مجلة دراسات موصلية

مجلة فصلية علمية محكمة، تعنى ببحوث الموصل الاكاديمية في العلوم الانسانية والاجتماعية

ISSN. 1815-8854

تاريخ استلام البحث: ١٤/٥/ ٢٠٢٥ تاريخ قبول النشر: ١٩/٦/٢٠٢٥

الصحة العاطفية لدى طلبة جامعة الموصل

EMOTIONAL HEALTH AMONG UNIVERSITY OF MOSUL STUDENTS

أ. د صبيحة ياسر مكطوف علي عمر خليل

Prof. Sabiha Yasser Maktouf Ali Omar Khalil

جامعة الموصل/كلية التربية للعلوم الإنسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية

University of Mosul/
College of Education for Humanities/Department of Educational and Psychological Sciences

dr.sabiha.yassir@uomosul.edu.iq

ali.24ehp20@student.uomosul.edu.iq

ISSN. 1815-8854

ملخص البحث

تهدف الدراسة الى معرفة مستوى الصحة العاطفية عند طلبة جامعة الموصل بشكل عام، فضلا عن قياس مستوى الصحة العاطفية تبعا للمتغيرات (الجنس، الصف، التخصص)، للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) ، ولتحقيق أهداف البحث اطلع الباحث على الأطر النظرية والدراسات السابقة التي ترتبط بموضوع البحث تمهيدا لاستكمال البحث، ضم مجتمع البحث (٢٠٤٣٩) طالبا وطالبة، اختار الباحث منهم عينة عشوائية طبقية متساوية بواقع (٦٢٤) من الطلبة موزعين على (٢٤) كلية، تسع منها بالاختصاصات العلمية وسبعة منها بالاختصاصات الأدبية، لتحقيق اهداف الدراسة بنا الباحث مقياس الصحة العاطفية وتم التحقق من المؤشرات السايكومترية للمقياس عن طريق استخراج الصدق بأنواعه والثبات اصبح المقياس بشكله النهائي مكوناً من (٣٦) فقرة، وتمت معالجة البيانات احصائيا، بينت النتائج ان الاناث لديهن صحة عاطفية اعلى من الذكور، وهناك فرق ذات دلالة لصالح الصف الرابع في الصحة العاطفية، وليس هناك فرق في العلاقة ذات دلالة معنوية تبعا لمتغير التخصص(علمي-انساني). وفي ضوء مخرجات الدراسة، خرج الباحث ببعض التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: الصحة العاطفية، طلبة جامعة الموصل.

ISSN. 1815-8854

Abstract

The study objectives are identifying the level of emotional health among pupils of the Mosul university in general, and to measure the level of emotional health according to the variables (gender, grade, and specialization), for the academic year(2024-2025). To achieve the research objectives, the researcher reviewed the theoretical frameworks and previous studies related to the research topic in preparation for completing the research. The research community included (20439) male and female students. The researcher chose an equal stratified random sample of (624) male and female pupils distributed on (24) college, nine of it with scientific specializations and seven with humanities specializations. For achieving the research goals, the researcher built an emotional health scale. The psychometric indicators of the scale were verified by extracting validity and reliability. The scale in its final form became (36) items. After processing the data statistically, the outcomes indicated that females have higher emotional health than males. There is also a significant difference in the fourth grade in productive thinking, and there is no significant difference in the relationship according to the specialization variable (scientific - humanities). In light of the results that the study yielded, the researcher came out with some Recommendations and Suggestions.

Keywords: Emotional health, University of Mosul students.

ISSN. 1815-8854

مشكلة الدراسة

يرتبط مفهوم الصحة العاطفية بالصحة الجسدية وإن عدم التمتع بصحة عاطفية جيدة هو معوق أساسي من معوقات تعزيز المرونة والوعي الذاتي والشعور العام بالرفاهية لدى الأفراد، حيث تلعب الصحة العاطفية دورا في التفاعلات مع الفاعلين من مختلف الجماعات، فالفرد الذي لا يستطيع أن يتحكم بأفكاره ومشاعره وسلوكياته لا يمتلك استراتيجيات التعامل مع المواقف والتجارب السلبية التي قد تواجهه في حياته الاجتماعية مثل: فقدان الأحبة الضغوط الأسرية، الفراق في العلاقات العاطفية وغير ذلك وهذا ما يؤدي الى عدم تحديد ردود الأفعال عن كيف يتم التصرف أو ما يجب أن يمتنع عنه للوصول الى حالة التنظيم العاطفي والسير على وتيرة ايجابية. (نصيرة، وهمال، ٢٠٢٣: ١٩٦). ونظراً لتعقيدات الحياة، وازدياد حاجاتها، وتوسع العلاقات الاجتماعية، سبب ذلك ازدياد واجبات الافراد والتزاماتهم اليومية نحو بقية الآخرين الذين يعيشون معهم ببيئتهم، وهذا ما يوجب عليهم القدرة على الإحساس بمشاعرهم، وفهم معانيها والمشاركة فيها وجدانيا وفكريا (حميد، ٢٠٢٣: ٩١٥).

وتتجلى مشكلة البحث بالتساؤلات الاتية:

- ما مستوى الصحة العاطفية لدى طلبة جامعة الموصل بشكل عام؟
- ما مستوى الصحة العاطفية تبعا للمتغيرات (الجنس، الصف، التخصص)؟

أهمية البحث:

اهتم علماء النفس في نهاية القرن الماضي بالصحة العاطفية وترافق ذلك مع نشوء علم النفس الايجابي على يد العالم سيكلمان واعتبار الصحة العاطفية احد محاور ذلك العلم والذي تم ربطه بمتغيرات أخلاقية واجتماعية (البيبي، ٢٠١٤: ٤٠). اذ اهتم الباحثين في نهايات القرن العشرين، بموضوع الصحة العاطفية خاصة أمام تزايد متطلبات وضغوطات الحياة العصرية التي بات يكابد عناءها الأشخاص بشكل يومي، والتي أضحت بدون أدنى شك تؤثر بشكل مباشر ومتفاوت نسبيا على الصحة والسلامة العاطفية للأشخاص، تعتبر هذه الأخيرة أحد جوانب الصحة العقلية إذ ترتبط بمدى قدرة الشخص على التعامل مع المشاعر الإيجابية والسلبية على حد سواء، كما ترتبط بفكرة التنظيم العاطفي ووعي الأفراد واكتسابهم لمهارات التأقلم مع كافة الظروف ودرجة مرونتهم في إيجاد الحلول والخطط البديلة عند شعورهم بالإحباط والاصطدام بالواقع.(حسرومي، ولويزة،

ISSN. 1815-8854

٢٠٢٣: ٥٩).أن الصحة العاطفية هي مزيج من المشاعر الإيجابية، والتي يتم تطبيقها في مواقف الحياة الحقيقية وتقيس الرفاهية النفسية والاجتماعية الذاتية. وتشير هذه المتغيرات إلى ازدهار الصحة العقلية إذ يكون الفرد متوازنا من حيث الرفاهية العاطفية والعقلية والاجتماعية (Mihesova,2017:8). وتعد الجامعة مؤسسة تعليمية تسعى لإعداد الطلبة لتحقيق الأهداف المرجوة عن طريق الإعداد العلمي والفني للحياة العملية والتفاعل مع الاخرين والتوافق معهم، لهذا يعد اعداد رجال الغد حجر الأساس للعمليات التربوية حيث أنها عملية هامة وفاعلة بالمجتمع، وتساعد على تنمية الطالب بكافة جوانب الشخصية الجسمية والعقلية والنفسية والعاطفية، لذلك علينا الاخذ بالحسبان كافة الظروف والإمكانيات التي تساعد على تحسين العملية العلمية في الجامعة وإيصال معلومات إلى الطلبة وتعزيز تفاعلهم، مما يؤدي لخلق بيئة تساعد على تطوير إلى أقصى حدوده جعل الله عز وجل للنفس البشرية حقا، ودعا إلى التوازن في حقوق النفس الروحية والعاطفية والمادية والعقلية، فلا يطغى جانب على آخر حتى تتحقق السعادة المنشودة والرضى المطلوب (حمزة، وبن الشيخ، ٢٠١٩: ١٨٧).

ومن خلال ما ذُكر اعلاه تبرز أهمية الدراسة وكما يلي:

أ. الاهمية النظرية:

تتضح الأهمية النظرية فيما يأتي:

١- لا توجد دراسات سابقة على حد علم الباحث تناولت الصحة العاطفية عند طلبة جامعة الموصل.

٢- أهمية العينة فهم من طلبة الجامعة والعناية بهم للإفادة منهم في بناء مجتمع سليم واعدادهم لكافة مجالات الحياة.

٣- جذب انتباه الطلبة الجامعيين لأهمية الصحة العاطفية لبناء شخصية متكاملة.

ب.الأهمية العملية أو التطبيقية:

١- بناء مقياس الصحة العاطفية عند طلاب جامعة الموصل.

٢- الحصول على تقديرات رقمية للصحة العاطفية عند كل فرد لمعرفة قدرة الشخص على التعامل مع المشاعر الإيجابية والسلبية على حد سواء.

اهداف الدراسة

ISSN. 1815-8854

١- بناء مقياس الصحة العاطفية عند طلبة جامعة الموصل.

٢- معرفة مستوى الصحة العاطفية عند طلبة جامعة الموصل بشكل عام.

٣- معرفة مستوى الصحة العاطفية عند طلبة جامعة الموصل وفقا لمجالات الصحة العاطفية.

٤- معرفة الفوارق الاحصائية بمستوى الصحة العاطفية عند طلاب جامعة الموصل حسب المتغيرات (الجنس- ذكور، اناث) و(الصف -الثاني، الرابع) و (التخصص- العلمي، الانساني).

حدود البحث:

١- **الحدود الزمنية**:- الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

٢- **الحدود المكانية**:- جامعة الموصل / الكليات العلمية والإنسانية.

٣- **الحدود البشرية**:- طلبة جامعة الموصل (الدراسة الصباحية) الكليات العلمية والانسانية، للعام (٢٠٢٤- ٢٠٢٥).

٤- **الحدود الموضوعية**:- التفكير المنتج والصحة العاطفية.

الصحة العاطفية:

تحديد المصطلحات:-

١- " كولاكوفسكي (Kolakowski ,٢٠١٣) "

معاملة الفرد للآخرين بصورة إيجابيه، وأن يحب الفرد نفسه، ويتصف بالمرونة ويشعر بالامتنان لمن يحب، وانه على اتصال بمشاعره، ولديه معنى في حياته، ويتجاوب مع انفعالاته بصوره إيجابية. (Kolakowski, 2013:1 - 6).

