

الفصل الاول

اولا / مشكلة البحث

ان ما يمر به القطر العراقي من حروب مدمرة ومتواصلة وما يزال , قد اثرت سلبا على حياة الفرد العراقي بكل نواحيها , النفسية منها والصحية , الاجتماعية , الاقتصادية , وعلى الاتزان الانفعالي للفرد . حيث ان ما يحدث في هذا البلد المحتمل منذ ثمان سنوات , وما يتضمنه من مشاهد عنف ودمار قاسية وانتهاك لحقوق الفرد وانتقاص من كرامته والتعامل غير الاخلاقي الذي يثير المشاعر , قد تنشأ عنها اثار نفسية سلبية عميقة , يؤدي الى حضور حالات الاضطراب النفسي والانفعالي ويتبع ذلك مضاعفات لدى اعداد كبيرة من الناس . ومنهم الطلبة بكافة المراحل التي خلقت لديهم انواع من الصراعات والاضطراب التي قد تؤثر في نموهم مستقبلا مما يجعلهم بحاجة الى مساعده اشخاص ذوي خبره في التدريس والارشاد التوجيهي . يتخذوهم قدوة لهم ويساعدهم في حل مشكلاتهم , ويستندون اليهم وقت الازمات والشدائد حتى يتسنى لهم ان يتصرفوا بهدوء واتزان انفعالي . ويحدث في العالم اليوم تغيرات كبيرة في قضايا الحرية الفردية والاجتماعية والتحولت الديمقراطية , اضافة الى التغيرات السريعة المتمثلة في الثورة المعرفية الهائلة التي تتميز بها طبيعة هذا العصر والتي لا يستطيع الانسان مواكبتها مما قد يؤدي الى اصابته (بالتوتر وعدم الثقة بالنفس والتردد .) (بني يونس ، 2005 : 928

ثانيا / اهمية البحث

يمر العالم المعاصر اليوم بتغيرات كبيرة وجدية واهتمام كبير بقضايا الحرية الفردية والاجتماعية والتحولت الديمقراطية , وتبذل جهود كبيرة لترجمة هذه القضايا الى سلوكيات مثمرة ينعم بخيرها افراد المجتمع الانساني كافة , ولكي يتحقق هذه المهام نجاحا في المجتمع , يفترض ان تبدأ هذه الحرية من داخل الفرد . وقد رافق هذه التغير ازدياد متطلبات الحياة وكثرة حاجات الطلبة الى مساعدة اشخاص ذوي الخبرة لتدريس وتوجيههم وارشادهم وتعليمهم على مواجهة مشكلاتهم وحلها بانفسهم (العبيدي , 1999:3) و كذلك حاجتهم الى الشعور بالحب والدفء والحنان والى اشباع شعوره بالانتماء الى اسرة تحميه وتعطف عليه والى سند له يقف بجانبه في الازمات والشدائد حتى يتسنى له ان يتصرف على وفق ذلك بهدوء واتزان انفعالي (العيسوي,2004:240)لما له من تأثير في المشاعر الانسانية وفي البناء النفسي السليم , (الشمري , 2005:306) وسنده هنا المرشد التربوي الذي يفترض به ان يكون لديه قدره على التحكم في انفعالاته , فلا تظهر بشدة انفعالات الغضب او الغيرة او الفرح والحب ويظهر بدلا عندها الحلم وكظم الغيظ وعدم الاهتمام بصغائر الامور . والمرشدة التربوية الفعالة هي التي تحتفظ بتحكم انفعالي متميز , فهي لا تدع

فرصة للغضب ان يمتلكها ولا تعطي إحكاما سريعة للموافق المختلفة بل هي امام هذه المواقف هادئة ولا تصدر حكمها الا بعد ان تتفحص جيدا متغيرا ان كل المواقف , والاتزان الانفعالي صفة هامه في المرشدة التربوية الواعية الناضجة , فتظل دائما في حالة استقرار نفسي وسلوكي ولا يصدر منها اي فعل او رد فعل يترتب عليه فشل في العملية الارشادية (شبكة الانترنت , 2010 , <http://www.malak-rouhi.com/vb/>) كما يشكل الاتزان الانفعالي منعطفا في النفس البشرية , لذا لدى البعض مهاره اتقانه والبعض الاخر لا يستطيع اتقانه , فمن وهب اتزانا عقلايا وعاطفيا تستميله الالهواء ولا تتكى على ارضيه واقعه الخيالات . والاتزان الانفعالي سمه يتميز بها من يتصف بقوة الشخصية وبصحه نفسيه جيده . تظهر وقت التعامل مع الضغوط والازمات (<http://www.malak-rouhi.com/vb/>) , (شبكة الانترنت , 2010

