

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة

الاستاذ المساعد الدكتور الاستاذ المساعد الدكتور

رحيم عبدالله الزبيدي أمال اسماعيل حسين

الجامعة المستنصرية - كلية التربية

ملخص البحث:

الطمأنينة الانفعالية تأتي من كونها أحد أهم المظاهر الأساسية للصحة النفسية الايجابية وأول مؤشراتهما، ومن أبرز هذه المؤشرات وأهمها الشعور بالأمن والاطمئنان والرضا النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين ، فالشخص المطمئن انفعاليا يشعر أن حاجاته مشبعة وإن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر ، ويكون في حالة توازن أو توافق أممي، وقد يتعثر الفرد في إحساسه بالأمن والأمان لعدة أسباب تعمل مجتمعة أو منفردة، منها إخفاقه في إشباع حاجاته وفي قدرته على تحقيق الذات وفي ثقته بالنفس وفي الشعور بالتقدير الاجتماعي والقلق والمخاوف الاجتماعية والضغط النفسي وتوقع الفشل في الاستمتاع بالحياة وأساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة . وكذلك من أهم مهددات الطمأنينة الانفعالية هي الحروب، ولاسيما في العصر الحالي والذي يسمى بالعصر الذري وأسلحة الدمار الشامل وما يصاحبها من خسائر في الأرواح والممتلكات وتعويق المدنية وفقدان الأمن . وقد عانت شعوب العالم ومنها الشعب العراقي بكل شرائحه وفئاته العمرية من اضطرابات واضحة و مخفية في أمنه النفسي على مدى عقود من الزمن، آخذين بنظر الاعتبار الكم الهائل من الضغوطات النفسية والهزات والانتهاكات التي تعرض لها الفرد العراقي عبر التاريخ القديم والحديث، وقد أفرزت هذه الاضطرابات، خللاً سافراً ومريراً ومزمناً في منظومة القيم التي يتحلى بها الإنسان العراقي، قادت إلى ظهور سمات وخصائص وسلوكيات لا عد لها ولا حصر تبدو ظاهرة أحياناً، ومكبوتة في أعماق للا شعور الفردي

أحياناً أخرى . وإن أهم مصدر داخلي يستقي منه الإنسان أمنه واطمئنانه هو الإيمان بالله تعالى والتمسك بكتاب الله وسنة نبيه، وإن كانت العادات والتقاليد والاتجاهات الاجتماعية والقيم لا يمكن إغفال أثرها. ومن الخصائص الشخصية التي من شأنها أن تقى من وطأة التأثير الضار للأحداث السلبية الضاغطة ان يتحلى الانسان بالصبر "فهو قوة من قوى النفس التي بها صلاح شأنها وقوام أمرها " وإن التحلي بالصبر وقاية للإنسان من أن يقع فريسة للمرض النفسي . ويعتبر الصبر من أساليب المقاومة الإيجابية في تحمل الإنسان للمصائب والفجعة كاختبارات من الله سبحانه وتعالى فلا يأس ولا يصل الى القنوت واثقاً من رحمة الله ويثق في أن بعد العسر يسراً . ويستهدف البحث الحالي التعرف على:

- ١- مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية
- ٢- مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية تبعاً لمتغيري الجنس (ذكور-إناث) والتخصص (علمي-إنساني)
- ٣- مستوى الصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية
- ٤- مستوى الصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية تبعاً لمتغيري الجنس (ذكور-إناث) والتخصص (علمي-إنساني)
- ٥- العلاقة الارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية الدراسات الصباحية ولكلا الجنسين (ذكور- إناث) ولكلا التخصصين (علمي- إنساني) للعام الدراسي (٢٠١٢ - ٢٠١٣) ولغرض تحقيق أهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياسين الأول للطمأنينة الانفعالية والثاني للصبر بعد الاطلاع على النظريات والدراسات السابقة . تكون المقياس الأول من (٥٠) فقرة والمقياس الثاني من (٤٠) فقرة وبعد ان اتبع الباحثان كل الخصائص السايكومترية الخاصة ببناء المقاييس ، تم تطبيق المقياسين على عينة مكونة من (٢٠٠) طالبا وطالبة ، وبعد المعالجات الاحصائية ظهرت النتائج الآتية:

- ١- وجود طمأنينة انفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية .

٢- عدم وجود فروق دالة احصائية بين متغيري الجنس (الذكور والاناث) والتخصص (العلمي والانساني) في بالطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية

٣- وجود الصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية .

٤- وجود فروق دالة احصائية في الصبر في متغير الجنس لصالح الذكور. بينما لم تظهر فروق دالة احصائية في الصبر في متغير التخصص (العلمي والانساني) لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

٥- وجود علاقة ارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

ثم خرج البحث ببعض من التوصيات والمقترحات منها.

أ- التوصيات

١- يوصي الباحثان بضرورة عناية أولياء الأمور بغرس الشعور بالطمأنينة الانفعالية لدى أبنائهم بدءاً من الأسرة، والمدرسة، والجامعة بكل مراحلها الدراسية، من خلال تهيئة الأجواء المطمئنة الهادئة بعيداً عن ظروف العنف والإرهاب والتفجير.

٢- تفعيل دور الارشاد الجامعي ووضع برامج لنشر الوعي الثقافي والاجتماعي والديني وتشجيع الطلبة على التعامل مع احداث الحياة المختلفة بصبر وقوة تحمل،

ب- المقترحات:

١- اجراء دراسات مشابهة للبحث الحالي على شرائح اجتماعية مختلفة ومقارنتها بنتائج البحث الحالي .

٢- إجراء دراسة تسعى إلى الكشف عن تأثير الطمأنينة الانفعالية والصبر في كل من الأداء الجامعي والأداء في ميادين العمل .

٣- إجراء دراسة للتعرف على علاقة الطمأنينة الانفعالية والصبر بالتنشئة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة .

مشكلة البحث:

تعتبر الطمأنينة الانفعالية من ابرز الحاجات التي تقف وراء استمرارية عجلة السلوك الانساني ، اذ لا يمكن فهم حاجة الفرد للشعور بالطمأنينة الانفعالية بمعزل عن بقية الحاجات فهي تعد عاملا اساسيا تنطوي تحته جميع انواع السلوك فحين تشبع حاجة الفرد فانه يشعر بالطمأنينة والاستقرار النفسي وعند عدم اشباع الحاجات او احباطها يشعر الفرد بعدم الاستقرار والامان ، وتلعب الحاجات الفسيولوجية والاجتماعية والنفسية دوراً في التأثير على الامن النفسي للفرد فإذا لم تتوفر فرص إشباع هذه الحاجات فإن الفرد يظل يشعر بالحرمان وينعكس الحرمان على مواقفه أو اتجاهاته وبالتالي على آرائه وسلوكه . ويبحث الفرد عن الاستقرار والامان باستمرار جاريا وراء الراحة التي تعطيه الاتزان وكلما ازدادت الحياة تعقيدا وازدادت مطالبها وحاجاتها ازدادت الضغوط الواقعة عليه وهذه نتيجة التقدم الحضاري المتسارع الذي يؤدي الى افراز انحرافات تشكل عبئا على قدرة ومقاومة الانسان في التحمل مما يحتم عليه ان يتحلى بالصبر لمواجهة احداث الحياة الضاغطة وبالتالي النجاح في التوافق واختيار اساليب تكيفية بين الحياة الداخلية والخارجية للفرد مما يجعله افضل قدرة على التعامل الكفاء مع ظروف الحياة المحيطة به . وقد توصلت الكثير من الدراسات الى ان هناك قيما او سماتاً وجدانية ينبغي ان تتسم بها شخصية الانسان بشكل عام وشخصية الطالب الجامعي بشكل خاص كسمة الصبر ليكون دوره مؤثرا في المجتمع وقادرا على التعامل مع متغيرات الحياة وضغوطاتها ومع الآخرين . لذا حدد الباحثان مشكلة البحث بالسؤال الاتي : هل هناك علاقة بين الطمأنينة الانفعالية والصبر لدى طلبة الجامعة.

اهمية البحث:

إن الشعور بالطمأنينة الانفعالية ينشأ وينمو مع الفرد على أساس الإشباع النسبي للحاجات حسب تربيها في هرم ماسلو للحاجات ويتأثر من مصادر الإشباع المختلفة والعوامل المحيطة فهي متداخلة فلا يوجد بينها حدود فاصلة وذات تأثير متباين وقوي من حيث المقدار والنوع في مراحل العمر المختلفة. وقد أكد اريكسون على أن نمو الشخصية

مستمر خلال دورة الحياة ككل ونسب أهمية سيكولوجية غير عادية لمرحلة الطفولة متفقاً في ذلك مع فرويد على ان الجوانب النفسية الاجتماعية للمرحلة الفمية الحسية خصوصاً الرعاية والاهتمام الأمومي الذي يمثل الأهمية الأولى لتفاعلات الرضيع مع شخص آخر. ومن هذا المنطلق يعتبر كل من اريسكون وفرويد وآخرون أن الأم هي المصدر الأول والأهم، لبث الإطمئنان في طفلها بواسطة إشباع حاجات الطفل ويؤكد اريسكون على أن الفقد القاسي لحب الأم الذي اعتاد عليه الطفل بدون بديل مناسب في هذا الوقت يمكن أن يقود إلى كآبة: طفلية حادة (عبد الرحمن، ١٩٩٨، ص ٢٨٢-٢٨٤)

ويرى علماء التحليل النفسي أن الشخصية الإنسانية تتأثر في نموها في مراحلها الأولى بعدة عوامل أهمها:

- الرضاعة من حيث النوع (طبيعية / صناعية) والنظام المتبع فيها.
- طول فترة الحضانة.
- الفطام.
- التدريب على ضبط عمليتي الإخراج.
- مدى ما يتعرض له الطفل من ثواب وعقاب. (الأنصاري، ١٩٨٩، ص ٦٣)

ويدعم اسماعيل (١٩٩٨) هذا الرأي فهو يرى أن الطفل أثناء فترة الرضاعة ينمي علاقة انفعالية قوية نحو أمه باعتبارها ليس مصدراً للغذاء فقط بل أيضاً للأمن، وللدافء العاطفي، والارتياح، والاسترخاء، ويؤكد على أهمية الأسلوب المتبع في عملية الفطام ألا تكون العملية مفاجئة لأن ذلك يسبب صدمة قوية قد تترك آثارها في نمو الطفل النفسي مستقبلاً. وقد أكدت البحوث التي أجريت على الثقافات المختلفة أن اضطراب الأطفال الأشد ينتج عن عملية الفطام (اسماعيل، ١٩٨٩، ص ٣١٥-٣٢٦)

ويؤكد الباحثون على أهمية عدم التصلب والتعسف أو اللجوء إلى القسوة والإيذاء في تدريب الأطفال على العمليات الإخراجية لما يترتب على ذلك من توتر وقلق (القريطي، ١٩٩٨، ص ٤٤٢)

وتلعب الأسرة دوراً هاماً في بث الأمن لدى أبنائها، فقد أكدت دراسة ميوسن وآخرين أن الذين لم يحصلوا على عطف أسري كاف كانوا أقل أمناً وأقل ثقة، وهناك عوامل أسرية مختلفة تؤثر إيجاباً أو سلباً في الطمأنينة الانفعالية منها ما يتعلق بعملية التنشئة الاجتماعية كأساليب المعاملة الوالدية، والتفاعل بين أعضاء الأسرة، والعلاقات الأسرية، إضافة إلى المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة وحجم الأسرة وعمل الأم. (القريطي، ١٩٩٨، ص ٤٣٨-٤٤٣)

بينما تمثل البيئة الاجتماعية النطاق الأشمل بما تحويه من دوائر اجتماعية أوسع كمدرسين وأصدقاء يمثلون مصادر هامة لأمن الفرد إذا شعر بالتقبل من والديه ومدرسيه وزملائه. وأما تقدير الرؤساء والزملاء في العمل، والعيش في كنف زوجة صالحة وذرية نافعة فمن المؤثرات الهامة لتحقيق الأمن للراشد. بينما يجد الإنسان أمنه في شيخوخته في بر أبنائه وأحفاده. (محمد ومرسي، ١٩٨٧، ص ٩٠-٩١)

وهكذا فإن أهمية الطمأنينة الانفعالية تأتي من كونها أحد أهم المظاهر الأساسية للصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتنا، فلقد تحدث الكثير من العلماء والمفكرين عن أبرز هذه المؤشرات والتي من أهمها الشعور بالأمن والاطمئنان والرضا النفسي والنجاح للفرد، والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين (الدليم، ٢٠٠٤، ص ١ وتعد من أهم الحاجات النفسية للفرد على الإطلاق وهي مطلب أساس للتوافق، فقد ارتبط بالاستقرار والطمأنينة النفسية والانفعالية المتوازنة، فالشخص الآمن نفسياً يشعر أن حاجاته مشبعة وإن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر والإنسان الآمن نفسياً يكون في حالة توازن أو توافق أمني، وفي حالة حرمانه من الأمن والأمان يكون فريسة للمخاوف مما ينعكس سلباً على شتى جوانب حياته (هادي، ٢٠٠٤، ص ١)، وقد يتعثر الفرد في إحساسه بالأمن والأمان لعدة أسباب تعمل مجتمعة أو منفردة، منها إخفاقه في إشباع حاجاته وفي قدرته على تحقيق الذات وفي ثقته بنفسه وفي الشعور بالتقدير الاجتماعي والقلق والمخاوف الاجتماعية والضغط النفسي وتوقع الفشل في الاستمتاع بالحياة وأساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة (حمزة، ٢٠٠١، ص ١٣٠)، فأهمية البعد

الاجتماعي في الأمن النفسي للفرد، ينبع من شعوره بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات مشبعة ومتزنة مع الناس ذوي الأهمية الانفعالية في حياته (الحفني، ١٩٩٤، ص ٧٠)، وأهمية الأمن والطمأنينة لا تقتصر على شعب أو أمة دون أخرى، بل انه من أهم الحاجات عبر الثقافات المختلفة (الطائي، ٢٠٠٦، ص ٣)، بل إن الأمن النفسي يمثل قيمة في حد ذاته لدى معظم الناس، فهو من أهم الأهداف التي يسعى الأفراد إلى تحقيقها والمجتمعات والحكومات (عبد المجيد، ٢٠٠٤، ص ٢٤٧)، بل أنها من أهم مقومات الحياة لكل الأفراد، إذ يتطلع إليه الإنسان في كل زمان ومكان، من مهده إلى لحد، فإذا ما وجد ما يهدده في أمنه، هرع إلى ملجأ آمن ينشد فيه الأمن والأمان والطمأنينة والسكينة، وينطوي الإحساس بالأمن النفسي على مشاعر متعددة تستند إلى مدلولات متشابهة، مثل غياب القلق والخوف وتبدد مظاهر التهديد والمخاطر على مكونات الشخصية من الداخل والخارج مع الإحساس بالاطمئنان والاستقرار الانفعالي والمادي، ودرجات معقولة من التقبل لمكونات البيئة (الطهراوي، ٢٠٠٧، ص ٩٨٥).

