The level of Emotional stability among a sample of theoretical college students (A field study at Tishreen University)

Dr. Fouad Sbeira [*]
Mai Turkmany [**]

(Received 30 / 10 / 2022. Accepted 12 / 2 / 2023)

□ ABSTRACT □

The current research aims to identify the level of emotional stability among a sample of theoretical college students.
The sample consisted of (400) male and female students from Tishreen University students in Lattakia Governorate. The scale which used in this research is emotional stability, according to the curriculum descriptive. Researcher used statistical methods as following: (T test, Alfa test). The research found that: More than half of the respondents had emotional stability at an average level (61%). There is a difference between the mean of the respondents' mean responses on the emotional stability scales attributable to gender variable in favor of females, attributable to the year of study in favor to the last year, but no differences attributable to the educational level of father.
In view of the results of the research, a number of proposals were presented, the most important of which are: attention to psychological preparation for students, the use of psychological tests as an objective way to evaluate the status of students, and the preparation of counseling programs related to the problems they are experiencing psychologically during the university stage.

Key words: Emotional stability

Copyright **:**Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright under a CC BY-NC-SA 04

[*] **Assistant Professor in Department of Counseling Psychology -Tishreen university**
[**] **Student in Doctoral of Counseling Psychology - Tishreen university mia123turkmany@gmail.com**

مستوى الاتزان الانفعالي لدى عيِّنة من طلبة الكلِّيَّات النظرية

"دراسة ميدانيَّة في جامعة تشرين"

د. فؤاد صبيره [*]

مي تركماني [**]

(تاريخ الإيداع 30 / 10 / 2022. قبل للنشر في 12 / 2 / 2023)

□ ملخّص □

يهدف البحث الحاليُّ التَّعرُّف إلى مستوى الاتزان الانفعالي لدى عيِّنة من طلبة الكليات النظرية في جامعة تشرين والفرق فيه وفق متغيرات (النوع، السنة الدراسية، مستوى تعليم الأب).

بلغ حجم عيِّنة البحث (400) طالباً وطالبة من طلبة الكليات النظرية في جامعة تشرين بمحافظة اللاذقية. تمَّ استخدام مقياس الاتزان الانفعالي، للحصول على البيانات من أفراد العيِّنة، وفق المنهج الوصفي، كما تمَّ استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائيَّة (معامـل ألفا كرونباخ، واختبار الدلالـة (T) لقياس الفروق بين متوسطات درجات الطلبة)، وبعد التَّطبيق خَلُص البحث للنَّتائج الآتية:

- أكثر من نصف أفراد العيِّنة مستوى الاتزان الانفعالي لديهم أتى بمستوى متوسِّط (61 %).
- وجود فرق بين متوسِّطي درجات أفراد العيِّنة على مقياسي الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر النَّوع لصالح الإناث.
- وجود فرق بين متوسِّطي درجات أفراد العيِّنة على مقياسي الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر سنة الدراسة (السنة الأولى، السنة الأخيرة) لصالح طلبة السنة الأخيرة.
- لا توجد فروق بين متوسِّطات درجات أفراد العيِّنة على مقياسي الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر مستوى تعليم الأب (شهادة ثانوية، شهادة جامعية، دراسات عليا).

وبالنَّظر إلى النَّتائج المستخلصة تمَّ تقديم عدد من المقترحات أهمُّها: الاهتمَّام بالإعداد النَّفسيِّ للطَّلبة، واستخدام الاختبارات النَّفسيَّة كوسيلة موضوعيَّة لتقييم حالة الطَّلبة، وإعداد برامج إرشاديَّة ترتبط بالمشكلات التي يتعرَّضون لها من النَّاحية النَّفسيَّة خلال المرحلة الجَّامعيَّة.

الكلمات المفتاحية: الاتزان الانفعالي

حقوق النشر : مجلة جامعة تشرين- سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04

[*] **أستاذ مساعد – قسم الإرشاد النفسي- كلية التربية –جامعة تشرين – اللاذقية- سورية**

[**] **طالبة دكتوراه – قسم الإرشاد النفسي- كلية التربية –جامعة تشرين– اللاذقية- سورية mia123turkmany@gmail.com**

مقدِّمة:

من المعروف أنَّ الشباب يسعون في المرحلة الجامعية لتحقيق وجودهم الاجتماعي من خلال مهارات التواصل، ولابدَّ لتحقيق ذلك من امتلاكهم مجموعة من السمات الشخصية من بينها الاتِّزان الانفعالي الذي يمثِّل حالة من التَّروي والمرونة حيال المواقف المختلفة، والتي ظهرت أهميَّة التَّطرُّق لها استناداً إلى واقع الحياة التي يعيشها الشباب ضمن مجتمعهم مع أُسَرِهم أو في محيط علاقاتهم؛ إذ يُعتَبر الاتزان الانفعالي واحداً من العوامل التي تحدِّد أنماط الشخصية وأسلوب حياتها، فالفرد المتزن انفعالياً يقدر على تحمُّل تأجيل إشباع الحاجات، وعلى تحمُّل قدرٍ معقولٍ من الإحباط، ويؤمن بالتخطيط بعيد المدى، ولديه القدرة على مراجعة التوقعات في ضوء الظروف والمستجدات المحيطه به وعلى كافة الأصعدة. (Tarannum & Khatoon, 2009)

يتبلور الاتِّزان الانفعالي في مرحلة الشباب؛ حيث تتحدَّد اتجاهات وقرارات الفرد فيها وتُعتَبر منعطفاً مهمَّاً في حياته ومستقبله، بعد مروره بمرحلة من التقلبات الانفعاليَّة الحادَّة الناشئة عن عدم إشباع حاجاته في المراهقة، ويشير فان وآخرون (Van, et al, 2011) إلى أن الأشخاص الذين يتمتَّعون باتزان انفعالي منخفض هم قليلو الأصدقاء، ويكون اختيارهم لمن حولهم تبعاً لأنماطٍ تشبههم، كما ويرى كريستال (Chrystal, 2012) أن ذوي المستوى المرتفع منه يميلون إلى التفاؤل والمرونة، والإيجابيَّة.

وقد تمَّ تسليط الضوء في الدِّراسة الحالية على مرحلة الشباب الجامعي في سورية، لِمَا تتمتَّع به من خصوصيَّة؛ تنطلق من كونها تشكِّل نحو (21%) من عدد السكان ككل، وفق ما ذكره عميد المعهد العالي للدراسات السكانية الدكتور أكرم القش، وتُعتَبر مرحلة جوهريَّة من حيث دورها في سعي الفرد لتحقيق استقلاله عن الأسرة من الناحية الانفعالية والعمليَّة، ووفقاً لتقرير حالة سكان العالم للعام (2014) الذي أصدره صندوق الأمم المتَّحدة للسكان فإنَّ البلدان النَّامية التي يمثِّل الشباب نسبةً عالية بين سكانها توفِّر عاملاً قويَّاً لضمان نموِّها بقطَّاعاته المختلفة شريطة استثمار مواردها في تعليم الشباب والاهتمام بصحَّتهم النَّفسيَّة، كما ويُظهِر التَّقرير أنَّه بوسع الشباب المتعلِّم والمتمتِّع بحقوقه أن يساعد في تهيئة الظروف الملائمة للمشاركة في اتخاذ القرارات المصيريَّة، والتَّغلُّب على العوائق التي تعترض رفاههم. (Hwaijah; Salameh, 2015)

ومن هذا المُنطَلق برزت الحاجة إلى الاهتمام بدراسة الاتزان الانفعالي لدى الشَّباب، والتأكُّد من مدى وجوده وذلك سعياً للبحث عن الإمكانيات التي نستطيع من خلالها التخفيف من المستوى السلبي والمنخفض منه الذي ينعكس بشكلٍ أو بآخر على دراستهم وعلى تكيُّفهم الاجتماعي مع البيئة المحيطة.

