

حدود الاتصال لدى طلبة الجامعة**م.م زهراء حسين مسلم****zahraa1995@uomustansiriyah.edu.iq****الجامعة المستنصرية/ كلية التربية****الملخص**

يستهدف البحث الحالي التعرف على حدود الاتصال لدى طلبة الجامعة ولغرض تحقيق هدف البحث استعملت الباحثة المنهج الوصفي ، وقامت الباحثة ببناء مقياس حدود الاتصال الذي يتكون من (٢٤) فقرة وفق نظرية بولستر وبولستر ، ولغرض إجراء التحليل الإحصائي لمقياس حدود الاتصال تم اختيار عينة تتكون من (٤٠٠) من طلبة الجامعة المستنصرية وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من طلبة كليات الجامعة المستنصرية وقامت الباحثة باستخراج الخصائص السايكومترية للمقياس واستخدام المؤشرات الإحصائية، وقد توصل البحث إلى جملة من النتائج منها إن طلبة الجامعة لديهم حدود الاتصال وفقاً للفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي، وفي ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج أوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: حدود، الاتصال، الوعي.

Communication limits for university students**Asst. Lect. Zahraa Hussein Muslim****Al-Mustansiriya University/College of Education****Abstract**

The current research aims to identify the communication limits among university students. In order to achieve the research objective, the researcher used the descriptive approach. The researcher constructed a communication limits scale consisting of (24) paragraphs according to Bolster and Bolster's theory. In order to conduct a statistical analysis of the communication limits scale, a sample of (400) students from Al-Mustansiriya University was selected. The sample was

selected randomly from students of Al-Mustansiriya University colleges. The researcher extracted the psychometric properties of the scale and used statistical indicators. The research reached a number of results, including that university students have communication limits according to the difference between the arithmetic mean and the hypothetical mean. In light of the results reached by the research, the researcher recommended a set of recommendations and proposals.

Keyboards : contact boundary , Awareness.

الفصل الاول

مشكلة البحث (Problem of Research) :

الاتصال هو وعي وسلوك الأفراد حيث يشير المنظور الجشطالتي إلى أن الإنسان يسعى لفهم ما يدور في محيطه، ويظهر مقاومة تجاه التغيرات التي يصعب عليه استيعابها. فالكائن الحي يتطور استجابة لما يحتاج إليه من البيئة المحيطة، ويعد التواصل الأداة الأساسية التي يتم من خلالها هذا النمو. كما تسهم التفاعلات بين الفرد وبيئته في بناء شخصيته وصياغة علاقاته الاجتماعية بشكل صحي. وترى نظرية الجشطالت أن الفرد لا يمكن عزله عن السياق البيئي الذي يعيش فيه، إذ تتشكل الذات ضمن علاقة تكاملية مع المجال البيئي المحيط لا وجود للذات دون "آخر" أو شخص آخر، ولا وجود لتجربتنا الإنسانية دون تواصل. لا تتطور شخصياتنا إلا من خلال التواصل. ويهيمن تواصلنا مع الآخرين على تكوين شخصياتنا. نستخدم الحدود لتمييز المجال. يرتبط مبدأ الحدود بمبدأ التواصل. لحدود التواصل وظيفتان: فهي تربط الناس ببعضهم البعض، وتفصلهم أيضا عن انعكاساتهم الداخلية. إن تطوير الهوية الشخصية والحفاظ على استقلاليتها يتحقق من خلال التفاعل مع الآخرين. فالتواصل الإنساني لا يقتصر على تبادل المعلومات فحسب، بل يعد وسيلة أساسية لإشباع الاحتياجات البيولوجية والنفسية والاجتماعية للفرد (سميث، ٢٠١١: ٢٦٤).

في دراسة باسونز (passons,1975)، ذكر الأفراد أنواع المشاكل التي يبلغون عنها: عادة ما يمثل نقص الوعي مشكلة لدى الأفراد ذوي الشخصيات الجامدة والحدود غير المرنة. فالصورة التي كونوها هي صورة عن الحفاظ على توازن دقيق بين الذات وصورتها، مما يؤدي بهم إلى فقدان التواصل مع محتوى وسلوكيات الآخرين. فهم ببساطة يعيشون حياتهم اليومية، ويتقنون بين يوم وآخر، مع شعور متوتر بعدم الرضا والنقص. (جابر، خليل، ٢٠١٩: ١١٧)، ونتيجة للتغيرات والمشكلات الحياتية والأكاديمية التي يمر بها الطلبة والتي تتزايد يوما بعد يوم وتجعلهم أحيانا في حالة من الانفعال فإن من الضروري تنظيم هذه الانفعالات وإثارها مما يتطلب

الانسجام والتفكير في هذه الانفعالات وفهمها والتصرف السليم تجاهها دون أن يؤثر ذلك على علاقاتنا مع الآخرين والحفاظ على صحتنا النفسية (العبادي، ٢٠١٧: ٢) وتتجلى مشكلة البحث الحالي في الإجابة على التساؤل الآتي:-
ما مستوى حدود الاتصال لدى طلبة الجامعة ؟

أهمية البحث (The Importance of Research) :

حدود الاتصال الصحية ليست سوى قواعد وإرشادات يضعها الأفراد كأساس لحياة أفضل. بناء على مجموعة من القيم التي يتبناها الفرد (بوعي أو بغير وعي)، تعزز الحدود الصحية البنية والنزاهة، فلا يشعر المرء بأنه ضحية لمواقف الحياة وسلوكيات الآخرين غير اللائقة. إن وضع حدود واضحة وصحيحة وتطبيقها يمكن الأفراد من النمو بشكل صحي وسليم. (سيوارد، ٢٠١٩: ١١٩).