٢- " حسن (٢٠١٧) "

ان مفهوم الصحة العاطفية يشير إلى معنى التوافق الصحي المتمثل بصحة الإنسان الجسدية التي تنعكس على صحته العامة، والتكيف الاجتماعي بحيوية، أي عبر مبادلة العواطف مع الآخرين. (حسن ، ٢٠١٧: ٢٣).

٣- " مهيسوفا (Mihesova,2017) "

توضح العلاقة بين الايمان بالذات والمثابرة والوعي الذاتي، والايمان بالاخرين، والكفاءة العاطفية والتعاطف والتنظيم الذاتي واعادة التقييم المعرفي. (Mihesova,2017:84).

ISSN. 1815-8854

التعريف النظري للصحة العاطفية:-

تبنى الباحث تعريف كولاكوفسكي وذلك لان الباحث تبنى نظريتها.

التعريف الاجرائي للصحة العاطفية:-

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عند اجابته على مقياس الصحة العاطفية.

إطار نظري

سيتم عرض النظرية المتبناة في هذا البحث:

نظرية كولاوكوفسكي٢٠١٣ (Kolakowski Theory):

الصحة العاطفية أكثر ارتباطا بالصحة النفسية، لذا تسمح للأشخاص ان يتعرفوا على كل طاقاتهم المتاحة، وتتيح لهم التعامل بشكل صحيح مع ضغوطات الحياة. وللصحة العاطفية خاصية مهمه بالمساهمة الإيجابية بتنمية المجتمع، وإن ما يميز الفرد من ناحية الكفاءة والمهارة النفسية والعاطفيه لا يقاس بمقدار مشاكل التي تواجهه وانما بطريقه استجاباته لتلك المشاكل، وقدرته على مواجهة التحديات بلا يأس رغم الخسائر الكبيره، بحيث لا تفقده المشاكل التي يواجهها ثقته بنفسه ومقدرته على التوافق والمقدرة تعني مواجهه تحديات الحياة بقوة، وعدم فقدان الثقة بالنفس. وعدم فقدان الاتزان العاطفي والاستغراق بالمشاكل وأن الصحة العاطفية لا تتعلق بمشاكله التي يواجهها بحياته وإنما تتعلق بكيفية التعامل مع تلك المشاكل، وان الأفراد الذين يتمتعون بصحة عاطفية يستمرون بتنمية تلك الصفات طيلة حيواتهم، بدلاً من وصولهم إلى نقطة يتوقفون فيها، لذا حدد العالم (Kolakowski ,2013) سبعة مجالات او علامات دالة على الصحة العاطفية وهي:

(١) معاملة الآخرين بشكل جيد:

إن النظر إلى الآخرين بعطف ومعاملتهم بلطف هو علامة مميزة لرفاهيتك. ويطلق علماء النفس على هذا (السلوك الاجتماعي الإيجابي) هذا يعني أنك تميل إلى أن تكون حساساً لاحتياجات ومشاعر الآخرين. وتعتقد أنه من المهم مساعدة الآخرين. الفكرة الأساسية هي أنك ستقدم يد المساعدة لشخص محتاج.

ISSN. 1815-8854

(٢) حب الذات:

عندما تتمتع بصحة عاطفية جيدة، فإنك تشعر عموماً بالرضا عن نفسك، فأنت تعرف نفسك جيدا – نقاط ضعفك وغرائبك ونقاط قوتك، وأنت راض عما بداخلك، كما أنك متوافق ويعني التوافق أن الشخص الذي تظهره للعالم الخارجي يعكس شخصيتك من الداخل.

(٣) المرونة العاطفية:

الأشخاص الذين يتمتعون بالصحة العاطفية لديهم القدرة على التوافق مع جميع أنواع المواقف التي تلقيها الحياة علينا، فأنت قادر على تقييم الموقف بوعي وتلاحظ محيطك وعواطفك وردود أفعال الآخرين تجاه موقف معين.

(٤) الامتنان للاخرين:

إذا كنت تتمتع بصحة عاطفية جيدة، فمن المرجح أنك تشعر بسهولة بالامتنان للأشخاص والأشياء في حياتك وتظهر ذلك. إن إظهار الامتنان هو وسيلة للنظر إلى حياتك عن قصد مع الشعور بالتقدير لما لديك، بدلاً من التركيز على ما ينقصك. والواقع أن الأبحاث أظهرت أن تعداد نعمك له فوائد قوية مثل (الرفاهية العاطفية).

(٥) الاتصال بالمشاعر:

من العلامات الأخرى على الصحة العاطفية أنك تتقبل مشاعرك – الحزن والغضب والقلق والفرح والخوف والإثارة – باعتبارها جزءاً طبيعياً وعاديا من الحياة، فأنت تتعامل مع مشاعرك الصعبة وتعترف بها دون أن تطغى عليها أو تنكر وجود مشاعرك. فأنت تعلم أنه من الطبيعي أن تشعر بالانزعاج أو الغضب أو القلق أو الفرح أو الخوف أو الإثارة.

(٦) الشعور بمعنى الحياة:

إن عيش حياة هادفة يعني أن يكون لديك شغف أو مهمة أو معنى أكبر لحياتك. ويحدث هذا عندما تستخدم نقاط قوتك لمساعدة شيء تؤمن به. قد يكون ذلك التطوع مع الأطفال، أو المشاركة في السياسة، أو أن تكون جزءاً نشطاً من مجموعتك الدينية، أو المساهمة في حيك أو مدرسة طفلك، أو التنافس في ماراثون أو سباق ثلاثي من أجل قضية جيدة، وبغض النظر عن القضية، أن يكون جزءا من شيء التواصل معه وتهتم به يرتبط إلى حد كبير بالرفاهية، والتطوع ويرتبط أيضاً بالعيش حياة أطول.

ISSN. 1815-8854

(٧) تقدير التجارب أكثر من الممتلكات:

المكون الأخير هو التفكير في أنواع القيم التي لديك في الحياة. الأشخاص الذين يميلون إلى تقدير تحقيق أهدافهم بشكل كبير. يتمتعون بشعبية أو جاذبية إلى أن يكونوا أقل ثراء عاطفياً من الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى معيشي مرتفع وقيمة تحقيق الذات والتواجد من أجل الآخرين وهذا يعني أنه في حين قد يكون لديك أهداف مهنية وأمان مالي، فقد تقدر أيضا الوقت الذي تقضيه مع على عائلتك وأصدقائك. بالإضافة إلى ذلك، يميل الأشخاص الذين يتمتعون بمستويات عالية من الرفاهية إلى إنفاق أموالهم على التجارب مثل الذهاب إلى حفلة موسيقية أو الذهاب في رحلة بدلاً من الممتلكات المادية مثل الملابس أو الأثاث (Kolakowski,2013, 1- 6).

وتؤكد (Kolakowski) على مسالة مهمة في حياة الفرد وهي فهم العواطف، ويمكن للعواطف السيئة في بعض الأحيان أن تكون بمثابة إشارة تحذيرية بأن هناك شيئًا خاطئا يحتاج الى معالجة، غالبا ما ينبهنا القلق إلى الخطر ويسمح لنا الحزن بالتباطؤ وتقييم المعنى في حياتنا ويدفعنا الغصب إلى اتخاذ إجراء ضد التهديد، وتخدم العواطف الصعبة الأخرى غرضا اخر، فالخجل يساعدنا على إعادة النظر في أفعالنا والحزن يسمح لنا بتقدير أحبابنا والتواصل مع الآخرين الذين فقدوا شخصا ما. ويمكن أن تكون المشاعر بمثابة دليل مفيد لفهم تجاربنا وتقييم المواقف التي نمر بها (Kolakowski,2014:50)

وتؤكدKolakowsk على استعمال قسم من الاستراتيجيات التي تجعل الفرد يتمتع بصحة عاطفية فعليك ان تبدأ:

١- اغلاق عينيك وتذكر موقفا قال فيه أحد أصدقائك أو أحد أفراد عائلك أو أحد معارفك شيئا و فعل ما جعلك تشعر بالسعادة من داخلك.

٢- استشعر ذلك الشعور بالدفء والسعادة واسمح له بالعيش بداخلك واشعر به في قلبك وقم بتوسيع ذلك الشعور ليشمل جسدك بالكامل. وبينما تفعل ذلك، ردد عبارة مثل اتمنى أن أكون بصحة جيدة، وأن أجد السلام، وان احظى بالفرح.

ISSN. 1815-8854

٣- ارجع الى مشاعر السعادة تلك وأرسل تلك الطاقة المحبة إلى صديق. باستخدام عبارة تنقل سبل المحبة لصديقك مثل: "أتمنى أن تكون سعيدا، وأن تتمتع بصحة جيدة.

٤- أرسل طاقة اللطف والحب إلى أي فرد من أفراد عائلتك كرر العبارة – مثل "أتمنى أن تكون محبوبا – اتمنى أن يكون لديك"

٥- انشر المحبة واللطف بين أفراد عائلتك بالكامل على سبيل المثال: "أتمنى أن يكون جميع احبابي سعداء، ومسالمين، وخاليين من المعاناة".

٦- ابحث عن مشاعر اللطف والحب مرة أخرى وأرسلها إلى زملائك في العمل: مثل، "أتمنى أن تكونوا بصحة جيدة وسعداء "وأرجو لك السلام "

٧- قم بتوسيع افكارك من اللطف المحب إلى الدولة بأكملها. ثم إلى البلد باكمله، وفي نهاية المطاف إلى العالم أجمع – على سبيل المثال أتمني للعام بأن يجدوا الشفاء، وأن يتمتعوا بالصحة.

٨- خذ بضع لحظات للتفكير في مشاعر الامتنان والسلام لديك، ودع هذه المشاعر تردد معك طوال حياتك. (Kolakowski,2014:47- 48).

وأخيراً، ان للعواطف تأثير كبير في توجيه سلوك الافراد وتفكيرهم، وفي عمليات الإدراك والتذكر، وفي تكوين المعتقدات، ولا تقل العواطف تأثيراً عن الانفعالات في الاتزان النفسي للأفراد، فربما تكون لها تأثيراتها الحسنة، كأن تدفع الفنانين والشعراء والأدباء إلى الإبداع والابتكار. وربما تؤثر على الجسم والنفس والعقل كالخلط بين النظري وما يُتوقع وقوعه مستقبلاً، بين الوهمي والحقيقي، والعاطفة هي استجابة معينة لمواقف خاصة واستعداد للقيام بنوع معين من الاستجابات (النوايسة، ٢٠١٣: ٢٧٨).