مشكلة البحث:

في ظلِّ الأوضاع التي تعيشها سورية؛ فإنَّه من الصَّعب على الكثير التَّأقلم مع ما خلَّفته الحرب؛ فالإحساس بالإحباط، والتَّوتر، والتَّرقُّب، وفقدان روح المرح التي نعيشها كلَّ يوم هي أسبابٌ كافية لنكون مهدَّدين باضطراب صحَّتنا النَّفسية، وتمثِّل الحياة الجامعية أكبر مثالٍ عن ذلك؛ إذ أصبح الشباب فيها يعانون من أزماتٍ شتَّى *"تتعلَّق بصميم وجودهم وحاجاتهم الإنسانية الآنيَّة، كما وترتبط بغموض وقتامة الصُّورة المستقبليَّة لديهم*، كلُّ ذلك لعب دوراً جوهرياً في مطالبتهم بالتَّمتُّع بمستوى مقبول من الاستقرار النفسي.

نظراً لكون هذه الشريحة هم مَن يعوَّل عليهم في أيِّ تطوُّرٍ أو نهضة، كان لابدَّ من التَّركيز على دورهم – ليسَ فقط في بناء مجتمعهم– بل في وقاية أنفسهم وحمايتها من الآثار المترتِّبة على الحرب التي مرُّوا بها، ليتمكَّنوا من تفادي

مشاعر الإحباط والتوتُّر، ويستطيعوا الحفاظ على صحتهم النفسية، في ظلِّ التَّحدِّيات التي تواجههم؛ فقد كشفت العديد من البحوث النفسية والتربوية عن أهمِّيَّة العمل على إنماء الطالب من جميع جوانب شخصيته وليس فقط من الناحية العقلية، أي يجب أن تكون العملية التربوية شاملة تتوجَّه للطَّالب باعتباره كلّاً لا يتجزأ، له ميوله واستعداداته وله جوانبه العقلية والجسمية والنفسية والاجتماعية (Bou Safer, 2011, p107). وقد تناول العديد من الباحثين الاتِّزان الانفعالي لدى الشباب الجامعي في دراساتهم، كتحديد مستواه كدراسة (Al-Khamaysah, 2020) أو ربطه بمتغيِّرات تصنيفيَّة منها التخصص، والسنة، كدراسَتَي (Al-Masoudi, 2002)، و(Al-Sabawi, 2008)، كما درس بعضهم ارتباطه بمتغيرات أخرى مثل (الشعور بالسعادة، ضبط الذَّات) كدراستي (Al-Zoghbi, 2014)، و(Al-Rabeeh; Atyeh, 2016)، وهناك العديد من الباحثين الذين أشاروا إلى أنَّ الاتزان الانفعالي يرتبط بالعديد من الجوانب الأخرى، كالحكم الأخلاقي كما في دراسة (Turkmany, 2015).

وفي ظلِّ تنوع الدِّراسات فيما يتعلَّق بمتغير الاتِّزان الانفعالي، وربطه بمتغيرات أخرى، ونظراً لأهميَّة الموضوع وندرة الدِّراسات السَّابقة في البيئة المحليَّة (في حدود علم الباحثة)؛ إذ لم تكن هناك دراسة تناولت هذا المتغير بمفرده إلا دراسة (الخمايسة، 2020) في الأردن ولكن على عينة من طلبة علم النفس التطبيقي. سيتم تلخيص مشكلة البحث بالسُّؤال الآتي: ما مستوى الاتِّزان الانفعالي لدى عيِّنة من طلبة الكليَّات النَّظريَّة في جامعة تشرين؟

أهميَّة البحث وأهدافه:

. الأهمِّيَّة النظريَّة: تنبع من دراسة البحث جانباً مهمَّاً، للتَّعرُّف إلى المحاور الفاعلة المؤثِّرة في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى الطالب الجامعي، وهي تتعدَّد ما بين محاور اجتماعية وشخصية وجسمية وانفعالية، إن دُرِسَت بطرق علمية تسهِّل على الفرد فهم ذاته أولاً ومن ثم يسهل على المتعايشين معه التواصل مع شخصيته. ويعتبر هذا المحور من أكثر الموضوعات النَّفسيَّة انتشاراً في ظلِّ الحرب، ويرتبط بالكثير من المشكلات النَّفسيَّة التي تتعرض لها فئة الشَّباب وبالأخصِّ الشَّباب الجَّامعي، وهي فئةٌ كبيرة ومهمَّة من فئات المجتمَّع.

. الأهمِّيَّة التطبيقيَّة: قد يفيد البحث بإمكانية توظيف النتائج التي يتمُّ التَّوصل إليها في المؤسسات التربوية، كالمدارس والجامعات، للإضاءة على أهميَّة الاهتمام بالتربية النفسية والعمل على تنمية الجوانب الشخصية للشباب ليس في المراحل الأولى من التعليم فحسب، بل في مراحل التعليم الجامعي أيضاً؛ من خلال النَّدوات وورشات العمل والمقرَّرات الدراسية، وفي إعداد برامج إرشاديَّة تستهدف فهم الانفعالات وكيفية تحقيق الاتزان الانفعالي، لما له من دورٍ مهم في تحقيق الاستقرار النفسي، وإمكانيَّة التعامل مع المواقف التي يمرُّون بها.

أهداف البحث:

1. التَّعرُّف إلى مستوى الاتزان الانفعالي لدى عيِّنة من طلبة الكلِّيَّات النظرية في جامعة تشرين.
2. تحديد الفرق بين متوسِّطي درجات طلبة الكلِّيَّات النظرية على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر النَّوع (ذكور، إناث).
3. تحديد الفرق بين متوسِّطي درجات طلبة الكلِّيَّات النظرية على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر سنة الدراسة (أولى، أخيرة).

4. تحديد الفروق بين متوسِّطات درجات طلبة الكلِّيَّات النظرية على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر مستوى تعليم الأب (شهادة ثانوية، شهادة جامعية، دراسات عليا).

سؤال البحث: ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى عيِّنة من طلبة الكلِّيَّات النظرية جامعة تشرين؟

فرضيات البحث:

1. لا يوجد فرق دالٌّ إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسِّطي درجات طلبة الكلِّيَّات النظرية على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر النَّوع (ذكور، إناث).

2. لا يوجد فرق دالٌّ إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسِّطي درجات طلبة الكلِّيَّات النظرية على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر سنة الدراسة (أولى، أخيرة).

3. لا توجد فروق دالّة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسِّطات درجات طلبة الكلِّيَّات النظرية على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر مستوى تعليم الأب (شهادة ثانوية، شهادة جامعية، دراسات عليا).

حدود البحث:

الحدود البشرية: عيِّنة من طلبة الكلِّيَّات النظريَّة في جامعة تشرين بمحافظة اللاذقية.

الحدود المكانية: مدينة اللاذقية، جامعة تشرين.