من الضروري أن يدرك الأفراد أهمية وضع حدود واضحة في علاقاتهم مع الآخرين؛ إذ يعد ذلك أساساً لتنظيم التفاعلات الاجتماعية. فالفرد بحاجة إلى تحديد ما هو مستعد لتقديمه للآخرين، وكذلك ما يقبله منهم أو يسمح لهم بالتدخل فيه. كما ينبغي أن يكون من نتواصل معهم على دراية بهذه الحدود لضمان علاقات متوازنة تحترم الخصوصية والاستقلالية (راي، ١٩٨٩: ١). قد تؤدي الحدود الضعيفة إلى الشعور بالألم والتوتر، وقد تسبب التوتر. الحدود الصحية (المرنة) طبيعية، أي أنها تنمو وتتغير بناء على ظروف الفرد الحالية. قد تصبح الحدود الصحية غير صحية إذا غابت عنها المرونة، فتصبح الحدود الموضوعية أشبه بسجن علاوة على ذلك، قد يقترب الأصدقاء وأفراد العائلة والزملاء والغرباء من حدودنا، بل قد يتجاوزونها أحياناً، وقد نتجاهلها ونؤذي أنفسنا. لا شك أن وضع حدود صحية والحفاظ عليها أمر أساسي لتحقيق الصحة والعافية المثلى (سيوارد، ٢٠١٩: ١١٩).

تعد الأنشطة التي يمارسها الطلاب خلال سنوات دراستهم الجامعية عاملاً حاسماً، أكثر من الانتماء الشخصي أو المؤسسي، في تحديد مستوى المعرفة والمهارات التي يكتسبونها، فضلاً عن استمرارهم في التعليم. وتشير العديد من الدراسات التي تناولت تنمية طلاب الجامعات إلى أن تخصيص الوقت والجهد لأنشطة تعليمية قيمة يعد مؤشراً قوياً على التعلم والنمو الشخصي في المستقبل.. ومن المعروف أن بعض الممارسات المؤسسية تؤدي إلى مستويات عالية من مشاركة الطلاب (الإمام، ٢٠٠٦: ٤٢-٤٣).

هدف البحث (Aim of the Research) :

التعرف على حدود الاتصال لدى . طلبة الجامعة

حدود البحث (Research limitations) يتحدد البحث الحالي بطلبة كليات الجامعة المستنصرية / الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٤/٢٠٢٥)

تحديد المصطلحات (Definition of terms) :

● حدود الاتصال .contact boundary:

- بولستر و.بولستر (١٩٧٣، polster., polster)

إنها عملية التواصل والانفصال عن الآخرين وعن الأشياء الأخرى، وهي أكثر خصوصية وتميز شخصاً عن آخر (بولستر، بولستر، ١٩٧٣: ١٠٧-١٠٨).

التعريف الإجرائي:

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب وفقاً لاجابته على فقرات المقياس .

طلبة الجامعة (طالب ، ٢٠٠٣) :

هم الافراد الذين ينتمون إلى المؤسسة التعليمية الجامعية التي تحدد الدراسة فيها حسب التخصص (علمي ، ادبي) ويقبل فيها خريجو الثانوية العامة في فرعها العلمي والأدبي ، ويتم منح الطلاب الذين يجتازون الدراسة درجة البكالوريوس كل حسب تخصصه (طالب ٢٠٠٣: ٢٠).

الفصل الثاني:

أ- الإطار النظري و الدراسات السابقة

أ- الإطار النظري

مفهوم حدود الاتصال

يرتبط الكائن الحي ببيئته بعلاقة متبادلة تقوم على التأثير والتأثر، حيث يتعين عليه تلبية حاجاته من خلال ما توفره البيئة المحيطة. ولتحقيق ذلك، ينخرط الكائن الحي في تفاعل نشط مع العالم الخارجي، مستعيناً بقدراته الحسية لتوجيه سلوكه، وبعملياته الحركية للسيطرة على استجاباته وتحقيق أهدافه (عبد القادر، صابر، ٢٠١٥: ٢٦٨) تمثل نقطة التفاعل بين الفرد والبيئة حدود التلامس، ودراسة كيفية تفاعل الإنسان مع بيئته هي دراسة ما يحدث عند هذه الحدود. عند هذه الحدود تحدث الأحداث النفسية، وتشكل أفكارنا وأفعالنا وسلوكنا ومشاعرنا وسيلتنا لتجربة هذه الأحداث ومواجهتها (باترسون، ١٩٩٠: ٣٣٦). تعدُّ العناصر أو الأشخاص المتواجدون في البيئة، والذين يسهمون في إشباع حاجات الفرد، بمثابة مصادر إيجابية توجه نحوها الطاقة النفسية بشكل إيجابي. وفي المقابل، فإن أي عنصر يعيق هذا الإشباع أو يشكل تهديداً له يستقبل بطاقة نفسية سلبية، مما يدفع الفرد إلى التفاعل مع النوع الأول، وتجنب أو الانسحاب من النوع الثاني (بلان، ٢٠١٥: ١٧٠). عندما يمثل النوع الأول تمثيلاً مناسباً، ينغلق الجشطالت (ينتهي). وبالمثل، عندما يتجلبب النوع الثاني من الأشياء أو يرفض، ينغلق الجشطالت أيضاً، ويصبح الفرد في وضع يسمح له من خلال ما يعرف بـ"الشكل"، تنشأ حاجة أساسية في سياق التفاعل مع البيئة، حيث يعيش الإنسان حالة ديناميكية تجمع بين التواصل

والانطواء على الذات، بناء على ما يراه من صفات إيجابية أو سلبية في الأشخاص والأشياء من حوله. ينبع هذا النشاط من طاقة داخلية أساسية كامنة في الكائن الحي، تتحول إلى استجابات عاطفية تختلف باختلاف طبيعة الموقف والسياق الذي تثار فيه. (الشناوي، ١٩٩٤: ٣١٦)

وصف بولستر، وبولستر وجهات نظر مختلفة وكثيرة حول حدود تواصل الأفراد. فالأشخاص الذين لديهم حدود اتصال جسدية مرنة يحاولون أن يكونوا على دراية بجميع أجزاء أجسامهم، ويهتمون باحتياجاتهم الجسدية، ويستخدمون أجسامهم بعفوية وسهولة. من ناحية أخرى، من لديهم حدود جسدية صارمة لا يدركون إلا الأحاسيس الصادرة من أجزاء معينة من أجسادهم، ويتجنبون إدراك أجزاء أخرى. كما أن حدود القيم قد تمنعهم من بناء تواصل جيد. على سبيل المثال، أولئك الذين يحملون أحكاماً قيمية مثل "يجب على الناس دائماً التفكير في أحبائهم أولاً" و"التقاليد والعادات تسهم أيضاً في تصلب حدود التواصل". يعتمد بعض الناس على عاداتهم كثيراً لدرجة أنهم لا يرغبون في تغيير وظائفهم أو أصدقائهم أو علاقاتهم أو حتى الصحيفة التي يقرؤونها، حتى لو لم يكونوا راضين عنها. إنهم يخشون تجربة شيء جديد. ولتبرير عاداتهم، يستخدمون عبارات مثل "هل ستكون العادات الجديدة أفضل؟" وبهذه الطريقة، يظهرون تصميمهم على عدم تغيير عاداتهم (بولستر، بولستر، ١٩٧٣، ص ١١٥).

