

القلق الوجودي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية

م.د. وحيدة حسين علي م.د. خديجة حسين سلمان

الفصل الأول / التعريف بالبحث

مشكلة البحث :

كان وما يزال القلق يؤدي دوراً مهماً في حياة الإنسان، ولا سيما حين يكون ذلك النوع من القلق الممض الذي لا يعي الفرد أسبابه أو لا يلمّ بجوانبه. لذلك تعددت الآراء والنظريات تعدداً ظاهراً في تفسير معناه وتحديد حدوده وتلمس آثاره السلوكية، وأخذت هذه النظريات تفسر مفهوم هذا التكوين الفرضي وتحدده. لقد تعددت ظروف التهديد وتوقع الخطر في القرن العشرين بصورة أخلت بالتوازن النفسي للأفراد على نطاق واسع تماماً في حياتنا المعاصرة إخلالاً ظهرت آثاره في بعض الحالات في اضطرابات وظائف الجسم (غالي وأبو علام، ١٩٧٣، ص ٤-٩) حتى وصف عصرنا بعصر القلق.

إننا نعيش في زمن تعددت فيه مفردات الحياة وتعددت مطالبها وكثرت فيه الضغوط وازدادت حدتها وتعددت فيه الأهداف وتعددت معها أنواع معوقاتنا (صالح، ٢٠٠٠، ص ٣).

ان التغييرات السريعة في شتى مجالات الحياة هي علامة مميزة لهذا العصر، والتغيير محتم لازم لبقاء الانسان، ولكن الانسان يحتاج ايضاً إلى التوافق السليم مع نفسه ومع ظروف العصر المتغير (سليمان، ١٩٩٦، ص ١١٥) وحتى نكون قادرين على مواكبة التطورات والتغييرات السريعة علينا اعداد جيل واع، مثقف، منظم يكون دعامة لبناء مجتمع سليم وهذا من أهداف التربية الحديثة، لأن هذه الفئة هي عماد المجتمع ومركز طاقاته الفعالة والقادرة على احداث التغيير في مجالات الحياة المختلفة (الكبيسي والخزرجي، ١٩٩٩، ص ١١)

وتعد مرحلة المراهقة من مراحل النمو الانساني التي يمر بها الفرد وتمتاز بمجموعة تغييرات في منظومات النمو لدى الفرد (المعرفية والجسمية والانفعالية) وبسبب هذه التغييرات يظهر عدد من المتاعب الاجتماعية والانفعالية من خلال الانتقال السريع من الطفولة إلى المراهقة للجنسين كليهما. (توق وعدس، ١٩٩٥، ص ٨٤) إذ وصفتها ستانلي هول بأنها مرحلة تكتنفها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والاحباط والصراع والقلق وصعوبات التوافق وعدم الاتزان الانفعالي (Vanderzanden, ١٩٨٩: ٣٧٠)

فالاتزان الانفعالي جذب عناية العديد من العاملين في مجال علم النفس بكل فروعها فضلاً عما أظهرته العلوم الانسانية الأخرى كالفلسفة والأدب والتاريخ من عناية بهذا الموضوع على الرغم من اختلاف النظريات النفسية المتعددة بتسميته إذ جعلت هذه العلوم مفهوم الاتزان الانفعالي هدفاً لها لما لهذا المفهوم من فاعلية وأثر كبير في ديمومة الحياة واستمرارها بالشكل الذي يضمن تحقيق تطورها نحو الأفضل.

وتؤدي الحروب دوراً خطيراً وقاسياً في حياة الافراد، وقد تؤدي إلى امراض جسمية ونفسية كثيرة ويقع الضرر النفسي بصورة أكبر عند الاطفال والمراهقين فهم الأكثر عرضة للانفعالات النفسية والاضطرابات الانفعالية الناتجة عن الحروب مثل القصف والهدم وصوت الانفجارات والقتل ورؤية الدماء. وقد يدفعهم ذلك إلى الارتباك والخوف من المجهول والتفكير الدائم بمصيره ومصير أسرته، وعليه فان الاحداث والظروف الصعبة التي يمر بها القطر العراقي من حروب مدمرة ومتواصلة وما زال يمر بها، ناهيك عن التطورات السريعة في المجالات الأخرى، والتي أدت بدورها إلى ظهور ظروف ضاغطة شكلت تأثيراً سلبياً في حياة الفرد العراقي بكل نواحيها ولا سيما النفسية والاجتماعية والتي أثرت في الاتزان النفسي للإنسان العراقي ولا سيما في الجانب الانفعالي، وإذا كان أوضح سبب لقيام الفلسفة الوجودية نشوب حربيين عالميتين، فان هذه الأسباب ادعى إلى تعزيز هذه الفلسفة وانتشارها عملياً بين أفراد المجتمع. حيث تبدو واضحة التأثير في ظهور الاضطرابات المتنوعة بين أفرادها، ذلك لان أهوال الحروب وتبعاتها وفجائع الأحداث تصير الناس وجوديين بضغط تلقائي (الفيومي، ١٩٨٥، ص ١٠٦).

يرى الوجوديون أن الإنسان في قلق دائم يتمثل في الخوف من الموت أو مشاعر الذنب أو الفرع من انعدام المعنى، لذلك دأب الوجوديون على تناول جزئيات السلوك وتحليله واعتمدوا هذا النوع من القلق في تفسير أسباب المرض النفسي وعلاجه (جاسم، ١٩٩٦، ص ٢٨). من هنا نرى إن للموت حيزاً كبيراً في إثارة القلق الوجودي، لكن هذا الحيز الآن اكبر لان الإنسان يرى مشكلة الموت اعقد وتنغص عليه حياته اليومية لان التقدم المادي الذي أحرزه الإنسان زاد في تشبته بالحياة بدرجة اكبر (الفيومي، ١٩٨٥، ص ١١٤).

كما أشار (ناندي، Nandi) إلى ان التغيير المفاجئ في الوضع الاقتصادي للمجتمع يؤدي إلى تغيير اسلوب الفرد في التعامل مع متغيرات الحياة، وان الضغوط الناشئة عن هذا التغيير ستؤدي إلى ظهور اضطرابات

عصابية وانفعالية لديه (اللامي، ١٩٩٨، ص ٨)

وأشارت نتائج البحوث والدراسات أيضاً إلى انتشار الاضطرابات النفسية والانفعالية والاجتماعية بين أفراد المجتمع بشكل عام، إلا أن الطلبة أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية والانفعالية مقارنة بالأفراد الآخرين في المجتمع، إذ أشارت دراسات كل من (Zigler, ١٩٦٠) و (Arggler, ١٩٦٩) و (Hanyness & Clementst, ١٩٨٤) إلى أن سبب الاضطرابات النفسية والانفعالية لدى الطلبة يعود إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين الاضطرابات النفسية والانفعالية وبين ضعف التفاعل الاجتماعي ناتجاً عن المشاكل النفسية والاجتماعية (جاسم، ٢٠٠٠، ص ١).

ومما تقدم يأتي البحث الحالي محاولة للكشف عن العلاقة بين القلق الوجودي كمتغير فرضته طبيعة العصر الذي يعيشه الإنسان ولاسيما الإنسان العراقي والاتزان الانفعالي لدى شريحة مهمة متمثلة بطلبة الإعدادية.

أهمية البحث :

برز الإنسان إلى هذا الوجود فرأى نفسه في عالم مختلف في ظواهره، وواجهه الزمان بصروفه فراعته ذلك واستخرج منه العجب! فبدأ يسأل: لماذا؟ ومن أين؟ رأى هذا العالم لغزاً فحاول حلّه، وتلك المحاولة هي الفلسفة وقد كان أول حامل له على حلّه ما يروجوه من المنفعة من وراء ذلك (رابوبورت، ١٩٦٩، ص ١٧). وعلى الرغم من أنه ليس باستطاعة مذهب فلسفي أن يزعم أنه يشتمل على المسائل الفلسفية كلها، فإنه ليست هناك مشكلة فلسفية واحدة لا تقع في إطار مجال العلم الفلسفي التاريخي (اويزرمان، ١٩٧٩، ص ٦).

بدأ القلق لدى آدم وحواء (عليهما السلام). كان لديهما كل شيء يريدانه في النعيم، باستثناء شيء واحد هو ثمار شجرة المعرفة. هذا يعني انهما لا يعرفان كيف ستنتهي وتؤول الأشياء. هذا هو القلق الوجودي، هو عدم المعرفة كيف ستؤول كل الأشياء وهذا من قدر الإنسان. نحن لا نعرف كيف ستنتهي الأمور، وهذا يحبطنا كل يوم بأشكال متعددة. اختار آدم وحواء (عليهما السلام) التتكرّر لإنسانيتيهما عندما تعاملتا مع قلقهما الوجودي، هذا يعني انهما انتزعا الثمرة المحرّمة من على شجرة المعرفة لكي يصبحا شبيهين بالله (سبحانه) ليعرفا كيف ستنتهي الأمور، الامر الذي أحال قلقهما إلى خطيئة، ثم سار كل شيء معقداً صعباً منذ تلك اللحظة، وهذا ما عقّد حياتنا أيضاً، فنحن نحاول أن نكون أكثر مما نحن عليه، أكثر من مجرد بشر (الفريجي، ٢٠٠٦، ص ٧). إن القلق ليس ظاهرة سلبية أبداً، ولن يكون، فنحن نخطئ حين نميل إلى بث الأمن في القلق ونخفيه، وإن السياق الصحيح منح الناس سياقاً يستطيعون فيه مواجهة القلق ضمن سياق عالمي إنساني، ضمن عالم واقعي. يشذ عن ذلك القلق العصابي الذي لا يتلاءم مع ما ينطوي عليه موقف ما فيه خطر، ذلك لأن آثاره الهدامة أكثر من أن تكون بناءة في الكائن (مي، ١٩٨٤، ص ١٠).

