



The level of psychological security and its relationship to compatibility with university life for female students of the Faculty of Physical Education

Dr. Buthaina Jameel Al-Jaberi

University of Basra/College of Physical Education and Sports Sciences

buthaina.nsaif@uobasrah.edu.iq

Abstract

The feeling of psychological security is one of the important needs for building character. Security is an expression that indicates a psychological state in which a living being exists when its needs are satisfied, which vary according to the living being itself. In humans, it is what they feel towards needs, by obtaining which their demands for stability are fulfilled. These needs vary from one person to another, and from one place to another. The research aims to identify the feeling of security according to Maslow's test and its relationship to social compatibility with university life for female students of the College of Physical Education and Sports Sciences. The researcher used the descriptive approach that deals with what exists in reality and attempts to explain it. The research community consisted of (60) female students from the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Basra, and (50) female students were selected randomly (lottery) and constituted a percentage of 75.757%. The researcher concluded that the female students of the College of Physical Education and Sports Sciences enjoy an average level of feeling psychological security, and that they enjoy a higher than average level of compatibility with university life. Psychological security also achieved a high moral correlation with compatibility with university life for female students of the College of Physical Education and Sports Sciences. The researcher recommended giving intensive priorities to female students in order to raise their sense of psychological security within the university, and giving an educational and cultural mission to female students in order to increase compatibility with university life.

Keywords: Psychological security, adaptation to university life, female students of the Faculty of Physical Education.

مستوى الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق مع الحياة الجامعية لطالبات كلية التربية الرياضية



م. د بثينة جميل الجابري

جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملخص البحث

يعد الشعور بالأمن النفسي من الحاجات المهمة لبناء الشخصية . فالأمن تعبير، يدل على حالة نفسية يوجد عليها الكائن الحي، عندما يشبع حاجاته، التي تختلف باختلاف الكائن الحي نفسه. وهي عند الإنسان ما يشعر به نحو حاجيات، بالحصول عليها تُستكمل مطالبه من الاستقرار . وهذه الحاجيات تختلف من إنسان لآخر، ومن مكان لآخر. ويهدف البحث الى التعرف على الشعور بالأمن وفقا لاختبار ماسلو وعلاقة بالتوافق الاجتماعي مع الحياة الجامعية لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الذي يعنى بما هو قائم في الواقع ومحاولة تفسيره . وقد تكون مجتمع البحث من (60) طالبة من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة وتم اختيار (50) طالبة بالطريقة العشوائية (القرعة) وشكلت نسبة مئوية مقدارها 75.757 % . وقد استنتجت الباحثة ان طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتمتعن بمستوى متوسط بالشعور بالأمن النفسي، كما انهن يتمتعن بمستوى اعلى من المتوسط في التوافق مع الحياة الجامعية، كذلك حقق الامن النفسي علاقة ارتباط معنوية عالية مع التوافق بالحياة الجامعية لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. وقد اوصت الباحثة بإعطاء أولويات مكثفة للطالبات من اجل رفع الشعور بالأمن النفسي لديهن داخل الجامعة، وإعطاء مهمة تعليمية وتثقيفية للطالبات من اجل زيادة التوافق مع الحياة الجامعية.

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي، التوافق مع الحياة الجامعية، طالبات كلية التربية الرياضية.