ولعل من أهم مهددات الطمأنينة الانفعالية هي الحروب، ولاسيما في العصر الذري وأسلحة الدمار الشامل وما يصاحبها من خسائر في الأرواح والممتلكات وتعويق المدينة وفقدان الأمن، فالحروب لا تستثني أحداً في آثارها فهي تؤثر في الصغير والكبير والمرأة والرجل (الجنابي، ٢٠٠٤، ص ١)، ولقد عانى الإنسان العراقي بكل شرائحه وفتاته العمرية من اضطرابات واضحة أو مخفية في أمنه النفسي على مدى عقود من الزمن، آخذين بنظر الاعتبار الكم الهائل من الضغوط النفسية والهزات والانتهاكات التي تعرض لها الفرد العراقي عبر التاريخ وعلى مدى قرون من الزمن، وقد أفرزت هذه الاضطرابات، خلافاً سافراً ومريراً ومزمناً في منظومة القيم التي يتحلى بها الإنسان العراقي، قادت إلى ظهور سمات وخصائص وسلوكيات لا عد لها ولا حصر تبدو ظاهرة أحياناً، ومكبوتة في أعماق للا شعور الفردي أحياناً أخرى (الحسن، ٢٠٠٤، ص ١).

فعندما يتعرض أي فرد للضغوط النفسية الشديدة، فإن الجهاز العصبي اللاإرادي يتم تحفيزه للدفاع عن الإنسان وتهيئة الجسم للتعامل مع تلك الظروف الضاغطة، أما إذا استمر

هذا الظرف الطارئ مدة طويلة فان الجسم يصاب بالتوتر والقلق النفسي، ولاسيما ما يحدث في أثناء الحروب والأزمات الشديدة، وما يحدث للإنسان يحدث كذلك للمجتمعات فأى مجتمع يتعرض لظروف طوارئ مستمرة مدة طويلة يصاب أفرادها بالمشاكل النفسية المختلفة، مما يؤدي إلى فقدان الطمأنينة والصحة النفسية للجميع وما يتبع ذلك من أمراض نفسية واضطرابات سلوكية تؤثر على تقدم المجتمع واستقراره وتطور مسيرته العلمية والإبداعية (أبو العزائم، ٢٠٠٨، ص ٣-١).

وان الهدف النهائي للفرد في الحياة، هو الحصول على الراحة النفسية والطمأنينة والسعادة، الذي يتضمن شعوره بالحب والأمن والرضا النفسي، وغالباً ما يحقق الالتزام الديني هذه الراحة والطمأنينة والسعادة (محمد، ٢٠٠٦، ص ١)،

ويرى الباحثان ان أهم مصدر داخلي يستقي منه الإنسان أمنه واطمئنانه هو الإيمان بالله تعالى والتمسك بكتاب الله وسنة نبيه، وإن كانت العادات والتقاليد والاتجاهات الاجتماعية والقيم لا يمكن إغفال أثرها. وان الطمأنينة الانفعالية تتعلق بمدى قدرة الفرد على اشباع حاجاته البيولوجية والاجتماعية، وعلى قدرته على التحرر من الآلام النفسية والصراعات، وعلى رضاه عن نفسه، وان يكون هناك توافق شخصي واجتماعي وأسري ومدرسي وزواجي ومهني.

ومن الخصائص الشخصية التي من شأنها أن تقى من وطأة التأثير الضار للأحداث السلبية الضاغطة الصبر "فهو قوة من قوى النفس التي بها صلاح شأنها وقوام أمرها" (ابن قيم الجوزية ، ١٩٩٠، ص ٢٩) وإن التحلي بالصبر وقاية للإنسان من أن يقع فريسة للمرض النفسي .

و يرى الفرماوي أن الصبر من أساليب المقاومة الإيجابية . وإلى تحمل الإنسان للمصائب والفاجعة كاختبارات من الله سبحانه وتعالى فلا ييأس ولا يصل الى القنوت واثقاً من رحمة الله ويثق في أن بعد العسر يسراً . (الفرماوى ، ١٩٩٦، ص ٢٠٣-٢٠٩)

ويرى الغزالي ان" الصبر فضيلة يحتاج إليها الإنسان في دينه ودنياه ، ولا بد أن يبنى عليها أعماله وآماله ، ويوطن نفسه على احتمال المكارة من دون ضجر ، وانتظار النتائج

مهما بعدت . ومواجهة الأعباء مهما ثقلت بقلب لم تعلق به رية ، وعقل لا تطيش به كربة " (الغزالي ، ١٩٩٠، ص١٢٨)

كما أن الصبر ملكة الثبات والاحتمال التي تهون على صاحبها ما يلاقه في سبيل تأييد الحق وإزالة الباطل ، واحتمال أذى الناس وما يلاقه من مصاعب كالفقر والمرض وفقد عزيز (طبارة ، ١٩٨٥، ص٢١٥) والصبر دليل على تحمل الأذى، والرضا بالقضاء ، والمعاناة في سبيل أمل عظيم ، بامتحان قاس يريد الصابر أن يجتاز المحنة لينال ثواب الله فضلاً من الله ومنة . (الشرقاوي ، ١٩٧٩، صص٣١٢)

وانطلاقاً من أهمية الصبر في تخفيف شدة الضغوط والوقاية من الأمراض النفسية والشعور بالطمأنينة الانفعالية ونظراً لإحساس الباحث بما يعاني منه معظم المجتمع العراقي بشكل عام وطلبة الجامعة بشكل خاص من تدهور للقيم وضغوط نفسية في شتى مجالات الحياة نتيجة الظروف التي يعيشها ، واحتياجهم إلى مزيد من الصبر لمواجهة هذه الضغوط ، جاءت هذه الدراسة كمحاولة من قبل الباحثان للتعرف على علاقة الطمأنينة الانفعالية بالصبر ومما لا شك فيه أن هذه الدراسة تساعد الأشخاص الجزوعين على إعادة بنائهم النفسي ، وزيادة قدرتهم على مقاومة الضغوط النفسية وكذلك للعاملين في مجال التربية لما لهم من دور في ترسيخ القيم الإيجابية في نفوس الأبناء .

اهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

- ١- مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية
- ٢- مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية تبعا لمتغيري الجنس (ذكور-إناث) والتخصص (علمي -إنساني)
- ٣- مستوى الصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية
- ٤- مستوى الصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية تبعا لمتغيري الجنس (ذكور-إناث) والتخصص (علمي -إنساني)

٥- العلاقة الارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية الدراسات الصباحية ولكلا الجنسين (ذكور- اناث) ولكلا التخصصين (علمي- انساني) للعام الدراسي (٢٠١٢ - ٢٠١٣)

تحديد المصطلحات:

اولا-الطمأنينة الانفعالية:عرفها كل من:

١- زهران ١٩٨٤

بأنها " حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر (مثل الحاجات الفسيولوجية، والحاجة إلى الأمن، والحاجة إلى الحب والمحبة، والحاجة إلى احترام الذات، والحاجة إلى تقدير الذات، وأحياناً يكون إشباع الحاجات بدون مجهود). (وأحياناً يحتاج إلى السعي وبذل الجهد لتحقيقه" (زهران، ٢٩٧، ص١٩٨٤)

٢-عوذه (٢٠٠٢)

شعور داخلي للفرد براحة البال والتمسك بأساسيات الإيمان، والسلامة والسعادة والقناعة والرضا وتوقع الخير والأفضل، بهدوء وارتياح ومرونة واستقرار انفعالي، بعيداً عن الخطر والقلق والتهديد، مع الكفاية في حل المشكلات بثقة عالية بالنفس بعيداً عن الاضطرابات النفسية، فضلاً عن تقبل الذات وتقديرها والتسامح معها، متخذاً بذلك أسلوباً خاصاً به في عيش الحياة يضمن له التوافق وتحقيق الأهداف (عوذه، ٢٠٠٢، ص٢٣)

٣ - الأحمـد (٢٠٠٤)

هي حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر، وهو محرك للفرد لتحقيق أمنه ودرء الخطر الذي يهدده، انه أمن كل فرد على حدة، إنها حاجة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بفرصة المحافظة على البقاء (الأحمـد، ٢٠٠٤، ص١٦٣).

٤- "داير" (٢٠٠٨)

تعبيرات متنوعة تعبر عن تناغم مع النفس ومع الآخر، ومع الأهداف التي نسعى لتحقيقها انطلاقاً من الوعي العميق بأنفسنا كوننا كائنات لها إمكانات رائعة، لكننا نهدرها إذا لم نعرف قيمتها، أو نستنزفها في صراعات لاجدوى منها (داير، ٢٠٠٨، ص ١-٢) .

اما التعريف النظري للطمأنينة الانفعالية فقد عرفها الباحثان: هي تلك الحالة التي نشعر بها بالاطمئنان الانفعالي في مشاعرنا سواء تجاهنا أو تجاه الآخرين، وهي ترجمة للرضا عن النفس أو الرضا عن أدائها بعيداً عن الخطر والتهديد الخارجي.

التعريف الاجرائي: الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الطمأنينة الانفعالية الذي اعده الباحثان

ثانياً-الصبر عرفه كل من :

١- الشرقاوي (١٩٧٩)

هو عنوان المؤمن الذي يواجه به الحياة في ثقة وطمأنينة وتقوى الله (الشرقاوي، ١٩٧٩، ص ١٣٧)

٢-المط ١٩٨٧

هو حالة نفسية تجذب الصابر فيها ساكناً، هادئاً، حامداً شاكراً ، دائباً على العمل وكأنه في حالة عادية لا يضجر ولا يشكو ولا يغيب ولا يتذمر ولا يعبس (المط، ١٩٨٧، ص ١١٧)

٣-رجب ١٩٩٧

هو التجلد واحتمال الشدائد والهدوء والطمأنينة في مواجهة المصائب (رجب، ١٩٩٧، ص ١٠)

اما التعريف النظري للصبر فقد عرفه الباحثان: انه قدرة الفرد على التعامل مع الشدائد والصعوبات بروية دون ضجر او ملل او يأس .

التعريف الاجرائي:

الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الصبر الذي اعده الباحثان.

الفصل الثاني:

يتضمن هذا الفصل اطار نظري و دراسات سابقة:

اطار نظري:

اولا- الطمأنينة الانفعالية :

أ- هناك بعض النظريات التي فسرت الطمأنينة الانفعالية على اساس الحاجات والدوافع ومنها.

١- النظرية الدافعية لماسلو: حاول ابراهام ماسلو دراسة العوامل المؤثرة في صحة الإنسان وخرج بنظرية الحاجات (أو نظرية الدافعية) ويرى فيها أن الفرد الإنساني يولد ولديه مستويات من الدوافع أو الحاجات الفسيولوجية والنفسية تنتظم في شكل هرمي (القريطي، ١٩٩٨، ص ٨٣)

وقد صنفها إلى خمس فئات أو مستويات تقع فيها حاجات الإنسان الأساسية وهي حسب الترتيب الهرمي:

- الحاجات الفسيولوجية (وتقع على قاعدة الهرم) وهي الأكثر أساسية وتتمثل في السعي إلى الطعام والماء والهواء والدفع والإشباع الجنسي.

- الحاجة إلى الأمن وتتمثل في الحاجة إلى الحماية والوقاية من الأخطار الخارجية والتخلص من الألم وعدم الراحة والتهديد.

- الحاجة إلى الانتماء والحب وتتمثل في الحاجة إلى الحب والعطف والصدقة والرغبة في الإنجاب والتقبل في الجماعة.

- الحاجة إلى التقدير والاحترام وتتمثل في أن يكون الفرد في حاجة إلى تقدير نفسه وتقدير الآخرين والسعي إلى المكانة والاحترام.

- الحاجة إلى تحقيق الذات (وتقع على قمة الهرم) وتتمثل في التحصيل والإنجاز والتعبير عن الذات كأن يكون مبدعاً أو منتجاً وأن يقوم بأفعال ذات قيمة للآخرين (أحمد،

١٩٩٩، ص ٢٧)

وتفترض النظرية أن:

- الحاجات الفسيولوجية تشكل الأساس لجميع الحاجات الأخرى وهي الدافع الرئيس والمحرك للسلوك .

- الإنسان يشبع حاجاته بصفة نظامية ابتداء من حاجات المستوى الأدنى ثم ينتقل بالتدريج إلى إشباع الحاجات التي تعلوها في الأهمية .

(الكتاني، ١٩٨٨، ص١٨٧)

"ويرى ماسلو أن الإطمئنان النفسي والالتواء والحب عوامل أساسية تقابلها حاجات أساسية عند الفرد ولهذا فإن إشباع هذه الحاجات في السنوات المبكرة من حياة الفرد يؤدي إلى مشاعر الأمن في أية مرحلة عمرية تالية أما عدم الإشباع لهذه الحاجات أو إحباطها يؤدي إلى أعراض مرضية" (شقيز، ١٩٩٦، ص٤٣) ومن ثم تمثل الحاجة إلى الأمن والطمأنينة عند ماسلو الحاجة الأساسية التي يلزم إشباعها حتى يستطيع الفرد أن ينمو نموا نفسياً سليماً، حيث أن توافق الفرد في مراحل نموه المختلفة يتوقف على مدى شعور الفرد بالطمأنينة في طفولته (حسين، ١٩٨٧، ص١٠٦)

ويرى ماسلو ان الشعور بالطمأنينة الانفعالية Emotional Security والسلامة Seftey مظهراً أساسياً من مظاهر الطمأنينة من حيث التحرر النسبي من الخوف والقلق والتوتر، ويبدأ شعور الفرد بالطمأنينة والسلام من الأيام الأولى في حياته (مختار، ١٩٩٥، ص٤١)، والذي يهدد شعور الفرد بالطمأنينة والسلام هو عجز الوالدين عن تأدية دورهما الأساس في اشباع الحاجات بيولوجياً وسيكولوجياً بصورة صحيحة، ولاسيما اذا لم تتصف علاقة الفرد بوالديه بالثقة والتسامح والاستقرار والدفع، الذي يكون بمثابة الأساس المتين الذي يضفي على حياته نوعاً من الراحة النفسية مما يعطيه القدرة على تقبل الاحباطات ومواجهة الضغوط النفسية التي قد يتعرض لها أحياناً (دملج، ١٩٩٣، ص٣٦) . والارتباط عالٍ وإيجابي بين الشعور بالطمأنينة الانفعالية وعدم الشعور بالخوف والقلق والذنب والاستياء، والفرد المطمئن هو الذي يمتلك مستويات عالية من تقدير الذات واحترامها ومستويات منخفضة من القلق والخوف والتوتر والضغط النفسي، فالفرد إذا يستمد شعوره بالطمأنينة والسلامة النفسية من خلال وجوده في بيئة آمنة تمده بالحب والدفع والحنان وتشعره

بوجود الحماية والاستقرار والهدوء النفسي، ويصبح مستعداً لمواجهة الضغوط والاحباطات (الشؤون، ٢٠٠٦، ص ٥٦-٥٧).