تشير الدراسات التي تناولت القلق الوجودي إلى حيوية هذا المتغير وارتباطه بأكثر المتغيرات التصاقاً بالإنسان وقرباً منه. ففي دراسة أندي فوكس Andy Fox، ونيومان لينج Newman Leung, ٢٠٠٤، تناولت علاقة القلق الوجودي بفقدان الشهية للطعام أظهرت النتائج أن معامل الارتباط بين السعادة الوجودية Existential Wellbeing وفقدان الشهية للطعام Anorexia كان سلبياً. وتوصلت دراسة هوليت Hullett ١٩٩٤ إلى أن هناك ارتباطاً قوياً بين القلق الوجودي من جهة والهدف أو الغرض في الحياة PIL وقد كان سلبياً. في حين كان الارتباط موجباً مع الاكتئاب. وأشارت دراسة ستيفن ايل بيرمان وآخرين (in press) Steven L. Berman et al إلى شيوع ظاهرة القلق الوجودي بين المراهقين Adolescents وان هموم القلق الوجودي concerns تتفق مع الأعراض النفسية فضلاً عن قضايا الهوية Identity Issues (الفريجي، ٢٠٠٦، ص ١٠).

إن كثيراً من العلاقات الاجتماعية بين الأفراد تضم مزيجاً من الانفعالات المتنوعة ففيها الغضب واللوم والضيق أحياناً، وتبادل الحب والود والاعجاب أحياناً أخرى (ابراهيم، ١٩٩٤، ص ٤٣٤) وبما أن مرحلة المراهقة هي مرحلة انتقالية بين الطفولة والشباب ومن أجل أن تتم عملية الانتقال بصورة ناضجة وسليمة فعلى الطالب أن يتوافق بين مطالبه العديدة، وبين ما يكتسبه من معرفة ومهارات جديدة تمكنه من التوافق مع الوضع الجديد (دسوقي، ١٩٩٥، ص ٢٦٩).

فالأتزان الانفعالي له من الأهمية حيث نرى انه ليس هناك نظرية في علم النفس الا وتناولته وعدته أحد الأهداف المهمة التي يسعى علم النفس إلى ترسيخها في شخصية الفرد، وقد أعطته عدة تسميات مثل (قوة الأنا، النضج الانفعالي، الثبات الانفعالي، الاستقرار العاطفي، الصحة النفسية) وغيرها من التسميات.

كما أن هناك كثيراً من الدراسات التي تناولت موضوع الأتزان الانفعالي وأعطته أهمية بالغة كونه من السمات المهمة في شخصية الإنسان. إذ توصلت دراسة (كفافي، ١٩٨٧) إلى أن للأتزان الانفعالي أهمية كبيرة

كونه صفة لأولئك الذين يتسمون بالقدرة والكفاءة على التعامل مع البيئة الاجتماعية المادية والاستفادة من قدراتهم وطاقتهم والذين لا يشعرون بالذنب ولديهم تقدير عال للذات (كفاقي، ١٩٨٧، ص ١١١).

وأظهرت دراسة (العنزي ٢٠٠٥) ان الطالب ذا القلق المرتفع غالباً ما يكون أبعد عن الاتزان الانفعالي ويفقد القدرة على التحكم بشعوره وسلوكياته من حيث سرعة الاستثارة والاندفاع وتوقع السوء من الآخرين (العنزي، ٢٠٠٥، ص ١) وأشارت دراسة (الشتيوي ٢٠٠٥) على أهمية الاتزان الانفعالي ولا سيما عند اعداد معلمي المستقبل، فنجاح المعلم في عمله يتوقف بالدرجة الأولى على نوع الاعداد المهني الذي تلقاه فضلاً عن توافر عناصر رئيسية في شخصيته أهمها الاتزان الانفعالي والميل الصادق نحو مهنة التعليم (الشتيوي، ٢٠٠٥، ص ١) وكشفت دراسة (الزبيدي ١٩٩٧) ان هناك علاقة ايجابية بين الاتزان الانفعالي وجودة القرار لدى المدراء العاميين (الزبيدي، ١٩٩٧، ص ١٤٦-١).

أما الدراسات التي تناولت علاقة الاتزان الانفعالي بمتغيرات أخرى فقد وتوصلت دراسة (عذاب ٢٠٠٤) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين الاتزان الانفعالي والذكاء (عذاب، ٢٠٠٤، ص ١-٣٩) اما دراسة (التميمي ١٩٩٩) فتؤكد ان الاتزان الانفعالي لا يتأثر بالخبرة المؤلمة والتي تشكل ضغطاً وموقفاً عصبياً (التميمي، ١٩٩٩، ص ٢-١٥٦) كما اثبتت دراسة راهي (Rahe, ١٩٩٠) ان للخبرات الاجتماعية النفسية المؤلمة واضطراب التكيف علاقة قوية باتزان الشخص النفسي وهي السبب الاكبر في اصابته بالأمراض النفسية (١٣ : Rahe, ١٩٩٠) واطهرت دراسة روزنزويج (Rosenzweig, ١٩٩٩) ان قدرة الافراد على تحمل الضغوط الخارجية يعتمد على قدراتهم العقلية والتي تعد مؤشراً للاتزان الانفعالي، فالفرد المتزن انفعاليا له القدرة العالية على تحمل الاحباط. (الشمري، ٢٠٠١، ص ٤)

وكشفت دراسة لينك (Leung, ١٩٨١) ان الطلاب ذوي الدرجة العالية في تقدير الذات اعلى في اتزانهم الانفعالي من الطلاب ذوي الدرجة الواطئة في تقدير الذات (Leung, ١٩٨١ : ١٩٩) وتوصلت دراسة (ابو زيد، ١٩٨٧) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين تقبل الذات والاتزان الانفعالي (ابو زيد، ١٩٨٧، ص ٢٣١-٢٣٧) وأشارت دراسة (سليمان وعبدالله ١٩٩٦) ان الافراد ذوي الضبط الداخلي يتمتعون باتزان انفعالي عال، على العكس من الافراد ذوي الضبط الخارجي (سليمان وعبدالله، ١٩٩٦، ص ١١٣-١١٨) اما دراسة (الشافعي ٢٠٠٥) فقد اكدت نتائجها على وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة بين مستوى الاحساس بالمسؤولية الاجتماعية ومستوى الحكم الخلفي، وكذلك مع الاتزان الانفعالي والانبساطية (الشافعي، ٢٠٠٥، ص ٨٨) ويشير (المهدي، ٢٠٠٤) إلى ان الشخص غير المتزن انفعاليا يتميز بعدم السيطرة على الانفعالات والاعتمادية الزائدة التي تؤدي إلى عدم قدرته على اتخاذ القرارات بنفسه مما يجعله شخصاً غير فاعل في مجتمعه (المهدي، ٢٠٠٤، ص ٥) ويرى (مجيد وآخرون، ٢٠٠٤) ان من مظاهر الاتزان الانفعالي البعد عن التهور وضبط الاعصاب في المواقف الصعبة، وان تتغلب الاهداف البعيدة على الاهداف القريبة فيضطر الفرد للتضحية باللذات العابرة لتحقيق هدف اكبر هو الصحة النفسية السليمة للفرد، وذلك لان سيئ التكيف هم في معظمهم من غير المتزين انفعاليا (مجيد وآخرون، ٢٠٠٤، ص ٧٦).

مما سبق ترى الباحثتان اهمية الاتزان الانفعالي للإنسان في تحقيق مستوى افضل من النمو النفسي والصحة النفسية كما لاحظنا عدم وجود دراسة بحثت العلاقة بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي لدى شريحة الطلبة أو أي شريحة أخرى، لذا تبرز أهمية البحث الحالي في تناوله لمتغيرين مهمين وهما القلق الوجودي والذي يعد مفهوم جديد نسبياً، والاتزان الانفعالي وفي تناوله لمرحلة عمرية خطيرة وهي مرحلة المراهقة المتمثلة بالمرحلة الإعدادية لذا يعد البحث الحالي لبنة من لبنات البحث العلمي التي تسلط الضوء على تلك المرحلة المهمة.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى تعرف:

١. مستوى القلق الوجودي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
٢. مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
٣. العلاقة بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
٤. العلاقة بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية على وفق متغير الجنس (ذكور- إناث).
٥. العلاقة بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية على وفق متغير التخصص (علمي- إنساني).

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الإعدادية في مدينة بغداد/ مديرية تربية الرصافة الاولى للعام

الدراسي(٢٠١١-٢٠١٢) ولكلا الجنسين وللتخصصين العلمي والأدبي.

تحديد المصطلحات

ستعرض الباحثان بعض ما وقع تحت يدهما من تعريفات لمتغيري بحثهما وكما يأتي:

أولاً: القلق الوجودي Existential Anxiety

أكثر من اعتنى بتقديم تعاريف للقلق الوجودي هو رولو مي، حيث قدم تعريفين وكما يلي:

أ - مي ١٩٦٠ May

خوف من شرّ مرتقب يستثار من خلال تهديد لقيمة يعدها الفرد أساسية لوجوده.

ب - مي ١٩٨٤ May

حالة الكائن الإنساني في صراعه ضد ما يهدد بتحطيم وجوده (مي، ١٩٨٤، ص٨).

- تعريف فرانكل Frankl ١٩٨٠:

الخوف من الحياة وفي الوقت نفسه الخوف من الحياة ككل (باترسون، ١٩٨١، ص٤٦٧).

- تعريف جابر وكفاي في ١٩٩٠:

إحساس عام بالقلق والخوف والتوجس يرتبط بشعور بان الحياة لا معنى لها في النهاية وعديمة الجدوى، وإنما

مغتربون لا عن الآخرين فحسب، بل وعن أنفسنا (جابر وكفاي، ١٩٩٠، ص١٢٠٦).

- تعريف مورس Morse ١٩٩٨

هم عميق يتعلق فيما إذا كان الإنسان يعيش حياة ذات معنى وإنجاز أم لا إذا لم تكن كذلك، فان الوعي بحتمية

الموت يمكن أن يؤدي بالشخص إلى قلق عام مستهلك.

- تعريف سمث Smith ٢٠٠٥

المعرفة بالفناء الشخصي لان الإنسان هو الكائن الوحيد الواعي بمدة بقائه على الأرض.