1-التعريف بالبحث



1-1 المقدمة وأهمية البحث :-

إن حياة الإنسان طالت أم قصرت.. تتلخص في كلمات ثلاث: الماضي الحاضر المستقبل وما هذه الأدوار الثلاث إلا حلقات متماسكة الأطراف في سلسلة الحياة. فالإنسان بالضرورة يبني حاضره على أنقاض ماضيه وينظر إلى مستقبله في ضوء حاضره وهو في كل هذا مقيد بطبيعته الموروثة وتجاربه المكتسبة ومقدار جهده أو نصيبه من الثقافة والعلم وبيئته التي يخالطها وبيته الذي نشأ فيه، وفوق هذا كله مزاجه ونفسيته اللذين هما نتيجة مباشره لتفاعل كل هذه العوامل ولذلك نجد من الناس من ينظر إلى مستقبله نظرة الثقة والاطمئنان فهو المتفائل المستبشر الذي يعيش من نور الأمل أو يرقب الشمس من وراء الغمام. ومنهم من تعكس الحياة على نفسيته ظلاً قائماً فلا يثق فيها بأحد ولا يرى شيئاً غير الشر. فهو المتشائم المنقبض الذي يعيش في ظلام اليأس. ومنهم من هو بين يتخذ لنفسه مركزاً وسطاً لا تطرف فيه ولا مغالاة تدفعه سفينة الحياة كما تشاء فتارة يرجو الخير وتارة يرقب الشر. يكشف لنا تطور القياس في التربية الرياضية أنه كان يشير جانبا الى جنب مع التقدم الذي حدث في أساليب البحث في هذه المهنة كما ظهر انه ملازما للتطورات الذي حدث للتربية الرياضية والتي وصلت الى مكانتها الهامة التي بلغتها اليوم. ويعد الشعور بالطمأنينة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتهما، فلقد تحدث الكثير من العلماء والمفكرين عن أبرز المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية والتي منها شعور الفرد بالأمن النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين (زهران, 1997: 16). ويرجع تاريخ القياس الحديث في التربية الرياضية الى حوالي 1860م تقريبا وهو ما زال مستمرا حتى اليوم, ولقد كشفت الدراسات التتبعية لتطور القياس في التربية الرياضية خلال هذه الفترة الزمنية

ان زيادة الاهتمام بالرياضة ليس فقط من ناحية تنظيم العابها الشيقة لعباً وقوانيناً، بل مواكبة ما يحيط به من مؤثرات قد خضعت لدراسات علمية متوالية عالية المستوى بين الدول حتى اصبحت الرياضة اليوم كأهم مظهر يعبر عن حضارة الشعوب في أرجاء الارض برمتها. ومن تلك المظاهر التي رافقت تطور الرياضة هو تطوير معنى ان يكون الانسان رياضيا, وكذلك دراسة المؤثرات المباشرة والجانبية على الشخصية الرياضية, وكيف ينبغي ان يتلافى اي مؤثرات نفسية سلبية قد تحتاج ذاتية فتؤثر نوعية أدائه الرياضي, وينشأ الأمن النفسي نتيجة تفاعل الانسان مع البيئة المحيطة به من خلال الخبرات التي يمر بها والعوامل البيئية والاجتماعية



والسياسية التي تؤثر في الفرد. ويعد الامن من الحاجات المهمة لبناء الشخصية . فالأمن تعبير، يدل على حالة نفسية يوجد عليها الكائن الحي، عندما يشبع حاجاته، التي تختلف باختلاف الكائن الحي نفسه. وهي عند الإنسان ما يشعر به نحو حاجيات، بالحصول عليها تُستكمل مطالبه من الاستقرار. وهذه الحاجيات تختلف من إنسان لآخر، ومن مكان لآخر. فهناك من يبحث عن المأوى {وَكَاثُوا يَنْحُثُونَ مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا آمِنِينَ} (الحجر-82). ليحقق أمنه الأولي، ومنهم من يطلب الطعام {الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَاَمْنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ} (قريش-4). وإذا تحقق لدى الإنسان المأوى والمأكل، فإن الأمن يتحقق باستقرار الرزق الأمن {وَصَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِنْ كُلِّ مَكَانٍ} (النحل-112).

لهذا فقد عده ماسلو محور اساسي من محاور الصحة النفسية ,وهي حالة لا تعني غياب الاعراض المرضية فحسب بل تعني ايضا قدرة الفرد على مواجهه الاحباط التي يتعرض لها , بما معناه قدرته على التوافق الشخصي (الشيؤون, 2006:31) فالاحساس بالأمن النفسي ينطوي على مشاعر متعددة تستند الى مدلولات متشابهة , كغياب القلق والخوف وتبدد مظاهر التهديد والمخاطر على مكونات الشخصية من الداخل او من الخارج مع الاحسان بالطمأنينة والاستقرار الانفعالي .