٢- نظرية الغرائز لمكدوجل:

يفترض مكدوجل أنه يمكن تفسير السلوك بناء على مفهوم الغريزة حيث عرف الغريزة بأنها استعداد فطري نفسي جسمي يولد به الكائن الحي ويهيئه لأن يسلك سلوكاً خاصاً في المواقف المختلفة وذلك بأن يدرك المثير لهذا الموقف ثم يشعر بانفعال خاص بهذا المثير ثم ينزع إلى القيام بتصرف ملائم إزاء هذا الموقف.

يتضح من أن مسلمات نظرية مكدوجل تتمثل في:

- كل سلوك له هدف يسعى الفرد لتحقيقه.
- إن لكل غريزة انفعال خاص يميزها.
- إن الغريزة تتضمن عناصر الشعور الثلاثة الإدراك والوجدان والنزوع بمعنى (إدراك يشير، ونشاط انفعالي يصاحبها، وسلوك تعبر به عن نفسها).
- إن التصرف الغريزي يتم بصورة متشابهة عند أفراد الجنس الواحد. وافترض مكدوجل وجود عدد من الدوافع الأولية يشتق منها عدد آخر من الدوافع وأورد ذلك في ١٧ غريزة تعتبر المنابع الأصلية لجميع أفعال الإنسان ونشاطه (القريطي، ١٩٩٨، ص ٨٢)

٣- نظرية فرويد في التحليل النفسي:

- تقوم نظرية فرويد في التحليل النفسي على عدة أسس منها:
- وجود مجموعتان متعارضتان من الغرائز لكل منهما مصدر يمدّها بالطاقة وموضوع تتجه إليه بغرض الإشباع وهدف تبتغيه وهما غرائز الحياة وغرائز الموت.
 - من المبادئ التي تحكم الحياة النفسية للفرد مبدأ الثبات والاتزان وينص على ميل الفرد إلى خفض توتراته إلى أدنى مستوى ممكن بلوغاً لحالة الاتزان أو الثبات.
 - مبدأ اللذة : وينص على وجود نزعة فطرية داخل الفرد لالتماس اللذة والسرور وتجنب الألم.

- ميز فرويد بين ثلاثة أجهزة رئيسية للشخصية لكل منها مكوناته وخصائصه ووظائفه والمبدأ الذي يعمل وفقاً له ويعتبر سلوك الفرد محصلة للتفاعل والصراع فيما بينها وهذه النظم هي الهو والأنا والأنا الأعلى (القريطي، ١٩٩٨، ص ٢٥٨-٢٦٠)

الهو: تشمل كل مكونات النفس التي نولد مزودين بها بما في ذلك الغرائز والإمدادات الكلية للطاقة النفسية وهي لا شعورية تمثل الجانب الفوضوي وهدفها الحصول على اللذة.

الأنا: وهي الجزء المنظم من الهي وظيفتها الدفاع عن الشخصية والعمل على توافقتها مع البيئة وحل الصراع بين الكائن الحي والواقع أو بين الحاجات المتعارضة للكائن الحي .

الأنا الأعلى: ويقوم بدور الضمير أو الرقيب (عبد الرحمن، ١٩٩٨، ص ٤٧-٥٠)

- تعد ميكانيزمات الدفاع في نظرية التحليل النفسي مبادئ لتفسير السلوك وفهم دينامياته ووظيفتها حماية الأنا من التهديد والقلق. ويتم استخدامها من جميع الأفراد بدرجات متفاوتة فالأفراد العاديون يستخدمونها بدرجة معقولة لتعنيهم على التخفيف من وطأة الضغوط والإحباطات والصراعات ومشاعر الذنب وعلى التنفيس عن مشاعرهم وانفعالاتهم والحفاظ على صورة الذات وتزيد من رضاهم عن أنفسهم ومن ثم تكون مفيدة في تحقيق توافقتهم الشخصي والاجتماعي. أما الإغراق في استخدامها فيؤدي إلى سوء التوافق لأنها تحول بين الفرد والمواجهة الواقعية لمشكلاته (القريطي، ١٩٩٨، ص ١٤٢-١٤٥)

٤- نظرية "جون بولبي" (١٩٥٩)

تركز نظريته في الطمانينة الانفعالية على أهمية العلاقة بين الطفل والديه ولاسيما أمه منذ الشهور الأولى لحياته، وهي علاقة ورابطة وجدانية تؤدي دوراً كبيراً في شعور الفرد بالأمن النفسي وتعد الأم مصدر أمنه وطمأنينته، وإشعاره بالأمن والطمأنينة وتخفيف حدة قلقه في مواقف الألم أو التوتر، فيشعر بالاطمئنان ويصبح أكثر شعوراً بالثقة والقيمة والاستقلالية ويبدأ بالانطلاق منها في استكشاف البيئة من حوله ويعود إليها عند ادراك أول بادرة خطر (نخيمر، ٢٠٠٣، ص ٣)، ويذكر "بولبي" أن الصحة النفسية الإيجابية هي الأساس

في بناء الطمأنينة الانفعالية التي هي منطلق الانفتاح على الدنيا والناس والثقة بالذات بعيداً عن الانعزالية والوحدة (الدليم، ٢٠٠٤، ص ٢)
ب- هناك بعض النظريات فسرت الطمأنينة الانفعالية على اساس انها سمة من سمات الشخصية.

تناول فرويد وماسلو ومكدوجل وغيرهم بالدراسة مصطلح الطمأنينة الانفعالية على اساس الحاجات والدوافع وقد توصل آخرون أمثال كاتل وجيلفورد إلى أن الطمأنينة سمة من سمات الشخصية الأولية وسيشير الباحث إلى نظريتي كاتل وجيلفورد بإيجاز.

١- نظرية كاتل:

ينظر كاتل إلى الدوافع على أنها ضرورية لدراسة الشخصية واعتبر أن السمات الفطرية وتلك المكتسبة نتيجة التفاعل مع البيئة هي محددات للسلوك. فالسلوك الإنساني ينشط ويوجه نحو أهداف معينة بواسطة السمات الدينامية لعزل السمات الأولية P.F. وتوصل من خلال أبحاثه التي استخدم فيها اختبار (p.f) ١٦ للشخصية إلى عزل بعد عدم الأمان / الاطمئنان أو تحت مسمى آخر هو الاستهداف للذنب مقابل الثقة بالنفس. ووجد أن مرتفعي الدرجة لديهم ميل دائم لتقريع الذات والترقب والقلق والشعور بالذنب متقلبي المزاج وأحياناً مكتئين تماماً ويصفون أنفسهم بأنهم يصيبهم الغم والاكتئاب عندما يتتقدون أمام الآخرين ويشعرون بأن الأصدقاء لا يحتاجون لهم بالقدر الذي يحتاجون فيه هم للأصدقاء وأن الانتقادات تشعرهم بالعجز أكثر مما تساعدهم والدرجة المرتفعة تعني القلق والنزعة للتأمل والبكاء بسهولة و الاكتئاب والحزن والخوف والشعور بالوحدة وانتقاص قيمة الذات والانهازامية والانزعاج بينما يتصف ذوى الدرجة المنخفضة بالثقة بالنفس وبأنهم لا يحبون الارتباط في معاهدات أو اتفاقات أو الارتباط بمعايير الآخرين (عبد الرحمن، ١٩٩٨، ص ٤٩٢-٥٠٣)

٢- نظرية جيلفورد:

اتفق جيلفورد مع كاتل في اعتماده على التحليل العاملي لاستخراج بعد الطمأنينة (راحة البال) مقابل العصبية. وتوصل إلى أن الشخص الذي يحصل على درجة مرتفعة

على بعد الطمأنينة يتميز بأنه هادئ ومسترخ أكثر منه عصبي سريع التهيج، مستقر لا يتعب بسهولة، قادر على تركيز انتباهه فيما أمامه
(عبد الخالق، ١٩٨٧، ص ١٦٣)

تعليق على النظريات:

يرى الباحثان انه لم تكن الحاجة إلى الأمن أو الطمأنينة الانفعالية مجالاً للتنظير في حد ذاته سواء في مفهومها أو مكوناتها أو ما يؤثر فيها ذلك أن الحاجة للأمن واحدة من مجموعة حاجات مترابطة ومتداخلة، حيث نظر العلماء والباحثون للحاجات الإنسانية أو الدوافع أو الغرائز بصفة شمولية أيأ كانت المسميات المطلقة عليها فالاختلاف في اللفظ إنما الجوهر واحد، ومن جانب آخر نظروا لها كسمة من سمات الشخصية. وقد اختلف كل من فرويد ومكدوجل وماسلو في نظرتهم إلى الحاجة للأمن فهي في هرم ماسلو في المستوى الثاني وتأتي بعد الحاجات الفسيولوجية في الأهمية وتشمل التحرر من القلق والبحث عن بيئة ثابتة. بينما لم يتطرق إليها مكدوجل صراحةً ولكن الدارس للغرائز السبعة عشر في قائمة مكدوجل يلاحظ أن الشعور بالطمأنينة الانفعالية هو محصلة الانفعالات المقابلة لمجموعة من الغرائز المتداخلة فعلى سبيل المثال غريزة الراحة وانفعالها البعد عما يسبب الإزعاج ، غريزة الضحك وانفعالها الظهور بالمرح والتسلية غريزة الحل والتركيب وانفعالها حب العمل واللذة الابتكار. ومن وجهة نظر فرويد أن مقومات الطمأنينة الانفعالية هدف يسعى الفرد لتحقيقه من خلال مبدأ اللذة حيث يعمل الفرد من خلاله على خفض التوتر واستعادة تكامله وهدوءه عندما تثار الحفزات ومصدرها الغرائز في رأي التحليل النفسي. كما يفسر مبدأ الثبات والاتزان هذا السعي، أو يمكن تفسيره بمحاولة فهم آليات الدفاع المستخدمة إذ تمثل مبادئ لتفسير السلوك من وجهة نظر التحليل النفسي . وقد اتفق الجميع على أن إشباع الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمن ضرورية لشعور الفرد بالأمن والإطمئنان. وأياً كانت نقطة الانطلاق في دراسة الطمأنينة من كونها حاجة أو سمة فلا وجود للاختلاف أو التناقض بين آراء العلماء فالسمات تؤكد الدوافع، وهذا ما ينسجم مع رأي كاتل بأن السمة مجموعة ردود أفعال أو استجابات،

لذلك يرى الباحث أن مجموعة ردود الأفعال هي نتائج مترتبة على الحاجات والدوافع وعليه فإن السمات هي نتيجة للدوافع فمثلاً عندما تتولد لدى الفرد الحاجة للأمن فإن عليه أن يسلك سلوكاً أو يفعل فعلاً لاشباع حاجته فالدافع هنا صفة للفعل ولكل فعل رد فعل فإذا أشبع الفرد حاجته للأمن فإن رد الفعل هو الشعور بالطمأنينة والاتصاف بالهدوء ورد الفعل هنا سمة تصف الشخص.

لذا تبني الباحثان نظرية ماسلو في الدافعية واتخذ منها إطاراً لبناء مقياس للطمأنينة الانفعالية.

ثانياً- الصبر

جوانب نظرية:

مفهوم الصبر:

المعنى اللغوي للصبر :

صبر - صبراً تجلد ولم يجرع

وصبر: انتظر في هدوء واطمئنان

ويقال: صبر على الأمر: احتمله ولم يجرع، وصبر عنه حبس نفسه عنه. وصبر نفسه

حبسها وضبطها (أنيس وآخرون، ١٩٦٠، ص ٥٥٥)

وقيل أصل الكلمة من الشدة والقوة، ومن الصبر للدواء المعروف بشدة مرارته وكرهاته وبهذا فإن في الصبر معاني الشدة والتحمل والضبط والقوة، (ابن قيم الجوزية، ١٩٩٠، ص ٢٨٩)

ويقول الغزالي في بيان أسماء الصبر " إن كان الصبر صبراً عن شهوة البطن والفرج سمي عفة، وإن كان على احتمال مكروه اختلفت أساميها عند الناس باختلاف المكروه الذي غلب عليه الصبر، فإن كان في مصيبة اقتصر على إسم الصبر، وتضاده حالة تسمى الجزع والهلع وهو إطلاق داعي الهوى ليسترسل في رفع الصوت، وضرب الحدود وشق الجيوب وغيرها. وإن كان في احتمال الغنى سمي ضبط النفس وتضاده البطر. وإن كان في نائبة من نوائب الزمان مضجرة سمي سعة صدر، ويضاده الفجر والتبرم وضيق الصدر.