- تعريف الفريجي ٢٠٠٦

خوف غير معلل بوضوح Uncaused يستثار لدى الإنسان وهو يواجه: انعدام المعنى من الحياة Meaning in

Life وانعدام الأمن Insecurity وحتمية الموت Death والاعتراب Alienation.

التعريف النظري للقلق الوجودي

بما ان الباحثان قد تبنتا مقياس الفريجي ٢٠٠٦ للقلق الوجودي فإنهما تتبنيان تعريفه النظري الذي يرى ان القلق

الوجودي هو خوف غير معلل بوضوح يستثار لدى الإنسان وهو يواجه: انعدام المعنى من الحياة وانعدام الأمن

وحتمية الموت والاعتراب. والذي يقاس اجرائياً بالدرجة الكلية التي يحصل عليها كل فرد من أفراد العينة في

ضوء استجابته لمقياس القلق الوجودي المتبنى في هذا البحث.

ثانياً: الاتزان الانفعالي Emotional Stability :

عرفه كل من :

- جيلفورد (Guilford, ١٩٥٩) :

(الاتزان الانفعالي يتمثل بالشخص الذي تكون لديه رؤية موضوعية لذاته ، ويشعر بالراحة في المواقف المختلفة

كما يكون خاليا من الرؤية المتطرفة التي تسبب الحساسية الانفعالية الزائدة لملاحظة الآخرين) . (Guilford, ٩٨: ١٩٥٩)

- كاتل (Cattel, ١٩٦١) :

هو (قدرة الفرد على ان يتسم بالثبات الانفعالي إذ تظهر عليه علامات قليلة من التهيج الانفعالي ازاء أي نوع من

المعارضة والغضب كما يكون واقعياً في الحياة منضبطاً ذاتياً ومثابراً) . (Stangener, ١٩٦١: ١٦٨ - ١٦٩)

- راجح ، ١٩٦١ :

هو قدرة (الفرد على ضبط انفعالاته والتعبير عنها بصورة ناضجة متزنة بعيدة عن تعبيرات الطفولة وعن

التهور والاندفاع وان لا يتسم سلوكه بالذعر، وان تكون حياته الانفعالية رزينة لا تتذبذب وتتقلب لأسباب تافهة)

(راجح ، ١٩٦١، ص١٠١)

- ايزنك (Eysenck: ١٩٦٩) :

هو (احد الابعاد الاساسية في الشخصية الذي يمتد على شكل متصل مستمر من القطب الموجب الذي يمثل

الاتزان الانفعالي ، إلى القطب السالب الذي تمثله العصابية ، ويمثل الاتزان الانفعالي الشخص الهادي ،

المنضبط ، الثابت ، اما غير المتزن فيكون الشخص سريع الغضب غير مستقر، متقلب، مندفع) (ايزنك ،

١٩٦٩، ص٥٧-٦١)

- داوود والعبودي ، ١٩٩٠ :
هو (قدرة الفرد على تناول الامور بأناة وصبر لا يستنز أو يستثار من الاحداث التافهة ، ويتسم بالهدوء والرزانة ، عقلاني في مواجهة الامور ومتحكم في انفعالاته القوية) (داوود والعبودي ، ١٩٩٠ ، ص ٢٧٨).

- الزبيدي ، ١٩٩٧ :
انه (سمة وجدانية ثابتة نسبيا تتمثل بسيطرة الفرد على انفعالاته ومشاعره ودوافعه والتحكم بكها وقدرته على تناول الامور بأناة وصبر وتعقل ومواجهة الحياة بحيوية ونشاط وحسن تصرف) . (الزبيدي ، ١٩٩٧ ، ص ٢٨)

- المسعودي ٢٠٠٢ :
أنه أحد صفات الموجود البشري الأصيل (الشخص المتزن) الذي يتصف بالشجاعة في مواجهة المستقبل وعزمه على اتخاذ القرارات المهمة وقدرته على السيطرة والضبط في تعبيره الأصيل عن انفعالاته وامتلاكه وجوداً أصيلاً مع الآخرين قائم على الحب والتفاعل الذي لا يلغي خصوصيته وتفردته معهم) (المسعودي ، ٢٠٠٢ ، ص ١٦).

التعريف النظري للانفعالي:

بما ان الباحثان قد تبنتا مقياس المسعودي ٢٠٠٢ للانفعالي فانهما تتبينان تعريفه النظري الذي يرى بأن الشخص المتزن هو الذي يتصف بالشجاعة في مواجهة المستقبل وعزمه على اتخاذ القرارات المهمة وقدرته على السيطرة والضبط في تعبيره الأصيل عن انفعالاته وامتلاكه وجوداً أصيلاً مع الآخرين قائم على الحب والتفاعل الذي لا يلغي خصوصيته وتفردته معهم والذي يقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد من خلال استجابته على فقرات مقياس الانفعالي المتبنى في هذا البحث.

الفصل الثاني

الإطار النظري

سيخصص هذا الفصل للإطار النظرية التي تناولت متغيري البحث وكالاتي:

أولاً : القلق الوجودي Existential Anxiety

من الموضوعات التي عنيت الفلسفة الوجودية بدراستها هي القلق. ويعرّف القلق على انه "نفور عاطف وعطف نافر" وهو "رغبة فيما يخشاه ونفور عاطف، وهو قوة خارجية تأخذ بزمام الفرد، ولا يستطيع منها فكاكاً، بل لا يرغب في ذلك، لأنه خائف، وما يخشاه المرء يغريه" (الحفني، ١٩٦٤ ، ص ٢٢). إن الشعور بالقلق شعور مشترك مزدوج ومتضاد فهو نفور عاطف وهو عطف نافر، ينجذب إليه الإنسان وهو ينفر منه، وينفر منه حين ينجذب إليه (بدوي، ١٩٨٠ ، ص ٢٢).

ما هو القلق الوجودي What Is Existential Anxiety?

يظهر القلق والخوف من الانفعالات الإنسانية الأساسية، وهما مترادفان. وهما من المفاهيم القديمة، فقد ظهر مفهوم الخوف بوضوح منذ اقدم العصور في الكتابة المصرية القديمة (الهيروغليفية). وأظهرت كتابات عدد من الفلاسفة في العصور الوسطى مفهوم القلق. ولم يقتصر الاهتمام بالقلق على علم النفس، بل كان محورا من محاور الفلسفة والأدب والموسيقى والفن والدين. وبرزت مشكلة القلق موضوعا مسيطرا منذ القرن الماضي (العشرين). فيصف الأديب الفرنسي "البيركامي" القرن العشرين بأنه قرن الخوف كما اتخذ بيرنشتاين عنوانا لسيمفونيته الثانية حينما سماها عصر القلق (عبد الخالق، ١٩٨٧ ، ص ٢٥).

وللقلق في علم النفس مكانة بارزة فهو المفهوم الحديث في علم الأمراض النفسية والعقلية والعرض الجوهري المشترك في الاضطرابات النفسية وفي أمراض عضوية أخرى. ويعد القلق محور العصاب (الاضطراب النفسي) وبرز خصائصه واكثر فئاته شيوعا، كذلك يعدّ القلق مفهوما أساسيا لتفسير معظم نظريات الشخصية وعلم الأمراض النفسية، واصبح القلق حجر الزاوية في كل من الطب النفسيوسوماتي (النفسجسمي)، والنظرية والممارسة السيكياترية (الطبنفسية). ويؤدي دوراً مهماً في عمليات توافق الكائن العضوي مع بيئته (جاسم، ١٩٩٦ ، ص ٢١).

مجالات القلق الوجودي Fields of Existential Anxiety

استعرض الباحثون في مجالات القلق الوجودي لدى المنظرين النفسيين الوجوديين، غير انه لم يجدوا اتفاقا على هذه المجالات بينهم، حيث إن الكائنات الإنسانية لا توجد مجرد وجود، بل تقرر ما سيكون عليه هذا الوجود، حيث تستطيع أن ترتفع فوق الظروف البيولوجية والنفسية والاجتماعية التي يبنني عليها التنبؤ ولكنها على المستوى الفردي غير قابلة للتنبؤ (باترسون، ١٩٨١ ، ص ٤٦٢). وعليه فقد اتفق معظم الباحثون النفسيون

على القواسم المشتركة الآتية:

١- انعدام المعنى أو اللامعنى *Meaninglessness*

كثير من الوجوديين (وليس كلهم) يلتقون مع فكرة أن الحياة بلا معنى. يقول المعالج النفسي الوجودي سبانيلي Spinelli: بإمكان المرء حين يلقي نظرة واسعة على مشاهد الحياة، أن يستنتج بشكل صحيح أن الحياة ذاتها مغامرة حمقاء.

ومن جانب آخر أشار عدد من النفسيين الوجوديين أن بالناس حاجة إلى المعنى لكي يبقوا أحياء. يمكن للمرء أن يشعر بالضياع في عالم خال من المعنى مما يمكن أن يكون سببا عظيما للقلق (الفريجي، ٢٠٠٦، ص ٤٩).

٢- الموت *Death*

يتصف الموت بالإشكال *paradox*، فمن الناحية الوجودية يلاحظ ان الموت فعل فيه قضاء على كل فعل، فالكل فانون، ولكن كل إنسان يموت وحده ولا بد أن يموت هو نفسه ولا بديل عنه (عبد الخالق، ١٩٨٧، ص ١٧). ليس من الصعب القول إن الموت والقلق يسيران يداً بيد. إن من محتويات الموت أو من مكوناته فقد *Loss* (في الأقل لكل شيء هو جزء من العالم المادي بما فيها الجسد)، وعدم التنبؤ *Unpredictability* للحظة الموت، والجهل *Unknown* فيما يتعلق بخبرة الموت.

إن هذه المكونات تسبب القلق بشكل كامل. إننا جميعا محكوم علينا بالموت من دون معرفة يوم التنفيذ، وهذه الحتمية مصدر عظيم للقلق (الفريجي، ٢٠٠٦، ص ٥١).