1-2 مشكلة البحث :

ان الشعور الفرد بالأمن النفسي يميل الى تعميم هذا الشعور على العالم من حوله ,ويرى في الناس الخير والحب فيتعاون معهم ويشعر بالارتياح لهم , فيقبله الاخرون وينعكس ذلك على تقبله لذاته وعلية فأن الحاجة الى الامن النفسي تدفع الفرد الى الانتماء الى الجماعة وتكوين علاقات اجتماعية والتي تعد المكون الاساسي لسلوك الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة هي عدم الشعور بالراحة والأمان والاستقرار النفسي في التعايش مع الحياة الجامعية لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والخوف يؤدي وظيفة بيولوجية هامة , لانه يدفع الانسان الى الابتعاد عن الخطر او الحذر من الوقوع فيه.

1-3 اهداف البحث :

1- التعرف على الشعور بالامن وفقا لاختبار ماسلو لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .



2- التعرف على التوافق مع الحياة الجامعية لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

3- التعرف على الشعور بالأمن وفقاً لاختبار ماسلو وعلاقة بالتوافق الاجتماعي مع الحياة الجامعية لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1-4 فروض البحث :-

1- توجد علاقة بين قياس الشعور بالأمن والشعور بالراحة النفسية وفقاً لاختبار ماسلو وعلاقة بالتوافق الاجتماعي لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

2- للاختبارات ماسلو أثر إيجابي في الشعور بالأمن والراحة النفسية وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

1-5 مجالات البحث

5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-1-

5-2 المجال الزمني : الفترة من 2020/11/10 ولغاية 1202 1 / 4/5-

5-3 المجال المكاني : كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة 1-5-3

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الذي يفني بما هو قائم في الواقع ومحاولة تفسيره وهو يهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع ومن ثم تحليلها وتفسيرها حيث يستخدم في هذا المنهج أساليب القياس والتصنيف والتفسير واستنتاج العلاقات ذات الدلالة بالنسبة للمشكلة المطروحة للبحث وتحليلها للوصول إلى إدراك طبيعتها والمحاولة في وضع الحلول التي تساهم في حلها.

3-2 مجتمع البحث وعينته :

مجتمع البحث يعني جميع الأفراد أو الأشخاص أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث أما عينة البحث فهي جزء من مجتمع البحث الأصلي يختارها الباحث بأساليب مختلفة وتضم عدداً من الأفراد من المجتمع



الأصلي " (ذوقان عبيدات وآخرون : 1988) وقد تكون مجتمع البحث من 66 طالبة من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة وتم اختيار 50 طالبة بالطريقة العشوائية (القرعة) وشكلت نسبة مئوية مقدارها 75.757 %

3-3 الاختبارات والقياس

- اختبار ماسلو للشعور بالامن النفسي

- مقياس التوافق الجامعي استخدمته الباحثتان د ساهره رزاق كاظم وهدي عيدان محمد لسنة 2018

3-4 التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مؤلفة من 10 طالبات من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة البصرة بتاريخ 2021/1/2 وكان الغرض من هذه التجربة هو:

التعرف على المعوقات التي قد ترافق الباحثة عند اجراء الاختبارات وكذلك الزمن الذي يحتاجه الاختبار والتمرس على كيفية ادارة الاختبار وقد حققت هذه التجربة الاغراض التي وضعت من اجلها.

3-5 التجربة الرئيسية :

بعد التأكد من اجراءات التجربة الاستطلاعية ومن اجل الحصول على نتائج دقيقة تم تقسيم اجراء الاختبارات الى ثلاث اقسام وكالاتي:

جدول (1) يبين تفاصيل التجربة الرئيسية

المقاييس	اليوم	طريقة التوزيع	عدد الطالبات
اختبار ماسلو	الاثنين 2020/1/7	الالكتروني	50
مقياس التوافق مع الحياة الجامعية	الثلاثاء 2020/1/8	الالكتروني	50

3-6 الوسائل الاحصائية:

تم استخدام الحقيبة الاحصائية spss الاصدار 21 حسب القوانين الآتية :

- الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - التباين - معامل الالتواء - الارتباط البسيط (بيرسون)



- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

3-1 عرض وتحليل نتائج مقياسي الشعور بالأمن والتوافق مع الحياة الجامعية

جدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لمقياسي الشعور بالأمن والتوافق مع الحياة الجامعية

المقاييس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
الشعور بالأمن	23.66	4.25	0.98
والتوافق مع الحياة الجامعية	20.88	3.04	0.68

من خلال الجدول (2) نجد ان الوسط الحسابي للشعور بالأمن قد بلغ 23.56 وهذا الرقم يعد من ضمن

المستوى المتوسط للشعور بالأمن اذ ان العلامة الكلية للمقياس تتراوح بين (صفر - 75)

- تفسير العلامات على المقياس : - (صفر - 11) إحساس عالي بالأمن .