دراسات الصحة العاطفية:

- الدراسات العربية والأجنبية للصحة العاطفية:

١- دراسة (كامل، ٢٠١٨)

(الحرية العاطفية وعلاقتها بالصحة العاطفية لدى طالبات الجامعة في ديالى)

ISSN. 1815-8854

هدفت الدراسة التعرف على الحرية العاطفية عند طالبات الكليات، ومعرفة مستوى الصحة العاطفية لديهن، ومعرفة اتجاه وقوة العلاقة بين الحرية العاطفية والصحة العاطفية عندهن. تألفت العينة من (٦٦٧) طالبة للسنة الدراسية (٢٠١٦-٢٠١٧) وتم اختيارهن بطريقة عشوائية. ولتحقيق أهداف الدراسة، بنت الباحثة مقياس الحرية العاطفية متبِعةً الخطوات العلمية، وتحققت من صدقه وثباته، وقد تكون المقياس بشكله النهائي من (٢٤) فقرة. تحققت الباحثة من الخصائص السايكومترية للمقياس واستخرجت الصدق بطريقتي الصدق الظاهري وصدق البناء، واستخرجت الثبات بطريقة إعادة الاختبار؛ حيث كان معامل الثبات (٠.٨٨)، واستخرجت الثبات بطريقة معامل الاتساق الداخلي، فبلغ (٠.٨٢)، وكانت الصحة العاطفية هي الأداة الثانية ، تكون المقياس بشكله النهائي من (٤٩) فقرة، تحققت الباحثة من الخصائص السايكومترية للمقياس واستخرجت الصدق بطريقتي الصدق الظاهري وصدق البناء، واستخرجت الثبات بطريقة إعادة الاختبار ؛ فكان معامل الثبات (٠.٨٨) ، واستخرجت الثبات بطريقة معامل الاتساق الداخلي، فكان معامل الثبات (٠.٨٥). تمت معالجة بيانات البحث إحصائيا عبر اختبار (ت) لعينة واحدة ومعامل الارتباط البسيط، بينت المخرجات أن أفراد العينة يمتلكون حرية عاطفية قياسًا بالمتوسط النظري وبفروقات معنوية على مقياس الحرية العاطفية، وبينت المخرجات أن أفراد العينة يمتلكون صحة عاطفية قياسا بالمتوسط النظري وبفروقات معنوية على مقياس الصحة الوجدانية، وبينت مخرجات معامل الارتباط البسيط ان هناك علاقة قوية إيجابية بين الحرية العاطفية والصحة العاطفية (كامل، ٢٠١٨: ٢٣٢-٢٣٣).

٢- دراسة (Mihesova ,2017)

(الصحة الاجتماعية والعاطفية لطلاب الجامعة وأهمية ابحاثها في سلوفاكيا)

الهدف من الدراسة هو جلب معلومات حول قضايا الصحة الاجتماعية والعاطفية في سلوفاكيا وإمكانيات قياسها مع التركيز على طريقة الاستبيان الدولي الجديدة ومسح الصحة الاجتماعية والعاطفية في التعليم العالي (SEHS - HE) وشملت الدراسة طلاب جامعات مختارة في سلوفاكيا لدراسة المستويات التالية : الصحة الاجتماعية والعاطفية بشكل عام ضمن المتغيرات الاجتماعية وخصائص الطلبة مثل الجنس والإقامة ومجال الدراسة؛ وأيضا، لدراسة الصلة بين الصحة الاجتماعية والعاطفية للطلاب ورضاهم عن حياتهم ورفاههم، ولم نكن نهدف فقط إلى

ISSN. 1815-8854

قياس الصحة العقلية لطلاب الجامعات، ولكن أيضا لتحديد الطلاب الذين يحتاجون إلى خدمات الوقاية أو التدخل لنموهم الشخصي، وكذلك اكتشاف المؤشرات والمجالات التي يصل فيها الطلاب إلى مستوى عال من الصحة الاجتماعية والعاطفية وتم استخدام الأساليب التي تقيس أربعة أبعاد أساسية واثني عشر مؤشرًا نفسيا للصحة الاجتماعية والعاطفية لطلاب الجامعة ، ليساعد ذلك في العثور على نقاط القوة والتنبؤات الصحية للطلاب. وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: ان الصحة العقلية للشباب هي أولوية البرنامج الوطني السلوفاكي لعلاج الأطفال والشباب، الذي ينطلق من ضرورة التعرف على الصحة العقلية لمختلف فئات الناس وخاصة الأطفال والشباب، لدعمها وتهيئة الظروف لنموها الأمثل، وأنه لا ينبغي إهمال الصحة الاجتماعية والعاطفية لطلاب الجامعات، والأكثر من ذلك، يجب أن نؤكد على أهمية البحث في هذا المجال ويرجع ذلك أساسا إلى حقيقة أن طلاب الجامعات في فترة حرجة خاصة بسبب الانتقال من فترة تنموية إلى أخرى ، ويجب على مؤسسات التعليم العالي، تزويد طلابها ببيئة محفزة تجلب لهم المعرفة الأكاديمية الجديدة والخبرات والتجارب والكثير من الخيارات للمضي قدما سواء في التنمية الاجتماعية أو الشخصية ؛ كما تخلق بيئة جديدة للطلاب ويمكن أن تكون مصدرا للمشاكل التي يمكن أن تسبب الكرب العقلي. وتوفر لنا الأبحاث حول الصحة الاجتماعية والعاطفية، إلى جانب النتائج النظرية والنفسية، معلومات ذات صلة بكل طالب جامعي وكذلك معلومات للمؤسسات التعليمية مفيدة في متابعة الصحة العقلية الشاملة في المدارس أو المجموعات وتقديم الخدمات التي تهدف إلى منع أو تخفيف مشاكل التوافق في الحياة الجامعية، ومن ثم السماح لهم بتتبع الأصول الحالية للطالب وتقديم استراتيجيات من شأنها زيادة تعزيز تطوير نقاط قوتهم النفسية (Mihesova, 2017: 79 – 89).

منهجية البحث واجراءاته:-

يتضمن هذا الفصل تحديد المنهج المعتمد في البحث الحالي وإجراءاته من حيث المجتمع، واختيار العينة، واستخراج الخصائص النفسية القياسية لأدوات البحث والإجراءات المتبعة للتأكد من صدقها وثباتها، إضافة الى تحديد الوسائل الإحصائية المستخدمة بتحليل البيانات وكما يلي:

أولا: منهج البحث Research Methodology:

واعتمد الباحث "المنهج الوصفي العلائقي او الارتباطي" الذي يهتم بدراسة العلاقات بين الظاهرات وتحليلها والتعمق بها لمعرفة الارتباطات الداخلية في هذه الظاهرات، والخارجية بينها

ISSN. 1815-8854

وبين الظاهرات الأخرى، وهو طريقة موضوعية يتبعها الباحث لدراسة ظاهرة من الظواهر، بقصد تشخيصها، وتحديد أبعادها، ومعرفة أسبابها، وطرق علاجها، والوصول إلى نتائج عامة يمكن تطبيقها. فالمنهج فن تنظيم الأفكار، سواء للكشف عن حقيقة غير معلومة لنا، أو لأثبات حقيقة نعرفها (مبارك, ١٩٩٨: ٢٦).

ثانيا: مجتمع البحث:

هو مجموعة من الناس (أو الوثائق) محددة تحديدا واضحا، ويهتم الباحث بدراستها وتعميم نتائج البحث إليها، وفي ضوء ذلك، فإن المجتمع الأصل يتحدد بطبيعة البحث وأغراضه (عطيفة , ٢٠٠٢: ٢٧١). ويتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعات الموصل للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٤ / ٢٠٢٥) والبالغ عددهم (٢٠.٤٣٩) طالبا وطالبة موزعين على (٢٤) كلية وانسجاما مع حدود البحث فقد بلغ عدد الطلبة من الصف الثاني (١١٨٢٥)، بواقع (٦٠٥٩) ذكور و(٥٧٦٦) اناث في حين بلغ عدد طلبة الصف الرابع (٨٦١٤) بواقع (٤٣٢٩) ذكور و(٤٢٨٥) اناث.

ثالثا عينات البحث:

يعد اختيار العينة جزءاً أساسياً ومهماً جداً في البحث العلمي، نظراً لصعوبة الوصول إلى كل أفراد المجتمع. يجب على الباحث أن يختار عينة أو مجموعة جزئية من مجتمع البحث تساعده على فهم أنماط وديناميات المجتمع المدروس، لذلك يمكن تعريف العينة بأنها مجموعة جزئية من مجتمع البحث الذي يحتوي على عدد من الخصائص المشتركة. فالعينة فئة فرعية من المشاركين بدور فعلي في البحث (الصادق , ٢٠١٤: ٨٣).

وقد اشتمل البحث على أنواع من العينات:

١- العينة الاستطلاعية:

وتعتبر هذه العينة عينة تجريبية للدراسة، تهدف إلى اختبار مدى سلامة خطة جمع البيانات وتجريب الأدوات، ومدى ملاءمتها للوقت، ولعمر أفراد العينة، وكذلك للتحقق من شروطها السيكومترية التي تتمثل في الصدق والثبات، كذلك توضح صعوبات التطبيق بالنسبة لأفراد العينة في الزمان والمكان بما يتيح للباحث تعديل وتدقيق هذه الأدوات على ضوء ما أسفرت عنه نتائج التجربة الاستطلاعية، حتى يكون مطمئنا لسلامة الأدوات، وتطبيقها على العينة الأساسية للبحث،

ISSN. 1815-8854

وكلما كانت العينة الاستطلاعية كبيرة، كلما أسهمت في الوصول للصورة النهائية للأدوات بشكل أفضل (الأسود، زهرة، ٢٠١٩: ٢٦٨). اختار الباحث عينة استطلاعية مكونة من (٤٠) طالبا وطالبة من خارج عينة البحث الاساسية أتضح أن تعليمات الاختبار وفقراته واضحة وأن الوقت الذي استغرقته الإجابة عن فقرات المقياس تراوحت بين (١٦ – ٢٠) دقيقة، بمتوسط (١٨) دقيقة، وقام الباحث بالتطبيق على العينة الاستطلاعية بتاريخ (٢٧-٢٠٢٤/١٠/٢٨).

٢- عينة البناء والتحليل الاحصائي:

إن الغرض منها هو حساب مؤشرات صدق البناء من حيث القوة التمييزية للفقرات وعلاقة كل فقرة بالدرجة الكلية لأداة البحث الحالي، تم سحب عينة عشوائية قدرها (٢٢٠) طالبا وطالبة من طلبة جامعة الموصل، وتعتمد هذه العينة على تحليل منطقي إحصائي وتجريبي لوحدات الاختبار من اجل معرفة خصائصها وحذف أو تعديل أو إبدال أو إضافة أو إعادة ترتيب هذه الفقرات للتوصل إلى اختبار ثابت صادق مناسب من حيث الطول والصعوبة (احمد، ١٩٦٠: ٢٥٥-٢٥٦).