٣- الاغتراب *Alienation*

يعرف الاغتراب على انه "انفصام الفرد عن ألالنا الواقعية بسبب من الانغماس في التجديدات وضرورة التطابق مع رغبات الآخرين ومطالب المؤسسات الاجتماعية". ويعرف أيضا "انعدام العلاقات الحميمة مع الناس" (عافل ١٩٨٨، ص ٢٢).

يبدو القلق الوجودي مألوفاً حينما نفصل عن الآخرين، فحينما نكون وحدنا تبدو بنياتنا عن الواقع *our constructs* ليس لها ما يؤازرها وهذا يسبب الإحساس بعدم الأمان. أكد الوجوديون أن العزلة ضرورية لان المجتمع غير موثوق فيه *inauthentic*.

٤- عدم الأمن *Insecurity*

يجب الإقرار أولاً أن الأمن *Security* هو حاجة نفسية جوهرها السعي المستمر لتوفير الإحساس بالأمان وضمان الشعور بان الفرد في مأمن من كل ما يهدد وجوده وما يمكن أن يجعله مضطرب النفس مفتت الشعور مما قد يهدد وحدته البيولوجية وكيونته النفسية (الجسماني، ١٩٩٧، ص ٧٩). يقرر عبد الرحمن (١٩٩٨): إذا اعتقد الشخص انه لا يستطيع الحياة بدون حب شخص معين (أو وظيفة معينة أو رموز معينة) فان الخسارة المتوقعة لهذا الحب أو الوظيفة أو الرمز سوف تسبب الكثير من القلق. يقرر مي ١٩٩٦ *May* ان الفناء لا يعني، ببساطة، التهديد بالموت الفيزيقي *physical death* على الرغم من ان الموت الفيزيقي صيغة او شكل اكثر شيوعاً في إثارة القلق. إن التهديد بالعدم يختبئ *lies* في المعالم النفسية والروحية (الفريجي، ٢٠٠٦، ص ٥٦).

مناقشة النظريات التي فسرت القلق *The Theories That Explain the Anxiety*

إن عملية الاختلاف في التنظير في العلوم الإنسانية بعمامة، والعلوم السلوكية والاجتماعية بخاصة ومنها علم النفس أمر منطقي جدا لأنه يهتم بالإنسان، ذلك الكائن اللامحدود واللامتشكل في صيرورة نهائية ثابتة. لذا تبدو هذه النظريات التي تناولت معطى من المعطيات النفسية -القلق- متباينة أحيانا ومتفقة أحيانا أخرى برغم تناولها لظاهرة واحدة. ولا اعتقد أن الفكر الإنساني سيأتي عليه يوم يكون بمقدوره تقديم نظرية شاملة مانعة تستوعب الدرجات المختلفة للوعي الإنساني. واعتقد أيضا أن من المحال الوصول بعلم النفس إلى علم لا نزاع فيه ولا جدال ولا اختلاف كما هو الحال في الرياضيات. ومن هنا فان عملية تقرير الصواب أو الأصوب مسألة نسبية تماما خاضعة في جانب كبير منها إلى العوامل الذاتية وستبقى كذلك مادامت هناك مساح لفهم الانسان والتنبؤ بسلوكه لغرض السيطرة عليه وتوجيهه. لذا وإتماما للفائدة، ولتكوين رؤية كاملة عن القلق ارتأت الباحثان إدراج مناقشة مبسطة للنظريات التي فسرت القلق لدى كبار المنظرين النفسيين على اختلاف مذاهبهم مع ما يراه الوجوديون وكالاتي:

١- احتلت نظرية فرويد في التحليل النفسي مكانة مرموقة وحازت شهرة لم تحزها نظرية اخرى، ولكن تقادم الزمن عليها عرضها للكثير من الانتقادات. وما يهمنا من هذه النظرية هنا هو رؤيتها للقلق. في نظريته الأولى عدّ فرويد اللبىدو منشأ القلق. عاد بعدها ليعدل في رأيه في هذا الشأن وأشار إلى الأخطار الخارجية والداخلية كمصدر للقلق ليفرق على أساسها نوع القلق أن كان موضوعيا أو عصابيا. لكنه عدّ القلق عموما خبرة ماضية،

يكون الماضي هو المسؤول عن تشكيله وتفسيره وهو في هذا يتقاطع تقاطعا بيتنا مع علم النفس الوجودي الحديث نسبيا الذي يعدّ الانسان كلاً موحداً لا يمكن فصله عن بيئته الطبيعية والاجتماعية. ويعترض علم النفس الوجودي على فرويد في نظريته إلى الانسان كشيء خاضع لمعالجة الطبيب النفسي وبأنه حالة ثابتة تقررها دوافعها الداخلية.

إن منشأ القلق لدى الوجوديين مقرر من ممارسة الانسان لحريته، لمواجهة المجهول، وهو في هذا ينظر إلى القلق على انه خبرة آنية وليست خبرة ماضية كما يراها فرويد.

وبرغم انشقاق اتباع فرويد عنه، غير انهم عموماً داروا في فلكه من حيث الرؤية الماضية أو المنشأ السالف للقلق.

فهذا أوتو رانك يعزو القلق إلى حالات الانفصال التي يمر بها الانسان خلال مسيرته الحياتية، فهو يعدّ صدمة الميلاد Birth Shock أساساً لكل حالات القلق، بينما يرى رانك أن الميلاد هو النموذج الأساس للقلق، وما الصور الأخرى إلا تكرار له.

أما هورني، وسليمان وفروم فقد أعطوا العوامل الاجتماعية المتمثلة في أساليب المعاملة الخاطئة، والإحساس بعدم الأمان والاستقلال عن الوالدين أهمية استثنائية وعدّوها الخبرات التي تستثير القلق.

لكن ما يفترض التنويه عنه هنا هو المشاركة التنظيرية بين الوجوديين وأدلر من حيث تأكيده ضرورة اختيارنا لمسارنا الخاص في الحياة المتمثل ببعض التحرر من الحتمية التي نادى بها اتباع فرويد والتحليل النفسي. فالإنسان من وجهة نظر أدلر غير محكوم عليه بالقوى البيولوجية وتجارب الطفولة وهو ما ذهب إليه الوجوديون. يمكن إجمال ذلك بالقول أن أدلر يقترب من الرؤية الوجودية حيث يؤكد على فردية كل شخص.

إن وجه الخلاف بين أدلر وفرويد في تفسير ظاهرة القلق يكمن في مصدر هذا القلق. حيث يرى أدلر أن الشعور بالانقص هو الذي يفضي إلى القلق، لذا فإن عملية تقوية الروابط بين الفرد والمجتمع هي الكفيلة بالتغلب على الشعور بالقلق.

أما دولارد، ميلر ومورر فقد استعانوا بالنظرية السلوكية في تفسير القلق معتبرين عملية التعلم واكتساب العادات هي الفيصل في حصول القلق، فهو ينشأ من وجهة نظر دولارد وميلر نتيجة الأساليب الخاطئة في التربية. وكذا الحال بالنسبة لمورر، فهو يرى القلق نمطاً سلوكياً متعلماً، يكون العقاب هو السبيل إلى تعلمه، وهو بذلك يطابق وجهة نظر المدرسة السلوكية التي تعد القلق استجابة انفعالية نتيجة لعملية تعلم.

أما كاتل وسبيليرجر فقد فرّقا بين نوعين من القلق: القلق كحالة والقلق كسمة، وهما في هذا التمييز أو التفريق أعطيا أهمية للاختلافات الفردية. فعندما يكون القلق عالياً متوصلاً يُعزى إلى سمة القلق، على العكس عندما يكون طارناً وخفيفاً فيشير إلى عرض زائل لأنه حالة قد تعزى إلى شدة الموقف أو الإحساس بالتهديد.

يمكن أن نجمل أهم الفوارق بين القلق من وجهة نظر الوجوديين والقلق من وجهة نظر المنظرين المذكورين بما يلي:

١- الارتباط الزمني: ذهب الوجوديون إلى أن القلق خبرة آنية لا علاقة لها بالماضي فعندما يتمعن الانسان في اتخاذ قرار باتجاه معين فإن هذا القرار سيعمل على تغيير هذا الانسان ويضعه أمام مستقبل مجهول، لذا ينشأ القلق. فالوجوديون يرون في القلق خبرة إنسانية ومكوناً من مكونات الذات. من هذا نخلص إلى أن الوجوديين يرون القلق شيئاً خاصاً بالمستقبل.

٢- الارتباط السببي: يجمع الوجوديون على أن القلق ينتج عن الصيرورة الإنسانية، أي عن حركة الانسان في المحيط البيئي، فليس للقلق الوجودي من سبب معلوم مشخص كما هو الحال في النظريات السابقة.

٣- الارتباط الغائي: يؤدي القلق وظيفتين في رأي المنظرين الذين تناولتهم هذه الدراسة:
أ- الوظيفة الأولى: هي محاولة إعادة تشكيل الواقع بطريقة مختلفة تخفف وطأة الحياة على الفرد. هذا في حالة القلق في مدياته المتقدمة الشديدة، أي انه محاولة هروبية شاذة لمواجهة الواقع المؤلم.

ب- الوظيفة الثانية: هي محاولة تعديل أو تصحيح الواقع ليبدو منسجماً ومعقولاً. يحدث هذا في حالة القلق في مدياته الخفيفة وحتى المتوسطة، وهو في هذا يبدو مهماً وضرورياً للحياة.

أما غاية القلق الوجودي فمرهونة بدرجة وعي الانسان. فالوجوديون يفترضون علاقة وثيقة إيجابية بين القلق الوجودي وعي الانسان حتى قالت (بوبوفك) أن القلق الوجودي هو الهم الحاصل نتيجة كثرة التفكير. من هنا نفهم إن غاية القلق الوجودي هو إضفاء المعنى على الحياة. وإن وجود هذا المعنى من الحياة لا يلغي القلق الوجودي، بل يوقفه عند حدود معينة، ذلك لان القلق الوجودي كما يقول رولو مي لا سبيل إلى اجتنابه. فإن عجز الانسان عن إيجاد المعنى من الحياة فسوف يقع فريسة لقلقه الوجودي العميق الذي ينتهي به إلى الفراغ أو الخواء.