- (12 - 24) إحساس متوسط بالأمن - (25 - فما فوق) عدم شعور بالأمن .

وبلغ الانحراف المعياري 4.25 ومعامل الالتواء 0.98 .

اما مقياس التوافق مع الحياه الجامعية فقد حقق وسط حسابي مقداره 20.88 وبانحراف معياري قدره 3.04

ومعامل الالتواء لهذا المقياس بلغ 0.68 . وتفسر الباحثة سبب ذلك بالاستناد الى الآراء الاتية .يشير زهران

(1990م: 436) إلى أن الحاجة إلى الأمن النفسي تتضمن الصحة الجسمية والأمن الجسمي، والحاجة إلى

الشعور بالأمن الداخلي والبقاء حياً، والحاجة إلى تجنب الخطر، والألم، والحاجة إلى الاسترخاء والراحة، والحاجة

إلى الشفاء عند المرض، والحاجة إلى الحياة السوية المستقرة السعيدة، والحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من

إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات .

ويرى (جبر 1996: 83) أن الأمن النفسي هو "حالة من التوافق الذاتي والتكيف الاجتماعي، تتأثر بحالة الفرد

العضوية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية المحيطة به.

ويضيف (كفافي 1989: 106) أنه يترتب على مدى ونوعية إشباع الدوافع الأولية والأساليب التي تتبع في

إشباعها شعور الطفل بالأمن أو عدم الشعور به، ففي حال تأمين قدر معقول من الإشباع فإنه يفتح الطريق



لإشباع حاجات المستويات الأعلى من الحب والتقدير، أما إذا لم يتم هذا القدر من الإشباع فيظل الفرد مشغولاً بتأمين هذا القدر المطلوب، ويتعطل ظهور الحاجات الأخرى التي تلي الحاجة إلى الأمن، وإذا تحقق إشباع حاجات وظائف الأعضاء تحرر الفرد من ضغطها وسيطرتها على سلوكه، فتصبح حاجته إلى الأمن مهمة فيبحث عن بيئة آمنة مشبعة غير معادية له، وإذا تحقق له ذلك، فإنه يشعر بالحاجة إلى الحب والانتماء وبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين، وبعدها الحاجة إلى تقدير الذات، فإذا أشبعت هذه الحاجة شعر الفرد بالثقة في المجتمع، فيسعى للقيام بأعمال تجعله محط أنظار الآخرين (حسين: 1989: 308) .

والأمن النفسي أحد الحاجات المهمة للشخصية الإنسانية حيث تمتد جذوره إلى طفولة المرء، والأم هي أول مصدر لشعور الطفل بالأمن، ولخبرات المرء دور مهم في شعور المرء بالأمن النفسي، فأمن المرء يصير مهدياً في أية مرحلة من مراحل العمر، إذا ما تعرض لضغوط نفسية أو اجتماعية لا طاقة له بها، مما قد يؤدي إلى الاضطراب النفسي، لذلك يعد الأمن النفسي من الحاجات ذات المرتبة العليا للإنسان يتحقق بعد تحقيق حاجاته الدنيا (جبر، 1996: 80) .

فيرى فكر Felker أن علاقة الطفل بوالديه أو بأي فرد مهم في بيئته يتفاعل معه باستمرار، تعتبر البدايات في تكوين الأمن النفسي لديه فالوالدين أول خبرة إنسانية يتفاعل معها الطفل، ثم يأتي دور الآخرين كالمعلمين والأصدقاء لاحقاً، وتستمر البيئة الاجتماعية في التأثير على الأمن النفسي للفرد كالأُسرة وجماعة العمل وغير ذلك من مؤثرات اجتماعية. (الشرعة، 1998).