: ومما تقدم تتضح اهميه البحث الحالي بالاتي

- 1- يلعب مفهوم الاتزان الانفعالي دورا هاما وبارزا في تحقيق توافق الفرد مع نفسه ومع الاخرين
- 2- يفيد اقسام اعداد وتدريب وتأهيل المرشدين التربويين الارتقاء بمستوى الاتزان الانفعالي لديهم
- 3- الاتزان الانفعالي يتزامن مع التحولات السياسية والاقتصادية والاجتماعية والقيمية التي يعيشها افراد المجتمع العراقي وتزايد الضغوط النفسية لظروف البلد المحتل

ثالثا / اهداف البحث

-: يهدف البحث الحالي الى

- 1- التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى المرشدين التربويين
- 2- التعرف على مستوى الفروق الفردية وفق متغيري
1- ذكور - اناث
(التخصص (ارشاد - علم الاجتماع - علم النفس - 2-

رابعا / حدود البحث

اختصرت حدود البحث على المرشدين التربويين في المدارس (المتوسطة الاعدادية) في محافظة الديوانية للعام الدراسي 2017-2018

خامسا / مصطلحات البحث

-: يتضمن البحث تعريفا للمصطلحات الاتية

- 1- الشخص الذي تكون لديه رؤية موضوعية لذاته (Guilfverd, جيلفورد 1959) ويشعر بالراحة في المواقف المختلفة كما يكون خاليا من الرؤية المتطرفة التي تسبب الحساسية الانفعالية الزائدة لملاحظة الاخرين (Guilfverd 1959:98)

- الزبيدي (1997): سمة وجدانية ثابتة نسبيا تتمثل بسيطرة الفرد على انفعالاته -2 ومشاعره و دوافعه والتحكم بها وقدرته على تناول الامور بصبر وتعقد ومواجهه الحياة بحيوية ونشاط وحسب التصرف ((الزبيدي 1997:28
- الجميلي (2005): (قدرة الفرد على ضبط انفعالاته ومشاعره ودوافعه والتحكم بها -3 وقدرتها على مواجهه الحياة بحيوية ونشاط وحسن تصرف من خلال اعتماده على نفسه واثقا بها ومتفائلا ومطمئنا في نظرتة للمستقبل ومتوافقا مع الاخرين ((الجميلي 2005:18
- التعريف الاجرائي للاتزان الانفعالي : (الدرجة التي يحصل عليها المرشد -4 التربوي من خلال استجاباته على فقرات مقياس الاتزان الانفعالي الذي اعده الباحث
- التعريف النظري للاتزان الانفعالي :- (قدرة المرشد التربوي على ضبط -5 انفعالاته و مشاعره والتحكم بها والتحلي بالصبر والتعقل ومواجهه الحياة بحيوية ونشاط من خلال اعتماده على نفسه والثقة بها وان يكون واقعا في (الحياة هادئا , منضبطا , غير عدواني ومثابرا ومتفائلا ومتوافقا مع الاخرين) عرفه كل Educational counselor: المرشد التربوي
- الشخص الذي يستطيع ان يخلص المسترشد من الاوهام (kipnis) كبنس والخيالات التي لا ترتبط بالواقع والتي تؤثر في سلوكياته بحيث يجعله اكثر ادراكا للواقع الذي يعيشه
- (kipnis.1997:205)
- انه الشخص الذي يساعد الطلاب فرديا ويعمل على التكيف : (Good) كود والاختيار لما يتعلق بامورهم الخاصة وفقا لمشكلات كل فرد منهم سواء اكانت تربوية او مهنية او شخصية (Good.1973:147)