ثانياً : الاتزان الانفعالي Emotional Stability

١- مفهوم الاتزان الانفعالي :

يتضمن مصطلح الاتزان الانفعالي مفهومين مهمين من مفاهيم علم النفس هما الاتزان، والانفعال المفهوم الأول الاتزان (stability) والذي يعني ان الانسان لديه قدر من الطاقة الثابتة - بمقدار - يميل إلى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي، وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوي يمثل الحالة (المتوسطة) للتوتر داخل الكائن . والى هذه الحالة المتوسطة يعود الكائن الحي دائماً أو يحاول العودة عقب التنبية الذي يغير من التوتر ، وهذه العودة إلى الحالة المتوسطة هي عملية الاتزان، والتي تؤدي إلى ثبات السلوك وانتظامه بالرغم من المنبهات المثيرة للاضطراب (هول وليندزي ، ١٩٧٨ ، ص٣٩٨).

أما الانفعال (Emotion) فهو أحد المنظومات المكونة لبناء الفرد والتي تبدأ بالمنظومة البيولوجية والمنظومة العقلية ويواكبها جانب آخر هو الجانب الوجداني الذي يتضمن منظومة فرعية هي المنظومة الانفعالية التي تبدأ نشاطها وتكوينها ونموها اثناء العام الثاني من حياة الطفل وتؤثر عليها عوامل التربية والرعاية الاسرية للفرد اثناء حياته (القيسي، ١٩٩٧ ، ص٤٠)

وتفسير الانفعال يختلف بحسب النظريات، فالنظرية الوراثة تعزو الانفعال إلى الاستعداد الوراثي الذي ينتقل للفرد ، والنظرية الشرطية لبافلوف ترده إلى أساس مادي في الدماغ، أما (الفريد ماير) فقد جاء باتجاه تكاملي دعا فيه إلى ضرورة الجمع بين النواحي البيولوجية والنواحي النفسية عند النظر في اسباب الانفعال (كمال ، ١٩٨٣ ، ص١١٤).

ويستخدم قسم من السيكلوجيين مفهوم الانفعال على أنه عبارة عن نماذج انعكاسية معينة للاستجابة مثل (الغضب، الخوف، الفرح ... الخ) تتصل بالمراكز العصبية في منطقة الهيبوثلاموس، ويستخدم القسم الآخر المفهوم نفسه وبشكل واسع وذلك على أنه اضطراب حاد ناشئ عن موقف نفسي ويظهر في الخبرة الشعورية وفي السلوك ومن خلال التغيرات في الاعضاء الحشوية الداخلية (الشمري، ٢٠٠٥ ، ص٢٥-٢٦)، والانفعال سواء ظهر على صاحبه أم لم يظهر هو على الدوام استجابة يصحبها شعور داخلي، وهذا الشعور الداخلي قد يكون مزيجاً من الانفعالات المفرحة أو المحزنة ، فيسعد الشخص لانفعالات السعادة والفرح، ويحاول تجنب المشاعر المحزنة كالوحدة والقلق أو قد يغفل بعض الناس انفعالاتهم (سعد الدين، ٢٠٠٥ ، ص٢). وعلى ذلك فان الانفعالات تسهم في حل المواقف الطارئة الخطيرة ، ولكن هذه المواقف الطارئة تستدعي الانفعال، لان اطالة بقائها تؤدي إلى الاضطراب وسوء التكيف (العيسوي، ١٩٨٩ ، ص٩٨).

٢- المنظور التاريخي لدراسة الاتزان الانفعالي :

أ- اسهامات الطبيب اليوناني ابيوقراط (٤٦٠-٣٧٧ ق.م) :

عدّ ابيوقراط أمزجة الناس والأمراض التي تصيبهم، راجعة في الأصل إلى اختلاف النسب أو المقادير التي تمتاز بها تلك الاخلاط فيتغلب بعضها على بعض، وبذلك ينقسم الناس من حيث طباعهم وأمزجتهم وسلوكهم على أربع فئات من الأمزجة هي:

١- المزاج الدموي Sanguine سماته (النشاط ، والتيقظ ، والتقلب المزاجي) .

٢- المزاج البلغمي Phlegmatic سماته (الكسل ، والتبلد ، واللامبالاة) .

٣- المزاج الصفراوي Chloeric سماته (الغضب ، والانفداع ، والطيش ، القوة ، الحزم) .

٤- المزاج السوداوي Melancholic سماته (الانطواء على النفس، والتشاؤم ، وقلة النشاط). (العيسوي ، ١٩٩٩ ، ص٣٠٣)

ويرى ابيوقراط ان الشخص السوي المتمتع بشخصية متزنة سليمة هو الذي تمتاز لديه هذه الاخلاط (humors) بنسب متكافئة ، وينشأ الاضطراب النفسي حيث يتغلب أحد هذه الأمزجة على الأخرى ، وبذلك فان الاتزان الانفعالي بالتعبير الحديث عند ابيوقراط يتوقف على المقادير التي تمتاز بها تلك الاخلاط (التميمي، ١٩٩٩ ، ص٤٧).

ب- اسهامات الدين الاسلامي والتراث العربي :

لقد حظيت سمة الاتزان الانفعالي بعناية خاصة وكبيرة في التراث العربي الاسلامي، فقد ورد معناها بالقرآن الكريم والأحاديث النبوية الشريفة، كما أنه ورد بعدة تسميات منها الصبر ، الحلم ، الثبات ... وغيرها . فالصبر اسم من أسماء الله الحسنى وسمة من سمات المؤمن الصالح فقد جاء قوله تعالى : (وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (١٥٥) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ) البقرة : (١٥٦) ، وقوله تعالى : (رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَبَثِّبْ أَفْئَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ) البقرة : (٢٥٠) ، وعلى ذلك فقد اختلفت معاني

الاتزان الانفعالي (الصبر) باختلاف المكروه الذي غلب عليه (فالصبر عند المصيبة وهو لا يتعدى اسم الصبر نفسه، أما المصاد له في الجانب الآخر فهو الجزع والهلع والحزن). وقوله تعالى: (وَكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) آل عمران: (١٣٤) والكظم هنا يعني الضبط المقصود لدافع ومنعه من ان يتحقق على شكل سلوك خارجي، لأن ضبط النفس هنا يضاده الترفع والبطر، وان كان داعي العجلة سمي وقاراً وثباتاً فان الطيش والخفة هي المضاد لهما. (الزيادي، ٢٠٠١، ص٣٣) وقد حضّ النبي محمد (ﷺ) المسلمين على التحلي بالصبر والاتزان عند الشدائد بقوله (ليس الشديد بالصرعة وانما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب) وقوله (ﷺ) (ان الله يحب في الناس خصلتين الحلم والأناة) (العيسوي، ١٩٨٦: ٢١٦) كما أكد النبي محمد (ﷺ) على أهمية الاتزان ولا سيما عند اتخاذ القرار بقوله (لا يحكم أحد بين اثنين وهو غضبان). (الألباني، ١٩٨٨، ص١٩٦)

أما العالم الرازي فيقول (ان طريق السعادة هو اتباع العقل وردع الهوى وقمعه)، إذ ان الطبيعة والهوى يدعواننا إلى ايثار اللذة الحاضرة، لذا فان الشخص الحازم (المتزن) هو الذي يردع الهوى في نفسه) (التكريتي، ١٩٩٠، ص٩٤)، وعليه فان تأكيد الرازي على قوة الارادة، وضبط النفس، والسيطرة الذاتية، تقابل ما يعرف بالدراسات المعاصرة في علم النفس (بالنضج الانفعالي Emotional maturity) الذي يعد من مرادفات الاتزان الانفعالي (العبيدي، ١٩٩١، ص٣٠).

٣- الاتزان الانفعالي في نظريات علم النفس :

من خلال تتبع الباحثان لمفهوم الاتزان الانفعالي في نظريات علم النفس وجدنا ان جميع النظريات قديمها وحديثها عنيت عناية كبيرة بهذا المفهوم. كما وجدنا ان تلك النظريات قد اتفقت فيما بينها واختلفت على تسمية هذا المفهوم، فقد تعددت التسميات لمفهوم الاتزان الانفعالي منها مثلاً (قوة الانا ، النضج الانفعالي، الصحة النفسية، الاستقرار العاطفي، الثبات الانفعالي ... الخ) كما ان تلك النظريات نراها تتفق وتختلف حول العوامل المؤثرة في هذا المفهوم وطريقته واسلوب قياسه. ومن اطلاع الباحثان على الدراسات التي تناولت مفهوم الاتزان الانفعالي ، فقد وجدنا ان الباحثين قد اعتادوا على استعراض تلك النظريات من خلال تصنيفها على وفق تدرجها الزمني ، أو تصنيفها على شكل فئات تضم كل فئة مجموعة من العلماء والمنظرين وغيرها من اساليب العرض، أما في البحث الحالي فقد ارتأت الباحثان أن تعرض مناقشة للنظريات التي فسرت الاتزان الانفعالي وذلك لأنه ليست هناك نظرية واحدة عامة ومتكاملة وشاملة تعالج وتفسر المتغير في أعلاه، وانما هناك نظريات متعددة تفسر الحقائق بشكل جزئي أو غير كامل انطلاقاً من الأطر الفكرية التي تستند إليها أو تتبناها، ولا يقتصر هذا الامر في الحقيقة على موضوعات علم النفس بل يشمل أغلب العلوم الانسانية، ولاختلاف خلفيات واضعي النظريات الثقافية والاجتماعية فان جوهر الخلاف يختلف تبعاً لتلك المتغيرات بما يقدمونه من نظريات وآراء، وفي موضوع الاتزان الانفعالي فان آراء المنظرين ووجهات نظرهم اختلفت حول هذا المفهوم وكل ما يتعلق به وعلى النحو الآتي :

أولاً : نظرية التحليل النفسي :

يعتقد فرويد ان الانسان كائن بايولوجي أكثر منه كائناً اجتماعياً حيث أعطى وزناً كبيراً ودوراً حاسماً للعوامل البايولوجية ، وذلك في ضوء مفهومه عن الحتمية البايولوجية وأهم إلى حد كبير العوامل والظروف البيئية والاجتماعية والحضارية التي يعيش فيها الفرد والتي تؤثر بالضرورة في صياغة شخصيته ، وان خصائص الفرد السلوكية والذهنية هي التي تحدد فلسفته بالحياة وتحدد دوره ، وان توازن الانسان وهو توازن فسيولوجي ينبع من اشباع الغرائز، لهذا فان اغلب الناس بالنسبة لفرويد عصابيون بدرجة ما وان الاتزان الانفعالي شيء مثالي، والصراع والقلق أمور محتمة على الانسان، وقد غالى فرويد كثيراً في تأكيده على الصراع الذي يحدث بين نظم الشخصية وهو السبب في اضطراب التوازن النفسي.

