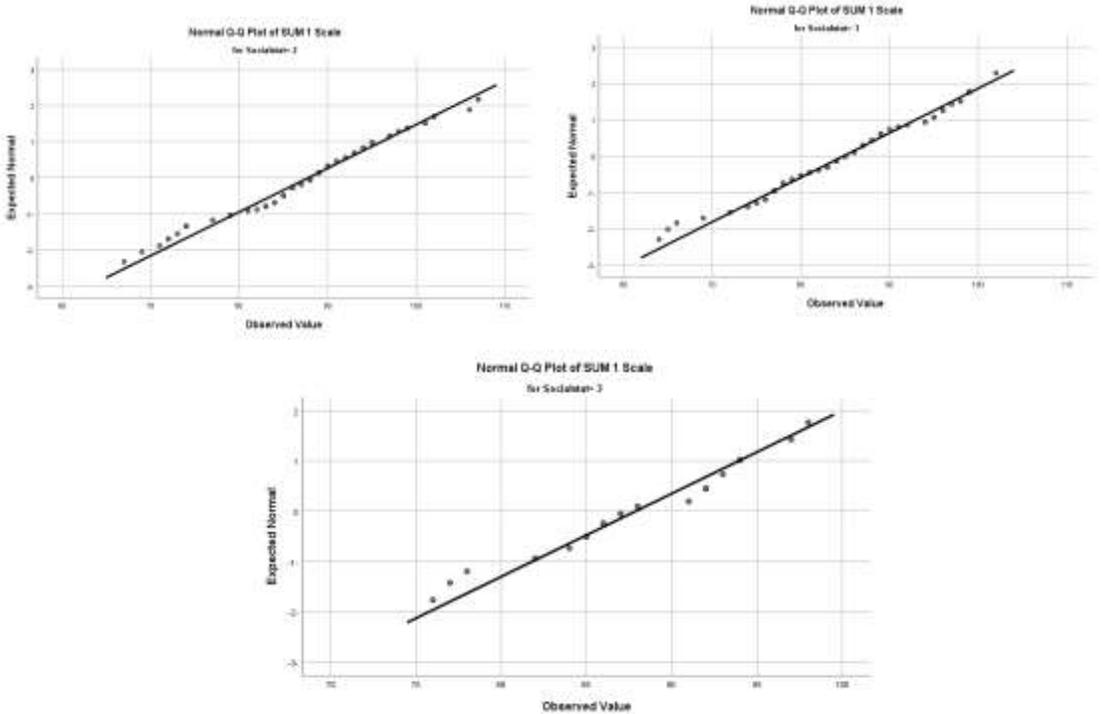
يتضح من خلال الجدول (٨) أن قيمة (R) بلغت ٠.٦٢٩ وهي دالة احصائية أي أنه توجد علاقة ارتباط موجبة (طردية) دالة إحصائية بين المتغيرين الاتزان الانفعالي

الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية وتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا عند مستوى دلالة ٠.٠٠١. واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة كلا من (الأعسم، ٢٠٢٠؛ الرضي، ٢٠١٨؛ الربيع، ٢٠١٦؛ دون، توتان، وسبماز، ٢٠١٣).

• نتائج السؤال الرابع:

السؤال الرابع: هل توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجة- عزباء - منفصلة)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطات المجموعات، ولابد من التحقق من شرط الاعتدالية والتجانس بين المجموعات قبل إجراء الاختبار، واتضح أن الدرجات بين المجموعات الثلاث تتبع التوزيع الطبيعي ويبين ذلك من خلال الرسم البياني التالي.



شكل (١) الشكل البياني للتوزيع الطبيعي بين متوسطات الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا تبعاً للحالة الاجتماعية.

أما بالنسبة لاختبار التجانس بين المجموعات فقد تم التحقق باستخدام اختبار ليفن حيث بلغت قيمة $F(0.817)$ وهي أكبر من 0.05 وبذلك فهي غير دالة احصائياً أي أن شرط التجانس متحقق لدى العينة.

جدول (٨) نتائج اختبار التجانس بين المجموعات

الحالة الاجتماعية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
عزباء	٩١.٠٠	٨٤.٧٨	٨.١٤	٠.٨٥
متزوجة	٩٩.٠٠	٨٧.٨٣	٨.٢٦	٠.٨٣
منفصلة	٢٥.٠٠	٨٧.٨٨	٦.٠٤	١.٢١
العينة الكلية	٢١٥.٠٠	٨٦.٥٤	٨.٠٩	٠.٥٥

جدول (٩) نتائج تحليل التباين الأحادي للمقارنة بين متوسطات درجات الاتزان الانفعالي تبعاً للحالة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٤٩١.٠١	٢	٢٤٥.٥٠	٣.٨٥	٠.٠٠٢
داخل المجموعات	١٣٥٢٨.٣٣	٢١٢	٦٣.٨١		
التباين الكلي	١٤.١٩.٣٣	٢١٤			