الفصل الثاني

القسم الاول

الاطار النظري

مفهوم الاتزان الانفعالي

(ان مصطلح الاتزان الانفعالي يحمل مفهومين : (الاتزان , الانفعال يعني ان الانسان لديه قدر من الطاقة الثابتة بمقدار يميل (stability) فالالاتزان الى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوي يمثل الحالة المتوسطة للتوتر داخل الكائن الحي والعودة الى الحالة المتوسطة (هي عملية الاتزان .) (داود والعيدي 1990:122

هو احد المنظومات المكونة لبناء الفرد في مظهره (Emotion) اما الانفعال الخارجي تعبر عن مجموعه من الحركات الناتجة عن اختلال الاتزان . ومؤديه الى تفاقم هذا الاحتلال وخروج الانسان عن حدود النشاط المعدل والمنظم

اي الحركة التي تتعدى الحدود وتكون (Emotion) السوي وهذا يدل عليه لفظ اهم المظاهر الانفعالية . (سليمان, 2006:243) وهو عبارة عن نماذج انعكاسية معينة للاستجابة مثل (الغضب , الخوف , الفرح ... الخ , ((الشمري, 2005 : 25-26

فيسعد الشخص لانفعالات , السعادة والفرح ويحاول تجنب المشاعر المحزنة كالوحدة والقلق او قد يغفل بعض الناس انفعالاتهم (سعد الدين 2005 : 2) وان هذه الانفعالات تساهم في حل الموقف الطارئة الخطيرة لان اطالة بقائها . (تودي الى الاضطراب وسوء التكيف (العيسوي 1989:98

والاتزان الانفعالي ليس سمة فرعية , وانما هو محور من المحاور الاساسية الكبرى للشخصية , وهو تنظيم سلوكي ينظم سلوك الفرد في مواقفه : الاجتماعية المختلفة , وان هناك خاصيتين في الاتزان الانفعالي هما التروي وهو نقيض الاندفاع والتردد . المرونة هي نقيض الجمود (بني .(يونس 2005:933

ثانيا : الاتزان الانفعالي في المنظر الاسلامي

ورد مفهوم الاتزان الانفعالي في القرآن الكريم والاحاديث النبوية الشريفة بعدة تسميات منها الصبر , الحلم , الثبات وغيرها كما جاء في قوله

قَالَوا يَا لَئِلهٖ تَهَلَّلِي اِيَّاهُ } ا

رَاجِعُونَ { البقرة (156) اَفَرَأَيْتَ لِمَ تَهَلَّلِينَ :

عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ { البقرة (250) فالصبور اسم من اسماء الله الحسنی وسمه من سمات المؤمن الصالح اما المصاد له في الجانب الآخر فهو الجزع الذير والهنق والخين اوقوله تَهَلَّلِينَ :

وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ { (134) والكظم هنا يعني الضبط المقصود لدافع ومنعه من ان يتحقق على شكل سلوك خارجي اما الضاد له هو الترفع والبطر , وان الاتزان الانفعالي يسمى وقارا وثباتا فان الطيش والخفة هي المصاد لهما

وقد حث النبي (صلى الله عليه وآله وسلم) المسلمين على التحلي بالصبر والاتزان عند الشدائد بقوله : (ليس الشدايد بالصرعة وانما الشدايد الذي يملك نفسه عند الغضب) وقوله (صلى الله عليه وآله وسلم) : (ان الله يحب في الناس خصلتين الحلم والاناة) كما اكد النبي محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) على اهمية الاتزان ولا سيما عند اتخاذ القرار بقوله : (لا يحكم احد بين اثنين وهو غضبان) (الالباني : 1988 : 196) اما العالم الرازي (1150 - 1210م) فقد اكد في بعض رسائله في الفلسفة , على (ضبط الذات) عندما يكون هناك صراع بين العقل والهوى (الاهواء , والنزوات ,

والعواطف) , (ان الهوى والطباع يداعوان الى اتباع اللذات الحاضرة وايثارها من غير فكر ولا رؤية في العاقبة ويعجلان اليها) (الزبيدي 1997 : 51) ويقول كذلك (ان طريق السعادة هو اتباع العقل وردع الهوى وقمعه) فالشخصية الحازم (المتزن) هو الذي يردع الهوى في نفسه (التكريتي 1990 : 94) وعليه تأكيد الرازي على قوة الارادة وضبط النفس والسيطرة الذاتية تقابل ما يعرف بالدراسات المعاصرة في علم النفس (بالنضج الانفعالي) الذي يعد من (مرادفات الاتزان الانفعالي (العبيدي : 1991 : 30) النظريات التي فسرت الاتزان الانفعالي