٣- عينة الثبات:

عينة الثبات تتناول مدى تطابق درجات أفراد العينة على اختبار معين في كل مرة يعاد اختبارهم بنفس المقياس ويشير الى الاستقرار في درجات الفرد الواحد من افراد العينة على نفس الاختبار (عباس, ١٩٩٦: ٢٢).

ولغرض استخراج الثبات لاداة البحث سحبت عينة الثبات والبالغ عددها (٦٠) طالب وطالبة من كلية (التربية للعلوم الإنسانية) قسم (العلوم التربوية والانسانية) وللمرحلتين الثانية والرابعة وتم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية.

٤- عينة البحث الأساسية:

تعد العينة الاساسية جزئا من المجتمع وتسحب عشوائياً أو بانتظام طبقي من مجتمع الدراسة جزءاً معبراً عن الكل، اي يتم أخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة المجتمع البحث (عيشور، واخرون، ٢٠١٧: ٢٢٨)

وبعد أن تم تحديد مجتمع البحث بطلبة جامعة الموصل للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (٢٠٢٤ – ٢٠٢٥) والبالغ عددهم (٤٢,٧٦٨) طالبا وطالبة موزعين على (٢٤) كلية اذ تم اختيار (٦) كليات من جامعة الموصل بصورة عشوائية لتمثل عينة التطبيق النهائي بواقع (٣) كليات علمية تمثلت بكلية العلوم والهندسة والتربية للعلوم الصرفة و(٣) كليات إنسانية تمثلت بكلية التربية للعلوم

ISSN. 1815-8854

الإنسانية وكلية الآداب وكلية التربية الاساسية. وانسجاما مع حدود البحث فقد بلغة عينة البحث (٢٠,٤٣٩) من الصفين الثاني والرابع اذ بلغ عدد الصف الثاني (١١٨٢٥)، بواقع (٦٠٥٩) ذكور و(٥٧٦٦) اناث في حين بلغ عدد طلبة الصف الرابع (٨٦١٤) بواقع (٤٣٢٩) ذكور و(٤٢٨٥) اناث (٢٠٤٣٩) طالبا وطالبة، وتم سحب عينة عشوائية طبقية وكانت نسبتها أكثر من (٣%) وتألف عددها (٦٢٤) طالب وطالبة من طلبة الصف الثاني وطلبة الصف الرابع للكليات بواقع (١٠٤) طالب وطالبة من كل كلية (٥٢) للمرحلة الثانية، و(٥٢) للمرحلة الرابعة وبالتساوي من كلا الجنسين. الجدول رقم (١) يبين ذلك.

الجدول رقم (١)

يوضح توزيع عينة البحث الاساسية

ت	الكلية	التخصص	الصف الثاني		الصف الرابع		العدد الكلي
			ذكور	اناث	ذكور	اناث	
1	العلوم فيزياء طبية – علوم الحياة	علمي	26	26	26	26	104
2	الهندسة مدني – ميكانيك		26	26	26	26	104
3	التربية للعلوم الصرفة فيزياء – كيمياء		26	26	26	26	104
4	التربية للعلوم الإنسانية جغرافية – علوم القران الكريم	إنساني	26	26	26	26	104
5	التربية الأساسية تاريخ – تربية إسلامية		26	26	26	26	104
6	الاداب ترجمة اللغة الإنكليزية – علم الاجتماع		26	26	26	26	104
	المجموع		156	156	156	156	624

ISSN. 1815-8854

رابعا : اداة البحث

فالأدوات البحثية هي وسائل مساعدة لتحصيل بيانات ضرورية لموضوع الدراسة، كما تساهم بتحديد ما عند الباحث من قدرات واستعدادات وطرق تفكير، ولذلك لا بد أن يُلِم الباحث بشكل وافي بأدوات ووسائل البحوث وأن يكون على ألفة بطبيعة البيانات التي تؤدي إليها وأيضاً عليه ان يمتلك مهارة باستعمال تلك الأدوات وإعدادها، وتفسير مخرجاتها (دياب , ٢٠٠٣: ٤٦).

وتحقيقاً لأهداف البحث ولتحقيق الهدف الأول من البحث قام الباحث ببناء مقياس الصحة العاطفية وعليه فقد قام الباحث باتباع الاجراءات المتبعة على النحو الاتي: –

بناء مقياس الصحة العاطفية:

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة، قام الباحث ببناء مقياس الصحة العاطفية وفقا لنظرية كولاكوفسكي٢٠١٣ المتبناة في هذا البحث، بعدما تأكد الباحث من عدم وجود مقياس جاهز ومناسب لقياس الصحة العاطفية. والمجالات التي اعتمدها الباحث وفقا للنظرية هي (معاملة الآخرين بشكل جيد، حب الذات، المرونة العاطفية، الامتنان للاخرين، الاتصال بالمشاعر، الشعور بمعنى الحياة، تقدير التجارب اكثر من الممتلكات) وتم الاعتماد على المجالات وفقا لنظرية كولاكوفسكي٢٠١٣ المتبناة في هذا البحث.

الخصائص السيكومترية لمقياس الصحة العاطفية:

تمتاز الادوات السيكومترية بالصدق والثبات والموضوعية، الواجب توافرها في الأدوات المستخدمة في جمع البيانات بغية الوصول إلى نتائج و تفسيرات دقيقة وموضوعية. (الحلو، ٢٠٢٢: ٢٢٨) وتعتمد دقة صنع القرار في أي مجال من المجالات الإنسانية على نوعية البيانات ومدى تغطيتها للمتغيرات التي يتكون منها المجال موضع البحث. وعادة ما تتكون هذه البيانات نتيجة الأداء على أدوات قياس أو أساليب تقييم معينة، مقننة كانت أو غير ذلك (النبهان , ٢٠١٣: ٢٧٥).

اولا : صدق الاختبار :

صدق الاختبار يقيس ما وضع لاجل قياسه ويتعلق بالهدف الذي يبنى الاختبار لأجله، وبالقرار الذي يتخذ وفقاً لدرجاته، فدرجات الاختبار تستعمل في التوصل إلى دلالات معينة. (علام، ٢٠٠٠: ١٨٧) وتجمع أدبيات القياس النفسي على أن مصطلح الصدق يشير أساساً إلى ما إذا كان الاختبار يقيس فعلاً ما أعد لقياسه، أو ما أردنا نحن أن نقيسه به (مخائيل, ٢٠١٦: ١٦٣).

ISSN. 1815-8854

وتم استخراج عدة انواع من الصدق :

١- صدق ألمحتوى :

هوالدرجة التي يقيس بها الاختبار الموضوع المراد قياسه. ويتطلب صدق المحتوى صدق الفقرات وصدق المعاينة. يهتم صدق الفقرات في هل فقرات الاختبار تمثل المحتوى أم لا؟ ويهتم صدق المعاينة بعينة الاختبار هل هي شاملة للمحتوى أم لا ؟ فإذا صمم الاختبار القياس معلومات تتعلق بحقائق حول موضوع الفيزياء يمكن أن يتضمن صدق فقرات جيد، لأن. جميع الفقرات تتعامل مع هذه الحقائق، ولكن يمكن أن يكون صدق المعاينة ضعيف اذا كانت الفقرات تتعامل مع نظرية ارخميدس فقط، ولا تأخذ بالاعتبار جميع المحتوى. وفي هذه الحالة لا تستطيع قياس الموضوعات التي يتضمنها المحتوى (ألضامن، ٢٠٠٧: ١١٣) وهناك اكثر من طريقة للتأكد من صدق ألمحتوى وأغلبها شيوعا:

الصدق الظاهري :Face Validity

يقوم على فكرة مدى مناسبة الاختبار لما يقيسه، ولمن يطبق عليه. ويبدو مثل هذا الصدق في وضوح الفقرات ومدى علاقتها بالقدرة أو الصفة أو البعد الذي يقيسه الاختبار، وغالبا يُقرر ذلك عدد من المختصين في المجال الذي من المفروض أن ينتمى له هذا الاختبار أو ذاك. إذ يأخذ بالحسبان التعليمات والزمن المحدد، ومدى اتفاقه مع إطار مجتمع الأفراد الذي صمم له، والإمكانات التي يُفترض ان تتوفر لغرض التطبيق والتصحيح (عبد الرحمن , ٢٠٠٨: ١٩٩).

ولغرض استخراج الصدق الظاهري للمقياس الحالي تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمحكمين والبالغ عددهم (٢٧) خبيرا، واعتمد الباحث نسبة اتفاق (٧٥%) فما فوق من اراء الخبراء معيارا للدلالة على الصدق الظاهري وبلغة نسبة اتفاق الخبراء على مقياس الصحة العاطفية (٧٥%).

معامل الصدق بدلالة معامل الثبات :

هو مؤشر إحصائي يتبين من خلال اقصى مدى يصل اليه صدق ألإختباروهو عبارة عن الجذر التربيعي للثبات ويعرف ألصدق ألذاتي بأنه صدق الدرجات التجريبية للمقياس بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب واخطاء القياس، وهكذا تصبح الدرجات الحقيقية للاختبار ميزان

ISSN. 1815-8854

ينسب له صدق الاختبار، وبالامكان حساب الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار (محمود، ٢٠٠٦: ١٤٥-١٤٦).

بلغة نسبة الثبات لمقياس الصحة العاطفية (٠,٨٣) وبلغة نسبة الصدق لمقياس الصحة العاطفية (٠,٩١).

٢- الصدق البنائي:

هو من أكثر أنواع الصدق تعقيدا لأنه يعتمد على افتراضات نظرية يتم التحقق منها تجريبيا ومن أنواعه المجموعات المتطرفة والاتساق الداخلي والصدق العاملي والأخير أدق أنواع صدق البناء والذي يمكن التوصل إليه باستخدام التحليل العاملي، الذي يهدف إلى دراسة الظواهر المعقدة لاستخلاص العوامل التي أثرت فيها من خلال تحليل معاملات الارتباط بين متغيرات الظاهرة.(الزاملي، ٢٠١٧: ٦١) ويشير صدق البناء الى علمية صدق الاختبار التكويني او صدق المفهوم ويعتمد هذا النوع من الصدق التجريب والتحليل الاحصائي لقياس مدى تطابق الفقرات الاختبارية للسمات أو الخصائص المعد لقياسها (كاظم ، ٢٠٢٣: ١٣٢).