تعد الحدود المرتبطة بالتعبير الانفعالي جانباً أساسياً من جوانب الاتصال داخل الأسرة. ففي بعض العائلات، يمنع الأطفال منذ مراحل مبكرة من التعبير عن مشاعرهم واحتياجاتهم بشكل حر. فمثلاً، قد يربى الطفل في بيئة تفرض فيها قيود مثل: "توقف عن البكاء"، "لا تصرخ"، "لا تطالب بشيء"، أو حتى "لا تضحك كثيراً"، مما يؤدي إلى كبت مشاعره وتقيد قدرته على التعبير عن ذاته بمرور الوقت، بل يتجنبون أيضاً من يكون أو يصرخون أو يطالبون. يخشى من يفرضون قيوداً صارمة على أنفسهم من إظهار أنفسهم، سواء بشكل سلبي أو إيجابي. ولأنهم لا يريدون التعرض للنقد، فقد يتجنبون التحدث علناً خوفاً من إغراء القدر. قد يحتفظون بتجاربهم الحية لأنفسهم كل هذه الأفعال تمنعهم من بناء علاقات وطيدة مع أفراد آخرين (داس، ٢٠١٣: ١٣٥).

تمثل حدود الاتصال المساحة التي يلتقي فيها الفرد ببيئته أو ينفصل عنها. بعض هذه الحدود الملموسة هي الجلد والحواس، لكن حصر هذا التعريف في السطح يغفل جوانب أعمق وأصعب تعريفاً، مثل الحدس والشعور الداخلي والتواصل الروحي. قد يشير هذا الفهم أيضاً إلى أن عملية التواصل تبدأ دائماً بالفرد. بينما ترى نظرية الجشطالت أن تكوين المعنى وفهم الواقع ينبعان من التفاعل الشامل بين الفرد وبيئته في سياق من اللقاء والانفصال. عند نقطة الحدود، يحدث التكيف الإبداعي، حيث يختبر الفرد ذاته في مواجهة ما هو خارجه. ومن خلال هذا التفاعل، تنمو الخبرة، ويتطور كل من الذات والعالم المحيط. (مان، ٢٠١٠: ٣٢)

وقد تبنت الباحثة نظرية (Polster & Polster, ١٩٧٣) وذلك لكونها فسرت حدود الاتصال بشكل مباشر
ب - الدراسات السابقة
١-دراسة (حنظل, ٢٠٢٣)

(حدود الاتصال لدى المرشدين التربويين)

الهدف : يستهدف البحث الحالي التعرف على:- حدود الاتصال لدى المرشدين التربويين. والتعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - اناث) في حدود الاتصال لدى المرشدين.

العينة : عينة البحث (٢٠٠) مرشد ومرشدة, من المرشدين التربويين في الرصافة الثانية للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣

الوسائل الاحصائية : تم معالجة البيانات بأستعمال الحقيبة الاحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS.

النتائج : اظهرت النتائج ان المرشدين التربويين لديهم حدود للاتصال, فضلاً عن ذلك لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير الجنس في حدود الاتصال لدى المرشدين التربويين.

٢-دراسة (مطشر , ٢٠٢٢)

(حدود الاتصال وعلاقته بالواجهة الاجتماعية لدى طلبة أقسام الارشاد النفسي والتوجيه التربوي)

الهدف : التعرف على حدود الاتصال والواجهة الاجتماعية والعلاقة الارتباطية بين اقسام الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، والتعرف على دلالة الفروق في حدود الاتصال والواجهة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس (ذكر, انثى) وتبعاً لمتغير مكان السكن (بغداد, المحافظات).

العينة : (٢٦٠) طالب و طالبة من طلبة قسمي الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي لاربع مراحل في الجامعة المستنصرية _ كلية التربية، وكلية التربية الأساسية في /بغداد/ الدراسة الصباحية فقط ومن كلا الجنسين (الذكور_ إناث) للعام الدراسي (٢٠٢١ _ ٢٠٢٢).

الوسائل الاحصائية : تم معالجة البيانات بأستعمال الحقيبة الاحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS

النتائج : توصلت إلى معرفة وجود علاقة ارتباطية موجبة وطردية بين حدود الاتصال والواجهة الاجتماعية لدى أقسام الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، ووجود فروق في علاقة ذات دلالة إحصائية بين حدود الاتصال والواجهة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس، ودلالة إحصائية بين حدود الاتصال والواجهة الاجتماعية تبعاً لمتغير السكن مكان (بغداد، محافظات) لصالح مدينة بغداد.

الفصل الثالث:

أولاً: منهج البحث :

لتحقيق هدف. هذا البحث، تم اعتماد منهج علمي واضح، قائم على أسس منهجية محددة. وتم اختيار المنهج الوصفي لكونه الأنسب لطبيعة الدراسة. ويستخدم هذا المنهج لتحليل الواقع القائم للظاهرة قيد البحث، بهدف رصد خصائصها وتفسير أبعادها، ومن ثم تقديم وصف علمي دقيق لها بناء على البيانات المتحصل عليها. (ملهم، ٢٠١٠: ٣٢٤).