الحدود الزمانية: العام الدراسي 2021/ 2022

الحدود الموضوعية: تمَّ تطبيق مقياسي الاتزان الانفعالي. وقد تمَّ اختيار العيِّنة من مرحلة الشَّباب (طلبة المرحلة الجامعية) وذلك لتبلور معالم الشَّخصية وصفاتها في هذه المرحلة.

منهج البحث وإجراءاته:

. منهج البحث: اعتمَّدت الباحثة المنهج الوصفي في دراسة المتغيِّرات، وهو ملائم لهذا النَّوع من الأبحاث.

. المجتمَّع الأصلي للبحث: يتكوَّن من طلَّاب وطالبات الكلِّيَّات النَّظرية في جامعة تشرين، والبالغ عددهم (62564) طالباً وطالبة حسب البيانات الإحصائية للطلاب المسجلين للعام الدراسي (2020-2021).

. العيِّنة: الجَّدول (1) يبيِّن توزيع أفراد العيِّنة:

جدول (1) توزيع أفراد العيِّنة

المتغيِّر	التوزيع		العدد	النسبة	المجموع
النوع	ذكور		200	%50	400
	إناث		200	%50	
الكلية	نظرية	آداب	200	%50	
		اقتصاد	100	%25	
		حقوق	100	%25	
سنة الدراسة	السنة الأولى		200	%50	
	السنة الأخيرة		200	%50	
مستوى تعليم الأب	شهادة ثانوية أو أقل		125	%31.25	
	شهادة جامعية		225	%56.25	
	دراسات عليا		50	%12.5	

-عيِّنة البحث الاستطلاعية: تكوَّنت عيِّنة البحث الاستطلاعية من (50) طالباً (25 ذكراً، 25 أنثى) تمَّ اختيارهم بطريقة عشوائية من طلاب وطالبات جامعة تشرين.

-عيِّنة البحث: تمَّ اختيار عيِّنة البحث وفق العيِّنة الطَّبقيَّة العشوائيَّة وتتمَثَّل المرحلة الأولى في تحليل مجتمع البحث ودراسة كافّة خصائصه وطبقاته، أمّا المرحلة الثَّانية فتتمَثَّل في اختيار أفراد العيِّنة بشكلٍ عشوائيٍّ بناءً على صفات مجتمع البحث. من بين طلَّاب وطالبات جامعة تشرين من الكلِّيَّات النَّظريَّة بمدينة اللاذقية، حيث بلغ عدد أفراد العيِّنة (400) طالباً وطالبة (200) طالباً، (200) طالبة.

متغيِّرات البحث:

المتغيِّرات المستقِّلة: النَّوع (ذكور، إناث)، السنة الدراسية (الأولى، الأخيرة)، مستوى تعليم الأب (شهادة ثانوية، شهادة جامعية، دراسات عليا).

المتغيِّر التَّابع: درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي.

أداة الدراسة:

مقياس الاتِّزان الانفعالي: قامت الباحثة باستخدام مقياس الاتِّزان الانفعالي إعداد سمّور (2012)، أعدَّ هذا المقياس في الأصل العدل (1995) مؤلفاً من (116) بنداً، ويتكوَّن في الدراسة الحالية من (45) بنداً. يحتوي المقياس على (20) بنداً إيجابيَّاً، و(25) بنداً سلبيَّاً. يجيب عليها الطالب باختيار من متعدِّد وفق مقياس ليكرت الخماسي.

صدق المقياس:

1. صدق المحتوى (صدق المحكِّمين): قامت الباحثة بعرض المقياس على (8) من المحكِّمين المختصين في كلِّية التربية/ جامعة تشرين، وذلك بقصد التَّحقُّق من صدقه وقدرته على قياس ما أُعدَّ لقياسه، وعُدِّلت البنود بناءً على ملاحظاتهم حتى أصبحت في صورتها النِّهائية.

2. صدق الاتِّساق الداخلي: قامت الباحثة بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كلِّ بند من بنود المقياس والدرجة الكلِّيَّة للمقياس كما هو موضَّح في الجدول الآتي:

جدول (2): قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بند من بنود مقياس الاتزان الانفعالي مع الدرجة الكلّية للمقياس

البند	معامل الارتباط	قيمة الدلالة
1. أشعر أنَّ بداخلي صراعات عدَّة.	.51**	.000
2. أشعر بالمعاناة في حياتي.	.56**	.000
3. أنا حساس جداً من سخرية وتهكّم الآخرين.	.50**	.000
4. أشعر بالخوف والرهبة من المواقف الجديدة.	.57**	.000
5. أختار الحلول الوسطية للمشكلات لأنها أسلم.	.53**	.000
6. يجب على الإنسان ألّا ينسى الإساءة مهما طال الزمن.	.54**	.000
7. أجد سهولة في التّعرف على أصدقاء جدد.	.57**	.000
8. أعاني من نوبات صداع.	.57**	.000
9. يمكنني أن أعيش في الضوضاء وفي المناطق المزدحمة.	.53**	.000
10. أتمتع بصحة جيدة أغلب الأحيان.	.52**	.000

البند	معامل الارتباط	قيمة الدلالة
11. أنجح في جميع الأعمال التي أقوم بها.	.55**	.000
12. أستطيع العمل في الضوضاء والضجيج.	.52**	.000
13. الحياة، الدنيا مليئة بالمتاعب.	.52**	.000
14. أرحِّب بالمساعدة في الإصلاح بين المتخاصمين.	.56**	.000
15. لو لم يكن الانتحار حراماً لفكَّرت فيه جدِّياً.	.54**	.000
16. أتقبَّل النقد حتى ولو كان في غير محلّه.	.52**	.000
17. أشعر عادةً بتأنيب الضمير.	.52**	.000
18. أنزعج من الأخبار المؤلمة.	.53**	.000
19. أقوم بردِّ الإساءة مهما كانت العواقب.	.54**	.000
20. أعترف بسهولة بخطأي وأقدّم الاعتذار المناسب.	.56**	.000
21. أتضايق من كثرة المناقشة والجدل.	.48**	.000
22. أشعر بالرضا تماماً عن حياتي ونفسي.	.55**	.000
23. تنتابني حالات من الفتور واللامبالاة.	.53**	.000
24. أشعر أنَّ كل يوم جديد سيكون أفضل.	.54**	.000
25. أتناول عقاقير مهدِّئة ومنوِّمة.	.59**	.000
26. أعاني من الأرق.	.54**	.000
27. أنا عصبي جداً في المواقف التي تستحق ذلك.	.48**	.000
28. أنا الذي أبدأ بمصالحة من يخاصمني.	.53**	.000
29. أرى أنني أستطيع أن أتغلب على المصاعب مهما كانت.	.53**	.000
30. أثور بسهولة ولأتفه الأسباب.	.59**	.000
31. أشعر بالخجل عند التّحدث أمام الآخرين.	.58**	.000
32. أجد صعوبة في التّعبير عمّا أشعر به.	.52**	.000
33. أتماسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية.	.56**	.000
34. يمكنني أن أتغاضى بسهولة عن أخطاء الآخرين.	.55**	.000
35. أتحمّل الإساءة من الآخرين وأسامحهم.	.50**	.000
36. أشعر أنَّ زملائي يسخرون مني.	.60**	.000
37. أعتقد أنَّ الاعتراف بالخطأ أمر عسير بالنسبة لي.	.53**	.000
38. أشعر بالارتياح في حلقات النقاش.	.56**	.000
39. أنا قادر على إنجاز ما أطمح إليه.	.52**	.000
40. عندما أنفعل وأثور أعاني من التأتأة والتلعثم.	.55**	.000
41. أشعر بالتَّردد عند اتخاذ قرار ما.	.55**	.000

البند	معامل الارتباط	قيمة الدلالة
42. يراودني شعور بأنّني فاشل.	.57**	.000
43. أجد صعوبة في البقاء وحدي.	.51**	.000
44. عادة ما أظل حائراً بين مميزات فكرة وعيوبها.	.57**	.000
45. أتعامل مع معظم المواقف بسهولة ويسر.	.58**	.000

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

يتَّضح من الجدول أنَّ معاملات الارتباط لدرجات كلِّ بند من بنود المقياس مع الدَّرجة الكلِّيَّة للمقياس جميعها دالَّة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وبذلك فإنَّ مقياس الاتزان الانفعالي يتمتَّع بدرجة اتِّساق داخلي جيِّد.

ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس الاتزان الانفعالي بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية وفق الجدول الآتي:

جدول (3): قيمة معامل ثبات مقياس الاتزان الانفعالي

بطريقة ألفا كرونباخ		
المقياس ككل	عدد الأسئلة	45
	قيمة معامل الثبات	0.95
بطريقة التجزئة النصفية		
الجزء الأول	عدد الأسئلة	23
	قيمة معامل الثبات	0.90
الجزء الثاني	عدد الأسئلة	22
	قيمة معامل الثبات	0.90
قيمة معامل ارتباط بيرسون بين الجزأين		*0.88

*. Correlation is significant at the 0.05.

من دراسة الجدول نلاحظ أنّ قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ للمقياس ككل= (0.95) وهي قيمة عالية، وقيمة معامل الارتباط بين الجزأين= (0.88)، وهي دالّة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، وهذا دليل على تمتّع المقياس بمعامل ثبات جيّد جداً.

مصطلحات البحث:

الاتِّزان الانفعالي: قدرة الفرد على ضبط انفعالاته ودوافعه والتحكم بها، ومواجهة مواقف الحياة بحيوية ونشاط، من خلال الاعتماد على نفسه متفائلاً نحو المستقبل ومتوافقاً مع الآخرين. (Al-Jumaili, 2005, p18)

الاتِّزان الانفعالي إجرائياً: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب المستجيب على فقرات مقياس الاتِّزان الانفعالي، والمعتمَّد في هذا البحث.

طالب الجَّامعة: هو الطالب الذي أنهى المرحلة الثانوية بنجاح، والتحق بالدراسة في إحدى الكلِّيَّات النظرية في جامعة تشرين في مدينة اللاذقيَّة، فيكون عمره يتراوح بين (18 – 28 سنة).

الجَّانب النَّظري:

الاتِّزان الانفعالي:

يمثِّل الاتِّزان الانفعالي مقدرة الفرد على ضبط انفعالاته والتحكم بها وعدم الانسياق وراء تأثير الأحداث الخارجية العابرة والطارئة وصولاً إلى التكيف الذَّاتي والاجتماعي (Bani Younes, 2004)، وقد اهتم العديد من العاملين في مجال

علم النفس بمفهوم الاتزان الانفعالي لما له من أثر كبير على حياة الفرد والمجتمع، ويعد الاتزان الانفعالي أحد أهم المحدِّدات في أنماط الشخصية، وواحداً من المؤشرات المهمة على الصحة النفسية المتوافقة، ويشكِّل الركن الأساسي الذي تنتظم من خلاله جميع جوانب النشاط السيكولوجي للفرد، وما يصدر عنه يؤثر في أشكال التوافق، ولذلك يعتبر الاتزان الانفعالي واحداً من الجوانب المهمة في حياة الإنسان، وجوهر العملية التوافقية الشخصية. (Nasir, 2014)

الأساس النَّظري للانفعالات:

تناولت العديد من نظريات علم النفس دراسة الانفعالات والاتِّزان الانفعالي منها:

. نظريَّة التحليل النفسي:

رأى فرويد أنَّ الشخصيَّة تتكوَّن من الهو والأنا والأنا الأعلى، والشخص يولَد برغبات جنسية تتمثَّل بعمليَّة امتلاكه طاقة رغباته الذَّاتيّة وحين تعمل هذه الأجزاء تقدِّم لصاحبها سُبل التَّفاعل مع البيئة، تهتمُّ هذه النظرية بالجوانب الانفعاليَّة والدَّافعية، وتعتبرها مراحل سيكواجتماعيَّة تُبنَى في مرحلة الطفولة، وتعتمد على اللذة وتَجنُّب الألم (أورد في: ليافشينا، 2006، 41).(Levashina, 2006, p41)

. النظرية البنائية المعرفيَّة:

رائدها بياجيه الذي أكَّد أنَّ الانفعالات ترتبط بالجانب المعرفي للفرد، وأَرجَع التَّغيُّر في خبرات الفرد النفسيَّة والاجتماعية إلى تزايد المعرفة المترافق مع نموُّه الإدراكي، وتشير إلى أنَّ التفكير بشيء وما يشعر به الفرد تجاه هذا الشيء يرتبطان بشكلٍ وثيق، حيث أنَّ الإثارة الداخلية تعدُّ جزءاً من الانفعال، وبالتالي فإنَّ طبيعة الانفعال تعتمد على الطريقة التي يدرك بها الفرد الموقف الذي يواجهه، ومدى تمييزه لهذا الموقف، وهذه العملية التمييزية عملية معرفية، وبالتالي يتمكَّن الفرد من تفسير مشاعره، وفي ضوء هذا التفسير يقرِّر كيف سيتصرف تجاه الموقف الذي يواجهه، فإن تمكَّن من السيطرة على انفعالاته تبعاً لتفسيره، فإنه سيحقق اتزاناً انفعالياً، ويواجه الموقف بشكل أكثر توافقاً وايجابية. (الوقفي، 2014) (Al-Wakfi, 2014)

. نظرية التَّعلم الاجتماعي:

رائدها أريكسون، ترفض هذه النَّظريَّة ربط الجانب الانفعالي للفرد بنظامه العضوي، بل تراه مرتبطاً بخبرات التعلُّم التي يتعرَّض لها الفرد في حياته، كما أشارت إلى وجود أزماتٍ نفسيَّة اجتماعيَّة للنُّمو يجب حلُّها قبل الانتقال من مرحلة عمريَّة إلى أخرى (أورد في: شعبان؛ تيّم، 1999، 118).(Shabaan; Taiem)

. النظرية السلوكية:

ترى هذه النظرية أنَّ الانفعال ينشأ نتيجة الصراع الذي يتعرض له الفرد، الذي قد يؤدي إلى القيام باستجابات، أو ردود فعل غير متوافقة، قد تسهم في فقدان الفرد السيطرة على سلوكه، مما يفقده الاتزان الانفعالي، وبالتالي فإن هذه النظرية ترى أن الانفعال ناتج عن الصراع الذي يتعرض له الفرد (السيد، 2013).(Al-Sayed, 2013)

نشأة الانفعالات وتكوينها:

الناس مؤهَّلون للاستجابة وفق سجلِّهم العاطفي، وتتحدَّد ميول الفرد الانفعالية في السنوات الأولى من حياته بحسمِ العوامل الوراثيَّة، وتساعد السَّيطرة العاطفية في مرحلة الطفولة والمراهقة وصولاً لمرحلة الرشد على تشكيل الدوائر العصبية، ولابدَّ من أن يتعلَّم الفرد في البيت كلَّ الانفعالات، وتتمثَّل الأساليب الأبوية في تشكيلها بالآتي:

1. تَجاهُل المشاعر تماماً: ينظر هنا الآباء إلى انفعالات ابنهم على أنَّها تافهة، ويفشلون في استثمارها ليتقرّبوا منه أكثر ويساعدوه على اكتساب كفاءة الضَّبط الانفعالي.