فقد نلاحظ أن الفرد في مرحلة الرشد غير آمن حتى لو توافرت له كل أسباب الأمن والحب والانتماء، وذلك لأنه لم يعايش الأمن فترة طفولته، على حين نجد أن الفرد الذي عاش الأمن في طفولته يحتفظ بأمنه النفسي حتى لو عاش في بيئة نابذة تنطوي على تهديد أو خطر (الدليم وآخرون، 1993) .

وقد أشار (الخليل 1991) إلى أن (شيفر وميمان) أوضحوا أن عدم الشعور بالأمن يسبب للفرد حالة من القلق وزيادة الهموم والتفكير والشعور بعدم الارتياح، وإبداء القلق الزائد تجاه مواقف الحياة اليومية، ويصبح فريسة سهلة للمرض والكدر. ويترتب على عدم الإحساس بالأمن النفسي العديد من المشكلات النفسية والاضطرابات السلوكية، والخوف والقلق والتوتر والحرص الزائد، وانعدام الثقة، والتبعية والتقييد وعدم الحرية والتردد والهروب من



المسئولية وإلقاء التبعية على الآخرين وكرهية الحياة وما فيها، وقد يقود فقدان الأمن إلى الأفكار الانتحارية، والإحساس بالأسى والحزن والاستسلام (عبدالمجيد، 2004: 250)

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الارتباط بين الشعور بالأمن والتوافق مع الحياة الجامعية

جدول (3) يبين نتائج الارتباط بين الشعور بالامن والتوافق مع الحياة الجامعية

المقاييس	الارتباط	المعنوية
الشعور بالأمن	0.74	0.005
والتوافق مع الحياة الجامعية		

من خلال جدول 3 نجد ان قيمة الارتباط بين الشعور بالامن والتوافق مع الحياة الجامعية قد بلغت 0.74 وبمعنوية مقدارها 0.005 وهذه القيمة هي اقل من قيم الدلالة 0.05 مما يدل على وجود ارتباط معنوي عالي بين الشعور بالامن والتوافق مع الحياة الجامعية وهذا يدل على ان الطالبات حققن بالأمن النفسي حيث كان متوسط درجات الطالبات أعلى من المتوسط النظري للمقياس، حيث أن الدرجات العالية تدل على الشعور بالأمن النفسي والدرجات المنخفضة تدل على عدم الشعور بالأمن النفسي. وكان متوسط درجات الطالبات على مقياس التوافق مع الحياة الجامعية أعلى من المتوسط النظري للمقياس وبالتالي ارتباطها بعلاقة موجبة (طردية) مع درجاتهم بالشعور بالأمن النفسي . وتعزو الباحثة سبب ذلك الى انه كلما زاد الامن النفسي لدى الطالبات كلما زاد معه التوافق مع الحياة الجامعية لان يعرفه البدراني (2004) بأنه ” الطمأنينة والسكينة والاستقرار وعدم الخوف في مواقف الحياة” وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: ” شعور الفرد بالطمأنينة وعدم الخوف من العواصف الاجتماعية المحيطة به وامتلاك القدرة على مواجهتها وتجاوز تأثيراتها.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1- تتمتع طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بمستوى متوسط بالشعور بالأمن النفسي



- 2- لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مستوى اعلى من المتوسط في التوافق مع الحياة الجامعية
- 3- حقق الامن النفسي علاقة ارتباط معنوية عالية مع التوافق بالحياة الجامعية لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2-5 التوصيات

- 1- إعطاء أولويات مكثفة للطالبات من اجل رفع الشعور بالامن النفسي لديهن داخل الجامعة
- 2- إعطاء مهمة تعليمية وتنقيفية للطالبات من اجل زيادة التوافق مع الحياة الجامعية
- 3- اجراء دراسة مشابهة لعينات اخرى