ثانياً :- مجتمع البحث

تم تحديد مجتمع البحث الحالي بطلبة كليات الجامعة في الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠٢٤/٢٠٢٥) الدراسات الصباحية وقد تم تصنيفهم حسب كليتهم وجنسهم اذ بلغ حجم المجتمع الاصلي (١١٧٠٣) من الذكور والإناث وكما موضح بالجدول الآتي :-

جدول (١) اعداد الطلبة في الدراسة الاولى حسب الكلية والجنس للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥

ت	الكلية	المجموع		
		ذكور	أناث	مج
١	ادارة و اقتصاد	١٠٠٥	٧٧٧	١٧٨٢
٢	الاداب	٨٤٨	٧٦٣	١٦١١
٣	التربية الاساسية	٧٠٦	٨٣٩	١٥٤٥
٤	التربية	١٣٤٠	١٦٢٢	٢٩٦٢
٥	العلوم	٥٣٧	٩٧٤	١٥١١
٦	الهندسة	٥٤٠	١٥٥	٦٨٥
٧	العلوم السياحية	٢١٨	٤٤	٢٦٢
٨	التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٦٢	٣٦	٢٩٨
٩	العلوم السياسية	٧٠	١٧	٨٧
١٠	القانون	٤٩٠	٤٦٠	٩٥٠
	المجموع	٦٠١٦	٥٦٨٧	١١٧٠٣

ثالثاً: عينة البحث Samples of Research :

العينة هي جزء من المجتمع المدروس، يختاره الباحثون لإجراء دراستهم وفق قواعد محددة لتمثيله (العزاوي، ٢٠٠٨: ١٦١). وهناك امور يجب على الباحثين مراعاتها في كيفية اختيار العينة وحجمها.

عينة التحليل الإحصائي :

لغرض اجراء التحليل الاحصائي لمقياس حدود الاتصال اختارت الباحثة عينة مكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة كليات الجامعة المستنصرية اذ ترى انستازيا (Anastasia,1988) أن حجم العينة للتحليل الإحصائي للفقرات مناسب إذا كان

(٤٠٠) وما فوق من مجتمع البحث ، لذلك اختارت الباحثة العينة بطريقة عشوائية وبتوزيع متساوي على (٤) كليات جرى اختيارهم بالتساوي بواقع (١٠٠) طالب وطالبة من كل كلية. يوضح الجدول (٢) ذلك.

جدول (٢) توزيع عينة التحليل الإحصائي حسب الكليات

اسم الكلية	عدد الطلبة
العلوم	١٠٠
التربية	١٠٠
الأداب	١٠٠
التربية الاساسية	١٠٠
المجموع	٤٠٠

رابعاً- أداة البحث Research Tools:

ولتحقيق هدف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس حدود الاتصال، ولغرض تحديد المفهوم، تم الاطلاع على مجموعة من النظريات والأدبيات، بهذا الشأن وفي ضوء ذلك، تبنت الباحثة وجهة نظر (بولستر، وبولستر) التي عرف حدود الاتصال بأنها (عملية التواصل والانفصال عن الآخرين وعن الأشياء الأخرى، وهي أكثر خصوصية وتميز شخصاً عن آخر) (بولستر، بولستر، ١٩٧٣: ١٠٧-١٠٨).

تحديد مجالات المفهوم المراد قياسه :

حددت الباحثة المجالات وذلك بالاعتماد على التعريف النظري للعلماء ، وفق أربع مجالات وهي على النحو الآتي:

المجال الاول : الحدود الجسمية: (Body – boundaries) وهي الحدود التي تقيد المشاعر التي يشعر بها الفرد عند معرفة جسده، حيث أن هذه العمليات هي في نفس الوقت معرفية وحركية. وعاطفية، ضمن إطار علاقاتي.

المجال الثاني : الحدود القيمية: (Value – boundaries) تشير إلى القيم التي نقدرها والتي لا تتغير. على من يعارضون الطلاق أن يتعاملوا مع الطلاق في أسرهم بنفس القيم. قد تكون القيم متغيرة وقابلة للتغيير أو التعزيز.

المجال الثالث: الحدود المألوفة: (Familiarity– boundaries) يشير هذا إلى أحداث متكررة، ولكنها قد لا تكون مبنية على معتقد نابع من تحد، مثل الذهاب إلى العمل يومياً، أو التحدث بنفس الروتين في العمل يومياً، أو التفاعل بطريقة نمطية مع موظف. إذا فقد شخص ما وظيفته أو رفضته فتاة عندما تقدم لخطبتها، فهذا يعد تحد للحدود المألوفة، وقد يكون مدمراً.

المجال الرابع : الحدود التعبيرية: (Expressive- boundaries) هذا ما يكتسب في المراحل المبكرة من الحياة. نتعلم ألا نصرخ، ألا نبكي، ألا نلمس، إلخ. يجب أن يكون الشخص على تواصل مع الآخرين، وهذا مهم وضروري لتوسيع حدوده التعبيرية (بولستر، ١٩٧٣: ١١٥-١١٦، بولستر).

صياغة الفقرات وصلاحياتها :

استناداً إلى الإطار النظري المعتمد في هذا البحث، قامت الباحثة بصياغة (٢٤) فقرة تعبر عن متغيرات مقياس "حدود الاتصال"، وذلك باستخدام مقياس تقديري خماسي يتضمن البدائل التالية: "(تنطبق علي تماماً، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي قليلاً، لا تنطبق علي أبداً)". عند صياغة الفقرات، روعيت عدة معايير علمية، أهمها: وضوح العبارة، ودقة المعنى، وتجنب الغموض أو التكرار في التفسير، وضمان فهم متساوٍ من جميع المستجيبين. كما صيغت الفقرات بما يضمن صلتها بالموضوع قيد الدراسة وأهميته (أبو علام، ١٩٨٩، ص ١٦١).

للتحقق من صحة محتوى البنود وارتباطها بالمفهوم المراد قياسه، عرضت على مجموعة من المحكمين المتخصصين. أشار (إيبل ١٩٧٢، ص ٥٥٥) إلى أن أفضل طريقة لتقييم صحة البنود هي مراجعتها من قبل خبراء لتحديد مدى اتساقها مع السمة المستهدفة. بناءً على آراء المحكمين، تمت الموافقة على جميع البنود على المقياس. أظهرت نتائج التحكيم أن كل بند حقق نسبة موافقة لا تقل عن ٨٠%.

التحليل الإحصائي للفقرات :

"وفيما يأتي إجراءات التحقق منها".

أ- حساب القوة التمييزية للفقرات: تشير القوة إلى قدرة الفقرة، على التمييز بشكل صحيح بين المفحوصين من حيث امتلاكهم الخاصية التي يقيسها الاختبار (انستازي، أوربين ١٩٩٧: ١٨٠-١٨١).