وقد اعتمد الباحث على طريقتين لاستخراج صدق البناء وهي :

أ - حساب القوة التمييزية للفقرات :

لغرض معرفة القوة التمييزية للفقرات تم تطبيق ألأختبار على عينة التمييز وهي (٢٢٠) طلبة جامعة ألموصل ، وتم حساب القوة التمييزية باستخدام المجموعتين المتطرفتين اذ يتم ترتيب استجابات أفراد عينة التمييز من أعلى درجة إلى أدنى درجة ، إذ تم استخراج الدرجة الكلية لكل فرد وترتيب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة وتم إعتماد نسبة (٢٧%) كمجموعة عليا و (٢٧%) كمجموعة دنيا حيث إن هاتين النسبتين للمجموعتين توفران أعلى ما يمكن من حجم وتمايز وقد بلغت (٥٩) استمارة تمثل المجموعة العليا وادنى (٢٧%) من الدرجات الدنيا لتمثل المجموعة الدنيا من الدرجات (٥٩) يرى (Ebel&David) ان النسبة المثلى هي (٢٧%) وقد بلغت (٥٩) (Ebel&David,2009: 239)

وتم حساب القوة التمييزية للفقرة باستعمال الاختبار التاني (t - test) لعينتين مستقلتين

وقد تبين ان كافة القيم التائية المحسوبة لمقياس الصحة العاطفية كانت اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١٦)

ISSN. 1815-8854

جدول رقم (٢)

يوضح القوة التمييزية لفقرات مقياس الصحة ألعاطفية

	مجموعة عليا ٥٩		مجموعة دنيا ٥٩		
الفقرات	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	ت
1	4.7458	0.51170	3.6610	1.66723	4.778
2	4.8644	0.39206	3.1186	1.69263	7.718
3	4.8475	0.44774	3.0000	1.73205	7.932
4	4.8136	0.47251	2.8644	1.70656	8.455
5	4.7119	0.67084	2.9831	1.74683	7.097
6	4.8814	0.37530	3.2034	1.62714	7.718
7	4.6102	0.66997	2.6271	1.56358	8.954
8	4.6780	0.60002	2.6949	1.53414	9.247
9	4.6441	0.63688	2.4407	1.55665	10.063
10	4.7627	0.53624	2.9322	1.50705	8.790
11	4.8136	0.47251	2.8136	1.67615	8.821
12	4.5085	0.75139	2.6441	1.56208	8.262
13	4.8305	0.42151	2.4237	1.53357	11.624
14	4.7966	0.44643	2.7458	1.62516	9.347
15	3.7627	1.27765	2.8136	1.45596	3.764
16	4.2203	1.06783	2.5763	1.41669	7.118
17	4.3729	0.84890	2.5254	1.52401	8.135
18	4.6102	0.87132	2.8644	1.64482	7.204
19	4.4915	0.97154	2.5085	1.43085	8.807
20	4.7966	0.58071	3.4746	1.83224	5.283
21	4.8305	0.49663	3.3220	1..65509	6.705
22	4.7119	0.52689	2.8814	1.52094	8.735
23	4.5254	0.77362	2.5254	1.39403	9.636
24	4.3729	0.98082	2.4407	1.44164	8.512
25	4.6780	0.57056	2.3559	1.50588	11.076
26	4,4576	0.98824	2.4237	1.28926	9.617
27	4.4915	0.97154	2.7966	1.57326	7.041

ISSN. 1815-8854

9.271	1.60617	2.8475	0.40741	4.8475	28
5.593	1.52229	3.5763	0.51170	4.7458	29
7.982	1.51787	3.1525	0.44643	4.7966	30
6.950	1.65120	3.2203	0.49368	4.7797	31
6.515	1.60088	3.4576	0.43381	4.8644	32
7.821	1.52536	2.8136	0.85336	4.5932	33
8.924	1.36522	2.7119	0.81518	4.5593	34
8.574	145475	2.5085	0.85131	4.3898	35
7.905	1.55025	2.8983	0.68889	4.6441	36

ثانيا – حساب الارتباط بين درجة كل فقرة من الفقرات مع الدرجة الكلية للاختبار ومع الدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه:

معامل ارتباط بيرسون يعد من أكثر المعاملات شيوعاً وانتشاراً ودقة، ويعمل على حساب معاملات ارتباط درجة كل فقرة للمقياس بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه، فهو يتأثر بجميع القيم المعطاة، فضلاً عن أن له مقاييس دقيقة لحساب مدى ثباته لا سيما في حالة المتغيرات المتصلة، فهو يستخدم لحساب العلاقات بين متغيرين إما أن يكونا على مستوى القياس الفئوي أو النسبي، أو أن يقع أحدهما على المستوى النسبي والآخر على الفئوي، والمهم هنا هو توفر العلاقة الخطية بين المتغيرات وتجانس التباين أي ثبات تباين قيم أحد المتغيرين عند كل قيمة من قيم المتغير الآخر والعكس بالعكس. كذلك فإن معامل ارتباط بيرسون يعتمد في حسابه على القيم الأصلية ويكون الارتباط موجباً عندما تكون العلاقة بين المتغيرين طردية، وسالباً عندما تكون هذه العلاقة عكسية. (ألحلو، ٢٠٢٢: ٢٨٦).

ومن أجل تحقيق هذا الإجراء لمقياس الصحة ألعاطفية استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين درجات افراد العينة البالغ عددهم (٢٢٠) طالباً وطالبة على كل فقرة وبين درجاتهم الكلية على المقياس ، وإيجاد العلاقة بين درجات العينة على كل فقرة ودرجتهم الكلية على المجال الذي تنتمي إليه تلك الفقرة ولغرض التحقق من الدلالة الإحصائية لقيم معامل الارتباط استخدم اختبار ت لإيجاد معنوية معامل الارتباط، يتضح أن جميع القيم التائية المحسوبة كانت أكبر من القيم الجدولية البالغة (١.٩٨١) بمستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١٦) ما يدل على أن جميع قيم معاملات الارتباط متسقة.

ISSN. 1815-8854

جدول (٣)

يوضح معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من الفقرات مع الدرجة الكلية المقياس ومع الدرجة الكلية للمجال التابع له

الفقرات	مع الدرجة الكلية		مع المجال التابع له		الفقرات	مع الدرجة الكلية		مع المجال التابع له	
	معامل الارتباط	الاختبار التائي	معامل الارتباط	الاختبار التائي		معامل الارتباط	الاختبار التائي	معامل الارتباط	الاختبار التائي
1	0.512	8.801	0.618	11.606	19	0.627	11.884	0.689	14.036
2	0.589	10.761	0.633	12.073	20	0.636	12.169	0.690	14.075
3	0.401	6.463	0.735	16.005	21	0.510	8.754	0.545	9.597
4	0.163	2.439	0.584	10.622	22	0.217	3.282	0.371	5.899
5	0.390	6.253	0.511	8.777	23	0.672	13.398	0.764	17.483
6	0.383	6.122	0.391	6.272	24	0.634	12.105	0.638	12.233
7	0.337	5.285	0.631	12.009	25	0.582	10.567	0.640	12.298
8	0.419	6.813	0.464	7.734	26	0.217	3.282	0.567	10.163
9	0.488	8.255	0.634	12.105	27	0.267	4.091	0.559	9.954
10	0.227	3.441	0.605	11.219	28	0.258	3.943	0.498	8.479
11	0.254	3.877	0.569	10.216	29	0.284	4.373	0.327	5.109
12	0.451	7.461	0.577	10.431	30	0.575	10.377	0.654	12.764
13	0.578	10.458	0.734	15.957	31	0.425	6.932	0.532	9.277
14	0.269	4.124	0.436	7.153	32	0.503	8.593	0.621	11.698
15	0.479	8.057	0.544	9.572	33	0.292	4.508	0.511	8.777
16	0.521	9.012	0.615	11.516	34	0.588	10.733	0.734	15.957
17	0.478	8.035	0.542	9.523	35	0.292	4.508	0.404	6.521
18	0.678	13.619	0.721	15.363	36	0.146	2.179	0.580	10.512

ISSN. 1815-8854

ثانيا : الثبات :

يمكن تعريف الثبات على أنه درجة الاتساق أو التجانس بين نتائج مقياسين في تقدير صفة أو سلوك ما وفي ضوء ذلك، يتوقع أن تكون درجات الفرد ثابتة، إذا كانت متشابهة تحت ظروف قياس قليلة الاختلاف (ألنبهان، ٢٠١٣: ٢٧٦).

ولغرض استخراج معامل الثبات لمقياس ألصحة ألعاطفية قد اعتمد الباحث على طريقتين لاستخراج الثبات وهما :

١- طريقة إعادة ألأختبار: Test ResTest

يستخدم هذا الأسلوب عندما تكون السمة مستقرة نسبياً أو عند بناء خطط مستقبلية قائمة على التنبؤ، ويتم حسابه عن طريق إعادة تطبيق المقياس على أفراد العينة نفسها بعد مرور فترة زمنية معينة ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين التي تعبر عن قيمة معامل الثبات في هذه الطريقة تختار عينة من الطلاب، ثم يُعاد اختبارهم مرة أخرى بالاختبار نفسه في ظروف مشابهة، وبعدها يُحسب معامل الارتباط بين أدائهم في المرتين، ويسمى معامل الارتباط في هذه الحالة بمعامل الاستقرار (أبوألديار، ٢٠١٢: ٤١).

وقد جرى تطبيق مقياس الصحة العاطفية على العينة البالغ عددها (٦٠) طالب وطالبة بتاريخ (٢٠٢٤/١١/١٩) واعيد تطبيقه مرة ثانية بتاريخ (٢٠٢٤/١٢/٥) أي بفاصل زمني قدره اسبوعان وقد تم استخراج معامل الثبات لمقياس الصحة العاطفية باستخدام معامل ارتباط بيرسون لايجاد الارتباط بين درجات الطلبة في التطبيقين وقد بلغت درجة معامل الارتباط بيرسون (٠,٨٣) وتعد مؤشراً جيداً لثبات الاختبار.

٢- معادلة ألفا – كرونباخ: Cronbach Alpha Reliability :

وهي الطريقة التي اقترحها وطورها كرونباخ (Cronbach) عام (١٩٥١) لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للاختبار، وتستخدم هذه المعادلة بتقدير ثبات مقاييس الاتجاهات واستطلاع الرأي وفي مقاييس الشخصية وفي حالة الاختبارات التحصيلية. وجدير بالذكر أن طريقة ألفا تعطي الحد الأدنى للقيمة التقديرية لمعامل ثبات درجات الاختبارات. فإن كانت قيمة ألفا عالية، فذلك يدل على ثبات الاختبار. وإن كانت قليلة فتدل على أن الثبات يمكن أن تكون قيمته أكبر من ذلك باستخدام طرق أخرى. (ألنبهان، ٢٠١٣: ٣٠٠).

ISSN. 1815-8854

وبلغ معامل الثبات لمقياس الصحة العاطفية (٠.٨٦) وهي قيمة مناسبة وجيدة للمقياس.