2. أسلوب دعه وشأنه: هنا يلاحظ الآباء انفعالات ابنهم ويرونها شيئاً لطيفاً، فيتعاملون مع انفعالاته بمساومة، ويقدِّمون له المُغريات للتخلُّص منها.

3. احتقار الانفعالات: يمنع الآباء هنا الابن من إظهار انفعالاته ويحاسبونه.

4. انتهاز توتُّر الابن للتصرُّف بأسلوب يُشعِره بأنَّهم سنده العاطفي: يفكِّر الآباء هنا بانفعالاته بجدِّيَّة؛ يفهمون ما يزعجه ويساعدونه بشكلٍ إيجابيٍّ للتَّخفيف منها، وليتمكنوا من ذلك يجب أن يتمتَّعوا بالاتِّزان الانفعالي (جولمان، 2000، 169، 266-268، 307).(Goleman, 2000, p266,307)

جوانب الانفعالات:

1. **مظاهر جسميَّة خارجيَّة:** بمجموعةٍ من الكلمات والحركات والتَّعبيرات في معالم الوجه والجِّسم، ويمكن ملاحظتها من قِبَل الآخرين.
2. **مظاهر فيزيولوجيَّة داخليَّة:** كالإفرازات الغدديَّة والتَّغيُّرات الداخليَّة ونشاط القلب والدم والتَّنفس.
3. **مشاعر داخليَّة مُصاحِبة:** لا يُدرِكها إلَّا الفرد ذاته تتفاعل مع بعضها لأنَّ الإنسان وحدة متكاملة؛ فهو كلُّه يفرح أو يبكي، وهو كلُّه يغضب أو يرضى. (عبّاس، د.ت، ص112)(Abbas, p112)

الاتِّزان الانفعالي عند الشباب:

يتمثَّل التَّكيُّف الاجتماعي بقدرة الفرد على إقامة علاقاتٍ اجتماعية مُرْضية مع من حوله، ويتَّسم بضبط نفسه في مواقف الانفعال، والتَّعامل معها بواقعيَّة وباتزان، ويُعتَبَر صُلب عملية التَّكيُّف الرِّضا عن العلاقات الاجتماعيَّة، هناك ملامح انفعالية تبدأ بالظُّهور عند الشباب تساعدهم لتحقيق الاتِّزان الانفعالي، وهي:

الواقعيَّة: وتمثِّل إدراك الأمور بنظرةٍ بعيدة عن الخيال، تسعى لتقبُّل وتحمُّل المسؤوليَّة.

إدراك الأهداف بعيدة المدى: كتقبُّل تأجيل إشباع بعض الحاجات لتحقيق أهدافٍ أهم وأسمى.

المشاركة الوجدانيَّة: كالاهتمام بالآخرين، والبحث عن القبول، والانتماء الاجتماعي.

تحمُّل الإحباط والفشل والتدرُّج في ردِّ الفعل، وهو ما يُعرَف بالضبط الانفعالي.

القدرة على ضبط السلوك وفق المعايير الاجتماعية. (رضا، 2002، 121 - 122)(Rida, 2002, pp121-122)

العوامل المؤثِّرة بالاتزان الانفعالي:

يتأثر الاتزان الانفعالي بالعديد من العوامل منها شخصيَّة الفرد الذاتية، ومنها ما يرتبط بالبيئة المحيطة، وما يتعرَّض له من مواقف خلال الحياة اليومية، وهناك تأثير للاضطرابات الفيزيولوجية كذلك، وبالتالي فإن هذه العوامل تلعب دوراً مؤثراً في قدرة الفرد على تحقيق الاتزان الانفعالي. (أحمد، 2015)(Ahmad, 2015)

قد يرجع الأثر في كثير من الأحيان إلى العوامل النفسية التي يكون مصدرها إمَّا خلل، أو اضطراب في العمليات المعرفية، كعدم وضوح الدوافع لدى الفرد، أو الانفعالات، وهذه العوامل تنشأ بشكل عام نتيجة التفاعل غير المناسب بين الذات من جهة والمحيط الفيزيائي المادي أو الاجتماعي من جهة أخرى، وهذا التفاعل الحاصل قد يؤثر في قدرة الفرد على تحقيق الاتزان الانفعالي، وقد يكون الأثر نتيجة خلل الجوانب النفسية للفرد بسبب الضغوط التي يتعرض لها، وما يصاحبها من تغيرات نفسية وفيزيولوجية مرافقة لها (الفرماوي؛ حسن، 2009) (Al-Farmawi; Hasan, 2009)، وقد تلعب أيضاً العوامل البيولوجية دوراً واضحاً في التأثير على جهاز الإفراز الداخلي، كما أن المكونات

البيئية تؤدي دوراً في الحفاظ على الاتزان الانفعالي للفرد، وبالتالي فإن العوامل المؤثرة في الاتزان الانفعالي هي نتاج تفاعل العديد من المؤثرات المتنوعة والمختلفة في طبيعتها وشدتها، وعليه يكون مقدار الشدة في التعبير عن الانفعالات لدى الفرد متفاوتة حسب طبيعة الاقتران والتفاعل ما بين هذه العوامل المذكورة سواء أكانت بشكلٍ منفرد كعوامل (بيولوجية، نفسية، بيئية، أسرية، اجتماعية، اقتصادية) أو مجتمعة معاً. (بني يونس، 2009) (Bani Younes, 2009)

معوِّقات الاتزان الانفعالي عند الشباب:

1. **اختلاط الأدوار:** التَّداخل بين المراحل العمريَّة، وأصل المشكلة هنا ليس الشاب وإنَّما مَن يتعاملون معه؛ فيعاني غموضاً في معاملة الكبار له (هل هو كبير أم صغير؟)، وفي مفهومه عن ذاته.
2. **الصدمات المبكِّرة** نتيجة تحمُّل مسؤوليَّاتٍ قبل أوانها فيتعرَّض للفشل.
3. **الحرمان المبكِّر من العطف:** إذ يسارع الكبار لانتزاع العطف والرِّعاية التي كانوا يقدِّمونها للفرد وهو طفل بحجَّة أنَّه أصبح شابَّاً، فيشعر بالخوف من الفشل وغياب السَّند، ممَّا يعيق اتزانه.
4. **الصراعات الدَّاخلية** فيما يتعلَّق بالقيم، وحيل الدِّفاع النفسي لتعويض نقص الخبرة.
5. **العيوب الحيويَّة:** فبعض النقص الجسدي يؤدِّي إلى سوء توافق نفسي. (المرجع السابق، ص124، 127) (Last reference, p124,127)

مما سبق يتَّضح الدَّور الكبير الذي تلعبه الانفعالات في شخصيَّة الشاب، وأهميَّة الحفاظ على توازنها لتمكينه من التَّوافق الجيِّد مع المواقف الاجتماعية التي يتعرَّض لها، ومع الأشخاص المحيطين به.

الدراسات السابقة:

. دراسة (Al-Masoudi, 2002) بعنوان: "قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة بناء وتطبيق"، في العراق.