"ولأجل التحقق من ذلك" قامت الباحثة

بالخطوات الآتية :

اختيار عينة عشوائية بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة ضمن كليات الجامعة المستنصرية وقد أشارت أغلب الأدبيات المتخصصة في القياس النفسي إلى أهمية حجم العينة عند تحليل فقرات المقياس، إذ يفضل أن لا يقل عدد أفراد العينة عن (٤٠٠) فرد يتم اختيارهم بعناية من المجتمع الإحصائي ذي الصلة (ثورندايك، ١٩٧١، ص ١٣٢).

في ضوء ذلك، طبقت الباحثة المقياس بصيغته الأولية على عينة البحث، ثم صححت الإجابات، ورتبت الاستبيانات تصاعدياً حسب درجات المفحوصين، من الأعلى إلى الأدنى.

ولغرض التحقق من القوة التمييزية لفقرات المقياس، تم اعتماد أسلوب المجموعتين المتطرفتين، حيث تم اختيار نسبة (٢٧%) من أعلى الدرجات، و(٢٧%) من أدنى الدرجات، باعتبارها النسبة المثلى التي تحقق تمايزاً واضحاً بين المجموعتين من حيث الاستجابات (أنستازي وأوربين، ١٩٩٧، ص ١٨٠-١٨١)

وبلغ عدد الأفراد في كل مجموعة (١٠٨) طالباً وطالبة، وبذلك أصبح إجمالي العينة المعتمدة للتحليل (٢١٦) فاحصاً موزعين بالتساوي بين المجموعة العليا والدنيا.

واستخدمت الباحثة اختبار (ت) للعينات المستقلة لتحليل دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين في كل فقرة من فقرات المقياس، ويوضح الجدول (٣) ذلك.

جدول (٣) القوة التمييزية لفقرات مقياس

ت الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	3.21	1.374	2.62	1.358	3.187	دالة
٢	3.31	1.411	2.42	1.441	4.581	دالة
٣	3.46	1.567	2.58	1.375	4.385	دالة
٤	3.20	1.379	2.57	1.355	3.385	دالة
٥	3.42	1.402	2.68	1.527	3.713	دالة
٦	3.32	1.406	2.56	1.403	3.972	دالة
٧	3.28	1.352	2.70	1.461	2.996	دالة
٨	3.51	1.279	2.67	1.353	4.703	دالة
٩	3.38	1.365	2.60	1.325	4.248	دالة
١٠	3.30	1.396	2.72	1.465	2.948	دالة
١١	3.56	1.306	2.53	1.307	5.831	دالة
١٢	3.28	1.471	2.75	1.408	2.693	دالة
١٣	3.35	1.376	2.80	1.484	2.853	دالة
١٤	3.38	1.338	2.73	1.392	3.490	دالة
١٥	3.23	1.444	2.64	1.315	3.153	دالة
١٦	3.18	1.433	2.51	1.329	3.545	دالة
١٧	3.31	1.417	2.56	1.320	3.974	دالة
١٨	3.29	1.333	2.75	1.395	2.893	دالة
١٩	3.56	1.436	2.45	1.456	5.600	دالة
٢٠	3.27	1.287	2.43	1.262	4.858	دالة
٢١	3.39	1.373	2.81	1.307	3.198	دالة

٢٢	3.19	1.492	2.52	1.329	3.467	دالة
٢٣	3.43	1.402	2.79	1.441	3.302	دالة
٢٤	3.٢٥	1.٣٨١	2.٦٤	1.٢٧٧	3.324	دالة

* من الجدول (٣) تبين أن جميع الفقرات دالة إحصائياً ، لأن قيمتها التائية. المحسوبة اكبر من. لقيمة التائية، الجدولية البالغة (١,٩٦) بدرجة. حرية (٢١٤) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥).
ب-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لتحليل العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة ودرجة المقياس الكلية، وقد تبين أن معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) وبدرجة حرية بلغت (٣٩٨). وبالاستناد إلى القيم التائية الخاصة بمعاملات الارتباط، اتضح أن جميع الفقرات كانت ذات دلالة إحصائية. ويوضح الجدول (٤) هذه النتائج

جدول (٤) "قيم معامل الارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس" حدود الاتصال

تسلسل الفرقة	قيمة الارتباط	معامل	تسلسل الفرقة	قيمة معامل الارتباط	تسلسل الفرقة	قيمة معامل الارتباط
1	١.١٧٠	9	0.200	17	0.170	
2	٠.٢٦٩	10	0.157	18	0.123	
3	0.247	11	0.284	19	0.265	
4	0.183	12	0.152	20	0.238	
5	0.200	13	0.182	21	0.185	
6	0.243	14	0.183	22	0.248	
7	0.180	15	0.154	23	0.190	
8	0.242	16	0.191	24	0.374	

*القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)

الخصائص القياسية (السايكومترية) للمقياس :

١- الصدق : يعد الصدق من الخصائص الأساسية لبناء المقاييس التربوية والنفسية. والمقياس، الصادق هو الذي يصمم لقياس السمة، التي وضع. من أجلها (فراج، ١٩٨٠ : ٣٦٠).

الصدق الظاهري :

يعد المقياس صادقاً إذا كان يقيس فعلياً السمة أو القدرة التي صمم من أجلها (عوض، ١٩٩٨، ص ٦٠).

ومن أبرز الأساليب المستخدمة للتحقق من الصدق الظاهري، عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين، للحكم على مدى ملاءمتها لقياس السمة المستهدفة (إيبل، ١٩٧٢، ص ٥٥).

وقد تم التوصل إلى هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي من خلال عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء في مجالات والإرشاد النفسي وعلم النفس والقياس والتقويم حيث أظهرت درجة اتفاق عالية فيما يتعلق بصدق الفقرات في قياس "حدود الاتصال"

صدق البناء:

يشير صدق البناء إلى تحليل الأداة في ضوء الإطار النظري للمفهوم النفسي الذي تقيسه. ويعتمد على مدى ارتباط الفقرات ببعضها البعض من جهة، وبالبعد العام للمقياس من جهة أخرى (حبيب، ١٩٩٦، ص ٣٠٧).

وفي هذه الدراسة تم التحقق من صدق البناء من خلال تحليل الفقرات إحصائياً، وذلك بحساب معاملات التمييز والارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، مما يؤكد اتساقها مع المفهوم المراد قياسه.