المقياس بصيغته النهائية:

تكون ألمقياس بصيغته ألنهائية من (٣٦) فقرة موزعة على ألمجالات ألسبع وهي (معاملة الاخرين بشكل جيد، حب الذات، المرونة العاطفية، الامتنان للاخرين، الاتصال بالمشاعر، الشعور بمعنى الحياة، تقدير التجارب اكثر من الممتلكات). وتوزعت الفقراة: (٥ فقرات للمجال ألأول، فقرات للمجال ألثاني، ٥ فقرات للمجال ألثالث، ٥ فقرات للمجال ألرابع، ٥ فقرات للمجال ألخامس، ٥ فقرات للمجال ألسادس، ٥ فقرات للمجال ألسابع). وتكون المقياس من بدائل خماسية (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً، تنطبق عليّ بدرجة كبيرة، تنطبق عليّ بدرجة متوسطة، تنطبق عليّ بدرجة قليلة، لا تنطبق) وباوزان (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١). والمجالات المعتمدة في البحث هي:

١) **معاملة الاخرين بشكل جيد:** إن النظر إلى الآخرين بعطف ومعاملتهم بلطف هو علامة مميزة لرفاهيتك. ويطلق علماء النفس على هذا (السلوك الاجتماعي الإيجابي) هذا يعني أنك تميل إلى أن تكون حساساً لاحتياجات ومشاعر الآخرين.

٢) **حب الذات:** الشعوربالرضا عن نفسك، والتعرف عليها جيدا - وتحديد نقاط ضعفك وغرائبك ونقاط قوتك، وأنت راض عما بداخلك، كما أنك متوافق مع شخصيتك من الداخل.

٣) **المرونة العاطفية:** الأشخاص الذين يتمتعون بالصحة العاطفية لديهم القدرة على التوافق مع جميع أنواع المواقف التي تلقيها الحياة علينا، فأنت قادر على تقييم الموقف بوعي وتلاحظ محيطك وعواطفك وردود أفعال الآخرين تجاه موقف معين.

٤) **الامتنان للاخرين:**

إن إظهار الامتنان للاخرين هو وسيلة للنظر إلى حياتك عن قصد مع الشعور بالتقدير لما لديك.

٥) **الاتصال بالمشاعر:** هي تقبل مشاعرك - الحزن والغضب والقلق والفرح والخوف والإثارة - باعتبارها جزءاً طبيعياً وعاديا من الحياة، فأنت تتعامل مع مشاعرك الصعبة وتعترف بها دون أن تطغى عليها أو تنكر وجود مشاعرك.

٦) **الشعور بمعنى الحياة:**

إن عيش حياة هادفة يعني أن يكون لديك شغف أو مهمة أو معنى أكبر لحياتك. ويحدث هذا عندما تستخدم نقاط قوتك لمساعدة شيء تؤمن به.

٧) **تقدير التجارب أكثر من الممتلكات:**

تقديرالوقت الذي تقضيه مع على عائلتك وأصدقائك. بالإضافة إلى ذلك، يميل الأشخاص الذين يتمتعون بمستويات عالية من الرفاهية إلى إنفاق أموالهم على التجارب مثل الذهاب إلى حفلة

ISSN. 1815-8854

موسيقية أوالذهاب في رحلة بدلاً من الممتلكات المادية مثل الملابس أو الأثاث.

.(Kolakowski,2013, 1- 6)

- التطبيق النهائي للمقياس:

بعد أن تأكد الباحث من صدق وثبات وتمييز فقرات مقياس الصحة العاطفية قام الباحث بتطبيق المقياس الذي يتألف من (٣٦) فقرة، طبق على عينة البحث الأساسية البالغة (٦٢٤) من طلبة جامعة الموصل.

-تصحيح مقياس الصحة العاطفية:

تم سحب نسبة (٢٧%) من الدرجات العليا وقد بلغت (٥٩) استمارة تمثل المجموعة العليا وادنى درجة (٢٧%) من الدرجات الدنيا لتمثل المجموعة الدنيا من الدرجات (٥٩) يرى (Ebel.&.,David) ان النسبة المثلى هي (٢٧%) وقد بلغت (٥٩).

(Ebel.&.David,2009: 239)

- الوسائل الإحصائية:

١- معامل اتفاق الخبراء-٢معامل الصدق الذاتي-٣الاختبار التائي لعينة واحدة.٤- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. ٥- معامل ارتباط بيرسون. ٦-معامل الفا كرونباخ.٧- الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط. ٨- الاختبار الزائي للفرق بين معاملي ارتباط. ٩- معادلة تمييز الفقرة.

عرض النتائج وتفسيرها:

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصل إليها الباحث وفق أهداف البحث ومناقشتها بالرجوع للدراسات السابقة والنظرية المفسرة لمتغيرات البحث، وكما يأتي:

نتيجة الهدف الأول: بناء مقياس الصحة العاطفية عند طلبة جامعة الموصل:

لقد تم تحقيق هذا الهدف في الفصل الثالث ضمن إجراءات بناء الأداة.

نتيجة الهدف الثاني: التعرف على مستوى الصحة العاطفية لدى طلبة جامعة الموصل بشكل عام:

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتحليل إجابات عينة البحث النهائية البالغة (٦٢٤) طالباً وطالبة، اذ أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن المتوسط الحسابي لعينة البحث بلغ (١٣١,٩٠٣٢) وبانحراف معياري قدره (١٨,٧٦٩٤٢) وعند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الافتراضي

مجلة فصلية علمية محكمة، تعنى ببحوث الموصل الاكاديمية في العلوم الانسانية والاجتماعية

ISSN. 1815-8854

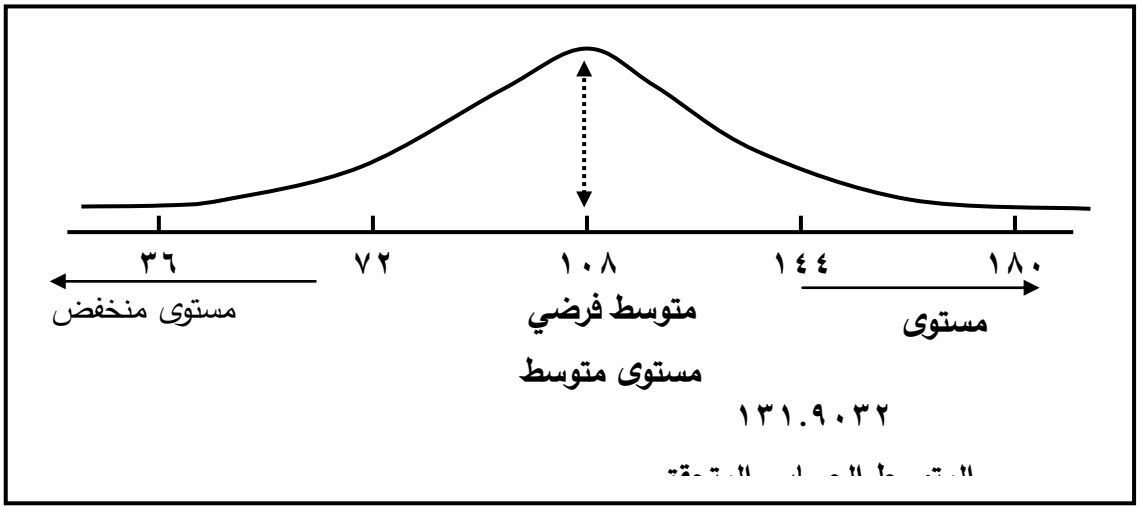
للاختبار والبالغ (١٠٨) تبين ان المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي، وتم استخدام الاختبار التائي للتعرف على دلالة الفروق بين المتوسطين وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (٣١,٨١٢) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة، (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٦٢٣) وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (٤)

يوضح نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لقياس مستوى الصحة العاطفية عند طلبة جامعة الموصل

المجالات	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط الافتراضي	الانحراف المعياري	قيمة ت		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الدرجة الكلية	624	131.9032	108	18.76942	31.812	1.96 (0.05) (623)	يوجد فرق دال

وتشير هذه النتائج الى تمتع طلبة جامعة الموصل بمستوى متوسط من الصحة العاطفية بشكل عام. **كما موضح في الشكل رقم (١)**



الشكل ١ مستوى الصحة العاطفية بشكل عام

ISSN. 1815-8854

ويمكن تفسير هذه النتيجة وفقا لنظرية (Kolakowski,2013) إلى أن طلبة الكليات يتميزون بالكفاءة نفسياً وانفعاليًا، لكي يتمكنوا من تنظيم وعيهم بانفعالاتهم وأسلوب إدارتهم مع أنفسهم أومع المجتمع. لدى الطلبة القابلية على الشعور بالمشاعر الإنسانية المتنوعة، والتعبير عنها بمواقف مناسبة لكل منها، ثم التحكم بأدائها أو التعامل بها مع الآخرين بما لا يسيء أو يجرح مشاعرهم، وللطلبة القدرة على إدارة مشاعرهم والسلوكيات المرتبطة بها بما في ذلك التقييم الواقعي لإمكاناتهم الذاتية، وتنمية استقلاليتهم، والتعامل البناء مع الضغوط النفسية (كامل، ٢٠١٨: ٢٥٢)

وفسر الباحث النتائج إلى أن غالبية الطلبة يمتلكون صحة عاطفية قياسا بالمتوسط النظري وبفروقات معنوية على مقياس الصحة العاطفية.

نتيجة الهدف الثالث: التعرف على مستوى الصحة العاطفية لدى طلبة جامعة الموصل وفقا لمؤشرات وعلامات الصحة العاطفية:

ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتحليل إجابات عينة البحث على المؤشرات والعلامات الفرعية للصحة العاطفية وهي (**معاملة الآخرين بشكل جيد، وحب الذات، والمرونة العاطفية، الامتنان للاخرين، والاتصال بالمشاعر، والشعور بمعنى الحياة، وتقدير التجارب اكثر من الممتلكات**)

وظهر ان الأوساط الحسابية لجميع المؤشرات والعلامات كانت اكبر من الأوساط الافتراضية ولاختبار دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية والاوساط الافتراضية قام الباحث باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وكما مبين في الجدول (٥).

الجدول (٥)

يوضح مخرجات اختبار ت لعينة واحدة لقياس مستوى الصحة العاطفية لدى طلبة جامعة ألموصل

المجالات	العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط الافتراضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الدرجة الكلية		131.9032	108	18.76942	31.812		يوجد

ISSN. 1815-8854

							فرق دال
معاملة الاخرين بشكل جيد	624	18.9065	15	3.87081	25.210	1.960 (0.05) (622)	يوجد فرق دال
حب الذات		22.806	18	٤.٥٩٦٤٧	22.176		يوجد فرق دال
المرونة		18.3435	15	4.14320	20.158		يوجد فرق دال
الامتنان للآخرين		18.0194	15	4.28390	17.607		يوجد فرق دال
الاتصال بالمشاعر		17.8097	15	3.91128	17.945		يوجد فرق دال
معنى الحياة		18.5435	15	4.01247	22.060		يوجد فرق دال
تقدير التجارب اكثر من الممتلكات		18.2000	15	3.90873	20.451		يوجد فرق دال

وظهر من الجدول اعلاه ان جميع القيم التائية المحسوبة اكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٦٢٢) وتشير هذه النتائج الى تمتع طلبة جامعة الموصل بمستوى متوسط بالمؤشرات والعلامات السبعة للصحة العاطفية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة وفقا لنظرية (Kolakowski,2013) حيث ترى ان الافراد الذين يتمتعون بصحة عاطفية يستمرون بتنمية هذه المؤشرات طوال حياتهم، بدلا من وصولهم الى نقطة يتوقفون بها (Kolakowski ,2013: 1-6).