هدفت الدراسة بناء مقياس للاتزان الانفعالي والتعرف إلى مستواه لدى الطلبة تبعاً للنوع والتخصص. استخدم الباحث مقياس الاتزان الانفعالي من إعداده على عينة تكوَّنت من (450) طالباً وطالبة من طلبة جامعة بغداد. توصلت النتائج إلى أن مستوى الاتزان الانفعالي للعينة كانت أعلى من المتوسط

. دراسة (Al-Sabawi, 2008) بعنوان: "قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين والمعلمات الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم والتفتيش والاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي وأقرانهم الذين لم يتعرضوا لها، دراسة مقارنة"، في العراق.

هدفت الدراسة قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين ممَّن تعرَّضت أسرهم للدهم أو التفتيش أو الاعتقال، ولدى من لم تتعرض أسرهم لذلك، والكشف عن الفروق في مستوى الاتزان الانفعالي لديهم، والتَّعرف إلى العلاقة بين الاتزان الانفعالي لدى الطلبة والجنس. تم استخدام مقياس الاتزان الانفعالي إعداد (المسعودي، 2002) على عينة من (750) طالباً وطالبة من المعهد. توصلت النتائج إلى أن مستوى الاتزان الانفعالي لديهم جاء بشكل عام مرتفع، كما تبيَّن وجود فرق في مستوى الاتزان الانفعالي لصالح الإناث.

. دراسة (Koumar, 2015) بعنوان: "الكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى الطلبة الذين يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية والخاصة"، في الهند.

A Study of Emotional Stability and Socio-Economic Status of Students Studying in Secondary Information Studies

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى الطلبة الذين يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية والخاصة، على عينة تكوَّنت من (100) طالب وطالبة من هذه المدارس. أظهرت النتائج أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة كان متوسطاً، وعدم وجود فروق دالة في مستواه بين الطلاب الذين يدرسون في المدارس الحكومية والخاصة، ووجود فروق في المعدل العام للوضع الاجتماعي والاقتصادي للطلاب تبعاً للاتزان الانفعالي الذي يمتازون به.

. دراسة (Turkmany, 2015) بعنوان: "أثر التوكيدية والاتِّزان الانفعالي على إصدار الأحكام الأخلاقية لدى عينة من طلبة جامعة تشرين في محافظة اللاذقية"، في سورية.

هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين الحُكم الأخلاقي وكلٌّ من التَّوكيدية والاتِّزان الانفعالي، وعلاقة التَّوكيدية بالاتِّزان الانفعالي، والكشف عن الفروق في كلٍّ من الحُكم الأخلاقي والتوكيدية والاتِّزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّرات (النوع، العمر، الوضع الاقتصادي للأسرة، نوع الكلِّية). استخدمت الباحثة مقاييس الحُكم الأخلاقي، والتوكيدية، والاتِّزان الانفعالي على عيِّنة من (650) طالباً وطالبة. توصَّلت النتائج إلى وجود ارتباط مقبول بين الحُكم الأخلاقي وكلٌّ من التوكيدية والاتِّزان الانفعالي، ووجود ارتباط متين بين التوكيدية والاتِّزان الانفعالي، وعدم وجود فرق في الاتِّزان الانفعالي تبعاً للنوع، كما لم تُظهِر نتائج الدراسة فروقاً في كلٍّ من الحُكم الأخلاقي والتوكيدية والاتِّزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّري (العمر، الوضع الاقتصادي للأسرة).

. دراسة (Al-Rabeeh; Atyeh, 2016) بعنوان: "الاتِّزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذَّات لدى طلبة جامعة اليرموك"، في الأردن.

هدفت الدراسة التعرف إلى علاقة الاتِّزان الانفعالي بضبط الذَّات لدى طلبة جامعة اليرموك. استخدام الباحثان مقياسي الاتِّزان الانفعالي إعداد (حمدان، 2010)، وضبط الذَّات (Tangney, et al, 2004)، على عينة من (749) طالباً وطالبةً من طلبة جامعة اليرموك. توصلت النتائج إلى أن مستوى الاتِّزان الانفعالي لدى أفراد العيِّنة جاء متوسطاً، ووجود فرق فيه لصالح الذكور، وعدم وجود هذه الفروق تبعاً لمتغيري (المستوى الدراسي، والتخصص)، ووجود علاقة ارتباطية بين مستوى الاتِّزان الانفعالي، ومستوى ضبط الذَّات لديهم.

. دراسة (Al-Khamayseh, 2020) بعنوان: "مستويات الاتِّزان الانفعالي لدى طلبة علم النفس التطبيقي بكلية الأميرة رحمة الجامعية"، في الأردن.

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الاتِّزان الانفعالي لدى طلبة علم النفس التطبيقي بكلية الأميرة رحمة في ضوء متغير متوسط دخل الأهل. استخدام الباحث مقياس الاتِّزان الانفعالي على عينة من (24) طالباً وطالبةً من طلبة علم النفس التطبيقي. توصَّلت النتائج إلى أنَّ الاتِّزان الانفعالي لدى أفراد العيِّنة جاء بمستوى متوسط، كما أظهرت النتائج وجود فروق فيه تبعاً لمتغير متوسط دخل الأسرة لصالح أصحاب الدخل المتوسط.

. دراسة (Turkmany, 2020) بعنوان: "الاتِّزان الانفعالي وعلاقته بمفهوم الذَّات لدى عيِّنة من طلبة الكليات التطبيقية في جامعة تشرين"، في سورية.

هدفت الدراسة التعرف إلى علاقة الاتِّزان الانفعالي بمفهوم الذَّات لدى عيِّنة من طلبة الكليات التطبيقية في جامعة تشرين. تمَّ تطبيق مقياس الاتِّزان الانفعالي إعداد (سمور، 2012)، ومقياس مفهوم الذَّات إعداد (أحمد، 2016)، على عيِّنة مكونة من (470) طالباً وطالبة. توصلت الدراسة إلى أن أكثر من نصف أفراد العيِّنة جاء مستوى الاتِّزان الانفعالي لديهم متوسِّطاً (60.2 %)، ومستوى مفهوم الذات لديهم كذلك جاء متوسِّطاً (61.7 %)، كما أظهرت وجود علاقة إيجابيَّة بين الاتِّزان الانفعالي ومفهوم الذَّات لدى أفراد العيِّنة، وعدم وجود فروق بين متوسِّطات درجاتهم على مقياسي الاتِّزان الانفعالي ومفهوم الذَّات تعزى لمتغيِّري (النَّوع، ومكان السكن الأصلي). بينما وجدت فروق تبعاً لمتغير السنة الدراسية في الاتِّزان الانفعالي لصالح السنة الأخيرة، أما في مفهوم الذَّات لم يظهر هذا الفرق.

تعقيب على الدراسات السابقة:

لقد تباينت الدراسات السابقة في أهدافها بعض الدراسات السابقة تعرُّف مستوى الاتزان الانفعالي أو ربطه ببعض المتغيِّرات (كضبط الذات، والحكم الأخلاقي، وتوكيد الذات، ومفهوم الذات)، وقد أجريت الدراسات السابقة بين عامي (2002، 2020)، وتفاوتت أحجام العينات بين (261) و(749) فرداً. والمنهج المستخدم في هذه الدراسات هو المنهج الوصفي، وتعددت كذلك الأساليب الإحصائية المستخدمة من معامل الارتباط وتحليل التباين الأحادي والثنائي واختبار(ت)، واختلفت هذه الدراسات في نتائجها حول مستوى الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّرات (النَّوع، البيئة، الوضع الاقتصادي، نوع الكلية، التخصص الدراسي). أما الاختلاف عن تلك الدراسات فهو في عيِّنة الدراسة ومتغيِّر مستوى تعليم الأب (وهي الدراسة الوحيدة في البيئة المحلية في حدود علم الباحثة).