٢- الثبات :

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين:

١. طريقة إعادة الاختبار: طبق المقياس مرتين على عينة عشوائية (١٠٠) طالب وطالبة، بفواصل أسبوعين بين كل تطبيق. وبحساب معامل الارتباط بين التطبيقين، بلغ معامل الثبات (٠.٨٤)، يقع ضمن الحدود المقبولة التي وضعها العيسوي (١٩٨٥)، حيث يرى أن الثبات المقبول يتراوح بين (٠.٧٠ و ٠.٩٠) (العيسوي، ١٩٨٥، ص ٥٨).

٢. ألفا كرونباخ: تعد هذه الطريقة من أكثر الطرق استخداماً لقياس الاتساق الداخلي للمقياس. تعتمد على حساب معامل الارتباط بين استجابات الأفراد عبر مختلف فقرات المقياس. وقد أظهرت نتائج التحليل أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي، مما يعكس اتساق أداء المفحوصين عبر فقرات المقياس، مما يدعم اتساقه (كرونباخ، ١٩٥١، ص ٢٩٨). (Cronbach, 1951:298).

وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠.٨١) وهو معامل ثبات جيد، والجدول (٥) يوضح ذلك .

جدول (٥) معامل ثبات مقياس حدود الاتصال بطريقتي إعادة الاختبار وألفا كرونباخ

طريقة استخراج الثبات	قيمة معامل الثبات
طريقة الاختبار وإعادة الاختبار	٠,٨٤
طريقة ألفا كرونباخ	٠,٨١

المؤشرات الإحصائية لمقياس حدود الاتصال:

"يعد استخراج المؤشرات الإحصائية للتعرف على مدى قرب توزيع أفراد عينة البحث من التوزيع الطبيعي والذي يعد معياراً للحكم على تمثيل عينة مجتمع البحث"

وقامت الباحثة بحساب المؤشرات الإحصائية كالأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والتباين جدول (٨) يوضح ذلك .

جدول (٦) المؤشرات الإحصائية لعينة التحليل الإحصائي

ت	المؤشرات الإحصائية	القيم
١	الوسط الفرضي	72
٢	الوسط الحسابي	71.4100
٣	الوسيط	71.0000
٤	المنوال	72.000
٥	الانحراف المعياري	6.80718
٦	التباين	46.338
٧	الالتواء	0.074
٨	التفرطح	-0.226
٩	المدى	39.000
١٠	أقل درجة	53.000
١١	أعلى درجة	92.000

الوسائل الإحصائية :

استعملت الباحثة الحقيبة الإحصائية (spss) لإكمال إجراءات الإحصاء وعلى النحو التالي:

١- الاختبار الثاني t test : لعينتين مستقلتين

٢- معامل ارتباط بيرسون : للمقياس

٣- معادلة الفاكرونباخ :

4- "معادلة Steven K. thompson لاختيار حجم العينة من مجتمع البحث:

الفصل الرابع:

يتناول هذا الفصل عرض نتائج البحث وفقاً لأهدافه، إلى جانب تحليل هذه النتائج وتفسيرها، ثم تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات التي استنبطت استناداً إلى ما تم التوصل إليه من نتائج

الهدف الاول: " التعرف على حدود الاتصال لدى طلبة الجامعة ."

ولتحقيق هذا الهدف، طُبِقَ مقياس "حدود التواصل" على عينة مكونة من (١٠٠) طالب وطالبة. بعد جمع البيانات، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات العينة، ومقارنتها بالمتوسط النظري للمقياس باستخدام اختبار "ت" لعينة واحدة. وقد تم ذلك للتحقق من الدلالة الإحصائية للفروق بين المتوسطين.

وقد أظهرت نتائج التحليل أن المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة بلغ (٨٠.١٢٠) درجة، بانحراف معياري مقداره (٣.٤٣٨). وبمقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي البالغ (٧٢) درجة، تبين

وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٣.٦١٤)، وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية (١.٩٨) عند درجة حرية (٩٩) وتشير هذه النتائج إلى أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى مرتفع من حدود الاتصال، ويتضح ذلك من تفوق المتوسط الحسابي الفعلي على المتوسط الفرضي، كما هو موضح في الجدول (٧).

جدول (٧) اختبار (t) لعينة

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية
١٠٠	80.120	3.438	72	23.614	١.٩٦

*القيمة التائية الجدولية = (١,٩٨)، عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وبدرجة حرية (٩٩).

تفسير النتائج:

الهدف الأول: أوضحت النتائج الهدف الاول، إن طلبة الجامعة في كليات الجامعة المستنصرية، يتمتعون بحدود الاتصال، وهذا ما أكد عليه العالمان (Po.lster and P>olster 1973) في نظريتهم، يظهر الأفراد الذين يمتلكون حدود اتصال مرنة قدرة عالية على التكيف والنمو السليم، كما يتمتعون بمستوى جيد من النجاح في الحياة وسهولة في التغيير والتطور. في المقابل، فإن الأفراد ذوي الحدود غير المرنة يميلون إلى الانغلاق على أنفسهم، مما يضعف تواصلهم مع الآخرين والبيئة من حولهم، ويصعب عليهم النمو الشخصي والتغيير الإيجابي (داس ٢٠١٤: ١٣٥).

التوصيات:

١- أهمية استخدام مقياس حدود الاتصال كأداة تشخيصية، إذ يمكن لإدارات الكليات الاستفادة منه في الكشف عن جوانب القصور في شخصية طلبة الجامعة، والعمل على معالجتها من خلال خطط تطويرية مناسبة.

٢- ضرورة تفعيل دور المرشدين التربويين في المؤسسات التعليمية سواء في المدارس أو الجامعات بهدف قياس مستوى التواصل والتفاعل الاجتماعي بين الطلبة، وتصميم برامج إرشادية تساهم في تعزيزها وتطويرها.

٣- أهمية تشجيع التفاعل الإيجابي داخل القاعات الدراسية، وأن يشجع الأساتذة المنافسات الموضوعية أثناء المحاضرات، مع التركيز على دعم وتشجيع الطالبات بشكل خاص على المشاركة الفعالة، لما لذلك من أثر كبير في تعزيز مهارات التواصل والثقة بالنفس.

المقترحات :

١- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية على فئات طلابية في مراحل دراسية مختلفة، مثل المرحلتين المتوسطة والإعدادية، للتحقق من الفروق العمرية أو النمائية في مستوى حدود الاتصال.