E-Erikson (نظرية اريك اريكسون (1902 - 1994

تعد وجهة نظر اريكسون اكثر انسانية مما جاء به فرويد في تعامله مع الجانب الذاتي للحياة , واكثر تفاؤلا في تأكيده بان الاشخاص يمكن ان يتغيروا ويصبحوا اسوياء في اثناء تطور شخصياتهم ((السلطان : 2004 : 27

وان الشخصية لا تكون محددة في الطفولة المبكرة وانما يستمر نموها طول حياة الانسان , وان خبرة الفرد تزداد يوما بعد يوم واستخدام اريكسون في نظريته فكرة مطالب النمو محاولا تفسير صراع القوى الداخلية مع مطالب البيئة الخارجية واثر ذلك في الفرد مشددا على اثر الثقافة والمجتمع والتاريخ في تشكيل

(شلتز : 1983 : 207 - 211)

يرى اريكسون ان النمو الانساني يمر عبر مراحل متسلسلة ولكل مرحلة اهدافها (Inter dependen) وغاياتها ومهماتها ومخاطرها وان هذه المراحل متكاملة فالنجاح في اتمام مهام مرحلة نمائية يعتمد على حد كبير على النجاح في اجتياز المهام النمائية المرتبطة بالمرحلة النمائية التي تسبقها وان كل مرحلة منها تمثل ازمة نفسية تتطلب الحل قبل ان يتمكن الفرد من الانتقال الى المرحلة التالية بسلام

(ابو جادو : 1998أ : 204)

: ويمكن ايجاز تلك المراحل بالاتي

(Trust versas mistrust) الثقة في مقابل عدم الثقة 1.

تبدأ هذه المرحلة من الولادة وتستمر الى الشهر الثامن من حياة الطفل ويكون اعتماده الطفل في هذه المرحلة على الوالدين ولا سيما الام في تقديم ما يحتاجه الطفل وان عناية امة به يتطور لديه الشعور التام بالراحة والطمأنينة والثقة (ابو جادو : 2000 : 247

ويرى اريكسون ان الطفل سيمتلك ان الثقة بالنفس اذا ما حصل على امومة جيدة , في حين يكون كثير الخوف والقلق عندما تكون امومته سيئة مراعية لحاجاته بالشكل الصحيح

(Erikson , 1959 : 136)

2. **(Autonomy Versus shame and adoubt) : الاستقلالية في مقابل الشك والخجل**

تبدأ مع السنة الثانية وتستمر حتى الثالثة من عمر الطفل , حيث يرغب الفرد في ابراز قدراته ومهاراته , يجب على الاسرة ان تتيح له الفرصة لذلك والا تهتز شخصية الفرد وتضطرب (ربان 2006 : 31) كما يتولد لديهم الاحساس بالشك في انفسهم (نشواتي , 2003 : 178-179)

3. **(Initiative versus guilt) المبادرة في مقابل الشعور بالذنب**

تبدأ مع السنة الرابعة وتستمر حتى السنة السادسة وفيها يحاول الفرد استطلاع العالم الخارجي وتنمية التفكير والتخيل ويحتاج الاطفال في هذه المرحلة الى متطلبات الاحساس بالمبادرة فهم يبحثون بنشاط عن الفرص للقيام بعدد من الاعمال (Vanderzanden , 1989 : 236) وتقابل هذه المرحلة حقبة ما قبل المدرسة وهي حقبة نشاط (236 : 1989 اللعب المتلاحق عند الطفل السوي اما اذا اعيق عن اللعب او اهمل او تم زجره ,) واسكاته , فسيتابه الاحساس بالخوف والذنب (عرفيج , 2000 : 130)

4. **(INDUSTRY VERSUS INFERIORITY) الكفاية في مقابل الدونية**

تبدأ هذه المرحلة عند بلوغ الطفل السنة السادسة من العمر وتستمر حتى يبلغ الثانية عشرة , ويبدو الطفل اما نشطا او لا يستطيع ان يتكيف مع معايير الاسرة (ربان , 2006 : 31) ويطلق عدد من العلماء على هذه المرحلة الانجاز او الاتاجية مقابل الشعور بالدونية