المعالجة الإحصائية:

استخدمت الباحثة برنامج SPSS في معالجة النتائج؛ حيث اعتمدت على اختبار الدلالة (t) لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة في مستوى الاتزان الانفعالي.

نتائج البحث:

الإجابة عن سؤال البحث:

ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى عيِّنة من طلبة الكليات النظرية في جامعة تشرين؟

قامت الباحثة بحساب النسبة المئويَّة لدرجات أفراد العيِّنة، وذلك بتقسيم درجاتهم على بنود مقياس الاتِّزان الانفعالي إلى ثلاثة مستويات حسب المعيار الآتي: (أعلى درجة – أدنى درجة) ÷ 3

أي: 60 = 3 ÷ (45 - 225) وبناءً عليه تمَّ تقسيم الدرجات: من (45) إلى (105) درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن (106) إلى (166) درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن (167) إلى (225) درجة ضمن المستوى المرتفع. أظهرت أنَّ أفراد العيِّنة يتوزَّعون على المستويات الثلاثة، كما هو موضَّح في الجدول الآتي:

جدول (4): مستوى الاتزان الانفعالي لدى أفراد العيِّنة

العيِّنة الكلية	مستوى الاتزان الانفعالي			المجموع
	منخفض	متوسط	مرتفع	
التكرار	98	244	58	400
النسبة %	24.5	61	14.5	100%

يتَّضح من الجدول السابق أنَّ أكثر من نصف أفراد العيِّنة يتمتَّعون بقدرٍ متوسِّط من الاتِّزان الانفعالي (61%). وبذلك فإنَّ قدراً متوسِّطاً فقط من المرونة والنضج والاعتدال والأناة يمتلكها أفراد العيِّنة في التعامل مع المواقف، ولديهم بعض الميول الاندفاعية واستثاره مزاجية واستجابات غير ناضجة، وهذا غير ملائم للطالب الجامعي، كما أنَّ الواقع المعاش حالياً ينعكس بتأثيره القوي متمثِّلاً بعدم الشعور بالأمن وضعف الثقة بالنفس، وخاصة ما يعيشه الشباب من تخبُّطات يمرُّون بها فيما يتعلَّق بقرارات مصيرية بتحديد مستقبلهم وضمانه. تتَّفق هذه النتيجة مع ما توصَّلت إليه دراسات كلٌّ من (Turkmany, 2015)، و(Al-Rabdi, 2018) و(Al-Khamayseh, 2020)، وتتعارض مع دراسة (Mubarak, 2008) التي بيَّنت شيوع المستوى المرتفع للاتزان الانفعالي بين أفراد العيِّنة.

الإجابة عن فرضيات البحث:

1. لا يوجد فرق دالٌّ إحصائيَّاً بين متوسِّطي درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير النوع (ذكور، إناث):

للتَّحقُّق من صحَّة الفرضيَّة قامت الباحثة باستخدام اختبار (T) للكشف عن دلالة الفرق بين متوسِّطي درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر النَّوع، كما هو مبيَّن في الجَّدول الآتي:

جدول (5): دلالة الفرق بين متوسِّطي درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر النَّوع

النَّوع	العدد	المتوسط الحسابي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	القرار
ذكور	200	21.3	2.843	0.005	دالٌّ
إناث	200	22.8			

يتَّضح من الجَّدول السابق أنَّ قيمة (ت) تساوي (2.843)، وقيمة مستوى الدلالة (0.005) وهي أصغر من (0.05) ممَّا يعني وجود فرق بين متوسِّطي درجات الذكور والإناث على مقياس الاتزان الانفعالي، وهذا الفرق كان دالّاً لصالح الإناث، ويعود السبب في الأغلب برأي الباحثة إلى الظروف التي يمرُّ بها الشباب والمرتبطة بواقع الحياة، والخيارات المحدودة التي تحتِّم عليهم إمَّا الالتحاق بالخدمة العسكرية أو السَّفر في ظل الإمكانات الضئيلة المتوافرة في البيئة المحيطة التي لا يستطيعون الاعتماد عليها لتأسيس أنفسهم، وخاصة أن الخيارات الموجودة لديهم محدودة بشكلٍ كبير في ظلِّ مسؤولياتٍ كثيرة ملقاة على عاتقهم، كما أنَّ طبيعة الشباب التي تنعكس على طريقة تعبيرهم عن الضغوط والمواقف التي يمرُّون بها وخاصة أنهم يميلون إلى أساليب تفريغية قد تكون غير صحية كلُّ ذلك يهيِّئ أرضية خصبة ليكون استقرارهم النَّفسي والانفعالي أقل من الإناث، وتتفق هذه النَّتيجة مع دراسات أخرى بيَّنت أنَّ اتزان الانفعالات لدى الإناث أعلى كدراسة (Sabawi, 2008)، وتختلف مع نتائج دراسات وجدت أن الذكور يتفوقون في ذلك على الإناث كدراستي (Aleem, 2013)، و(Al-Farra, 2006)، ومع دراسة (Turkmany, 2015) التي أكدت عدم وجود فرق في الاتزان الانفعالي تبعاً للنوع.

2. لا يوجد فرق دالٌّ إحصائيَّاً بين متوسِّطي درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير السنة الدراسية (أولى، أخيرة):

للتَّحقُّق من صحَّة الفرضية قامت الباحثة باستخدام (T-test) للكشف عن دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر السنة الدراسية، كما هو مبيَّن في الجدول الآتي:

جدول (6): دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر السنة الدراسية (أولى، أخيرة)

السنة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	القرار
الأولى	200	2.91	-3.24	0.001	دال
الأخيرة	200	3.1			

يتَّضح من الجدول السابق أنَّ قيمة (ت) تساوي (3.24-)، وقيمة مستوى الدلالة (0.001) وهي أصغر من (0.05) ممَّا يعني وجود فرق بين متوسطي درجات طلبة السنة الأولى ودرجات طلبة السنة الأخيرة على مقياس الاتزان الانفعالي، وهذا الفرق كان دالّاً لصالح السنة الأخيرة، ويعود ذلك من وجهة نظر الباحثة إلى أنَّ الاتزان الانفعالي يعتمد على التنشئة الأسرية بالمقام الأول، والذي ينمو مع الوقت ليصبح أكثر نضجاً وتُعتَبر السنة الأخيرة من الدراسة بالنسبة للطالب فرصة لتحديد الخيارات التي بين يديه، وكيفية التوجه إليها، خاصة أنه أصبح قادراً على تحديد ميوله وأولوياته كالعمل والاستقلال المادي، على الرغم من التَّخبُّطات التي يمرُّ بها الشباب خلال هذه الفترة وهذه النتيجة تتفق مع دراسَة (Ghalib, 2011) التي أكّدت أن الاتزان الانفعالي يزداد كلما تقدَّم الشخص في العمر.