المصادر العربية والاجنبية

- أ- *القران الكريم
- ب- *احمد والخليل،الشعور بالامن النفسي عند الطلبة المراهقين في الاسر متعدد الزوجات،رسالة ماجستير غير منشوره،كلية التربية الجامع الاردنيه.
- ت- *أرغداء نعيمة من بحث / مستوى الشعور بالامن النفسي وعلاقتة بالتوافق, *مجلة دمشق -المجلد (30)
- ث- * [اليوسف ، عبدالله عبدالعزيز . الدور الأمني للمدرسة في المجتمع السعودي بحث مقدم لندوة المجتمع والأمن والمنعقد في كلية الملك فهد الأمنية بالرياض،1422هـ،ص:347
- ج- * ([الزغبى، أحمد محمد الأمراض النفسية والمشكلات السلوكية والدراسية عند الأطفال دار زهران للنشر والطباعة عمان الأردن، 2002، ص:99*]
- ح- *جبر محمد،بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالامن النفسي،المجلة علم النفس،المجلد العاشر،المجلة المصرية العامه للكتاب، القاهرة، مصر، 1996
- خ- *حسين،،من بحث الشعور بالامن النفسي وتأثيره
- د- *سامية خالد ابراهيم / سيكولوجية الامن النفسي، جامعة العربي بن مهدي



- ذ- *زهرة ، حامد عبدالسلام و سدي ، اجلال محمد: علم النفس النمو ط1 عالم الكتب للطباعة والنشر القاهرة: مصر 2002، ص: 67
- ر- * ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومه - أساليبه - أدواته 1988
- ز- * الشبؤون،: مجلة دمشق /ص3/ من بحث (مستوى الشعور بالامن النفسي) 2006
- س- * ([القرني ، علي سعد ، إدارة الأمن الوقائي المدرسي الشامل في البيئة العربية، ترف أم ضرورة المجلة التربوية المجلد، الكويت، العدد 75 ص 2001 : ص2016.
- ش- كفاي ,علاء الدين,تقدير الذات في علاقة التنشئه الوالديه والامن النفسي , المجله العربيه للعلوم الانسانيه,1989

ملحق (1) اختبار ماسلو للشعور بالأمن

أخي / الطالب:

الرجاء الإجابة على كل فقرة من فقرات هذا الاختبار على ورقة الإجابة بصراحة وصدق وأمانة وإلا ستكون النتائج عديمة الفائدة , كما يرجى عدم ترك أي بند دون إجابة .
يرجى استعمال ورقة الإجابة الخاصة بذلك .

1- هل ترغب عادة أن تكون مع الآخرين على أن تكون لوحده ؟

2- هل تترتاح للمواقف الاجتماعية ؟

3- هل تنقصك الثقة بالنفس ؟

4- هل تشعر بأنك تحصل على قدر كاف من الثناء ؟

5- هل تحس مرارا بأنك مستاء من العالم ؟

6- هل تفكر بان الناس يحبونك كمحبتهم للآخرين ؟



- 7- هل تقلق مدة طويلة من بعض الالهانات التي تتعرض لها ؟
- 8- هل يمكنك أن تكون مرتاحا مع نفسك ؟
- 9- هل أنت على وجه العموم شخص غير أناني ؟
- 10- هل تميل إلى تجنب الأشياء غير السارة بالتهرب منها ؟
- 11- هل ينتابك مرارا الشعور بالوحدة حتى لو كنت بين الناس ؟
- 12- هل تشعر بأنك حاصل على حقه في هذه الحياة ؟
- 13- عندما ينتقدك أصحابك , هل من عادتك أن تتقبل نقدهم بروح طيبة ؟
- 14- هل تثبط عزيمتك بسهولة ؟
- 15- هل تشعر عادة بالود نحو معظم الناس ؟
- 16- هل كثيرا ما تشعر بان هذه الحياة لا تستحق أن يعيشها إنسان ؟
- 17- هل أنت على وجه العموم متفائل ؟
- 18- هل تعتبر نفسك شخصا عصيبا نوعا ما ؟
- 19- هل أنت عموما شخص سعيد ؟
- 20- هل أنت عادة واثق من بنفسك ؟
- 21- هل تعي غالبا ما تفعله ؟
- 22- هل تميل إلى أن تكون غير راض عن نفسك ؟
- 23- هل كثيرا ما تكون معنوياتك منخفضة ؟
- 24- عندما تلتقي مع الآخرين لأول مرة , هل تشعر بأنهم لن يحبوك ؟
- 25- هل لديك إيمان كاف بنفسك ؟
- 26- هل تشعر على وجه العموم بأنه يمكنك الثقة بمعظم الناس ؟
- 27- هل تشعر بأنك شخص نافع في هذا العالم ؟
- 28- هل تنسجم عادة مع الآخرين ؟