وفسر الباحث النتائج ان الطلبة لديهم تقدير جيد لذواتهم وثقة بالنفس، مما ينعكس إيجابًا على صحتهم النفسية.وذلك ناتجًا عن دعم الأسرة، والبيئة الاجتماعية المشجعة، أو التجارب الأكاديمية الناجحة التي تعزز ثقة الطلبة بأنفسهم.وارتفاع حب الذات يساعد الطلبة على التعامل مع التحديات والضغوط دون الشعور بالإحباط أو فقدان الدافع. وأن الطلبة لديهم رؤية واضحة لمستقبلهم وأهداف

ISSN. 1815-8854

يسعون لتحقيقها، وهو مؤشر مهم للاستقرار النفسي. والسبب في ذلك ارتباط الدراسة الجامعية بطموحات شخصية ومهنية تمنح الطلبة إحساسًا بالغاية والدافع للاستمرار.ووجود خطط واضحة للمستقبل يحد من مشاعر القلق والاكتئاب ويعزز الشعور بالرضا. ومساعدة الاخرين والعلاقات الإيجابية توفر شبكة دعم نفسي تسهم في تعزيز الصحة العاطفية لديهم. والطلبة الذين يتمتعون بمرونة عاطفية لديهم قدرة أكبر على التوافق مع المشكلات والتغيرات الحياتية نتيجة التجارب الشخصية السابقة التي علمتهم كيفية التعامل مع الفشل أو الضغوط، مما يجعلهم أكثر استقرارًا نفسيًا.وان قدرة الطلبة على التواصل مع مشاعرهم فانهم قادرون على التعبير عن مشاعرهم بوضوح وفهم عواطفهم بشكل دقيق. والطلبة الذين يقدرون التجارب الحياتية أكثر من الأمور المادية يميلون إلى الشعور بسعادة أكبر، لأنهم يركزون على النمو الشخصي والعلاقات بدلاً من التركيز على الأشياء المادية.هذا يشير إلى أن الطلبة لديهم وعي بأهمية القيم المعنوية مثل الصداقات، الخبرات، والتعليم في تحقيق الرضا النفسي.

نتيجة الهدف الرابع: التعرف على الفوارق الإحصائية بمستوى ألصحة ألعاطفية لدى طلبة جامعة الموصل حسب المتغيرات التالية:

أ- **الجنس (ذكور/إناث):** بلغ عدد الذكور (٣١٢) طالباً وطالبة بمتوسط حسابي قدره (١٣٠.٠٥٤٨) وبانحراف معياري قدره (١٨.٦٢١٥٤)، اما الإناث فبلغ عددهن (٣١٢) طالبة، وبمتوسط حسابي قدره (١٣٣.٧٥١٦) وبانحراف معياري قدره (١٨.٩٤٥٠٩)، اظهرت النتائج إلى أن القيمة التائية المحسوبة لمتغير الجنس هي (٢.٤٥٨) وهي أكبر من القيمة الجدولية والبالغة (١.٩٦٠) وذلك عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٦٢٢) وهذا يدل على وجود فروق لصالح الاناث. كما في

الجدول (٦)

ISSN. 1815-8854

الجدول (٦) يوضح نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق للصحة ألعاطفية تبعاً لمتغيرات البحث

المتغيرات		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الجنس	ذكور	312	130.0548	18.62154	2.458	(1.960) (0.05) (622)	يوجد فرق دال لصالح الاناث
	اناث	312	133.7516	18.94509			
الصف الدراسي	ثاني	312	129,9581	18,37813	2.590		يوجد فرق دال لصالح الرابع
	رابع	312	133,8484	19,13568			
التخصص	علمي	312	131,3323	19,21895	0,757		لا يوجد فرق دال
	انساني	312	132,4742	18,32212			

وتفسير هذه النتيجة إلى أن طالبات الجامعة يتميزن بالكفاءة نفسياً وانفعالياً حتى يتمكنّ من تنظيم وعيهن بانفعالاتهن وأسلوب إدارتهن مع أنفسهن، أو الأخريات، أو المجتمع. ولديهن القدرة على الشعور بالمشاعر الانسانية المتنوعة، والتعبير عنها في المواقف المناسبة، ثم التحكم بأدائها أو التعامل بها مع الاخريات بما لا يسيء لهن أو يجرح مشاعرهن، اضافة الى امتلاكهن القدرة على إدارة مشاعرهن أو السلوكيات المرتبطة بها مثل التقييم الواقعي لإمكانياتهن الذاتية، وتنمية استقلاليتين، والتعامل البناء مع الضغوط النفسية في حياتهن وان سبب تمتعهن بالصحة العاطفية هي بسبب الدرجة العالية من الثقافة العامة والإبداع التي تساهم في حل مشكلاتهن، كما بإمكانهن تنظيم المعلومات وتفسيرها بطريقة واعية؛ مما يجعلهن يتميزن بالصحة العاطفية (كامل، ٢٠١٨: ٢٥٢).

ب- الصف الدراسي (ثاني ورابع) : بلغ عدد الطلبة في الصف الثاني (٣١٢)، بمتوسط حسابي قدره(١٢٩,٩٥٨١) وبانحراف معياري قدره (١٨,٣٧٨١٣)، اما عدد طلبة الصف الرابع فهو

ISSN. 1815-8854

(٣١٢)، بمتوسط حسابي درجاتهم (١٣٣,٨٤٨٤) وبانحراف معياري قدره (١٨,٣٧٨١٣)، واستخدم الباحث الاختبار التائي لاختبار دلالة الفروق فاظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (٢.٥٩٠) وهي اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦٠) وذلك عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٦٢٢) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الصف الدراسي (ثاني – رابع) ولصالح الصف الرابع، وكما في الجدول رقم (٦) اعلاه:

ولتفسير هذا المتغير أن الصحة العاطفية تزداد مع تقدم الفرد بالعمرفكلما توصل الطلبة لمراحل متقدمة تنموليديهم الصحة العاطفية نموا طرديا بالاخص حين يكون الفرد أكثر نضجا إدراكيا وأخلاقيا وأن الصحة العاطفية سلوك متعلم يمثل معيارا للسلوك الخلقي (حميد، ٢٠٢٣: ٩٢٩).

ج- التخصص (علمي – إنساني): بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (٣١٢) بمتوسط حسابي قدره (١٣١,٣٣٢٣)، وبانحراف معياري قدره (١٩,٢١٨٩٥)، في حين بلغ عدد الطلبة في التخصص الإنساني (٣١٢) أيضا بمتوسط حسابي قدره (٤٧٤٢,١٣٢)، وبانحراف معياري قدره (١٨,٣٢٢١٢)، وقام الباحث باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فبينت النتائج إلى أن القيمة التائية المحسوبة وهي (٠,٧٥٧) أصغر من القيمة التائية الجدولية وهي (١.٩٦٠) وذلك بمستوى دلالة (٥%) ودرجة حرية (٦٢٢) وهذا يشير لتقارب مستوى الصحة العاطفية بين التخصصات (العلمية والانسانية) وهذا يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين التخصصين (العلمي – الإنساني) في الصحة العاطفية وكما في الجدول رقم (٦) اعلاه:

فسر الباحث عدم وجود فرق دال احصائيا لعدم وجود تباين كبير بين طلبة التخصصين من حيث الخلفية الاجتماعية والثقافية، وان طلبة التخصصات العلمية والإنسانية ينتمون إلى بيئات اجتماعية متشابهة من حيث المستوى الاقتصادي، والخلفية الأسرية، والتجارب الشخصية، مما يقلل من الفروقات في الصحة العاطفية.

وفي ضوء النتائج تم التوصل إلى العديد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

أولا: الاستنتاجات:

١- تمتع طلبة جامعة الموصل بمستوى متوسط من الصحة العاطفية، لأن البيئة الجامعية والاجتماعية المحيطة بالطلبة تسهم في تعزيز مشاعرهم الإيجابية، وتمكينهم من التعامل مع التحديات بمرونة. بالإضافة إلى تنوع الأنشطة اللاصفية التي تعزز الصحة العاطفية.

ISSN. 1815-8854

٢- أن الصحة العاطفية لدى طلبة جامعة الموصل كانت لصالح الاناث، بسبب قدرة الإناث على التعبير عن المشاعر والتفاعل الاجتماعي بشكل أكبر وغالبًا ما تمتلك الإناث قدرة أعلى على التعبير عن مشاعرهن، سواء من خلال الحديث مع الأصدقاء أو عبر الكتابة والتعبير الفني، مما يساعدهن في تفريغ الضغوط العاطفية بشكل أكثر فعالية من الذكور.

ثانيا: التوصيات:

١- ضرورة مساعدة الطلبة على اكسابهم مؤشرات الصحة العاطفية التي تتناسب مع الخصائص الشخصية لكل منهم وبما يفضي إلى استثمار عواطفهم وتنميتها باتجاه تحقيق طموحاتهم.

٢- وضع برامج في الجامعة تتعلق بالصحة العاطفية لتدريب الطلبة على تلك البرامج مما قد يسهم في زيادة استقرارهم العاطفي، وتصبح لديهم مهارات معرفية تنشط قدراتهم العقلية والعاطفية.

ثالثا: المقترحات: اقترح الباحث اجراء الدراسات الاتية:

١- الصحة العاطفية وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي لدى طلبة جامعة الموصل.

٢- الصحة العاطفية وعلاقتها بإدارة الذات عند طلبة جامعة الموصل.

ISSN. 1815-8854

قائمة المصادر

١. أبو الديار، مسعد نجاح (٢٠١٢): **القياس والتشخيص لذوي صعوبات التعلم**، ، ط١، مركز تقويم وتعليم الطفل، الكويت.

٢. احمد، محمد عبد السلام (١٩٦٠): **القياس النفسي التربوي التعريف بالقياس ومفاهيمه وأدواته وبناء المقاييس ومميزاتها**، مكتبة النهضة المصرية، ، للطبع والنشر ، القاهرة ، مصر.