يتضح من خلال الجدول أن قيمة F بلغت ٣.٨٥ وهي دالة عند مستوى 0.05 في درجات متوسطات درجات الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا ولمعرفة الفروق البعدية تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠) الفروق بين المتوسطات باستخدام اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة بين مجموعات عينة الدراسة تبعاً للحالة الاجتماعية

المجموعات	المقارنات	الفروق بين المتوسطات	قيمة الدلالة
عزباء	متزوجة	*٣.٠٤٨	٠.٠٣٣
	منفصلة	٣.١٠٠	٠.٢٣١

الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية

متزوجة	عزباء	*٣.٠٤٨	٠٠.٣٣
منفصلة	منفصلة	٠.٠٥٢	١
منفصلة	عزباء	٣,١٠٠	٠٠.٢٣١
متزوجة	متزوجة	٠.٠٥٢	١

يتضح من الجدول أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات (المتزوجات والعازبات) في مستوى الاتزان الانفعالي، أما باقي المجموعات فالفرق بينها غير دالة إحصائية. واختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (الريضي، ٢٠١٨) فيما يخص الطالبات المتزوجات والعازبات؛ ودراسة (الربيع وعطية، ٢٠١٦) وكانت لصالح متغير الجنس للذكور.

• نتائج السؤال الخامس:

السؤال الخامس: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للتخصص (علمي- ادبي)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (T) والتحقق من شرط التجانس بين العينتين عن طريق اختبار ليفين حيث بلغ قيمة (F) ١,٩٨٥ وهي أكبر من قيمة مستوى المعنوية ٠.٠٥ وبالتالي يمكن اعتبار أن المجموعتين متجانستين.

جدول (١١) نتائج اختبار (T) لاختبار الفروق تبعاً للتخصص (علمي- ادبي) لمتغير

الاتزان الانفعالي لدى طالبات الدراسات العليا

اختبارت تساوي المتوسطات			اختبار ليفين لتساوي التباين		حجم العينة	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المسار العلمي
مستوى الدلالة	درجات الحرية	إحصاءة ت	مستوى الدلالة	إحصاءة ف					
٠.٤٢٤	١٩٨	٠.٨٠٠	٠.١٦٠	١.٩٨٥	٣.٠٠٠	١.٢٤	٦.٧٩	٨٧.٥٧	علمي
					١٧٠.٠٠٠	٠.٦٤	٨.٣٩	٨٦.٢٧	ادبي

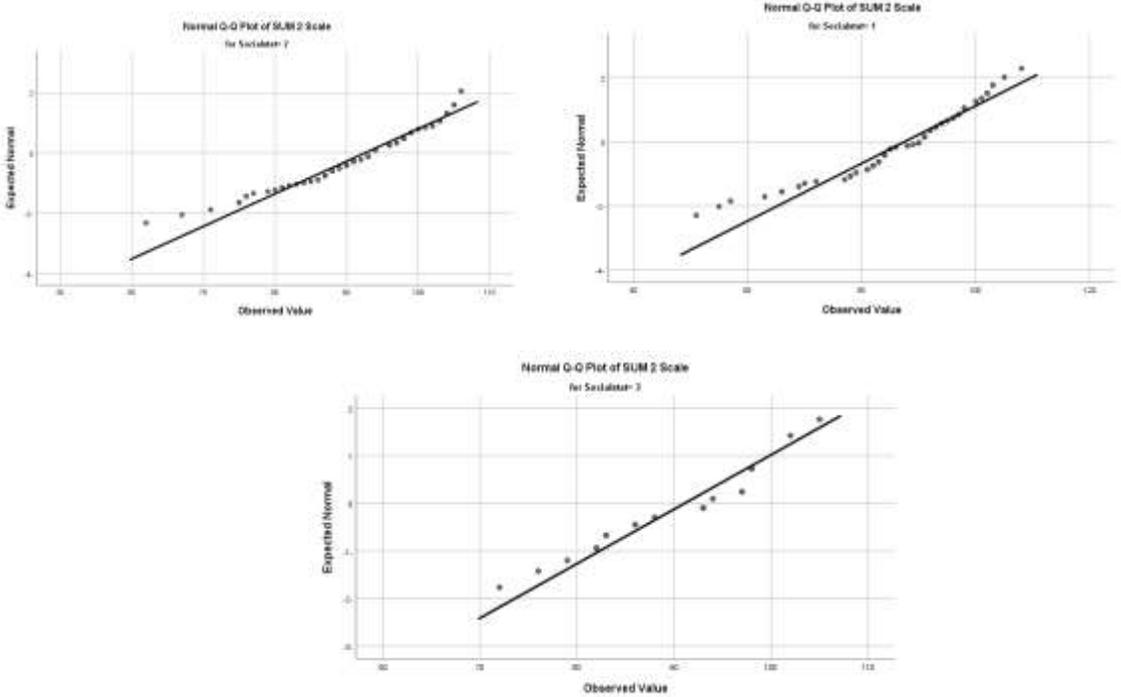
يتضح من خلال الجدول ان قيمة اختبار $T = (٠.٨٠٠)$ وهي أكبر من مستوى الدلالة (٠.٠٥) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين درجات طالبات القسم

العلمي والقسم الأدبي في مستوى الاتزان الانفعالي. واتفقت هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (الريضي، ٢٠١٨).