وإن كان في إخفاء كلام سمي كتمان السر وسمي صاحبه كتماً وإن كان في فضول العيش سمي قناعة ويضاده الشره (الغزالي، ١٩٩٢، ص ٩٨)

ويضيف ابن قيم الجوزية قائلاً " وإن كان الصبر عن إجابة داعي الغضب سمي حلماً وضده تسرعاً . وإن كان عن إجابة داعي العجلة سمي وقاراً وثباتاً وضده طيشاً وخفة . وإن كان عن إجابة داعي الفرار والهرب سمي شجاعة وضده جبناً وخوراً . وإن كان عن إجابة داعي الانتقام سمي عفواً وصفحاً وضده انتقاماً وعقوبة . وإن كان عن إجابة داعي الطعام والشراب في وقت مخصوص سمي صوماً . وإن كان عن إجابة داعي العجز والكسل سمي مروءة (ابن قيم الجوزية ، ١٩٩٠ ، ص ٣٥-٣٤)

وخلاصة القول أن الصبر يحمل معاني التحمل والشدة والقوة والحبس والضبط . وجاءت أسماء الصبر (العفة ، ضبط النفس ، سعة الصدر ، كتمان السر ، الحلم والثبات والشجاعة ، العفو والصفح والكيس والمروءة وقوة الإرادة والانتظار) والصبر بهذه المعاني هو مفهوم إسلامي لا يعرفه علم النفس الغربي الذي لم يعرف غير الكبت . فالكبت هو عملية لا شعورية تدفع بالذكريات المؤلمة والرغبات الغريزية المرفوضة إلى غياهب اللا شعور محملة بطاقة تخلق للإنسان في محاولتها للخروج إلى مستوى الشعور ومحاوله الجهاز النفسي كتمانها بينما موقف الصبر موقف واع ... وهو طريق مجاهدة وضبط النفس وتقوية الإرادة وهو موقف ، صحي لا ينجم عنه ما ينجم عن الكبت من مشكلات " (الشرقاوي، ١٩٧٩، ص ٣٠٦-٣٠٧)

وبهذا المعنى يكون الصبر بما يأمر به العقل وما تهدف إليه الحكمة . وهذه نظرة عميقة لمفهوم الصبر غير النظرة الساذجة التي يراها أصحاب التحليل النفسي الحديث من أن الصبر نوع من الكبت وأن جوهر الكبت يكمن في تجنب ما هو مؤلم وأن مصيره صراع بين رغبات وأهواء متضاربة يؤدي إلى الكبت كما أن الكابت لا يتحمل شيئاً لأنه كالوتر المشدود مرتاباً قلقاً خائفاً يحى في الهم والغم متشائماً يرى الحياة بمنظار شديد السواد أما الصابر فهو قوي بالله ومن الله وفي الله والصبر تحمل ومكابدة ومعاناة لشتى أنواع الإبتلاءات وهي اختبارات تحتاج من المرء إلى الكظم والتوكل والرضى في جميع لأحوال (الشرقاوي، ١٩٧٩، ص ٣٠٨-٣١٠)

ويمكن أن نوجز الفرق بين الصبر والكبت في الجدول الآتي:

ت	الصبر	الكبت
١	فعل ارادي على مستوى الوعي	فعل لا ارادي على مستوى اللا شعوري
٢	فعل ايجابي اختياري	فعل سلبي قهري
٣	دافعه الخشية من الله وابتغاء رضاه والتسليم بقضائه وقدره	دافعه الخوف من المجتمع
٤	نتيجة الاحتساب والرضى	نتيجة وجود شحنة مصاحبه للمادة المكبوتة تثيرها قلقا في محاولتها الملحة للخروج الى مستوى الشعور
٥	يقوي الارادة ويعطي الاحساس بالقدرة على ضبط النفس وقيادتها	يضعف النفس بما يشكله من ضغط داخلي هائل يهدد بالانفجار في اي لحظة
٦	يرتبط بتصور اسلامي صحيح عن الحياة والانسان والمجتمع والالوهية	يرتبط بالتصور المادي للحياة على انها صراع بين نزعات الفرد ورغباته وبين قيود المجتمع الثقيلة
٧	يصاحبه ويخلفه شعور بالراحة والامل في ثواب الله وعطائه بعد المشقة والابتلاء	يصاحبه ويخلفه شعور بالعدوانية نحو المجتمع الذي يحرمه من تحقيق نزواته ويضطره لكبتها
٨	الصبر يكون على الاشياء التالية: صبر على المعصية، صبر على الطاعة، صبر على البلاء	الكبت يكون للاشياء التالية: الذكريات، المواقف المؤلمة، الرغبات الغريزية

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٦٣)

والصبر تحمل لشتى أنواع الإبتلاءات والضغوط من أجل غاية نبيلة وهذا الصبر يحتاج من المرء إلى الفهم الصحيح والإدراك الجيد للأمور ، بالإضافة إلى الكظم والتوكل وقوة الإرادة والرضا في جميع الأحوال . والإنسان الصبور من الناحية النفسية هو الذي يتسم بالجلد والروية والاتزان الانفعالي وعدم التسرع أو الثورة أو التهيج ، أو شدة الغضب ، وهو القادر على الانتظار أو على الاستقامة والاستمرار فيها وهو الذي يتوكل على الله . (الشرقاوي ، ١٩٧٩، ص٢٢٠)

دراسات سابقة:

أولاً- الدراسات التي تناولت الطمأنينة الانفعالية:

١- دراسة الحلفاوي (١٩٩٣)

الدراسة بعنوان: "الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب وطالبات الجامعات"

هدفت الدراسة إلى المقارنة بين عينات من طلاب وطالبات الجامعات المصرية المختلفة من حيث نوع التعليم (أزهري غير أزهري) والجنس والاختلاط (تعليم مختلط وتعليم غير مختلط) والتخصص الأكاديمي (علمي أدبي) في درجة الطمأنينة الانفعالية، وأجريت الدراسة على عينة قوامها ٦٣٠ طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الجامعية، واستخدمت الباحثة استمارة جمع البيانات الأولية عن الطلبة من إعداد الباحثة، واستفتاء ماسلو للطمأنينة، واختبار تفهم الموضوع من إعداد مورجان وموراوي. وعولجت البيانات إحصائياً باستخدام المتوسطات الحسائية واختبار "ت" وتحليل التباين، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية لصالح الذكور في العينة الكلية. توجد فروق دالة بين الأزهرين وغير الأزهرين في الطمأنينة الانفعالية لصالح الأزهرين. لا توجد فروق دالة بين طلبة وطالبات التخصص الأدبي والعلمي في الطمأنينة الانفعالية.

توجد فروق دالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الطمأنينة الانفعالية في استجاباتهم على اختبار تفهم الموضوع. (الحلفاوي، ١٩٩٣، ص٩٢-١٠٢)

٢-دراسة عوده (٢٠٠٢)

عنوان الدراسة : المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة .
هدفت الدراسة الى :

- أ- التعرف على مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة .
- ب- التعرف على العلاقة بين المناخ النفسي الاجتماعي وبين الطمأنينة الانفعالية وبين قوة الأنا لدى طلبة الجامعة بلغت العينة (٣٧٦) طالبة . قامت الباحثة باعداد مقياس المناخ النفسي والاجتماعي تألف من مجالات تضم الظروف النفسية والاجتماعية للمجتمع الفلسطيني . واعداد مقياس الطمأنينة الانفعالية معتمدة على مقياس الدليم وآخرون (١٩٩٣) للطمأنينة النفسية . وتبني مقياس تقدير الذات لتعرف مستوى قوة الذات (الأنا العليا) ، لليتبرج (Leitenberg, 1989) . وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الطمأنينة الانفعالية بين الطالبات باختلاف تخصصاتهن . وإلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائية بين المناخ النفسي الاجتماعي وبين الطمأنينة الانفعالية . (عوده، ٢٠٠٢، ص د)

٣- دراسة الدليم (٢٠٠٤)

عنوان الدراسة : الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة .
أهداف الدراسة : تعرف العلاقة بين الإحساس بالطمأنينة النفسية وبين الشعور بالوحدة النفسية بين أوساط الطلبة بحسب التخصص والجنس . مجتمع الدراسة من طلبة الكليات العلمية والنظرية في جامعة الملك سعود بالرياض في السعودية . بلغت عينة الدراسة من (٣٨٨) طالباً وطالبة في السنة الجامعية الأولى من ست كليات بالجامعة . تبني الباحث كل من مقياس الطمأنينة النفسية للدليم وآخرون (١٩٩٣) ، وهو مقياس الأمن النفسي لماسلو ذاته ، لقياس الطمأنينة النفسية . ومقياس الوحدة النفسية لرسل (Rusel, 1982) من جامعة كاليفورنيا . وكانت نتائج الدراسة وجود علاقة ايجابية دالة إحصائية بين الإحساس بالطمأنينة وبين الشعور بالوحدة النفسية . ووجود فروق دالة إحصائية بين طلبة التخصصات العلمية والأدبية في الإحساس بالطمأنينة لصالح العلمية . ووجود فروق دالة إحصائية بين

الطلبة والطالبات في درجة الشعور بالوحدة النفسية حيث أظهر الذكور شعوراً بالوحدة النفسية أكثر من الإناث. ولا توجد فروق دالة إحصائية في مستويات التفاعل بين الجنس والتخصص على الشعور بالطمأنينة النفسية أو الوحدة النفسية (الدليم، ٢٠٠٤، ص ج)

التعليق على الدراسات السابقة:

١. اتفقت جميع الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية على هدف واحد هو دراسة الطمأنينة الانفعالية لدى أفراد عينات الدراسة.
٢. كانت الأداة في معظم الدراسات السابقة هي مقياس ماسلو اما الدراسة الحالية تم بناء اداة خاصة بها بالاعتماد على النظرية الدافعية لماسلو.
٣. اتفقت معظم الدراسات السابقة في أن عينات الدراسة كانت من طلبة الجامعة وبأعداد ما بين (٣٧٦-٦٣٠)، اما عينة الدراسة الحالية (٢٠٠) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة.

ثانيا- الصبر:

لم يجد الباحثان دراسات تناولت موضوع سمة الصبر على حد علم الباحث لذا اكتفى بعرض الدراسات السابقة التي تناولت متغير الطمأنينة الانفعالية .

الفصل الثالث:

إجراءات البحث :

يتضمن هذا الفصل إجراءات البحث الحالي من حيث تحديد مجتمعه وإجراءات بناء مقياسي الطمأنينة الانفعالية والصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية ، وإعداد فقرات المقياسين ، وتحليلهما منطقياً وإحصائياً ومن ثم التحقق من ثبات المقياسين وصدقهما ، فضلاً عن ذكر الوسائل المستخدمة في هذا البحث.

أولاً. مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث الحالي طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠١٣/٢٠١٢) باستثناء طلبة الدراسات العليا ، وطلبة الدراسة المسائية. وبذلك يتكون المجتمع من (٤٠٥٠) طالباً وطالبة، موزعين بحسب الجنس بواقع (١٨٠٨) طالباً و (٢٢٤٢) طالبة ، بواقع (١٥٩٧) طالباً وطالبة في التخصص العلمي و (٢٤٥٣) طالباً وطالبة في

الطمانينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٦٦)

التخصص الانساني و (٥٧٨) طالبا في التخصص العلمي ، و (١٢٣٠) طالبا في التخصص الإنساني و (١٠١٩) طالبة في التخصص العلمي و (١٤٢٣) طالبة في التخصص الإنساني ، والجدول (١) يوضح توزيع حجم مجتمع البحث بحسب متغيري الجنس والتخصص.

جدول (١)
مجتمع البحث

القسم	الذكور	الاناث	المجموع
الفيزياء	١٢٢	٢٤٤	٣٦٦
الرياضيات	٢٦٥	٣٨٦	٦٥١
الحاسبات	١٩١	٣٨٩	٥٨٠
اللغة العربية	٢١٦	٣١٠	٥٢٦
العلوم التربوية والنفسية	١٢٤	٩٤	٢١٨
الارشاد النفسي	١٧٠	١٤١	٣١١
التاريخ	٢٦٢	٣٢٣	٥٨٥
الجغرافية	٢٢٣	١٧٩	٤٠٢
علوم القرآن	٢٣٥	١٧٦	٤١١
المجموع	١٨٠٨	٢٢٠٤٢	٤٠٥٠

ثانيا- عينة البحث:

اتبع الباحثان اسلوب الطريقة العشوائية البسيطة في اختيار عينة البحث من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية اذ بلغ عددها (٢٠٠) طالبا وطالبة من قسمين علميين وقسمين انسانيين والجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

عينة البحث

المجموع	الاناث	الذكور	القسم
٥٠	٢٥	٢٥	الحاسبات
٥٠	٢٥	٢٥	الرياضيات
٥٠	٢٥	٢٥	الجغرافية
٥٠	٢٥	٢٥	العلوم التربوية والنفسية
٢٠٠	١٠٠	١٠٠	المجموع

ثالثاً: اداتا البحث:

لغرض تحقيق اهداف البحث كان لابد من بناء اداتين لقياس الطمانينة الانفعالية والصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية لذا تم الرجوع الى الادبيات والدراسات السابقة وبعض المقاييس التي لها علاقة بالمتغيرين بالإضافة إلى الدراسات والرسائل العلمية التي استطاع الباحثان ان يحصلوا عليها .

رابعاً: اجراءات بناء المقياس :

١- الطمانينة الانفعالية:

أ- اعداد فقرات المقياس بصيغتها الاولى:

اعد الباحثان عدد من الفقرات بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات ذات العلاقة بالبحث الحالي . لذا تم وضع (٥٣) فقرة وقد صيغت الفقرات على شكل عبارات تقريرية ، لكل عبارة خمسة بدائل للاجابة (تنطبق علي دائما ،تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي نادرا، لاتنطبق علي ابدا) وحددت درجات التصحيح (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي . للفقرات الايجابية و(٣،٢،١،٤،٥) للفقرات السلبية.

ب- اعداد تعليمات المقياس:

أعد الباحثان تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته ، وحث المجيب على الدقة في الإجابة ، وأخفى الهدف من المقياس كي لا يتأثر المجيب به عند الإجابة.

ج. التحليل المنطقي للفقرات:

لتحقيق هذا الغرض عرض الباحثان فقرات المقياس على عدد من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية (ملحق ١) وطلب منهم تحليل الفقرات منطقيا وتقدير مدى صلاحيتها وفي ضوء آرائهم ومقترحاتهم تم حذف (٣) فقرات فاصبح عدد الفقرات (٥٠) فقرة وهي التي ستحلل احصائيا لحساب بعض مؤشرات القياسية .

د. التجربة الاستطلاعية للمقياس:

ان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على وضوح تعليمات المقياس للطلبة وفهمهم لعباراته فضلا عن احتساب الوقت المستغرق للأجابة .وقد طبق المقياس على عينة مكونة من (٣٠) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية تم اختيارهم من قسم علمي وقسم انساني وكما في الجدول (٣) وقد تبين من هذه التجربة فهم المستجيبين لتعليمات المقياس ووضوح فقراته وقد استغرق وقت تطبيق المقياس ما بين (٣٠-٣٥) دقيقة.

جدول (٣) عينة وضوح التعليمات وفهم العبارات بحسب متغير التخصص والجنس

الاختصاص/الجنس	الذكور	الإناث	المجموع
العلمي	٧	٨	١٥
الانساني	٧	٨	١٥
المجموع	١٤	١٦	٣٠

التحليل الاحصائي للمقياس :

قام الباحثان بتحليل الفقرات التي أعدت لقياس الطمانينة الانفعالية والبالغ عددها (٥٠) فقرة احصائيا بهدف حساب قوتها التمييزية ومعاملات صدقها .

١- اختيار عينة التحليل الاحصائي:

تكونت عينة التحليل الاحصائي من (٤٠٠) طالبا وطالبة ويعد هذا الحجم مناسباً إذ تشير أدبيات القياس النفسي الى أن الحجم المناسب لعينة تحليل فقرات المقاييس النفسية يفضل أن لا يقل عن (٤٠٠) فردا يختارون بدقة من أفراد المجتمع الاحصائي .