ثانياً : النظريات النفسية الاجتماعية :

قامت النظريات النفسية الاجتماعية على اكتاف نظرية فرويد وعلى منهج التحليل النفسي، لها طابع خاص يمكن تلخيصه في عبارة واحدة مفادها "ان الشخصية تتشكل بالمؤثرات الاجتماعية، مع عدم الغاء أو نفي للمكونات البايولوجية، وتتباين هذه النظريات فيما بينها من حيث مجموعة من المتغيرات الاجتماعية التي توليها الأهمية وتعطيها دوراً أكبر فالإنسان ليس قلقاً بالطبيعة ولكن ينشأ فيه القلق بفعل ظروف اجتماعية ينخرط فيها، فعدم اشباع حاجات الانسان الاساسية نتيجة ظروف اجتماعية عاقبة تولد قلقاً وان هذا القلق يؤدي إلى عدم الاتزان الانفعالي لدى الانسان.

ثالثاً : النظريات الانسانية :

من خلال عرض آراء كل من روجرز وماسلو فان المنظرين يتفقان على ان الانسان مدفوع إلى تحقيق حاجات وأهداف ايجابية، لان الانسان كائن اجتماعي له القدرة على ان يحدد مصيره بنفسه والتحكم بها بشرط توافر الظروف المحددة، وان عدم اتزان الفرد انفعالياً على حسب روجرز يعود إلى فشله في اشباع حاجاته للاعتبار الايجابي (تقدير الذات) في حين يرى ماسلو أن عدم اتزان الفرد انفعالياً ينشأ من فشل الفرد في اشباع الحاجات الاجتماعية كالحب والانتفاء وحاجات التقدير. وعليه فإن هذا المنظور لم يعن بدراسة الانسان المريض، وانما يُعنى بدراسة الانسان الصحي السعيد والشخص الناضج، وهو أحد المداخل ذات الملامح المتميزة في هذا المنظور.

خامساً : النظريات السلوكية :

ان النظريات السلوكية تصف الانسان بوصفه كائناً مستسلماً للتنبيه الخارجي، ورهينة مستمرة للحتمية البيئية وهو اشبه بالآلة البشرية، ان هذا الوصف ينطوي على نظرة متطرفة تحط من قيمة الانسان وتتعارض مع المنظور العام للإنسان كونه اثنان ما في الوجود، وبما ان الشخصية الانسانية هي نتاج التعلم، فان شخصية الفرد هي التي تكون عاداته الايجابية والسلبية اللتين يكون تعلمهما عن طريق تعزيزهما، وعلى ذلك فان أنواع السلوك الشاذ وغير المتوازن يمكن تعلمهما بالطريقة نفسها، وعلى وفق ذلك فان الاتزان النفسي (الانفعالي) على حسب وجهة نظر السلوكية يتحقق من خلال إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى خلق السلوك غير المتوازن.

سادساً : النظرية الوجودية :

إن النظرية الوجودية تركز على مبادئ مهمة واكثر واقعية وقرباً من حياة الفرد وذلك من خلال تأكيدها على الجوانب الانسانية المشرقة مثل القدرات البشرية العالية، والتفرد أو التمييز، وتكاملية الفرد، والطبيعة الخيرة والمبدعة، والوجود الاصيل مع الآخرين، كذلك التعبير الاصيل والمناسب للانفعالات.

أكدت الوجودية على القلق وهو شعور الفرد بالتهديد ولكن هذا التهديد ليس ناتجاً عن شيء معروف، وهنا القلق ليس شعوراً غير مرغوب به بل هو حالة تحفيز واثارة للفرد يجعله قادراً على توقع الاحداث والمخاطر، وهذا الرأي بعكس آراء أغلب النظريات النفسية التي ترى في القلق بداية للأمراض النفسية. فهو اذن ليس شعوراً غير سار أو احساس بعدم الراحة عند الوجوديين، لأن القلق على حسب رأيهم يعبر عن محاولات الفرد لتحقيق امكانياته. ويعتقد الوجوديون ان البشر هم وحدهم قادرون على الاختيار أو اتخاذ القرار ، ويتحمل الافراد الذين يمتلكون شخصية سليمة (متزنة) مسؤولية افعالهم وما سيترتب على قراراتهم من نتائج قد تكون مؤلمة ، وهم القادرون على تخطي العقبات والظروف البيئية وضغوطها والتي تدفع بهم إلى التوتر الشديد الذي يصل بهم إلى حالة التردد حتى يستطيعوا ان يكونوا واعين لتلك الظروف المفروضة عليهم . وايضاً يؤكد الوجوديون على ارتباط حرية الفرد بالقلق حيث يحصل عدم الاتزان الذي يسبق الفعل أو عملية الاختيار التي يتخذها الفرد في مواجهة الحياة المستقبلية .

وأخيراً فان تأكيد الوجودية على الجوانب الايجابية للقلق وعلى حالة التوقع الوشيك لحدوث الخطر الذي يسهل عملية النمو والتطور، على العكس من نظرية فرويد التي تؤكد على الجوانب السلبية للقلق وعلى أهمية خفض التوترات والانفعالات غير السارة ، والوجودية كالإنسانية تكاملية في نظرتها للإنسان.

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

يضم هذا الفصل إجراءات البحث الحالي من حيث تحديد مجتمعه، واختيار عينته، وتحديد أدواته وإجراءات القياس، والوسائل الإحصائية المستخدمة فيه سواء في إجراءاته أو في تحليل بياناته.

أولاً: مجتمع البحث

حدد مجتمع البحث الحالي بطلبة المرحلة الإعدادية في مدينة بغداد / الرصافة الأولى للعام الدراسي (٢٠١١-٢٠١٢) والذي يتكون من (١٨١٧٣) ذكور بواقع (٩٠٠٠) طالباً في التخصص الأدبي و (٩١٧٣) طالباً في التخصص العلمي و (٧٢٢٩) إناث بواقع (٣٧٢٩) طالبة في التخصص الأدبي و(٣٥٠٠) طالبة في التخصص العلمي والجدول (١) يوضح ذلك.

الجدول (١) توزيع افراد مجتمع البحث حسب الجنس والتخصص

المجموع	التخصص		الجنس
	ادبي	علمي	
٧٢٢٩	٣٧٢٩	٣٥٠٠	إناث
١٨١٧٣	٩٠٠٠	٩١٧٣	ذكور

ثانياً : عينة البحث

من الخطوات المهمة في البحوث التربوية والنفسية هي اختيار افراد العينة التي ينبغي أن تكون ممثلة للمجتمع الأصلي على النحو الصحيح(عودة وملكاوي، ١٩٩٢، ص٢٢٥). وقد اختيرت عينة البحث الحالي بالطريقة العشوائية بانتقاء عدد من طلبة الصف الخامس بفرعيه العلمي والأدبي حيث تم اختيار ١٢٥ طالباً بواقع (٦٣) طالباً من الفرع العلمي و(٦٢) طالباً من الفرع الأدبي و١٢٥ طالبة بواقع (٦٢) طالبة من الفرع العلمي و(٦٣) طالبة من الفرع الأدبي والجدول (٢) يوضح ذلك.

الجدول (٢)

توزيع افراد عينة البحث حسب الجنس والتخصص

المجموع	التخصص		الجنس
	ادبي	علمي	
١٢٥	٦٢	٦٣	إناث
١٢٥	٦٣	٦٢	ذكور

ثالثاً: أدوات البحث

لما كان البحث الحالي يهدف الى قياس القلق الوجودي والاتزان الانفعالي لغرض معرفة العلاقة بينهما فانه من الضروري ان تستخدم الباحثان مقياسين احدهما لقياس القلق الوجودي والاخر الاتزان الانفعالي. وبعد اطلاع الباحثان على الدراسات والمقاييس السابقة التي تناولت متغيري البحث فقد تبنتا مقياس (الفريجي ٢٠٠٦) لقياس القلق الوجودي والذي يتكون بصورته النهائية من (٤٦) فقرة وقد كانت بدائل الإجابة عليه خماسية حيث كان معداً لطلبة الجامعة أما بعد ان تبنته الباحثان وبما أن عينة البحث الحالي هم من طلبة الاعدادية فقد ارتأتا وبعد استشارة عدد من المختصين في التربية وعلم النفس إلى تغيير البدائل إلى ثلاثية. أما بالنسبة للاتزان الانفعالي فقد تبنت الباحثان مقياس (المسعودي ٢٠٠٢) والذي يتكون من بصورته النهائية من (٧٠) فقرة معدة على وفق النظرية الوجودية وهو معد ايضاً لقياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة، لذا قامت الباحثان بتغيير البدائل من خماسية إلى ثلاثية أيضاً بحسب رأي الخبراء. وقد قامت بالإجراءات الآتية للتحقق من الخصائص السايكومترية للمقياسين وكالاتي:

١. تحليل الفقرات Items Analysis

تحليل الفقرات هو عملية فحص أو اختبار استجابات الأفراد عن كل فقرة من فقرات الاختبار وتضم هذه العملية الكشف عن مستوى صعوبة الفقرة وقوة تمييزها (الزوبعي وآخرين، ١٩٨١، ص٧٤). ويقصد بتمييز الفقرة قدرة الفقرة على تمييز الفروق الفردية بين الأفراد الذين يملكون الصفة من الذين لا يملكونها (العجيلي وآخرين، ١٩٩٠، ص١١٤). ومن اجل تحقيق ذلك قامت الباحثان باستخراج القوة التمييزية عن طريق (أسلوب المجموعتين المتطرفتين) Extreme Groups Method وللمقياسين وكالاتي :

١- رتبت الدرجات التي حصلت عليها العينة من أعلى درجة إلى أوطأ درجة.
٢- اختيرت نسبة الـ (٢٧٪) العليا والدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين، وقد تكونت عينة التحليل من (٢٥٠) طالب وطالبة فكان عدد أفراد كل مجموعة العليا (٦٨) طالب وطالبة، لقد وجد ان اعتماد نسبة الـ (٢٧٪) العليا والدنيا تحقق مجموعتين حاصلتين على افضل ما يمكن من حجم وتمايز (الزوبعي وآخرين، ١٩٨١، ص٧٤).