٢. اقتراح تنفيذ برامج إرشادية تدريبية تركز على تنمية مهارات الاتصال الفعال لدى الطلبة، وربطها بالعوامل النفسية والاجتماعية التي تؤثر في تشكيل الشخصية الجامعية .

المصادر:

- ١- سميث ، إلسي جونز (٢٠١١) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي نهج تكاملي ، ط١، المريمية.
- ٢- جابر، جابر عبد الحميد، خليل ، ترمين محمود (٢٠١٩): الارشاد النفسي النظرية و التطبيق ، ط١ ، مكتبة انجلو المصرية.
- ٣- العابدي ، نهلة عبد مسير (٢٠١٧): (الابداع الانفعالي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة الجامعة) رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة القادسية
- ٤- سيوارد ، بريان، لوك (٢٠١٩): أساسيات إدارة الإجهاد جونز ، ط ٥ ، بارتليت ليرنينغ.
- ٥- راي، فيرونیکا (١٩٨٩): وضع الحدود، الجزء ١ ، مؤسسة هازلدن ، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٦- الأمام، معين (٢٠٠٦): نجاح الطالب في الجامعة تهيئة الظروف المؤثرة، ط١، مكتبة العبيكان.
- ٧- بيرلز، هيفرين، كودمان (١٩٩٤): الإثارة والنمو في الشخصية البشرية لعلاج الجشطات، ط٣ علاج الجشطات، نيويورك
- ٨- بولستر ، بولستر (١٩٧٣): ملامح علاج الجشطات المتكاملة لممارسة النظرية ، أول كتب قديمة، نيويورك.
- ٩- بيرنزر، (١٩٨٥): (فحص نظرية الشخصية في علاج الجشطات باستخدام طريقة) أطروحة دكتوراه (غير منشورة) ، جامعة الولاية.
- ١٠- عبد القادر ، اسماعيلي يامنة ، صابر، قشوش (٢٠١٥): الدماغ والعمليات العقلية الانتباه والادراك والتفكير والذاكرة، دار اليازوري العلمية.
- ١١- باترسون ، س، هـ (١٩٩٠): نظريات الارشاد والعلاج النفسي ، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ، ج٢ ، دار القلم للنشر والتوزيع ، ط١، الكويت .
- ١٢- بلان، كمال يوسف (٢٠١٥): نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط١، دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع، عمان
- ١٣- الشناوي، محمد محروس (١٩٩٥): نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط١ ، دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة
- ١٤- داس، جيلان (٢٠١٤): التكامل والنمو ، إكليريس الولايات المتحدة الأمريكية.

- ١٥- مان, ديف(٢٠١٠): علاج الجشطات ١٠٠ نقطة وتقنيات أساسية, ط١, تايلور وفرانيس إي , نيويورك
- ١٦- زهران , حامد عبد السلام (١٩٨٠) : التوجيه والارشاد النفسي , ط٢ , عالم الكتب للنشر والتوزيع , القاهرة , مصر
- ١٧- عبد الرحمن, محمد السيد (١٩٩٨): نظريات الشخصية, دار قباء للطباعة والنشر, القاهرة
- ١٨- ملحم, سامي محمد(٢٠١٠): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس , ط٦, دار المسيرة, عمان
- ١٩- العزاوي , رحيم يونس كرو(٢٠٠٨): مقدمة في منهاج البحث العلمي, ط١, دار دجلة , بغداد, العراق.
- ٢٠- أبو علام, رجاء محمود(١٩٨٩): مدخل الى منهاج البحث التربوي , ط١, مكتبة فلاح, الكويت.
- ٢١- إبليل , ر. (1972 L): أساسيات القياس التربوي , ط١ , نيو جيرسي , برنتيس - هيل.
- ٢٢- انستازي, أوربين (١٩٩٧): الاختبارات النفسية , ط٧, نيويورك , برنتيس هول
- ٢٣- انستازي , أ. (١٩٧٦): الاختبارات النفسية , (الطبعة الرابعة) , ماكميلان للنشر , نيويورك.
- ٢٤- ثورنديك, روبرت واليزابيث, هيجن (١٩٨٩): القياس والتقويم في علم النفس والتربية, ترجمة عبدالله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس, مركز الكتب الاردني, عمان.
- ٢٥- فرج, صفوت(١٩٨٠): القياس النفسي, دار الفكر العربي, القاهرة
- ٢٦- عوض, عدنان(٢٠٠٨): منهاج البحث العلمي , ط١, مكتبة بريد هليوبوليس, القاهرة, مصر.
- ٢٧- حبيب, مجيد عبد الله كريم(١٩٩٦): التقويم النفسي في التربية وعلم النفس, مكتبة النهضة المصرية, القاهرة
- ٢٨- عيسوي, عبد الرحمن محمد(١٩٨٥): القياس والتجريب في علم النفس والتربية , دار المعرفة للنشر والتوزيع , مصر
- ١- Smith, Elsie Jones) 2011 (Theories of Counseling and Psychotherapy An Integrative Approach, 1st Edition, Sage.
- ٢- Jaber, Jaber Abdel Hamid, Khalil, Termin Mahmoud (2019): Theoretical and applied psychological counseling, 1st edition, Anglo Egyptian Library.

- ٣Al-Abedy, Nahla Abdel-Mesir (2017): (Emotional creativity and its relationship to the orientation towards life among university students) Master's thesis (unpublished), College of Education, University of Al-Qadisiyah
- ٤Seward, Brian, Locke (2019): Essentials of Stress Management Jones, 5th Edition, Bartlett Learning.
- ٥Ray, Veronica (1989): Setting Boundaries, Part 1, Hazelden Foundation, USA.
- ٦Al-Imam, Moeen (2006): Student's Success at the University: Creating Influential Conditions, 1st Edition, Obeikan Library.
- ٧Perls, Hefferin, Codman (1994): Arousal and Growth in the Human Personality of Gestalt Therapy, 3rd Edition, Gestalt Therapy, New York
- ٨Paulster, Paulster (1973): Features of Integral Gestalt Therapy for The Practice of Theory, Early Old Books, New York.
- ٩Burns, R. (1985): (Examination of personality theory in Gestalt therapy using the method) PhD thesis (unpublished), State University.
- ١٠Abdel-Qader, Ismaili Yamna, Saber, Qashush (2015): The brain and mental processes, attention, perception, thinking and memory, Al-Yazuri Scientific House.
- ١١Patterson, S, H (1990): Theories of Counseling and Psychotherapy, translated by Hamid Abdel Aziz Al-Fiqi, Volume 2, Dar Al-Qalam for Publishing and Distribution, 1st Edition, Kuwait.
- ١٢Balan, Kamal Youssef (2015): Counseling and Psychotherapy Theories, 1st Edition, Dar Al-Asaar Al-Alami for Publishing and Distribution, Amman.
- ١٣El-Shennawy, Muhammad Mahrous (1995): Counseling and Psychotherapy Theories, 1st Edition, Dar Al-Gharib for Printing, Publishing and Distribution, Cairo
- ١٤Das, Gillan (2014): Integration and Growth, Eclipse USA.