الطمانيئة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٦٩)

أختيرت هذه العينة بأستخدام الأسلوب المرحلي العشوائي من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية، اختيرت عشوائيا بواقع ثلاثة اقسام علمية وثلاثة اقسام انسانية ، وبواقع (١٩٥) طالبا و(٢٠٥) طالبة والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

عينة التحليل الاحصائي

الاقسام	الذكور	الاناث	المجموع
الفيزياء	٣٣	٢٦	٥٩
الرياضيات	٣٣	٤٠	٧٣
الحاسبات	٣٤	٤٠	٧٤
التدريخ	٣٢	٣٢	٦٤
اللغة العربية	٢٨	٣٣	٦١
علوم نفسية وتربوية	٣٥	٣٤	٦٩
المجموع	١٩٥	٢٠٥	٤٠٠

٢- تمييز الفقرات (Items-Discrimination)

تحقق الباحثان من ذلك باسلوبين هما:

أ- اسلوب المجموعتين المتطرفتين : باتباع الخطوات الآتية:

١. ترتيب الاستمارات بحسب الدرجات الكلية التي حصل عليها المفحوصون بشكل تصاعدي.

اختيار أدنى (٢٧٪) من الاستمارات، وسميت بالمجموعة الدنيا، وأعلى (٢٧٪) منها وسميت بالمجموعة العليا. وقد اعتمد الباحثان على هذه النسبة لأنها توفر مجموعتين على أفضل ما يمكن من حجم وتمايز ، وبذلك يصبح عدد الاستمارات في كل مجموعة (١٠٨) استمارة.

٢. تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لإيجاد تمييز جميع فقرات مقياس الطمانيئة الانفعالية ، وتبين ان جميع فقرات المقياس مميزة، وكما مبين في الجدول (٥).

جدول (٥) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس (الطمانينة الانفعالية)

القيمة العددية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١	١.٩٦٣٤٣	٣.٢٢٨١	١.٣٤١١٧	٣.١٥٧٤	١
٢	١.٤٠٥١٦	٣.٦٤٧٨	١.٦٥٤٣	٤.٦٥٤٣	٢
٣	١.٥٥٥٧٩	٣.١٥١٥	١.٠٤٣٣	٤.٧٣٤٣	٣
٤	١.٦٥٩٠٦	٣.١٥٧٤	١.٧٥٣٣٣	٣.٣٣٤٤	٤
٥	١.١٨٦٧٥	٣.٢٦٤٣	١.٧٨٢٠٦	٤.٧٦٩٦	٥
٦	١.٤٧٦٥٣	٣.٤٧٧٩	١.٠٤٣٣٣	٣.١٥٠٤	٦
٧	١.٤٧٦٣٣	٣.١٣٥٦	١.٨٤٣٩٦	٣.٣٣٧٠	٧
٨	١.٧٦٧٩٦	٣.٣٧٣٣	١.٦٤٣٨٠	٤.١٦٥٨	٨
٩	١.٥٤٧٦٠	٣.٦٤٤٣	١.٥٤٤٣٠	٤.١٩٥٦	٩
١٠	١.٧٥٤٦٣	٣.٢٤٣٣	١.٣٤١٤٠	٣.٠٧٤٦	١٠
١١	١.٥٤٦٣٥	٣.٣٥٤٦	١.٨٤٣٣٧	٣.٤٣٧٦	١١
١٢	١.٦٥١٣٦	٣.٣٤٣٣	١.٧٥٤٦	٤.٦٥٣٨	١٢
١٣	١.٣٨٧٥٤	٣.٣٧٥٦	١.٤٤٣٤٧	٣.١٥٠٤	١٣
١٤	١.٣٥٦٣٧	٣.٤٤٣٠	١.٦٥٤٠٩	٣.٠١٨٥	١٤
١٥	١.٤٩٦٣٩	٣.٥٤٦٣	١.٧٥٣٣٣	٤.٢٣٣٧	١٥
١٦	١.٤٣٥٠٩	٣.٢٨٧٦	١.٤٣٨٥٣	٤.٢٥٦٥	١٦
١٧	١.٦٣٣٤٧	٣.٥٤٣١	١.٧٦٥٩٩	٣.٧٨٧٠	١٧
١٨	١.٣٤٣٩٨	٣.١٥٤٧	١.٣٦٠٧٧	٣.٠٧٣٧	١٨
١٩	١.٣٧٦٥٣	٣.٥٧٣٣	١.٤٤٣٠٤	٣.٣٧٣٣	١٩
٢٠	١.٠٠٥٦٦	٣.٣٤٦٣٦	١.٤٧٨٠٣	٤.٧٤٦٣	٢٠
٢١	٠.٤٣٣٩٨	٣.٣٤٦٣	١.٤٥٨٤٨	٤.٧٦٦٤	٢١
٢٢	٠.٤٥٣٠٧	٣.٣٣٣٣٧	٠.٤٥٣٣٣	٤.٥٨١٥	٢٢
٢٣	١.٦٣٣٣٨	٣.٤٣٤٣	١.٤٨٠٧٣	٤.٥٧٣٣	٢٣
٢٤	١.٠٩٤٣٤	٣.٦٤٦٥	٠.٤٥٣٩٣	٤.٤٤٠٧	٢٤
٢٥	٠.٩٨٧٣	٣.٤٤٣٦	١.٣٣٠٧٨	٣.٩٦٣٠	٢٥
٢٦	١.٣٤٦٥٦	٣.٣٣٣٦	١.٧٣٨٩٦	٤.٣٦٥٦	٢٦
٢٧	١.٦٥٣٣٦	٣.٧٥٦٣	١.٧٥٦٩٦	٤.٦٤٤٤	٢٧
٢٨	١.٦٧٦٣٣	٣.٤٥٣٣	١.٤٦٦٠٩	٤.٢٨٣٣	٢٨
٢٩	٠.٤٦٨٨٤	٤.٣٤٨١	١.٤٤٤٦٦	٤.٤٣٥٣	٢٩
٣٠	١.٦٣٣٤٠	٣.٥٤٣٦	٠.٧٤٥١٨	٤.٦٣٥٣	٣٠
٣١	١.٦٦٨٩٦	٣.٥٤٤٤	٠.٤٤٠٧٣	٤.٦٧٨١	٣١
٣٢	١.٥٦٦٣٦	٣.٦٣٣٦	١.٣٨٧٣٥	٤.٥٦٦٣	٣٢
٣٣	١.٥٦٦٣٦	٣.٣٣٣٤	٠.٩٤٣٨٧	٣.٦٧٩٦	٣٣
٣٤	٠.٩٦٧٣٣	٣.٧٦٣١	٠.٧٦٦٥٨	٣.٨٣٨٩	٣٤
٣٥	١.٣٤٥٠٧	٣.٣٧٦٦	١.٤٥٠٧٦	٣.٧٧٥٥	٣٥
٣٦	١.٥٤٦٣٥	٣.٤٣٣٣	٠.٩٦٣٣٣	٣.٦٥٩٣	٣٦
٣٧	٠.٩٦٤٣٣	٤.٩٨١٩	١.٠٤٠٨٣	٤.٣٤٨٩	٣٧
٣٨	٠.٨٣٣٦٣	٣.٥٤٣٦	١.٣٧٧٦٥	٤.٧٤٣٦	٣٨
٣٩	٠.٩٣٣٣٨	٣.٣٣٤٥٩	٠.٩٥٣٦٤	٤.٣٤٦٦	٣٩
٤٠	١.٦٣٣٤٠	٣.٦٥٣٠	١.٨٤٣٠٣	٣.٣٥٣٧	٤٠
٤١	١.٣٣٣٣٦	٣.٥٧٤٦	١.٩٣٣٠٧	٣.٥٧٩٦	٤١
٤٢	١.٠٦٦٣٣	٣.٦٥٣٣	٠.٩٤٦٦٥	٣.٦٥٦٣	٤٢
٤٣	٠.٩٦٥٨٤	٣.٨٦٣٣	٠.٩٦٥٤	٤.٣٨٦٥	٤٣
٤٤	٠.٩٣٣٤٤	٣.٦٤٣٣	١.٤٤٣١٩	٣.٨٣٣٣	٤٤
٤٥	٠.٩٣٣٦٣	٤.٦٤٤٣	١.٣٣٨٩٣	٤.٨٣٧٠	٤٥
٤٦	٠.٨٩٦٣٣	٣.٥٤٣٦	٠.٩٧٦٥٨	٣.٤٥٣٦	٤٦
٤٧	٠.٨٤٣٣٣	٣.٦٣٣٠	٠.٩٧٧٦٥	٣.٤٣٠٤	٤٧
٤٨	٠.٩٤٣٣٣	٣.٦٥٣٣	٠.٩٦٥٣٣	٣.٥٧٦٦	٤٨
٤٩	١.٥٤٤٦	٤.٧٦٣٦	١.٣٨٣٤	٣.٦٣٦٦	٤٩
٥٠	١.٣٥٤٦	٣.٧٦٥٦	١.٣٣٣٣	٤.٣٣٦٦	٥٠

ب- اسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية :

إعتمدت هذه الطريقة كون الدرجة الكلية تمثل محكا داخليا يمكن من خلالها استخراج معامل صدق الفقرة ، وذلك لعدم توافر محك خارجي ، حيث استخدم لذلك معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل استمارة. ولحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على كل فقرة من الفقرات ودرجاتهم الكلية على المقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون ل (٤٠٠) استمارة. أظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) كما موضح في الجدول (٦) وبذلك يصبح المقياس ذا صدق بنائي وفق هذا المؤشر

جدول (٦) قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياس الطمانيئة الانفعالية مع الدرجة الكلية

ت	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	ت	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
١	٠,٤٢٠	٢٦	٠,٥٤٦
٢	٠,٤١٣	٢٧	٠,٤٤٥
٣	٠,٥٢٠	٢٨	٠,٦٤٢
٤	٠,٥١٢	٢٩	٠,٤٥٨
٥	٠,٦٣٤	٣٠	٠,٦٣٥
٦	٠,٥٩٣	٣١	٠,٤٢٠
٧	٠,٣٩٧	٣٢	٠,٥٤٦
٨	٠,٥٣٧	٣٣	٠,٥٨٣
٩	٠,٦٣٨	٣٤	٠,٤٩٥
١٠	٠,٤٦٥	٣٥	٠,٣١٠
١١	٠,٥٢٤	٣٦	٠,٦٢٩
١٢	٠,٤٥٠	٣٧	٠,٥٤٦
١٣	٠,٤٥٧	٣٨	٠,٦٤٤
١٤	٠,٥٠٩	٣٩	٠,٥٧٤
١٥	٠,٤٩٦	٤٠	٠,٥٨٤
١٦	٠,٦٠٤	٤١	٠,٤٦٦
١٧	٠,٣٨٤	٤٢	٠,٣٤٩
١٨	٠,٥٣٩	٤٣	٠,٦٣٥
١٩	٠,٦٣٦	٤٤	٠,٥٥٢
٢٠	٠,٦٣٠	٤٥	٠,٦٢٢
٢١	٠,٣٥٩	٤٦	٠,٣٧٨
٢٢	٠,٤٦٣	٤٧	٠,٥٨٧
٢٣	٠,٣٧٥	٤٨	٠,٤٣١
٢٤	٠,٦٥٠	٤٩	٠,٥٦٩
٢٥	٠,٥٤٢	٥٠	٠,٦٢٣

الخصائص القياسية السايكومترية للمقياس:

تم التحقق من مؤشرات صدق المقياس الحالي بأسلوبين وعلى النحو الآتي:

١- الصدق

قام الباحثان باستخراج صدق المقياس باستخدام الطرائق الآتية:

أ. الصدق الظاهري: أفضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين، والأخذ بأرائهم حول مدى تمثيل فقرات المقياس للصفة المراد قياسها (عوده، ١٩٩٨، ص ٣٧٠). وفي البحث الحالي عرضت فقرات مقياس الطمانينة الانفعالية الذي أعده الباحثان على مجموعة من الخبراء في مجال التربية وعلم النفس .

ب. صدق البناء: يعد هذا الأسلوب من الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس ، إذ يهتم بمعرفة كون كل فقرة من فقرات المقياس تسير في الاتجاه الذي يسير فيه المقياس كله أم لا ، وهي تمتاز بكونها تقدم لنا مقياساً متجانساً. ولما كان المقياس مصمماً لقياس الطمانينة الانفعالية لذا توجب التحقق من اختيار فقرات هذا المتغير اسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية على المقياس، وتوفر هذه الطريقة معياراً محكياً يمكن الاعتماد عليه في إيجاد العلاقة بين درجات الأفراد لكل فقرة والدرجات الكلية على المقياس، ومعامل الارتباط هذا يشير إلى مستوى قياس الفقرة للمفهوم الذي تقيسه الدرجة الكلية وقد تحقق الباحثان من ذلك .

٢- الثبات : يتصف الاختبار بالثبات حينما يعطي النتائج نفسها تقريباً في كل مرة يطبق فيها على المجموعة إياها من الأفراد (أبو جادو ، ٢٠٠٠، ص٤٤) . وقد قام الباحثان بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما:

أ- طريقة إعادة الاختبار: تم حساب الثبات بهذه الطريقة بعد إعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها البالغ عددها (٣٠) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية، بعد (١٦) يوماً من التطبيق الأول. وبعد الانتهاء من التطبيق الأول والثاني وتحليل الإجابات وحساب الدرجات استعمل الباحثان معامل ارتباط بيرسون ، فكانت درجة ثبات المقياس (٠,٧٨) وهو مؤشر يدل على ثبات جيد للمقياس (٠).

الطمانينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٧٣)

ب. طريقة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي : لحساب الثبات بهذه الطريقة، سحبت (١٠٠) استمارة بصورة عشوائية من عينة تحليل الفقرات. وبعد تطبيق معادلة الفا كرونباخ (Alpha Cronback formula) للاتساق الداخلي. وقد بلغ ثبات المقياس (٠,٨٤) وقد عدت هذه القيمة مؤشرا جيدا على ثبات المقياس.

وصف المقياس بصيغته النهائية:

يتألف المقياس بصيغته النهائية من (٥٠) فقرة، وبذلك تتراوح أعلى درجة كلية للمقياس (٢٥٠) درجة وأدنى درجة للمقياس (٥٠) وبمتوسط فرضي مقداره (١٥٠) درجة (ملحق ٢)

ثانيا- مقياس الصبر:

أ- إعداد فقرات المقياس بصيغتها الأولية: أعدا الباحثان (٤٥) فقرة بصيغتها الأولية لمقياس سمة الصبر وقد وضعت بدائل اجابة مناسبة هي (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابدا)

ب- إعداد تعليمات المقياس:

أعد الباحثان تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته ، وحث المجيب على الدقة في الإجابة ، وأخفى الباحث الهدف من المقياس كي لا يتأثر المجيب به عند الإجابة.