وبعد تطبيق الاختبار التائي (T- Test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة ظهر أن الفقرات مميزة باستثناء الفقرات (١، ٢، ٢٦، ٤٤) وبهذا يصبح مقياس القلق الوجودي مكون من (٤٢) فقرة . أما بالنسبة لمقياس الاتزان الانفعالي فقد كانت جميع الفقرات مميزة وبذلك يكون عدد فقرات مقياس الاتزان الانفعالي بعد هذا الاجراء (٧٠) فقرة.

٢. صدق مقياسي القلق الوجودي والاتزان الانفعالي:

الصدق Validity من الخصائص الأساسية في بناء المقاييس النفسية، ويشير إلى مدى صلاحية استخدام

درجات المقياس في القيام بتفسيرات معينة (أبو علام، ١٩٨٩، ص١٤٤). والاختبار الصادق هو الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع لأجلها (الزويبي وآخرين، ١٩٨١، ص٣٩). وقد تحقق في مقياس القلق الوجودي مؤشرا للصدق هما:

أ- الصدق الظاهري Face Validity

الصدق الظاهري هو الإشارة إلى مدى ما يبدو أن الاختبار يقيسه، بمعنى أن الاختبار يضم فقرات يبدو أنها على صلة بالمتغير الذي يُقاس، وأن مضمون الاختبار متفق مع الغرض منه (العجيلي وآخرين، ١٩٩٠، ص١٣٠٠). ويتحقق هذا النوع من الصدق بقيام عدد من الخبراء والمختصين بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للصفة المراد قياسها (الشمري، ٢٠٠٣، ص١٥٦).

وقد تحقق ذلك في عرض مقياسي القلق الوجودي والاتزان الانفعالي على نخبة من الخبراء والمختصين (الملحق رقم ١)، واخذ آرائهم حول مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس لقياس الصفة المراد قياسها ومدى ملاءمتها لمجتمع البحث. وقد حصلت جميع فقرات المقياسين على نسبة اتفاق (٨٠٪).

ب- صدق البناء Construct Validity

صدق البناء هو مدى قياس الاختبار لسمة أو ظاهرة سلوكية معينة. في هذا النوع من الصدق معرفة طبيعة الظاهرة السلوكية التي يسعى الاختبار إلى قياسها، ويهتم بالظاهرة التي يقيسها الاختبار ولا يهتم بقدرته على التنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد أو السلوك الحالي له (الزويبي وآخرين، ١٩٨١، ص٤٣). وقد اختارت الباحثتان طريقة العلاقة بين درجات الفقرات والاختبار. وقد تحقق هذا الأمر في (علاقة الفقرة بالمجموع الكلي) وقد كانت معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس القلق الوجودي بالدرجة الكلية للمقياس جميعها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) باستثناء الفقرات (١، ٢) واللذان كانتا غير مميزتان أيضاً، أما بالنسبة لمقياس الاتزان الانفعالي فقد كانت معاملات ارتباط الفقرات (١٣، ٣١، ٣٧، ٥٢، ٥٣، ٥٨، ٦٠، ٦٥) غير دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبهذا يصبح عدد فقرات مقياس الاتزان الانفعالي بصورته النهائية (٦٢) فقرة.

٣. ثبات مقياسي القلق الوجودي والاتزان الانفعالي:

الثبات Reliability من المفاهيم الأساسية في القياس يجب توافره في المقياس لكي يكون صالحاً للاستخدام. يمكن القول أن كل اختبار صادق هو ثابت بالضرورة، في حين لا يمكن القول أن كل اختبار ثابت هو صادق بالضرورة، ذلك لأن الاختبار الصادق الذي يقيس فعلاً ما أعد لقياسه تكون درجته معيرة عن الأداء الحقيقي أو القدرة الفعلية للفرد. ومادامت الدرجة على المقياس الصادق تعبر عن هذه الوظيفة بدقة، فإنها تكون ثابتة في الوقت نفسه (العجيلي وآخرين، ١٩٩٠، ص١٤٣-١٤٤). وقد قامت الباحثتان باستخراج الثبات للمقياسين بطريقتين وكالاتي:

أ- طريقة التجزئة النصفية: تعد طريقة التجزئة النصفية في حساب الثبات من الطرق الشائعة في المقياس والاختبارات النفسية والتربوية لأن معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة يوضح مقدار الاتساق الداخلي بين الفقرات في قياس الخاصية، كما أن هذه الطريقة هي أكثر طرق الثبات شيوعاً ويعود ذلك إلى أنها تتلافى عيوب بعض الطرق الأخرى للثبات (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص١٥٩). وقد بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة لمقياس القلق الوجودي (٥٤,٩٪) ثم تم تصحيح معامل ارتباط بيرسون باستعمال معادلة سبيرمان-بروان فبلغت قيمته (٧٢,٢٪) أما بالنسبة لمقياس الاتزان الانفعالي فقد كان معامل الثبات (٥٣,٢٪) وبعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان-بروان بلغت قيمته (٧٠,٦٪) وبهذا فإن الثبات جيد إذ تشير الدراسات إلى أن معامل الثبات الجيد يتراوح ما بين (٧٠-٩٠) (عودة، ٢٠٠٢، ص٢٧٦).

ب- طريقة التجانس الداخلي

اختارت الباحثتان طريقة معامل الفا كرونباخ. تستند فكرة هذه الطريقة، التي تمتاز بتناسقها وإمكانية الوثوق بنتائجها، إلى حساب الارتباطات بين درجات جميع فقرات المقياس على اعتبار أن الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته، ويؤشر معامل اتساق أداء الفرد، أي التجانس بين فقرات المقياس (عودة، ٢٠٠٠، ص٢٥٤). ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة الفا كرونباخ على درجات أفراد العينة، فكانت قيمة معامل ثبات مقياس القلق الوجودي (٨١,٥٪) أما قيمة معامل ثبات مقياس الاتزان الانفعالي فكانت (٧٩,٣٪) وهو مؤشر إضافي على أن معامل ثبات المقياسين جيد. وبهذا تكون الباحثتان قد توصلتا إلى مقياس للقلق الوجودي والاتزان الانفعالي يتمتعان بمؤشرات الصدق والثبات.

رابعاً: الوسائل الإحصائية Statistical Devices

- استخدمت الباحثتان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences) (SPSS) في إجراءات تبني المقياسين وفي تحليل النتائج للبحث باستخدام الوسائل الإحصائية الآتية:
- 1- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T- Test
 - 2- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation
- استخدمت هذه الوسيلة الإحصائية لاستخراج تمييز الفقرات لكلا المقياسين (عودة والخليلي، ١٩٨٨، ص ٢٤٩).
- أ- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين.
 - ب- استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية لكلا المقياسين.
 - ٣- معادلة الفا كرونباخ لاستخراج ثبات المقياسين (العجيلي وآخرين، ١٩٩٠، ص ١٦٧).
 - ٤- الاختبار التائي لعينة واحدة لإيجاد مستوى القلق الوجودي ومستوى الاتزان الانفعالي لدى عينة البحث.
 - ٥- الاختبار الزائي لمعرفة دلالة الفروق في العلاقة بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي على وفق متغيري الجنس والتخصص.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتناول هذا الفصل استعراضاً ومناقشة لنتائج البحث كما يشتمل على التوصيات والمقترحات في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها.

الهدف الأول: تعرف مستوى القلق الوجودي لدى طلبة المرحلة الإعدادية :
أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات أفراد العينة على مقياس القلق الوجودي بلغ (٩٧,٥٨٠٠) درجة بانحراف معياري قدره (١١,٦١٣٧) درجة، وعند مقارنة الوسط الحسابي مع المتوسط النظري لمقياس القلق الوجودي البالغ (٨٦) درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (١٣,٠٤٣) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤٩)، والجدول (٣) يوضح ذلك .

الجدول (٣)

يبين نتائج الاختبار التائي لإجابات العينة ككل على مقياس القلق الوجودي

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٢٥٠	٩٧,٥٨٠٠	١١,٦١٣٧	٨٦	٢٤٩	١٣,٠٤٣	١,٩٦	٠,٠٥ دالة

يمكن تفسير هذه النتيجة باتجاهين، الأول هو أن الطلبة بصورة عامة وطلبة المرحلة الإعدادية بصورة خاصة يعدون من الشرائح الاجتماعية الواعية والمتفكة. وإن أدبيات القلق الوجودي تشير إلى أنه يزداد مع الوعي. أما الاتجاه الثاني فهو الأوضاع الاستثنائية التي يمر بها المجتمع العراقي من الناحية الأمنية والسياسية والاقتصادية نتيجة التغيير الجذري الذي حدث فيه ودخول العراق في نفق مظلم تصعب عملية التكهن بنهايته، التي أثرت في المجتمع العراقي برمته بما فيهم الطلبة.

الهدف الثاني: تعرف مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية
أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الاتزان الانفعالي بلغ (١٦٢,٧١٢٠) درجة بانحراف معياري قدره (١٢,٠٧٦٦١) درجة، وعند مقارنة الوسط الحسابي مع المتوسط النظري لمقياس الاتزان الانفعالي البالغ (١٢٤) درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٥٠,٦٨٤) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤٩)، والجدول (٤) يوضح ذلك .