- ١٥Mann, Dave (2010): Gestalt Therapy 100 Points and Essential Techniques, 1st ed. Taylor and Francis E., New York
- ١٦Zahran, Hamed Abdel Salam (1980): Psychological Guidance and Counseling, 2nd Edition, World of Books for Publishing and Distribution, Cairo, Egypt
- ١٧Abdel-Rahman, Mohamed El-Sayed (1998): Personality Theories, Qubaa House for Printing and Publishing, Cairo
- ١٨Melhem, Sami Muhammad (2010): Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 6th Edition, Dar Al Masirah, Amman
- ١٩Al-Azzawi, Rahim Younis Crowe (2008): Introduction to the Curriculum of Scientific Research, 1st Edition, Dar Dijla, Baghdad, Iraq.
- ٢٠Abu Allam, Rajaa Mahmoud (1989): Introduction to Educational Research Methods, 1st Edition, Falah Library, Kuwait.
- ٢١Ebel, R. L (1972): Fundamentals of Educational Measurement, 1st Edition, New Jersey, Prentice-Hill.
- ٢٢Anastasia, Urban (1997): Psychological Tests, 7th Edition, New York, Prentice Hall
- ٢٣Anastasia, A. (1976): Psychological Tests, (4th ed.), Macmillan Publishing, New York.
- ٢٤Thorndike, Robert and Elizabeth, Heegen (1989): Measurement and Evaluation in Psychology and Education, translated by Abdullah Zaid Al-Kilani and Abdul Rahman Adas, Jordan Book Center, Amman.
- ٢٥Farag, Safwat (1980): Psychometrics, Arab Thought House, Cair
- ٢٦Awad, Adnan (2008): Scientific Research Methods, 1st Edition, Heliopolis Post Library, Cairo, Egypt.
- ٢٧Habib, Majid Abdullah Karim (1996): Psychological evaluation in education and psychology, Egyptian Renaissance Library, Cairo
- ٢٨Essawy, Abdel Rahman Mohamed (1985): Measurement and Experimentation in Psychology and Education, Dar Al Marefa for Publishing and Distribution, Egypt

ملاحق:

مقياس حدود الاتصال بصورته النهائية

الجامعة المستنصرية

كلية التربية

قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

تتضمن هذه المجموعة بين يديك عدداً من العبارات التي تعكس مواقف وآراء مختلفة تجاه جوانب حياتية متنوعة. قد تجد أن بعض هذه العبارات تنطبق عليك بدرجات متفاوتة، بينما قد لا تنطبق أخرى إطلاقاً. يرجى قراءة جميع العبارات بعناية، ثم اختيار البديل الذي يعبر بدقة عن وجهة نظرك بوضع علامة (✓) أسفله. لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فجميع الإجابات تعبر عن رأيك الشخصي، وسيتم التعامل معها بسرية تامة ولأغراض البحث العلمي فقط.

مثال توضيحي:

إذا شعرت أن الفقرة تنطبق عليك تماماً، فضع علامة (✓) في المربع المقابل لهذا الخيار، كما هو موضح أدناه

ت	الفقرة	البدائل			
		تنطبق علي تماماً	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي قليلاً
١	امارس، رياضتي المفضلة. مع الاصدقاء	✓			

مع شكري وامتناني.....

ت	الصفات	استطيع على تبدأ	استطيع على تبدأ	استطيع على تبدأ	استطيع على تبدأ	استطيع على تبدأ
١	أتعامل مع استقبالي بلطف ومودة.					
٢	أكون صادقاً دائماً في تعاملي مع عائلتي والأخرين.					
٣	أحرص على الحفاظ على صداقتي حتى لو تم رفضي.					
٤	أحدث بصوت هادئ عند تواصلتي مع استقبالي.					
٥	أبرز الرياضة العقلية، لدي مع استقبالي.					
٦	أعثر إكرام الطيب من القيم الأساسية لدي.					
٧	أستك بعلميتي وميائتي، مهما كانت التحديات.					
٨	لدي معرفة كافية بوظائف جسدي الفسيولوجية والفسفولوجية.					
٩	أؤمن بأهمية وجود مبدأ ثابت في التعامل مع الآخرين.					
١٠	أضع ثقتي في من حولي خلال المواقف الصعبة، مهما كانت عائلتي بهم.					
١١	أملك نفسي وأتجنب اليكاه في المواقف المعقدة.					
١٢	أحرص على إجراء فحوصات طبية دورية للأطفال على نفسي.					
١٣	أقرم بالقيم الاجتماعية السائدة في المجتمع.					
١٤	أقدم مصانع الآخرين على مصفني الشخصية في التعامل.					
١٥	أعثر عن مشاعري بصدق أمام الآخرين.					
١٦	أشعر بالراحة النفسية عند التحدث أمام الناس.					
١٧	أؤمن بأن الدفاع عن الشرف والعرض واجب دائم.					
١٨	أشارك في المناسبات الاجتماعية للحفاظ على عائلتي الطيبة.					
١٩	أقضي وقت فراغي في الحديث مع استقبالي.					
٢٠	أشعر بالرضا تجاه شكل جسدي وصوريته.					
٢١	أتعامل مع المشكلات الاجتماعية بالطريقة التي أتعامل بها مع أسرتي.					
٢٢	أحافظ على أسرار الآخرين حتى لو شاب خلاف بيننا.					
٢٣	أفضل حضور المحاضرات الثقافية وسماعها بأشهر.					
٢٤	أحرص على فهم مشاعر الآخرين قبل الرد عليهم، أكون ودياً وحنوناً مع استقبالي.					