ج- التحليل المنطقي للفقرات: عرض الباحثان الفقرات على (٨) خبراء من المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية (انظر الملحق ١) وطلب منهم تحليل الفقرات منطقياً وتقدير مدى صلاحيتها للمتغير الذي أعدت لقياسه ، وفي ضوء آرائهم ومقترحاتهم وملاحظاتهم تم حذف (٥) فقرات واصبح المقياس يتكون من (٤٠) فقرة (ملحق ٣)

هـ - وضوح التعليمات وفهم العبارات: طبق الباحثان المقياس على عينة مكونة من (٣٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية من الاختصاصين العلمي والانساني موزعين بالتساوي على الجنسين (ذكور ، إناث) ، وقد اختيرت هذه العينة عشوائيا لمعرفة وضوح التعليمات وفهم العبارات واحتساب الوقت المستغرق للإجابة . على المقياس ، اذ تتراوح بين (٢٠-٢١) دقيقة. و الجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) عينة وضوح التعليمات وفهم العبارات بحسب متغير التخصص والجنس

الاختصاص/الجنس	الذكور	الاناث	المجموع
العلمي	٧	٨	١٥
الانساني	٧	٨	١٥
المجموع	١٤	١٦	٣٠

التحليل الإحصائي للفقرات:

قام الباحثان بتحليل الفقرات التي أعدت لقياس الصبر والبالغ عددها (٤٠) فقرة إحصائياً بهدف حساب قوتها التمييزية ومعاملات صدقها .

١- اختيار عينة التحليل الإحصائي: تكونت عينة التحليل الإحصائي من (٤٠٠) طالبا وطالبة اختيروا باستخدام الأسلوب المرحلي العشوائي من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية، بواقع ثلاثة أقسام علمية وثلاثة أقسام انسانية، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) عينة التحليل الإحصائي

الاختصاص/الجنس	الذكور	الاناث	المجموع
العلمي/الفيزياء، الرياضيات، الحاسبات	٦٥	٧٥	١٤٠
الانساني/التاريخ، اللغة العربية، علوم القرآن	١١٥	١٤٥	٢٦٠
المجموع	١٨٠	٢٢٠	٤٠٠

٢- تحليل الفقرات لايجاد قوتها التمييزية : اتبع الباحثان اسلوب (المجموعتين المتطرفتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية)

أ- اسلوب المجموعتين المتطرفتين: لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الصبر رتب الدرجات ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة كلية إلى أقل درجة كلية لأفراد عينة تحليل الفقرات إحصائياً البالغ حجمها (٤٠٠) استمارة، ثم حددت المجموعتان المتطرفتان في الدرجة الكلية بنسبة (٢٧٪) في كل مجموعة، وقد بلغ عدد الأفراد في كل مجموعة من المجموعتين العليا والدنيا (١٠٨) طالبا وطالبة. ثم حسبت دلالة الفرق بين درجات كل فقرة بين المجموعتين المتطرفتين باستخدام الاختبار التائي (T-test) لعينين مستقلتين، فأتضح أن كل الفقرات مميزة عند مستوى (٠,٠٥) ، لأن قيمتها التائية المحسوبة اكبر من القيم التائية الجدولية، والجدول (٩) يوضح ذلك.

الجدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا ونتائج الاختبار التائي لحساب تمييز فقرات مقياس الصبر.

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المصوبة*
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١	٢.٥٤٦٣	١.٦٧٥٤	٢.٢٨١٥	١.٥٤١٦١	٩.٧٨٩
٢	٢.٢٧٦٤	١.٦٤٣٥	٢.٤٠٧٤	١.٤٣٢٤٧	٥.٨٩٧
٣	٢.٢٤٣١	١.٤٣٧٢	٢.٣٢٦٥	١.٧٠٤٤٣	٨.١٠٩
٤	٢.٥٤٧٨	١.٤٢٣٨	٢.٤٦٥٢	١.٥٤٥٣١	٨.٦٠٦
٥	٢.٤٥٦٣	١.٤٦٣٧	٢.٤٤٣٥	١.٥٤٩٧٤	٤.٢١٩
٦	٢.٦٥٤٣	١.٤٤٣٧	٢.٤٣٢١	١.٥٤٤٥٢	٤.٢٢٨
٧	٤.٢٤٦٣	١.٦٤٢٦	٢.٤٣٦٢	١.٣٢٨٦٧	٧.٤٧٢
٨	٢.٧٨٦٥	١.٤٣٥٨	٢.٤٣٢١	١.٦٥٠٤٩	٢.٢٤٦
٩	٢.١٧٥٩	١.٥٤٣٢	٢.٣٦٧١	١.٤٣٩١٧	٦.١٤١
١٠	٢.٧١٨٥	١.٤٣٦٥	٢.٣٤٧٦	١.٠٠٠٤٧	٢.٧٦٨
١١	٢.٥٤٦٧	١.٢٢٦٥	٢.٨٤٣٢	١.٧٥٢٤٨	٥.٥٦٤
١٢	٢.٥٢٢٦	١.٢٢٥٤	٢.٤٣٢٨	١.٦٧٢٢٢	٩.٦٤٣
١٣	٢.٣٤٢٦	١.٤٥٣٨	٢.٨٠٥٦	١.٦٦٥٩١	١١.٨٣٦
١٤	٢.١٤٢٥	١.٤٣٩٨	٢.٦٥٤٣	١.٣٥٤٤١	٦.٤٤٣
١٥	٢.٨٢٢٤	١.٤٣٨٧	٢.٨٠٥٦	١.٨٧٦٨٥	١١.٧٢٢
١٦	٢.٥٤٢٧	١.٤٣٦٢	٢.٦٥٤٣	١.٢٤٣٢٢	٤.٩٢٣
١٧	٢.٦٥٤٨	١.٥٤٨٧	٢.٣٢٦٤	١.٨٤٥٣٢	٢.٥٤٤
١٨	٢.١٨٧٦	١.٥٤٣٨	٢.٠٧٤٧	١.٨٤٢٩٠	٤.٨٢٠
١٩	٢.٣٤٥٢	١.٧٦٥٦	٢.٤٧٦٢	١.٥٦٥٣١	٢.٦٥٤
٢٠	٤.٥٦٤٨	١.٧٦٢١٤	٢.٣٤٤٨	١.٦٥٧٦٥	٤.٥٤٢
٢١	٢.١٦٥٤	١.٤٦٤١٢	١.٤٣٠٤	٠.٤٥٤٨١	٧.٧٦٥
٢٢	٢.٢٠٥٦	١.٧٦٢٦٧	٢.٥٤٢٢	١.٤٥٢٩٠	٢.٦٧٤
٢٣	٤.٥٧٤١	١.٦٥٧٥٢	١.٥٤٦٧	٠.٥٤٧٨٢	٨.٧٢٢
٢٤	٢.٢٤٣٤	١.٦٤١٥٥	٢.٦٥٤٤	١.٦٦٣٠٤	٧.٤٠١
٢٥	٢.٢٢٦٥	١.٧٦٢٧٤	٢.٦٥٥٦	١.٨٧٤٨٤	٧.٨٥١
٢٦	٤.٠٩٢٦	١.٥٥٤٣	١.٦٥٦٤	١.٨٢٩٧٤	٦.٦١٢
٢٧	٢.٢٦٨٥	١.٥٥٦٥٤	١.٥٤٠٤	١.٨٩٢٢٦	١١.٥٢٧
٢٨	٢.٣٤٦٦	١.٤٦٤٢١	٢.٦٥٧٨	١.٤١٠٢١	٤.٨٨٠
٢٩	٤.٥٤٢٢	١.٧٦٤٨٨	٢.٢٦٥٤	١.٤٦٥٦١	٥.٧٧٦
٣٠	٢.٣٦١٩	١.٦٣٤٣٨	٢.٢٢٥٤	١.١٧٨٧٢	٥.٦٦٨
٣١	٢.١٢٨٤	١.٤٣٦٢٢	١.٧٥٤٨	١.٤٣٧٧٦	٧.٤٤٩
٣٢	٢.٥٥٢٢	١.٦٥١٤٠	١.٩٩٠٧	١.٠٢٧٦١	٥.١٧٢
٣٣	٢.٦٥٤٤	١.٤٨٦٧٢	١.٦٤٥٦	١.٧١٤٧٨	٨.٥١٢
٣٤	٢.٦٤١٩	١.٥٦٦٥٤	٢.٢٢٦١	١.٢٦٥٠٨	٧.٣٨٨
٣٥	٢.٤٥٦	١.٢٧٦٤١	١.٤٠٣٧	١.٧٥٢٤٦	٩.١٠١
٣٦	٢.٦٣٧٠	١.٤٦٤٤٥	١.٧٢٢٠	١.٢٢٢٨٧	٦.٤٣٧
٣٧	٢.٦٦٤٨	١.٦٨٥٦٥	٢.٤٢٨١	١.٧٥٤٦١	٥.٨٩٦
٣٨	٢.٨٩٦٢	١.٤٤١٥٢	٢.٧٢٨٩	١.٢٥٤٣١	٦.١٤٢
٣٩	٢.٦٧٦٥	١.٧٥٧٨٢	٢.٨٨٥٢	١.٤٦٥٧٦	٤.٤٣٤
٤٠	٢.٩٨٢٢	١.٥٥٤٤	١.٨٤٣١	١.٦٤٥٢١	٩.٨٧٦

ب- أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:

اعتمدت هذه الطريقة كون الدرجة الكلية تمثل محكا داخليا يمكن من خلالها استخراج معامل صدق الفقرة ، وذلك لعدم توافر محك خارجي، حيث استخدم لذلك معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لكل استمارة. ولحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على كل فقرة من الفقرات ودرجاتهم الكلية على المقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون ل (٤٠٠) استمارة. أظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مقارنتها بقيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) كما موضح في الجدول (١٠) وبذلك يصبح المقياس ذا صدق بنائي وفق هذا المؤشر. جدول (١٠) معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الصبر

معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	ت	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	ت
٠.٢٤٣	٢١	٠.٤٦٦	١
٠.٣١٣	٢٢	٠.٣٧٢	٢
٠.٤٦٣	٢٣	٠.٢٣٢	٣
٠.٢٦٤	٢٤	٠.٣٥٤	٤
٠.٣٧٧	٢٥	٠.٣٤٠	٥
٠.٤٧٠	٢٦	٠.٢٩٣	٦
٠.٣٨٩	٢٧	٠.٣٢٥	٧
٠.٢٨٢	٢٨	٠.٢٢٥	٨
٠.٤٢٩	٢٩	٠.٣٢١	٩
٠.٢١٩	٣٠	٠.٢٤٨	١٠
٠.٣١٢	٣١	٠.٣٢٢	١١
٠.٣٢٨	٣٢	٠.٢٦٧	١٢
٠.٣٦٨	٣٣	٠.٢٢٠	١٣
٠.٣٨٦	٣٤	٠.٣٦٨	١٤
٠.٣٤٥	٣٥	٠.٢٣٦	١٥
٠.٣٩٢	٣٦	٠.٣٨٣	١٦
٠.٢٦٥	٣٧	٠.٥٥١	١٧
٠.٣٨٦	٣٨	٠.٤٨٣	١٨
٠.٥٧٩	٣٩	٠.٢٣٩	١٩
٠.٤٥٦	٤٠	٠.٤٧٤	٢٠

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٧٧)

الخصائص القياسية (السيكومترية) للمقياس: تحقق الباحثان من الخصائص السيكومترية للمقياس كالآتي:

أ- صدق المقياس: اعتمد الباحثان إلى نوعين من الصدق هما: الصدق الظاهري ، وصدق البناء وكالآتي:

١- الصدق الظاهري: وقد تحقق الباحثان من الصدق الظاهري للمقياس في بدايات إعداد فقراته.

٢- صدق البناء: يمكن أن تكون معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية ، والقدرة التمييزية للفقرات من مؤشرات صدق بناء مقياس البحث الحالي، ولما كانت معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس جميعها ذات دلالة إحصائية وأن الفقرات جميعها لها القدرة على التمييز بين المحيين لذلك يعد مقياس البحث الحالي صادقاً في بنائه من خلال هذه المؤشرات.

ب- ثبات المقياس: تحقق الباحثان من ثبات المقياس بطريقتين هما:

١- طريقة إعادة الاختبار: طبق المقياس الكلي مرة ثانية بعد أ(٢٠) يوماً على (٤٠) طالبا وطالبة ، واستخدام معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين فكان معامل الارتباط (٠,٨٦) الذي يمثل ثبات مقياس الصبر . والجدول (١١) يوضح ذلك.

الجدول (١١)

حجم عينة الثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقياس الصبر موزعاً بحسب الجنس والاختصاص الجنس

الجنس الاختصاص	الذكور	الإناث	المجموع
العلمي	١٠	١٠	٢٠
الإنساني	١٠	١٠	٢٠
المجموع الكلي	٢٠	٢٠	٤٠

أوروك للعلوم الإنسانية - وقائع المؤتمر العلمي

المجلد ٦٠ - العدد ٢ - السنة ٢٠١٣

٢. طريقة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي : لحساب الثبات بهذه الطريقة، سحبت (١٠٠) استمارة بصورة عشوائية من عينة تحليل الفقرات. ويعد تطبيق معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي. وقد بلغ ثبات المقياس (٠,٨٥) وقد عدت هذه القيمة مؤشرا جيدا على ثبات المقياس.

المقياس بصيغته النهائية: يتألف المقياس بصيغته النهائية من (٤٠) فقرة، وبذلك تتراوح اعلى درجة كلية للمقياس (٢٠٠) درجة وادنى درجة للمقياس (٤٠) درجة وبمتوسط نظري مقداره (١٢٠) درجة .

تطبيق المقياسين: طبق الباحث المقياسين الطمأنينة الانفعالية والصبر بعد أن أصبحتا بصورتهم النهائية على عينة البحث من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية والمتمثلة بـ (٢٠٠) طالبا وطالبة. استغرق تطبيق المقياسين ثلاثة ايام فقط.