- 29- هل تقضي وقتا طويلا بالقلق على المستقبل ؟
- 30- هل تشعر عادة بالصحة الجيدة والقوة ؟
- 31- هل أنت محدث جيد ؟
- 32- هل لديك شعور بأنك عبء على الآخرين ؟
- 33- هل تجد صعوبة في التعبير عن مشاعرك ؟
- 34- هل تفرح عادة لسعادة الآخرين وحسن حظهم ؟
- 35- هل تشعر غالبا بأنك مهمل ولا تحظى بالاهتمام اللازم ؟
- 36- هل تميل لان تكون شخصا شكاكا ؟
- 37- هل تعتقد على وجه العموم بان هذا العالم مكان جميل للعيش فيه ؟
- 38- هل تغضب وتثور بسهولة ؟
- 39- هل كثيرا ما تفكر بنفسك ؟
- 40- هل تشعر بأنك تعيش كما تريد وليس كما يريد الآخرون ؟
- 41- هل تشعر بالأسف والشفقة على نفسك عندما تسير الأمور بشكل خاطئ ؟
- 42- هل تشعر بأنك ناجح في عملك أو وظيفتك ؟
- 43- هل من عادتك أن تدع الآخرين يرونك على حقيقتك ؟
- 44- هل تشعر بأنك غير متكيف مع الحياة بشكل مرض ؟
- 45- هل تقوم عادة بعملك على افتراض إن الأمور ستنتهي على ما يرام ؟
- 46- هل تشعر بان الحياة عبء ثقيل ؟
- 47- هل يقلقك شعور بالنقص ؟
- 48- هل تشعر عامة بمعنويات مرتفعة ؟
- 49- هل تنسجم مع الجنس الآخر ؟
- 50- هل حدث أن انتابك شعور بالقلق من أن الناس في الشارع يراقبونك ؟



- 51- هل يجرح شعورك بسهولة ؟
- 52- هل تشعر بالارتياح في هذا العالم ؟
- 53- هل أنت قلق بالنسبة لما لديك من ذكاء ؟
- 54- هل تشعر الآخرين بالارتياح معك ؟
- 55- هل عندك خوف مبهم من المستقبل ؟
- 56- هل تتصرف على طبيعتك ؟
- 57- هل تشعر عموماً بأنك شخص محظوظ ؟
- 58- هل كانت طفولتك سعيدة ؟
- 59- هل لك كثير من الأصدقاء المخلصين ؟
- 60- هل تشعر بعدم الارتياح في معظم الأحيان ؟
- 61- هل تميل إلى الخوف من المنافسة ؟
- 62- هل تخيم السعادة على جو أسرتك ؟
- 63- هل تقلق كثيراً من أن يصيبك سوء الحظ في المستقبل ؟
- 64- هل كثيراً ما تصبح منزعجا من الناس ؟
- 65- هل تشعر عادة بالرضى ؟
- 66- هل يميل مزاجك إلى التقلب من سعيد جداً إلى حزين جداً ؟
- 67- هل تشعر بأنك موضع احترام الناس على وجه العموم ؟
- 68- هل باستطاعتك العمل بانسجام مع الآخرين ؟
- 69- هل تشعر بأنك لا تستطيع لا تستطيع السيطرة على مشاعرك ؟
- 70- هل تشعر في بعض الأحيان بأن الناس يضحكون عليك ؟
- 71- هل أنت بشكل عام شخص مرتاح الأعصاب (غير متوتر) ؟
- 72- على وجه العموم , هل تشعر بأن العالم من حولك يعملك معاملة عادلة ؟



73- هل سبق أن أزعجك شعور بان الأشياء غير حقيقية ؟

74- هل سبق أن تعرضت مرارا للاهانة ؟

75- هل تعتقد أن الآخرين كثيرا ما يعتبرونك مختلف ؟

ورقة الإجابة لاختبار ماسلو للشعور بالأمن

يرجى الإجابة عن جميع الأسئلة بوضع إشارة (X) تحت (نعم) أو (لا) أو (غير متأكد) الموجودة مقابل كل سؤال والتي تعتقد بأنها اصدق الإجابات بالنسبة إليك .