٣. الاسود، زهرة (٢٠١٩): العينات في البحث العلمي إجراءات واعتبارات، **مجلة "تنوير" للبحوث الإنسانية والاجتماعية**، جامعة الوادي، الجزائر.

٤. البيبي، روان محمد علي (٢٠١٤) **التوجه نحو سلوك مساعدة الآخرين وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، كلية التربية.

٥. حسرومي، مجدولين، ولويزة حسرومي (٢٠٢٣): دراسة سوسيو ديموغرافية حول الصحة العاطفية للأشخاص ذوي الإعاقة، المركز الديمقراطي العربي، **مجلة الصحة العاطفية رؤية سيكولوجية سوسيولوجية**، مخبر الديناميات الاجتماعية في الأوراس جامعة باتنة ١، الجزائر.

٦. الحلو، حكمت (٢٠٢٢): **منهجية البحث العلمي في العلوم السلوكية**، ط١، شركة الأكاديميون للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٧. حمزة، بو خالفة، وبن الشيخ يوسف(٢٠١٩): الذكاء الوجداني وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة دكتوراه ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في الجزائر، **مجلة الابداع الرياضي**، المجلد رقم ١٠.

٨. حميد، صفاء حسين (٢٠٢٣): الصحة العاطفية وعلاقتها بالاهتمام بالذات لدى طلبة الجامعة، **المجلة العراقية للبحوث الإنسانية والاجتماعية والعلمية**، كلية التربية للبنات، جامعة القادسية.

٩. دياب ، سهيل رزق (٢٠٠٣): **مناهج البحث التربوي**، غزة – فلسطين .

١٠. الزاملي، علي حسن هاشم (٢٠١٧): **بناء وتقنين المقاييس النفسية**، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية.

ISSN. 1815-8854
١١. الصادق، فاتن صلاح (٢٠١٤): **التجريب في علم النفس**، ط٢، دار الفكر، عمان الأردن.
١٢. الضامن ، منذر عبد الحميد الضامن (٢٠٠٦): أساسيات البحث العلمي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
١٣. عباس، فيصل (١٩٩٦): **الاختبارات النفسية تقنياتها واجراءاتها**، ط١، دار الفكر العربي، بيروت، لبنان.
١٤. عبد الرحمن، سعد (٢٠٠٨): **القياس النفسي النظرية والتطبيق**، ط٥، هبة النيل العربية للنشر والتوزيع، كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر.
١٥. علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠): **القياس والتقويم التربوي النفسي أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة**، ط١، دار القكر العربي، القاهرة.
١٦. عيشور، نادية سعيد، وعبد الرحمن برقوق، وآخرون (٢٠١٧): **منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية**، ط١، مؤسسة حسين راس الجبل للنشر والتوزيع، قسنطينة، الجزائر.
١٧. كاظم، عثمان علي حسين (٢٠٢٣): **الاداء التعبيري وعلاقته بالمهارات النحوية والتفكير المنتج لدى طلبة الصف الخامس الاعدادي**، كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في طرائق تدريس اللغة.
١٨. كامل، سلمى حسين (٢٠١٨): الحرية العاطفية وعلاقتها بالصحة الوجدانية لدى طالبات الجامعة، **مجلة الفتح**، كلية التربية الأساسية جامعة ديالى، العدد (٥٧).
١٩. مبارك، محمد الصاوب محمد (١٩٩٨): **البحث العلمي اسسه وطريقة كتابته**، ط١، المكتبة الاكاديمية، عين شمس، القاهرة، مصر.
٢٠. محمود ، حمدي شاكر (٢٠٠٦): **البحث التربوي للمعلمين والمعلمات**، ط٣، دار الأندلس للنشر والتوزيع.
٢١. مخائيل، امطانيوس نايف (٢٠١٦): **بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتقنيتها**، ط١، دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع، عمان ن الأردن.
٢٢. النبهان ، موسى محمد (٢٠١٣): **أساسيات القياس في العلوم السلوكية**، ط٢ ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .

ISSN. 1815-8854

٢٣. نصيرة، بن حرشاش، وهمال عبد المالك (٢٠٢٣): مداخل مفاهيمية حول الصحة العاطفية، مقاربة معرفية مختبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي، الجزء الخامس، كتاب وقائع المؤتمر الدولي العلمي، **مجلة الصحة العاطفية رؤية سيكولوجية سوسيولوجية**، جامعة باتنة، الجزائر.

List of sources in English

1. **Abbas, Faisal (1996):** *Psychological Tests: Their Techniques and Procedures*. 1st ed., Dar al-Fikr al-Arabi, Beirut, Lebanon. (in Arabic)
2. **Abd al-Rahman, Saad (2008):** *Psychological Measurement: Theory and Application*. 5th ed., Heba al-Nil al-Arabiya for Publishing and Distribution, Faculty of Girls, Ain Shams University, Egypt. (in Arabic)
3. **Abu al-Diyar, Musad Najah (2012):** *Measurement and Diagnosis for Individuals with Learning Disabilities*. 1st ed., Center for Child Assessment and Education, Kuwait. (in Arabic)
4. **Ahmad, Muhammad Abd al-Salam (1960):** *Psychological and Educational Measurement: Introduction to Measurement, its Concepts, Tools, Scale Construction, and Features*. Renaissance Library for Printing and Publishing, Cairo, Egypt. (in Arabic)
5. **Aishour, Nadia Saeed, and Abd al-Rahman Barqouq, et al. (2017):** *Scientific Research Methodology in Social Sciences*. 1st ed., Hussein Ras al-Jabal Foundation for Publishing and Distribution, Constantine, Algeria. (in Arabic)
6. **Allam, Salah al-Din Mahmoud (2000):** *Psychological and Educational Measurement and Evaluation: Its Fundamentals, Applications, and Contemporary Trends*. 1st ed., Dar al-Fikr al-Arabi, Cairo. (in Arabic)
7. **Al-Aswad, Zahra (2019):** *Samples in Scientific Research: Procedures and Considerations*. Tanweer Journal for Human and Social Research, Al-Wadi University, Algeria. (in Arabic)

ISSN. 1815-8854

8. **Al-Baybi, Rawyan Muhammad Ali (2014):** *The Orientation Towards Helping Behavior and its Relationship to Psycho-Social Adjustment: A Field Study on a Sample of Damascus University Students*. Unpublished Master's Thesis, University of Damascus, Faculty of Education. (in Arabic)

9. **Al-Damen, Mundhir Abd al-Hamid (2006):** *Fundamentals of Scientific Research*. Dar al-Masirah for Publishing and Distribution, Amman, Jordan. (in Arabic)

10. **Al-Helw, Hikmat (2022):** *Scientific Research Methodology in Behavioral Sciences*. 1st ed., Al-Akadimiyun Publishing and Distribution Company, Amman, Jordan. (in Arabic)

11. **Al-Nabhan, Musa Muhammad (2013):** *Fundamentals of Measurement in Behavioral Sciences*. 2nd ed., Dar Al-Shuruq for Publishing and Distribution, Amman, Jordan. (in Arabic)

12. **Al-Sadiq, Fatin Salah (2014):** *Experimentation in Psychology*. 2nd ed., Dar al-Fikr, Amman, Jordan. (in Arabic)

13. **Al-Zamili, Ali Hassan Hashim (2017):** *Construction and Standardization of Psychological Scales*. College of Physical Education and Sports Sciences, Al-Qadisiyah University. (in Arabic)

14. **Diab, Suhayl Rizk (2003):** *Educational Research Methods*. Gaza - Palestine. (in Arabic)

15. **Ebel, Robert & David, A. Frisbie (1991):** *Essentials of Measurement*. Fifth edition, University of Iowa, New Delhi.

16. **Hameed, Safaa Hussein (2023):** *Emotional Health and its Relationship to Self-Care among University Students*. Iraqi Journal of Human, Social and Scientific Research, College of Education for Girls, Al-Qadisiyah University. (in Arabic)

17. **Hamza, Bu Khalifah, and bin al-Sheikh Yusuf (2019):** *Emotional Intelligence and Its Relationship to Mental Health among PhD Students in the Field of Physical and Sports Activities Sciences and Technologies in Algeria*. Journal of Sports Creativity, Vol. 10. (in Arabic)

18. **Hasroumi, Majdolin, and Luwayza Hasroumi (2023):** *A Socio-Demographic Study on the Emotional Health of Persons with Disabilities*.

ISSN. 1815-8854
The Arab Democratic Center, Journal of Emotional Health: A Psychological and Sociological Vision, Laboratory of Social Dynamics in the Aurès, Batna University 1, Algeria. (in Arabic)

19. **Kamel, Salma Hussein (2018):** *Emotional Freedom and its Relationship to Emotional Well-Being among University Female Students*. Al-Fath Journal, College of Basic Education, Diyala University, Issue (57). (in Arabic)

20. **Kazem, Uthman Ali Hussein (2023):** *Expressive Performance and its Relationship to Grammatical Skills and Productive Thinking among Fifth-Grade Preparatory Students*. College of Basic Education, Al-Mustansiriya University, part of the requirements for a Ph.D. in Language Teaching Methods. (in Arabic)

21. **Kolakowski, Shannon (2013):** *7 Signs of Emotional Health*. Mental Health Association In Ulster County, Inc. Huffpost Healthy Living, Kingston, New York.

22. **Kolakowski, Shannon (2014):** *Single, shy and I'm looking for love: Dating Guide for the Shy and Socially Anxious*. Oakland, California.

23. **Kolakowski, Shannon & Craig Malkin (2014):** *When Depression Affects Your Relationship: How to Restore Intimacy and Connection with Your Partner When You're Depressed*.

24. **Mahmoud, Hamdi Shakir (2006):** *Educational Research for Male and Female Teachers*. 3rd ed., Dar al-Andalus for Publishing and Distribution. (in Arabic)

25. **Mihishova, Maria (2017):** *Social and emotional health of university students and the importance of its preservation*. Vol Acta Educationis Generalis.

26. **Mikhail, Imtaniyus Nayif (2016):** *Construction and Standardization of Psychological and Educational Tests and Scales*. 1st ed., Dar Al-I'sar Al-'Ilmi for Publishing and Distribution, Amman, Jordan. (in Arabic)

27. **Mubarak, Muhammad al-Sawb Muhammad (1998):** *Scientific Research: Its Foundations and Method of Writing*. 1st ed., Al-Akadimiya Library, Ain Shams, Cairo, Egypt. (in Arabic)

ISSN. 1815-8854
28. **Nassira, bin Harshash, and Hammal Abd al-Malik (2023):** *Conceptual Approaches to Emotional Health: A Cognitive Approach by the Laboratory of Psychological Applications in the Correctional Environment*. Part 5, Proceedings of the International Scientific Conference, Journal of Emotional Health: A Psychological and Sociological Vision, Batna University, Algeria. (in Arabic)