الوسائل الاحصائية:

- معامل ارتباط بيرسون
 - معادلة الفا كرونباخ
 - الاختبار التائي لعينة واحدة
 - الاختبار التائي لعيتين مستقلتين
 - القيمة التائية لاختبار معامل الارتباط.
- تم معالجة بعض البيانات الاحصائية بواسطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول: التعرف على مستوى الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

لتحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس الطمأنينة الانفعالية على عينة من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية والبالغ عددها (٢٠٠) طالبا وطالبة وقد اظهرت نتائج البحث ان

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٧٩)

متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (١٥٦،٧٥) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٩،٤٥) درجة بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس (١٥٠) درجة وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة كانت (٣،٤٧) درجة وهي اعلى من القيمة الجدولية البالغة (١،٩٦) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٩٩)، وهذا يدل على ان طلبة الجامعة لديهم طمأنينة انفعالية والجدول (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢)

القيمة التائية لدلالة الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٢٠٠	١٥٦،٧٥	١٩،٤٥	١٥٠	٣،٤٧	١،٩٦	٠،٠٥

يفسر الباحثان هذه النتيجة ان طلبة الجامعة يعدون من الشرائح الاجتماعية المثقفة والواعية مما يؤكد أن الاطمئنان الانفعالي الذي يمتلكونه هو نتيجة التربية الاسرية والدينية والإيمان بالله فالإنسان لا يحصل على هذا الاطمئنان إلا بتمسكه بأساسيات الإيمان التي تجعل نفسه مطمئنة مهما بلغت الأخطار وانعدمت مقومات الأمن والأمان، فالإنسان الذي يلجأ إلى الله تعالى في كل شيء فانه يشعر بالطمأنينة الانفعالية مهما كان حال الأمن لأنه مطمئن على حياته وعمره ورزقه وقضاء الله وقدره بالإيمان الذي يعمر قلبه .

الهدف الثاني:- التعرف على الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية تبعا لمتغيري الجنس (ذكور-إناث) والتخصص (علمي-إنساني) أتبعاً لمتغير الجنس (الذكور - الإناث) .

بلغ متوسط درجات عينة الذكور البالغ عددها (١٠٠) طالبا على مقياس الطمأنينة الانفعالية (١٥٥،٦٤) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٧،٢٨) درجة .

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٨٠)

اما متوسط درجات عينة الاناث البالغ عددها (١٠٠) طالبة على مقياس الطمأنينة الانفعالية (١٥٧،١١) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٥،٨١) درجة ، ولمعرفة دلالة الفرق بينهما تم استعمال الاختبار التائي لعيتين مستقلتين فظهر ان القيمة التائية المحسوبة (٩،٨٨) درجة وهي اقل من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) اي ان الفرق غير دال احصائيا ، بين الجنسين في الطمأنينة الانفعالية والجدول (١٣) يوضح ذلك .

جدول (١٣)

القيمة التائية لدلالة الفروق لمقياس الطمأنينة الانفعالية لمتغير الجنس (الذكور-الاناث)

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الذكور	١٠٠	١٥٥،٦٤	١٧،٢٨	٠،٨٨	١،٩٦	داله
الاناث	١٠٠	١٥٧،١١	١٥،٨١			

ويظهر من الجدول اعلاه الى ان طلبة الجامعة من الذكور والاناث لديهم الطمأنينة الانفعالية ويمكن أن تعزو إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية ، والالتزام بتأدية الواجبات الدينية الذي يجعلهم أكثر اطمئناناً بشكل عام وهذه النتيجة تتفق مع دراسة عودة (٢٠٠٢) و(دراسة الدليم ٢٠٠٤) التي لم تظهر فروقا دالة إحصائياً بحسب متغير الجنس في مفهوم الطمأنينة النفسية. وتختلف مع دراسة (الحفاوي ١٩٩٣) التي اظهرت فروقا دالة احصائيا بين الذكور والاناث في الطمأنينة الانفعالية لصالح الذكور.

ب- تبعا لمتغير التخصص (العلمي - الانساني) .

بلغ متوسط درجات عينة التخصص العلمي والبالغ عددهم (١٠٠) طالبا وطالبة على مقياس الطمأنينة الانفعالية (١٥٨،٠٥) درجة وبانحراف معياري مقداره (٢٠،٣٥) درجة . اما متوسط درجات عينة التخصص الانساني والبالغ عددهم (١٠٠) طالبا وطالبة على مقياس الطمأنينة الانفعالية (١٥٤،٧٠) درجة وبانحراف معياري مقداره (٢٢،٥٨) درجة ولمعرفة دلالة الفروق الاحصائية بين التخصص الانساني والتخصص العلمي تم استعمال

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٨١)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فقد ظهرت القيمة التائية المحسوبة والبالغة (١,٥٥) درجة اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) اي ان الفرق غير دال احصائيا اي لا يوجد فروق بين التخصص العلمي والانساني. والجدول (١٤) يوضح ذلك.

جدول (١٤)

القيمة التائية لدلالة الفروق الاحصائية لمقياس الطمأنينة الانفعالية للتخصص

(علمي - انساني)

التخصص	العدد	التوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
العلمي	١٠٠	١٥٨,٠٥	٢٠,٣٥	١,٥٥	١,٩٦

تشير هذه النتيجة بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التخصصين العلمي والانساني في الطمأنينة الانفعالية، لان طبيعة الدراسة ليس لها علاقة بشعور الفرد بالطمأنينة الانفعالية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة عودة (٢٠٠٢)، و دراسة الحلفاوي (١٩٩٣) ولم تأت هذه النتيجة منسجمة مع دراسة الدليم (٢٠٠٤) التي أكدت وجود فروق دالة احصائياً بين طلبة التخصصات العلمية والأدبية في الإحساس بالطمأنينة الانفعالية، وأن الفرق دال احصائياً لصالح التخصص العلمي.

الهدف الثالث: التعرف على الصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

طبق مقياس الصبر على عينة من (٢٠٠) طالبا و طالبة وبلغ متوسط أفراد العينة للدراسة على المقياس (١٢٥,٨٨) درجة وباخراف معياري مقداره (١٨,٦٧) وبموازنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي البالغ (١٢٠) درجة وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة كانت (٣,١٦) درجة وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩)، وهذا يدل على ان طلبة الجامعة لديهم صبر والجدول (١٥) يوضح ذلك .

الجدول (١٥)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات أفراد العينة والمتوسط الفرضي لمقياس الصبر

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٢٠٠	١٢٥،٨٨	١٨،٦٧	١٢٠	٣،١٦	١،٩٦	٠،١٥

وتشير هذه النتيجة إلى أن طلبة الجامعة يمتلكون الصبر بدرجة معقولة، وهذا يعود إلى التشبث الاجتماعية والوعي الديني ، وأهمية الصبر في حياتهم المليئة بالاضطرابات والمشاكل التي تواجه بلدهم منذ عشرات السنين ، لذلك أصبح الصبر سمة من سمات شخصيتهم لتحمل تلك الاضطرابات والمشاكل التي تواجههم .

الهدف الرابع : التعرف على الصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية تبعاً لتغيري الجنس (ذكور- إناث) والتخصص (علمي- انساني) .

أ- الجنس (ذكور، إناث) :

بلغ متوسط درجات عينة الذكور البالغ عددها (١٠٠) طالبا على مقياس الصبر (١٢٧،١٠) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٧،٣٨) درجة . اما متوسط درجات عينة الاناث البالغ عددها (١٠٠) طالبة على مقياس الصبر (١٢٢،٧٨) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٥،٤٠) درجة ، ولمعرفة دلالة الفرق بينهما تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فظهر ان القيمة التائية المحسوبة (٢،٦٣) درجة وهي اعلى من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) اي ان الفرق دال احصائيا ، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين في الصبر ولصالح الذكور والجدول (١٦) يوضح .

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٨٣)

جدول (١٦) القيمة الثانية لدلالة الفروق الاحصائية لمقياس الصبر تبعا لمتغير الجنس (الذكور - الاناث)

العينة	العدد	للتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة الثانية	
				المحسوبة	الجدولية
الذكور	١٠٠	١٢٧،١٠	١٧،٣٨	٢،٦٣	١،٩٦
الاناث	١٠٠	١٢٢،٧٨	١٥،٤٥		

تبين من النتيجة اعلاه بان الذكور لديهم سمة الصبر اعلى من الإناث وهذه النتيجة قد تعود الى طبيعة الحياة القاسية التي يعيشها الذكور بسبب المسؤولية التي تقع على عاتقهم وضغوطات الحياة المختلفة التي تواجههم في العمل او الجامعة او البيت او الشارع كل ذلك يحتم على الذكور ان يتحلوا بالصبر وقوة التحمل على مواجهة تلك الضغوطات المختلفة.

ب- التخصص (العلمي، الانساني) :

بلغ متوسط درجات عينة التخصص العلمي والبالغ عددهم (١٠٠) طالبا وطالبة على مقياس الصبر (١٢٤،٥٤) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٤،٥٢) درجة . اما متوسط درجات عينة التخصص الانساني والبالغ عددهم (١٠٠) طالبا وطالبة على مقياس الصبر (١٢٦،٣٤) درجة وبانحراف معياري مقداره (١٥،٣٣) درجة ولمعرفة دلالة الفروق الاحصائية بين التخصص الانساني والتخصص العلمي تم استعمال الاختبار التائي لعيتين مستقلتين فقد ظهرت القيمة التائية المحسوبة والبالغة (١،٢٠) درجة وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) اي ان الفرق غير دال احصائيا بين التخصصين والجدول (١٧) يوضح ذلك .

جدول (١٧) القيمة الثانية لدلالة الفروق الاحصائية لمقياس الصبر للتخصص (علمي - انساني)

التخصص	العدد	للتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة الثانية	
				المحسوبة	الجدولية
العلمي	١٠٠	١٢٤،٥٤	١٤،٥٢	١،٢٠	١،٩٦
الانساني	١٠٠	١٢٦،٣٤	١٥،٣٣		

وهذه النتيجة تدل على أن ليس هناك فرق بين طلبة التخصص العلمي والتخصص الانساني في الصبر مما يدل على ان كلا التخصصين لديهم صبر في مواجهة ما يعترضهم من ضغوطات وازمات ومشاكل الحياة المختلفة ، وان الصبر اصبح سمة من سمات شخصية الإنسان العراقي بسبب ما تعرض له من ازمات ومشاكل واضطرابات لفترات زمنية طويلة الهدف الخامس : التعرف على العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية والصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية.

من أجل التعرف على طبيعة العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية والصبر، فقد قام الباحثان بتطبيق معامل ارتباط بيرسون على درجاتهم الكلية لكلا المتغيرين، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٧٩) وعند اختبار الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط ، ظهر ان القيمة الناتجة لمعامل الارتباط (١٨,٠٣) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الطمأنينة الانفعالية والصبر .اي كلما ازداد الصبر ازدادت الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية ، وجدول (١٨) يوضح ذلك.

جدول (١٨)

علاقة الطمأنينة الانفعالية بالصبر

المتغيرات	معامل الارتباط	القيمة الناتجة لمعامل الارتباط	مستوى الدلالة
الطمأنينة الانفعالية والصبر	٠,٧٩	١٨,٠٣	٠,٠٥

يتضح من الجدول اعلاه بان هناك علاقة ارتباطية بين الطمأنينة الانفعالية والصبر لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية . وهذا يدل على ان الشخص الذي يمتلك الصبر في مواجهة الصعاب معتمدا على ايمانه بالله سبحانه وتعالى وتكون لديه قناعة تامة بالقضاء والقدر . بالتاكيد يشعر بالطمأنينة الانفعالية وتكون حياته مستقرة .

التوصيات:

- ١- يوصي الباحثان بضرورة عناية أولياء الأمور بغرس الشعور بالطمأنينة الانفعالية لدى أبنائهم بدءاً من الأسرة، والمدرسة، والجامعة بكل مراحلها الدراسية، من خلال تهيئة الأجواء المطمئنة الهادئة بعيداً عن ظروف العنف والإرهاب والتفجير.
- ٢- تفعيل دور الارشاد الجامعي ووضع برامج لنشر الوعي الثقافي والاجتماعي والديني وتشجيع الطلبة على التعامل مع احداث الحياة المختلفة بصبر وقوة تحمل،

المقترحات:

- ١- اجراء دراسات مشابهة للبحث الحالي على شرائح اجتماعية مختلفة ومقارنتها بنتائج البحث الحالي.
- ٣- إجراء دراسة تسعى إلى الكشف عن تأثير الطمأنينة الانفعالية والصبر في كل من الأداء الجامعي والأداء في ميادين العمل.
- ٤- إجراء دراسة للتعرف على علاقة الطمأنينة الانفعالية والصبر بالتنشئة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة.

قائمة المصادر والمراجع

- ١- ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر (١٩٩٠)، عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين، ط ٤، بيروت: دار الكتاب العربي.
- ٢- ابو جادو، صالح محمد علي (٢٠٠٠)، علم النفس التربوي، دارالميسرة، عمان، الاردن
- ٣- أبو العزائم، محمود جمال ماضي. (٢٠٠٨)، الصلاة والصحة النفسية. الصلاة والدعاء كأدوات علاجية. مجلة النفس المطمئنة. موقع واحة النفس المطمئنة.
- ٥- أحمد، محمد (١٩٩٩)، علم النفس العام، القاهرة: مكتبة عين شمس.
- ٦- الأحمد، أمل. (٢٠٠٤)، مشكلات وقضايا نفسية. لبنان. بيروت. مؤسسة الرسالة.
- ٧- اسماعيل، محمد (١٩٨٩)، الطفل من الحمل إلى الرشد، الجزء الأول والثاني، الطبعة الأولى، الكويت: دار القلم

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٨٦)

٨- الأنصاري، سامية (١٩٨٩)، الأمن النفسي للطفل في العامين الأولين وعلاقته بالرضاعة الطبيعية وعدد من المتغيرات الاجتماعية، مجلة البحث في التربية وعلم النفس،

٨- أنيس، ابراهيم وآخرون (١٩٦٠)، المعجم الوسيط، ج ١، ط ١.

٩- الحسن، حارث عبد الحميد . (٢٠٠٤) ، الأمن النفسي وتحويل الصراعات في العراق الجديد . مركز البحوث النفسية . محاضرة مؤتمري ملخصات منشورة عبر النت .

<http://www.psychocenteriraq.com/research/abstrect.htm>

١٠- حسين، محمود عطا . (١٩٨٧) ، مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية . جامعة الكويت . مجلة العلوم الاجتماعية . المجلد (١٥) . العدد (٣) .

١١- حفني، عبد المنعم . (١٩٩٤) ، الموسوعة النفسية في حياتنا اليومية . القاهرة ، مكتبة مدبولي.

١٢- ----- (١٩٩٥) ، موسوعة الطب النفسي ، المجلد الأول، الطبعة الثانية، القاهرة، مكتبة مدبولي.