• نتائج السؤال السادس:

السؤال السادس: هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجة- عزباء – منفصلة)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطات المجموعات، ولابد من التحقق من شرط الاعتدالية والتجانس بين المجموعات قبل إجراء الاختبار، واتضح أن الدرجات بين المجموعات الثلاث تتبع التوزيع الطبيعي ويبين ذلك من خلال الرسم البياني التالي.



شكل (٢) الشكل البياني للتوزيع الطبيعي بين متوسطات تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا تبعاً للحالة الاجتماعية.

الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية

أما بالنسبة لاختبار التجانس بين المجموعات فقد تم التحقق باستخدام اختبار ليفن حيث بلغت قيمة (F) ١,١٦٦ وهي أكبر من ٠.٠٥ . وبذلك فهي غير دالة احصائياً أي أن شرط التجانس متحقق لدى العينة.

جدول (١٢) يوضح حجم العينة والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة الخطأ المعياري لعينات الدراسة

الحالة الاجتماعية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
عزباء	٩١٠٠٠	٨٧.٤٥	١١.١١	١.١٦
متزوجة	٩٩٠٠٠	٩٢.٥٧	٩.٢٥	٠.٩٣
منفصلة	٢٥٠٠٠	٩١.٠٨	٨.٧٤	١.٧٥
العينة الكلية	٢١٥٠٠٠	٩٠.٢٣	١٠.٢٧	٠.٧٠

جدول (١٣) نتائج تحليل التباين الأحادي للمقارنة بين متوسطات درجات

تقدير الذات تبعا للحالة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	١٢٦١.١٤	٢	٦٣٠.٥٧	٦.٢٧	٠.٠٠٢
داخل المجموعات	٢١٣٢٢.٦٩	٢١٢	١٠٠.٥٨		
التباين الكلي	٢٢٥٨٣.٨٣	٢١٤			

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (F) بلغت ٦,٢٧ وهي دالة عند مستوى ٠.٠٥ في درجات متوسطات درجات تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا ومعرفة الفروق البعدية تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، وجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٤) الفروق بين المتوسطات باستخدام اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة بين مجموعات عينة الدراسة تبعاً للحالة الاجتماعية

المجموعات	المقارنات	الفروق بين المتوسطات	قيمة الدلالة
عزباء	متزوجة	*٥.١١٥	٠.٠٠٢
	منفصلة	٣,٦٢٩	٠.٢٧٩
متزوجة	عزباء	*٥.١١٥	٠.٠٠٢
	منفصلة	١.٤٨٦	٠.٨٠٣
منفصلة	عزباء	٣,٦٢٩	٠.٢٧٩
	متزوجة	١.٤٨٦	٠.٨٠٣

يتضح من الجدول أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات (المتزوجات والعازبات) في مستوى تقدير الذات، أما باقي المجموعات فالفرق بينها غير دالة إحصائية. واختلفت هذه الدراسة مع دراسة (الريضي، ٢٠١٨؛ ملحم، غزالي، ومؤمني، ٢٠١٧).

• نتائج السؤال السابع:

السؤال السابع: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا في الجامعات السعودية تبعاً للتخصص (علمي- ادبي)؟
للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (T) والتحقق من شرط التجانس بين العينتين عن طريق اختبار ليفين حيث بلغ قيمة (F) ٠.٠٠٩ وهي أكبر من قيمة مستوى المعنوية ٠.٠٥ وبالتالي يمكن اعتبار أن المجموعتين متجانستين.

جدول (١٥) نتائج اختبار (T) لاختبار الفروق تبعاً للتخصص (علمي- ادبي)

لمتغير تقدير الذات لدى طالبات الدراسات العليا

المسار العلمي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	حجم العينة	اختبار ليفين لتساوي التباين		اختبارات تساوي المتوسطات		
					إحصاءة ف	مستوى الدلالة	إحصاءة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
علمي	٨٨.٧٣	١٠.٦٠	١.٩٣	٣٠٠٠	٠.٠٠٩	٠.٩٢٥	٠.٩٥٤	١٩٨	٠.٣٤١
ادبي	٩٠.٦٩	١٠.٣١	٠.٧٩	١٧٠٠٠					

يتضح من خلال الجدول ان قيمة اختبار $T = (0.954)$ وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين درجات طالبات القسم العلمي والقسم الأدبي في مستوى تقدير الذات. وانفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (الأعسم، 2020)؛ واختلفت مع نتيجة دراسة كلا من (ملحم، وغزاي، ومؤمني، 2017)؛ آدم وجاجان، 2014).