الرقم	نعم	لا	غير متأكد	الرقم	نعم	لا	غير متأكد
-1				-26			
-2				-27			
-3				-28			
-4				-29			
-5				-30			
-6				-31			
-7				-32			
-8				-33			
-9				-34			
-10				-35			
-11				-36			
-12				-37			
-13				-38			
-14				-39			
-15				-40			
-16				-41			
-17				-42			
-18				-43			
-19				-44			
-20				-45			
-21				-46			
-22				-47			
-23				-48			
-24				-49			
-25				50			



ملحق (3) مقياس التوافق مع الحياة الجامعية (ATCS)

بيانات أولية :

- الاسم :
 العمر الزمني :
 الجنس : ذكر / أنثى
 السنة الدراسية :
 القسم :
 الحالة الاجتماعية :
 محل الإقامة :

م	العبرة	تنطبق تماما	تنطبق الى حد ما	لا تنطبق
1	أشعر بالراحة عندما أكون متواجد بالكلية .			
2	أشعر أحيانا بالتوتر , واضطراب المزاج داخل الكلية .			
3	أواظب على حضور المحاضرات بانتظام .			
4	أقابل كثيرا من الطلاب والطالبات , وأسعي لعمل صداقات معهم .			
5	عرفت لماذا اتواجد بالكلية			
6	أشعر بسوء التوافق في عمل علاقات مع الجنس الاخر .			
7	أنا متوافق مع الحياة الجامعية .			
8	أشعر بعدم الاستقرار العاطفي في علاقتي مع الجنس الاخر .			
9	أحاول الاعتماد على نفسي في حل المشكلات التي تواجهني داخل الجامعة			
10	أنا مقتنع الان بقرار اختياري للكلية المقيد بها .			
11	أحاول تحقيق أهدافي من خلال تفوقي في دراستي الجامعية .			
12	أنا غير راضي عن مستوى تحصيلي الدراسي			
13	أهدافي وامالي الجامعية تتسم بالوضوح.			
14	أشعر بفقدان الدافعية عن استمراري في الدراسة الجامعية في الفترة الأخيرة .			
15	الحصول على الدرجة الجامعية هي اهم شيء بالنسبة لي .			
16	أنا راضي عن المقررات الدراسية الجامعية .			
17	أستمتع بتدوين المحاضرات الجامعية .			
18	أعتمد علي بعض الزملاء في حل بعض المشكلات العاطفية مع الجنس الاخر.			
19	أنا مقتنع بممارسة الأنشطة الرياضية والثقافية والترفيهية داخل الجامعة			

تحت

تحت

			أنا مقتنع بدور مركز الخدمات النفسية داخل الجامعة في توجيهه وإرشاد طلاب الجامعة	20
			أوظب على زيارتي لمكتبة الجامعة لتزويد معلوماتي .	21
			أشعر أحيانا بالتردد في اختياري للتخصص الدراسي .	22
			أشعر أحيانا بمشكلات في النوم عند التفكير في مستقبلي بعد أنتهاء الدراسة الجامعية .	23
			أجد صعوبة في قضاء وقت فراغي داخل الجامعة .	24
			أشارك في الندوات والمؤتمرات العلمية التي تعقدها الجامعة .	25
			أحافظ على تدوين مذكراتي عن الحياة الجامعية .	26
			أشعر بعدم التركيز لي ترتيب أفكارني .	27
			أجد متاعب كثيرة في عمل الواجبات الدراسية في المنزل	28
			أشعر باختلاف عن بعض زملاء الدراسة في بعض الأفكار والأفعال التي يقومون بها .	29
			تواجهني بعض الصعوبات في تحصيل بعض المقررات الدراسية .	30
			أحب المقررات الدراسية ذات الطبيعة التطبيقية .	31
			أحاول تأهيل نفسي للعمل الذي أرغب في مزاوته بعد التخرج .	32
			ألتزم بكل إرشادات وتوجيهات أساتذة الجامعة .	33
			أتمنى الاستمرار في استكمال دراستي العليا بعد تخرجي من الجامعة .	34
			تربطني علاقات ودية مع بعض أعضاء هيئة التدريس بالجامعة .	35
			أختلف مع بعض زملاء وزميلات الدراسة بعض القضايا العلمية .	36