الجدول (٤)

يبين نتائج الاختبار التائي لإجابات العينة ككل على مقياس الاتزان الانفعالي

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	

دالة	٠,٠٥	١,٩٦	٥٠,٦٨٤	٢٤٩	١٢٤	١٢,٠٧٦٦ ١	١٦٢,٧١٢٠	٢٥٠
------	------	------	--------	-----	-----	--------------	----------	-----

يتضح من الجدول أعلاه إن طلبة الاعدادية يتمتعون بمستوى عالي من الاتزان الانفعالي لأنهم يمثلون الشريحة الواعية لمخاطر الظروف البيئية مما يجعلهم أكثر قدرة على مواجهة الصعوبات والضغوط التي تقف عائقاً أمام إشباع حاجاتهم وتحقيق طموحاتهم في الوصول إلى مستوى جديد ومتطور وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة المسعودي ٢٠٠٢ واتفقت مع دراسة العبيدي ١٩٩١.

الهدف الثالث: تعرف العلاقة بين القلق الوجودي بالاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية: تبين وجود علاقة سلبية (عكسية) بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين (-٠,٠٣٥) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤٨)، والجدول (٥) يوضح ذلك.

الجدول (٥)

يوضح قيم معامل الارتباط بين متغيري البحث ومستوى الدلالة

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
القلق الوجودي والاتزان الانفعالي	٢٥٠	- ٠,٠٣٥	٠,٠٥ دال

ويعني ذلك أن زيادة القلق الوجودي لدى الطلبة يؤدي إلى نقصان مستوى الاتزان الانفعالي لديهم، كما أن نقص مستوى الاتزان الانفعالي يؤدي إلى زيادة في مستوى القلق الوجودي، ويعود ذلك إلى طبيعة متغيري البحث.

الهدفين الرابع والخامس: تعرف الفروق في العلاقة بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي بحسب متغيري الجنس والتخصص ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثتان بمعالجة البيانات إحصائياً وذلك باختبار الفروق بين معاملات الارتباط من خلال استخدام الاختبار الزائي، وكما موضح في الجدول (٦).

الجدول (٦)

دلالة الفروق في معاملات الارتباط بين القلق الوجودي والاتزان الانفعالي بحسب متغيري الجنس والتخصص

مستوى الدلالة	القيمة الزائفة		معامل الارتباط	العدد	المجموعة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة				
٠,٠٥ غير دالة	٠,٩٦	٠,٠٧	٠,٠١٣ -	١٢٥	إناث	الجنس
			٠,٠٦٩ -	١٢٥	ذكور	
٠,٠٥ غير دالة	٠,٩٦	٠,١٥	٠,٠٢٦ -	١٢٥	أدبي	التخصص
			٠,٠٣٢ -	١٢٥	علمي	

وتدل النتائج المعروضة في الجدول أعلاه على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين معاملات الارتباط القائمة بين متغيري القلق الوجودي والاتزان الانفعالي بحسب متغيرات البحث المتمثلة في الجنس والتخصص، حيث كانت القيم الزائفة المحسوبة على التوالي (٠,٠٧، ٠,١٥) وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (٠,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤٨).

يمكن تفسير هذه النتيجة أن الطلبة بصورة عامة سواء أكانوا ذكوراً أم إناثاً وفي مختلف التخصصات يتعرضون لظروف متشابهة من الناحية النفسية والاقتصادية والاجتماعية، كما يمكن القول بأن طبيعة العلاقة بين المتغيرين لا تتحدد بتأثير الجنس والتخصص بل ربما هناك متغيرات أخرى هي التي تلعب دوراً وسيطاً بين المتغيرين وتحدد طبيعة وقوة العلاقة بينهما.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي فقد وضعت الباحثتان التوصيات الآتية.

- ١- العمل على زيادة المعرفة بتفاصيل القلق الوجودي وتبيان دوره وأهميته في قيادة الحياة.
- ٢- العمل على زيادة المعرفة بتفاصيل الاتزان الانفعالي وتبيان دوره وأهميته.
- ٣- التأكيد على أهمية الصحة النفسية وذلك من خلال ادراجها في المناهج الدراسية لطلبة المرحلة الإعدادية المقترحات:

- ١- إجراء دراسة تستهدف قياس القلق الوجودي لدى شرائح تربوية أخرى كالمدرسين وأساتذة الجامعات.
- ٢- إجراء دراسة تستهدف الكشف عن طبيعة العلاقة بين متغير القلق الوجودي ومتغيرات نفسية أخرى من قبيل الاكتئاب مثلاً.
- ٣- إجراء دراسة تستهدف الكشف عن العلاقة بين الاتزان الانفعالي ومتغيرات نفسية أخرى مثل أساليب التعامل مع الضغوط ما بعد الصدمية.
- ٤- إجراء دراسة مقارنة تستهدف قياس الاتزان الانفعالي لدى شرائح تربوية أخرى كالمدرسين والطلبة.

المصادر:

القرآن الكريم:

١. اويزرمان، ثيودور، ١٩٧٩، تطور الفكر الفلسفي، ترجمة سمير كرم، ط٢، دار الطليعة، بيروت.
٢. باترسون، سي.، اج، ١٩٨١، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، دار القلم، بيروت. جابر، جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاقي، ١٩٩٠، معجم علم النفس والطب النفسي، إنجليزي عربي، ج٣، دار النهضة العربية، القاهرة.
٣. التميمي، سميرة علي حسن (٢٠٠٤) اثر اسلوبي العلاج الواقعي والنمذجة في تقبل طلبة الثانوية لأبائهم العائدين من الاسر، كلية التربية، الجامعة المستنصرية. (اطروحة دكتوراه غير منشورة)
٤. التميمي، محمود كاظم (١٩٩٩) خبرات الاسر المؤلمة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الاسرى العراقيين العائدين، كلية الاداب، الجامعة المستنصرية. (اطروحة دكتوراه غير منشورة)
٥. توك، محيي الدين وعدس، عبدالرحمن (١٩٩٥)، المدخل إلى علم النفس، ط٥، دار الفكر للنشر، عمان، الأردن
٦. جاسم، احمد لطيف (٢٠٠٠) بناء برنامج علاجي للتدريب على بعض المهارات الاجتماعية للمصابين بالرهاب الاجتماعي، كلية الاداب، جامعة بغداد. (اطروحة دكتوراه غير منشورة)
٧. جاسم، باسم فارس، ١٩٩٦، قلق المستقبل ومركز السيطرة والرضا عن أهداف الحياة دراسة ارتباطية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الاداب، جامعة
٨. دسوقي، روية محمود (١٩٩٥) فعالية الذات وعلاقتها باحداث الحياة الضاغطة وبعض الاضطرابات النفسية، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، الجزء الاول، العدد ٢٤
٩. رابوبورت، أس.، ١٩٦٩، مبادئ الفلسفة، ترجمة احمد أمين، دار الكتاب العربي، بيروت.
١٠. الزوبعي، عبدالجليل واخرون (١٩٨١) الاختبارات والمقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل
١١. الزوبعي، عبدالجليل والغنام، محمد احمد (١٩٨١) مناهج البحث في التربية، مطبعة جامعة بغداد.
١٢. سليمان، علي السيد (١٩٩٦) مؤشرات الصحة النفسية والعوامل المساعدة على تنميتها في شخصية الطالب، مركز البحوث والدراسات، جامعة عين شمس.
١٣. الشافعي، ابراهيم (٢٠٠٥) علاقة المسؤولية الاجتماعية بالحكم الخلفي وبعض متغيرات الشخصية لدى طلاب كلية المعلمين في المملكة العربية السعودية، المجلة التربوية، المجلد ٨، العدد ٧١، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت
١٤. الشمري، محمد سعود (٢٠٠١) الخصائص الشخصية لذوي قوة التحمل النفسي العالي والواطيء وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة الجامعة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية. (اطروحة دكتوراه غير منشورة)
١٥. صالح، قاسم حسين، ٢٠٠٠، التفكير الاضطهادي وعلاقته بسمات الشخصية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الاداب، جامعة بغداد.

١٦. عذاب ، نشعه كريم (٢٠٠٤) الذكاء والاتزان الانفعالي ، حولية ابحاث الذكاء ، العدد ١ ، كلية التربية الاساسية ، الجامعة المستنصرية .
١٧. العنزي ، فريح (٢٠٠٥) العنف في المدارس الثانوية ، شبكة النبا المعلوماتية ، www.annabaa.org/index.htm
١٨. الفيومي ، محمد محمد عيسى (١٩٨٥) عرض وتحليل نظرية اريكسون النفسية والاجتماعية ، مجلة العلوم الاجتماعية ، المجلد ١٣ ، العدد ١ ، جامعة الكويت . الكبيسي ، وهيب مجيد والخزرجي ، كاظم غيدان (١٩٩٩) الندوة الفكرية الخامسة لمكتب الثقافة والاعلام ، الشباب وتحديات المستقبل ، ط١ ، بغداد .
١٩. كفاي ، علاء الدين (١٩٨٧) مدى قدرة مقياس بارون لقوة الانا على التنبؤ بنجاح الع اللامي ، جبار فريم شريفة (١٩٩٨) الميل العصابي لذوي قدرات الادراك فوق الحسي والاعتيايين (دراسة مقارنة) ، كلية الاداب ، الجامعة المستنصرية . (رسالة ماجستير غير منشورة)العلاج النفسي ، المجلة العربية للعلوم الانسانية ، العدد ٢٦ ، جامعة الكويت.
٢٠. المسعودي، عبدعون عبود جعفر، ٢٠٠٢، قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة بناء وتطبيق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، ابن الهيثم، جامعة بغداد
٢١. المهدي ، محمد (٢٠٠٤) النضج الوجداني ، جامعة الازهر www.elazayem.com
٢٢. مي، رولو، ١٩٨٤، الأسس الوجودية للعلاج النفسي، ترجمة فؤاد كامل، الثقافة الأجنبية، العدد الاول، السنة الرابعة، وزارة الثقافة والإعلام، بغداد.