المراجع العربية:

- آدم، بسماء والجاجان، ياسر. (2014). جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات: دراسة ميدانية على عينة من طلبة قسي علم النفس والإرشاد النفسي في كلية التربية بجامعة دمشق. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية- سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، (5)63، 345: 361.
- الأعسم، ابراهيم جبر. (2020). تقدير الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى عينة من الطلبة المراهقين في مدارس مدينة رهط. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الخليل.
- إلياس، طارق فؤاد. (2017). الوصول إلى خط النهاية. القاهرة: مركز الخبرات المهنية للإدارة.
- بني يونس، محمد. (2013). تفسير ماهية الانفعالات من منظور المدرسة السيكولوجية الروسية. المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية، 6(2)، 300: 314.
- الدحماني، سماح. (2017). ابستمولوجيا التحليل النفسي عند سيغموند فرويد. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة المسيلة، الجزائر.
- الربضي، وائل منور. (2018). مفهوم الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى المرحلة الثانوية في مدرسة الملك عبدالله للتميز في محافظة عجلون. مجلة دراسات العلوم التربوية، 45(1)، 141: 155.
- الربيع، فيصل خليل وعطية، رمزي محمد. (2016). الاتزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك. دراسات، العلوم التربوية، (3)43، 1117: 1136.

- ريان، محمود إسماعيل. (٢٠٠٦). الاتزان الإنفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- سفيان، نبيل. (٢٠٠٤). المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي. القاهرة: إيتراك للنشر والتوزيع.
- سليمان، سناء. (٢٠٠٦). سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها. ط٢، القاهرة: عالم الكتب.
- السيد، عبد العليم محمود. (١٩٩٨). علم النفس العام. ط٥، القاهرة: مكتبة غريب.
- شاهين، محمد أحمد وحمدى، محمد نزيه. (٢٠٠٧). درجة تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين: علاقتها بالتفكير اللاعقلاني وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تحسينها، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- شعبان، عبد ربه. (٢٠١٠). الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- عبدالرؤوف، طارق. (٢٠١٨). مفهوم وتقدير الذات. القاهرة: دار العلوم للنشر والتوزيع.
- العكايشي، بشرى أحمد. (٢٠٠٠). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، العراق.
- عمارة، سمية وبوعيشة، نورة. (٢٠١٣). الحوار الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى المراهقين. الملتقى الوطني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، جامعة قاصدي، ٢ ديسمبر، الجزائر.
- فرويد، سيغموند. (٢٠٠٠). معالم التحليل النفسي، ترجمة محمد عثمان نجاتي، ط٦، بيروت: دار الشروق.

__ القيسي، لما ماجد. (٢٠٢٠). الإلتزان الإنفعالي وعلاقته بأساليب التنشئة الوالدية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٨ (١) ٣٠٢ : ٣١٩.

__ المجدلاوي، ماهريوسف. (٢٠٢٠). اتجاهات طلبة جامعة الأقصى نحو ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي والتمكين النفسي. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية. ٢٨ (٦) ٢٥٥ : ٢٨٨. ملحم، محمد أمين؛ غزالي، قاسم محمد ومومني، عبداللطيف. (٢٠١٧). أنماط الهوية النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطلبة المتميزين. مجلة دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، (٣)٤٤، ١٣١ - ١٤٧.
المراجع الأجنبية:

- __ Coopersmith, S. (2002). Revised Coopersmith self-esteem inventory manual. Redwood City: Mind Garden.
- __ Dogan, T., Totan, T. & Sapmaz, F. (2013). The role of self-esteem, psychological well-being, emotional self-efficacy, and affect balance on happiness: A path model. European Scientific Journal, 9 (20), 31-42.
- __ Pankaj, P. (2016). A Comparative Study of Emotional Stability of Visually Impaired Students Studying at Secondary Level in Inclusive Setup and Special Schools. Journal of Education and Practice, 7 (22), 53-58.
- __ Robins, R., & Trzesniewski, K. (2005). Self-esteem development across the lifespan. Current Directions in Psychological Science, 14(3), 158-162.
- __ Seligman, M. (2011). Learned Optimism. New York: Simon & Schuster Audio.
- __ Tarannum, M and Khatoon, N. (2009). Self-Esteem and Emotional Stability of Visually Challenged Students, Journal of India Academy of Applied Psychology, 35(2), 245-266.