١٣- الحلفاوي، سامية (١٩٩٣)، الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة وطالبات الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات الانسانية، جامعة الأزهر، مصر.

١٤- حمزة، جمال مختار . (٢٠٠١) ، سلوك الوالدين الايدائي وأثره على الأمن النفسي له ، مصر ، القاهرة ، مجلة علم النفس

١٥- الجنابي ، رنا فاضل . (٢٠٠٤) ، الأمن النفسي لدى المرأة العراقية بعد أحداث ٢٠٠٣/٤/٩ . مركز البحوث النفسية . ملخصات منشورة على النت .

<http://www.psychocenteriraq.com/research/abstrect.htm>

١٦- داير، وين . (٢٠٠٨)، عشرة أسرار للنجاح والوصول للسلام الداخلي . خطوات على الطريق . نشرة غير دورية تصدر من الجمعية المصرية للبحوث الثقافية والروحية .

www.stepsontheroad.org/pages/10s.htm

١٧- الدليم ، فهد بن عبد الله علي . (٢٠٠٤) ، الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة . السعودية . الرياض . جامعة الملك سعود . كلية التربية .

- ١٨- دملج ، سلمى المصري . (١٩٩٣) ، الصحة النفسية للطفل . مجلة الثقافة النفسية . لبنان . بيروت . المجلد (٤) . العدد (١٣) .
- ١٩- رجب ، مصطفى (١٩٩٧) ، " الآثار التربوية للصبر في ضوء القرآن الكريم " ، مجلة منبر الإسلام ، السنة ٥٥ ، العدد ١٢ ، القاهرة : المجلس الأعلى للشئون الإسلامية .
- ٢٠- زهران ، حامد (١٩٨٤) ، علم النفس الاجتماعي ، الطبعة الخامسة ، القاهرة ، عالم الكتب .
- ٢١- الشبّون ، دانيا . (٢٠٠٦) ، الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية . دراسة ميدانية لدى تلاميذ الصفين الرابع والسادس من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية . رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية . جامعة دمشق
- ٢٢- الشرقاوي ، حسن محمد (١٩٧٩) ، " نحو علم نفس إسلامي " ، الإسكندرية : الهيئة المصرية العامة للكتاب .
- ٢٣- شقير ، زينب (١٩٩٦) ، القيمة التنبؤية لبعض الحالات الكلينيكية المختلفة من الطمانينة النفسية ، والتساؤل والتشاؤم وقلق الموت ، مجلة كلية التربية جامعة طنطا ، العدد ٢٣ .
- ٢٤- عبد الخالق ، أحمد (١٩٨٧) ، الأبعاد الأساسية للشخصية ، الطبعة الرابعة ، الاسكندرية ، دارالمعرفة الجامعية .
- ٢٥- عبد الرحمن ، محمد (١٩٩٨) ، نظريات الشخصية ، القاهرة : دار قباء .
- ٢٦- عبد المجيد ، السيد احمد . (٢٠٠٤) ، إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية . مجلة دراسات نفسية . مصر . القاهرة . المجلد (١٤) . العدد (٢) .
- ٢٧- عودة ، احمد سليمان . (١٩٩٨) ، القياس والتقويم في العملية التدريسية . (ط ٢) . الأردن : دار الأمل للنشر والتوزيع .
- ٢٨- عودة ، فاطمة . (٢٠٠٢) ، المناخ النفسي والاجتماعي وعلاقته بالطمانينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة . رسالة ماجستير غير منشورة . فلسطين . غزة . مكتبة الجامعة الإسلامية .
- ٢٩- الغزالي ، أبو حامد محمد (١٩٩٢) ، إحياء علوم الدين ، ج ٤ ، بيروت : دار فتيبة

الطمانينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٨٨)

٣٠- الفرماوي ، حمدي علي (١٩٩٦) ، البناء النفسي في الإنسان . دراسة من فيض القرآن الكريم ، القاهرة ، مكتبة زهراء الشرق.

٣١- القريطي ، عبد المطلب (١٩٩٨) ، في الصحة النفسية، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي.

٣٢- الكناني ، صلاح (١٩٨٨) ، مدى تحقيق التنظيم الهرمي للحاجات عند ماسلو ، مجلة التربية جامعة المنصورة، العدد التاسع، الجزء الثالث.

٣٣- محمد ، محمد؛ مرسى، كمال (١٩٩٢) ، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام ، الطبعة الثانية، الكويت: دار القلم.

٣٤- محمد ، هبة مؤيد . (٢٠٠٦) ، قياس السعادة لدى موظفي جامعة بغداد . جامعة بغداد . مركز البحوث التربوية والنفسية .

٣٥- نخيمر ، عماد محمد احمد . (٢٠٠٣) . إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس . مصر . القاهرة . مجلة دراسات نفسية . المجلد (١٣) . العدد (٤)

٣٦- موسى ، رشاد علي عبد العزيز ؛ باهي ، أسامة . (١٩٨٩) ، النسق القيمي وعلاقته بالطمانينة الانفعالية . مجلة الأبحاث التربوية والنفسية . العدد (١٤)

٣٧- موسى ، رشاد عبد العزيز (١٩٩٥) ، الشخصية الصبورة دراسة سيكومترية - اكلنيكية ، مصر الجديدة : مؤسسة مختار للنشر وتوزيع الكتاب.

٣٨- المط ، فايز (١٩٨٧) ، من كنوز الإسلام ، بيروت : دار البشير : مؤسسة الرسالة.

٣٩- الطائي ، إيمان محمد . (٢٠٠٦) ، الشعور بالأمن ودوره في التنمية المستدامة . جامعة بغداد . مركز البحوث التربوية والنفسية .

٤٠- طبارة ، عفيف عبد الفتاح (١٩٨) ، روح الدين الإسلامي ، ط ٢ ، بيروت : دار العلم للملايين.

الطمانينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٨٩)

٤١- الطهراوي ، جميل حسن . (٢٠٠٧) ، الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي . فلسطين . غزة . الجامعة الإسلامية . كلية التربية . مجلة الجامعة الإسلامية . سلسلة الدراسات الإنسانية . المجلد (١٥) . العدد (٢)

٤٢- هادي ، ازهار . (٢٠٠٤) ، الأمن النفسي وعلاقته بالاغتراب النفسي - لدى طلبة الجامعة .

مركز البحوث النفسية . ملخصات منشورة على النت.

<http://www.psychocenteriraq.com/research/abstrect.htm>

ملحق (١)

أسماء الخبراء من الأساتذة المختصين في علم النفس والقياس والتقويم الذين عرضت عليهم أداة البحث لغرض الحكم عليها.

اسم الاستاذ	مكان العمل
١- أ.د. نادية شعبان	الجامعة المستنصرية/التربية
٢- أ.د. محمود كاظم محمود	الجامعة المستنصرية/التربية
٣- أ.م.د. امل اسماعيل عايز	الجامعة المستنصرية/التربية
٤- أ.م.د. بشرى كاظم	الجامعة المستنصرية/التربية
٥- أ.م.د. خمائل خليل	الجامعة المستنصرية/التربية
٦- أ.م.د. سعد عبد الزهرة	الجامعة المستنصرية/الاداب
٧- أ.م.د. صنعاء يعقوب	الجامعة المستنصرية/التربية
٨- أ.م.د. علاء الدين العاني	الجامعة المستنصرية/الاداب

ملحق (٢)

مقياس الطمأنينة الانفعالية في صورته النهائية

ت	الفقرات	تتطبق علي دائما	تتطبق علي غالبا	تتطبق علي احيانا	تتطبق علي نادرا	لا تتطبق علي ابدا
١	دائما أشعر بأنني محترم من الآخرين					
٢	اتمكن من التفاعل مع زملائي بسهولة					
٣	لدي ثقة بإمكاناتي وقدراتي في تحقيق ما اريد					
٤	يقلقني عدم المساوات بين الطلبة					
٥	أشعر بأن القوانين المساندة تضمن لي حقوقي					
٦	أشعر بأنني ناجح في حياتي اليومية					
٧	أشعر بالامان بين اصدقائي					
٨	أشعر بالخوف من تحمل اي مسؤولية					
٩	أشعر بالرضا عن كل ما يخص اسرتي ماضيا وحاضرا					
١٠	أشعر بأن قلبي مليء بالحب والعطف العائلي					
١١	أشعر بأنني متمكن من النجاح في حياتي الدراسية بجدارة					
١٢	أشعر بالغيرة من الطالب المتفوق					
١٣	أشعر بالراحة لوجود العدالة في محيطي					
١٤	أملك حرية في اختيار ما اريد					
١٥	يسرني الاشتراك في الاعمال الجماعية					
١٦	أفضل الاعتماد على نفسي في حل مشاكلتي					

١٧	أشعر بأن اليأس يسيطر علي				
١٨	أشعر بالرضا عن نفسي عند ممارسة الشعائر الدينية				
١٩	أشعر بأن مبادئي تزودني باستقرار نفسي				
٢٠	أتمتع بلياقة جسمية وحيوية جيدة				
٢١	أشعر بالضيق حين يأتي وقت الصلاة.				
٢٢	أصرف على وفق ما يرضي المجتمع				
٢٣	أتمكن من تحقيق أهدافي دون الحاجة الى الآخرين				
٢٤	أشعر باتي موضع ثقة الآخرين				
٢٥	أشعر باتي عضو فاعل ومؤثر بين زملائي				
٢٦	أشعر أنني أفنقر إلى عطف الآخرين.				
٢٧	أشعر بأنني أجيد التحدث عند طرح افكاري				
٢٨	أثابر لتحقيق طموحي في الحياة				
٢٩	أشعر بأنني أعيش كما أريد لا كما يريد الآخرين				
٣٠	معظم الوقت لا أخذ بعين الاعتبار مشاعر الآخرين				
٣١	ثقتي بالله تعالى كبيرة				
٣٢	ألتزم بالأوامر الدينية فهي تنظم حياتي.				

٣٣	أخضع لإرادة الله وأشعر بالراحة				
٣٤	أغضب سريعاً إذا سخر مني أحد.				
٣٥	كثيراً ما يحالفني الحظ.				
٣٦	لدي إرادة سليمة قادرة على التنفيذ				
٣٧	أعمل ما يجب عمله ثم أتوكل على الله.				
٣٨	أشعر بالغربة حتى وأنا بين من أحب.				
٣٩	أشكر الله في كل أحوالي.				
٤٠	أتمتع بمركز اجتماعي لائق.				
٤١	العمل مع الآخرين يولد لدي المتعة والراحة				
٤٢	لا أستطيع ضبط انفعالاتي.				
٤٣	أحرص على الحياة واستمتع بها، فهي تستحق ذلك.				
٤٤	أواصل عملي بنشاط رغم وجود المعوقات				
٤٥	أبذل كل ما في وسعي للحصول على أفضل النتائج في دراستي				
٤٦	أشعر معظم الوقت أن وجودي مع الآخرين غير مرغوب فيه.				
٤٧	لا أعرف اليأس رغم ما يمر بي من تجارب قاسية.				

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصبر لدى طلبة الجامعة (١٩٣)

٤٨	أرى الخير في معظم الأشياء والأحداث				
٤٩	أعتقد أنني شخص سيء الحظ				
٥٠	أسعى دائماً إلى كسب أصدقاء جدد				

ملحق (٣)

مقياس الصبر بصيغته النهائية

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي أبداً
١	أواجه الموقف مهما كان صعباً					
٢	أتصرف بحكمة ولا أتبع عواطفني					
٣	أضجر بسرعة عندما يتأخر صديقي عن مواعده معي					
٤	أواجه الصعاب بهدوء وطمانينة					
٥	أسيطر علي نفسي في مواقف الحزن والفشل					
	أنتظم في عملي اليومي دون هياج أو بلبلة					
٧	أستأنف معركة الحياة بمعنويات مرتفعة مهما نزل بي من خطوب					
٨	أضجر عندما أنتظر الأستاذ الذي يتأخر عن الموعد المقرر للمحاضرة					
٩	أأخذ الأمور بحلم وأناة					
١٠	أواجه الشدائد بصلاية ورياسة جاش					
١١	أستطيع أن أتكيف مع الحياة مهما واجهت من صعاب					
١٢	أشعر بالملل عندما تتأخر نتيجة امتحائي					
١٣	لا تتزعزع ثقتي بنفسي مهما واجهت من صعاب					
١٤	أدرس المشكلة التي تواجهني بتأني واقعية دون تسرع					
١٥	لا أنهار أمام أي عقبة تعترضني					
١٦	أتألم عندما أ شاهد زملائي يمتلكون حاجات أفضل مني					

١٧	إذا تصبرت الأمور معي أصبر لأنني أوقن أن الصبر مفتاح الفرج				
١٨	أستحضر في ذهني جميع النتائج التي يحتمل أن تترتب على أفعالي على المدى البعيد				
١٩	أضبط نفسي في المواقف التي تثير الانفعال				
٢٠	اتسجر عند اعداد بحث او كتابة تقرير يتطلب مني جهدا كبيرا				
٢١	أتجنب التهور و الاندفاع في أي موقف يواجهني				
٢٢	أمسك نفسي عند الغضب ولا أوجه غضبي لمن أغضبني بالشتمية و الضرب				
٢٣	اترك العمل قبل اتمام انجازه اذا كان فيه مشقة				
٢٤	أضبط نفسي إذا حصلت على درجات منخفضة غير متوقعة في مادة دراسية ما ولا أنهار				
٢٥	اتفعل عندما احس بالجوع ويتأخر الطعام				
٢٦	اتحمل العوز في الملابس من غير ضجر				
٢٧	أحبس نفسي دون معاصي الله فلا أسمح لنفسي باقترابها				
٢٨	أترفع عن الصغائر و لا أثور لأتفه الأسباب				
٢٩	أوقن بان مع العسر يسراً				
٣٠	اتحمل كلام اصدقائي ضدي من دون ضجر				
٣١	أبتعد عن التفكير في الشيء الذي لا أتمكن من الحصول عليه				

٣٢	أ ستمر في إنجاز أعمالي بثبات و ثقة مهما واجهت من صعاب				
٣٣	أ شكر الله في السراء وأصبر في الضراء				
٣٤	أتالم بسرعة وأفقد صوابي عندما يقابل الآخرون أحسائي بالإساءة لي				
٣٥	إذا فشلت في مادة دراسية يزيد تصميمي على النجاح بها				
٣٦	أتضجر عندما أرى ملابس لا ترتقي إلى ملابس الآخرين				
٣٧	أتالم عندما أفقد حاجة من حاجاتي				
٣٨	أواجه الأخبار السيئة بصبر وتحمل				
٣٩	لي القدرة على كبح رغباتي				
٤٠	أتالم عندما لا أتمكن من إشباع رغباتي				