3. لا توجد فروق دالّة إحصائيَّاً بين متوسّطات درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب (شهادة ثانوية، شهادة جامعية، شهادات عليا):

للتَّحقُّق من صحَّة الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر مستوى تعليم الأب، كما هو مبيَّن في الجدول الآتي:

جدول (7): دلالة الفرق بين متوسطي درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر مستوى تعليم الأب (شهادة ثانوية، شهادة جامعية، دراسات عليا)

مستوى تعليم الأب	العدد	المتوسط الحسابي	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	القرار
شهادة ثانوية	180	2.95	0.81	0.45	غير دال
شهادة جامعية	112	3.00			
دراسات عليا	158	2.92			

يتَّضح من الجدول السابق أنَّ قيمة (ف) تساوي (0.81)، وقيمة مستوى الدلالة (0.45) وهي أكبر من (0.05) ممَّا يعني أنَّ الفروق بين متوسطات درجات أفراد العيِّنة على مقياس الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغيِّر مستوى تعليم الأهل كانت غير دالّة، ويعود السبب في هذه النتيجة من وجهة نظر الباحثة إلى أنَّه على الرَّغم من أهمية التعليم ودوره المباشر في تنمية الجوانب الشخصية والاجتماعية عند الأفراد والغير مباشر بالأثر الذي يتركه في المجتمع المحيط، إلَّا أنَّ الظروف الصَّعبة التي يمرُّ بها كل المجتمع السوري على اختلاف طبقاته الاجتماعية ومستويات التعليم فيه إلَّا أنها تحرم الشباب خصوصاً متعة الاستمتاع بالاستقرار النفسي والاتزان الانفعالي نتيجة كثرة وتنوُّع التَّغيرات الحاصلة التي يمرُّون بها أو يهيِّئون أنفسهم عليها على الرغم من أنها مازالت مستمرة لأكثر من 10 سنوات.

الاستنتاجات والتَّوصيات:

. إيلاء اهتمام أكثر لدور التربية والتعليم العالي في إشباع المفاهيم النفسية من مراحل عمرية مبكرة، وخاصة المرتبطة بالانفعالات واتزانها.

. إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول العوامل المؤثرة في الاتزان الانفعالي، كأثر المناخ الأسري، والمواقف الانفعالية الحادة على الصحة النفسية.

. إجراء دراسات شبه تجريبية لتدعيم الاتزان الانفعالي لدى ذوي المستوى المنخفض من فئة الشباب.

. عقد ندوات وورشات عمل تتناول أكثر المشكلات النفسية التي من الممكن أن يتعرّض لها الشَّباب الجامعي، وكيفية التعامل معها.

المراجع:

المراجع العربية:

- Abbas, Faisal. **The Great Encyclopedia of Psychology and Education**. **Indicative psychology**. The Middle East Cultural Center, Beirut.
- Ahmad, Sohair. **Psychology of personality**. Second edition, Dar Al-Zahraa, Kairo, Egypt, 2015.
- Bani-Younes, Mohammad. **Standard of psychology**. Second edition, Dar Al-Shorouq, Amman, Jordan, 2009.
-Turkmany, Mai. **The effect of assertiveness and emotional stability on the issuance of moral judgments among a sample of Tishreen University students in Lattakia Governorate/ field study**. Unpublished Master Thesis, Department of Psychological Counseling, Faculty of Education, Tishreen University, Syria, 2015.
-Turkmany, Mai. The relationship between emotional stability and self-concept among a sample of students of applied colleges at Tishreen University. ***Journal of Al- Baath university***, 2020.
- Al-Farmawi, Hamdi; Hasan, Waleed. Emotional metamorphosis among ordinary people and people with intellectual disabilities. First edition, Dar Safaa, Amman, Jordan, 2009.
- Goleman, Daniel. **Emotional Intelligence in the World of Knowledge Series, (translation by Laila Al-Jabali)**. National Council for Culture, Arts and Letters, Kuwait, 2000.
- Hwaijah, Wael; Salameh, Dina. United Nations Population Fund; Young people are a resource for rebuilding Syria. An article published on SANA website. 2015
http://www.sana.sy
- Al-Jumaili, Ali. **The effect of realistic therapy and social skills on raising the level of emotional stability among middle school students**. Unpublished PhD thesis, College of Education, Al-Mustansiriya University, Iraq, 2005.
- Al-Farra, Ismail (2006). A study of the level of positivity among university students in Palestinian universities in the Gaza Strip. ***Al-Azhar University Journal***, Series of Humanities, Vol 8 (1), 2006, pp. 1-36.
- Khamaysah, Amr. **The levels of emotional stability among a sample of applied psychological students in the princess Rahmah university college**. Al-Balqa applied university, Jordan, 2018.

- Levashina, Goldjikan. **Sex education for children and adolescents** (translated by Nizar Oyoun Al-Aswad). (I 1), The New Vanguard House, Damascus.
- Al-Masoudi, Abd Aoun Aboud. **Measuring the emotional stability of university students building and applying**. Unpublished Master Thesis. Faculty of Education, University of Baghdad: Iraq, 2002.
- Mubarak, Solomon. Emotional stability and its relationship to the self-concept of distinguished students and their ordinary peers in Nineveh. ***Journal of Faculty of Basic Education Research***, Vol 7 (2), 2008, p. 65.
- Al-Rabdi, Wael. The self-concept and its relationship to emotional stability among high school students in King Abdullah II School of Excellence in Ajloun Governorate. ***Journal of Educational Sciences***, Vol 45 (4), Jordan, 2018, pp. 141-155.
- Al-Rabeeh, Faisal; Attia, Ramzy. Emotional stability and its relationship to self-control among Yarmouk University students. ***Journal of Educational Sciences***, Vol 43 (3), Jordan, 2016, pp. 1117-1136.
- Rida, Akram. **Youth without problems; A journey from the inside**. (First Edition), Ali Bin Abdullah Al Thani Endowment International Library, Qatar, 2002, pp. 121-122.
- Al-Sabawi, Fadeleh. Measuring the emotional stability of male and female teacher training institutes whose families were subjected to raids, searches and arrests by the American occupation forces and their peers who were not exposed to them; Comparative study. ***Journal of Education and Science***, Vol 15 (3), 2008, pp. 268-269.
- Al-Sayed, Mohammad. The theories of personality. Second edition, Dar Al-Zahraa, Cairo, Egypt, 2013.
- Shabaan, Cameleh; Tayem, Abdul Jaber. **Emotional growth in the child**. (1st), Amman: Dar Safaa for Publishing and Distribution, 1999.
-Al-Wakfi, Radi. An introduction in psychology. Fourth edition, Dar Al-Shorouk, Amman, Jordan, 2014.
- Al-Zoghbi, Ahmed. Feeling happy and its relationship to the self-concept of a sample of Damascus University students. **The Journal of Social Sciences**, Vol 42 (4), Kuwait, 2014, pp. 33, 75.

المراجع الأجنبية:

- Aleem, S. (2013). Emotional Stability among College Youth, ***journal of the Indian Academy of applied psychology***, Vol. 31, No 1, pp100-102.
- Koumar, P. (2013). A Study of Emotional Stability and Socio-Economic Status of Students Studying in Secondary Information Studies. ***International Journal of Education and Management Studies***. 3 (1): 7-11.
- 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.
- Nasir. M. (2014). A Study of Emotional Stability and Depression in Orphan Secondary School Students***. International Journal of Education and Psychological Research (IJEPR)***. 3 (2), 16-21.