(ابو جادو , 1998 ب : 89-90)

5. **(Identity versus role diffusion) الاحساس بالهوية في مقابل التشتت بين الادوار**

تبدأ مع بداية المراهقة من عمر (12 – 18) سنة وفيها يستبصر المراهق الادوار الجديدة التي يطمح في ادائها ففيها يجب على الفرد ان يكون صورة عن نفسه تكون ذات معنى او قيمة (مجيد وآخرون , 2004 : 122) وقد تأخذ عدة اشكال كالبحث عن مهنة او عمل , وهذا يعد مؤشرا للبحث عن الهوية الاتزان النفسي وقد يبني المراهق هويته عن طريق الامتثال للقيم السائدة وبطريقة سلبية وتشير (Mekinney , 1977 : 107-108) وذلك عن طريق التمرد والانحراف مرحلة الاحساس بالهوية الى عملية تجريب هويات مختلفة وانتقاء الهوية المناسبة وبمساعدة الاباء والمعلمون بتوجيهاتهم الايجابية المراهقين على تطوير الاحساس بهوية واضحة ومستقلة

(ابو جادو 2000 : 25)

6. **(Intimacy versus isolation) الاجتماعية في مقابل العزلة**

تبدأ هذه المرحلة من (18 – 24) سنة يحاول الفرد ان يكون صداقات حميمة مع الآخرين من خلال تكوين نظام خلقي متمثل في الالتزام الخلقي

والاجتماعي والذي يؤدي بدوره الى التكيف (العدل , 1995 : 127) والذين لا يستطيعون تحقيق علاقات حميمة يعيشون في حالة عزلة ويتجنبون الاتصال ويرفضون الاختلاط بالآخرين او قد يصبحون عدائين واناس كهؤلاء يفضلون ان (Martin , 2003 : 386 - 387) يكونوا وحدهم لانهم يخشون الالفة

7. (Generativist versus self absorption) الانتاجية في مقابل استغراق الذات

تبدأ هذه المرحلة من عمر (24) وحتى سن التقاعد , وهي مرحلة النضج حيث يتولد في هذه المرحلة الاحساس بالانتاج او (الابداع) الشخصي على الرغم من انجاب الاطفال والانشغال برعايتهم والنشاط ابتكاري المبدع , ويعمل على نقل القيم والفضائل التي اكتسبها اثناء نموه اما الخطر الوحيد الذي يواجه الفرد هنا فهو استغراقه المطول في ذاته وعدم قدرته على التحرر من دائرة الشك الذاتي (مجيد وآخرون : 2004 : 123)

8. (Ego Integrity versus despair) تكامل الذات في اليأس

تبدأ من سن التقاعد الى نهاية الحياة , وهي خلاصة للمراحل السابقة وتكمن في الثقة المبكرة والاستلال الذاتي والهوية النشطة والانتاج المبدع (مجيد وآخرون : 2004 : 123)

من خلال الاقتناع باشباع حاجات الفرد والاقتناع باشباع منظومة قيمية واتخاذ القرارات السليمة

(ريان , 2006 : 31)

فاذا نظر الفرد الى ماضية وراى ان حياته قد اعطته شعورا بالإنجاز والرضا فيشعر بالارتياح وقد تكيف النجاحات الحياة واخفاقاتها يكون لدى الفرد عندئذ ما اسماه اريكسون (تكامل الذات) وتعني قبول الفرد لمنزلته وماضية

(Bigner , 1982 : 50 - 54)

اما اذا نظر الفرد من ناحية ثانية الى حياته فرأها انه لم يحقق وفشل في انجازاته في الحياة وراى صورة لشعور في خيبة الامل والغضب لعدم انتهاز الفرص والاسف يكون ذلك نتيجة الاخطاء التي لا يمكن تصحيحها فعندئذ يصبح الفرد في حالة يأس

(شلتز , 1983 : 222)

القسم الثاني

دراسات سابقة

دراسة عراقية

وأجرت عرفات (2009) دراسة في العراق هدفت الى الكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بمتغير الجنس والضغوط النفسية لدى طلبة معاهد اعداد المعلمين والمعلمات تكونت عينة الدراسة من (750) طالبا وطالبة واطهرت نتائجها ان مستوى الاتزان الانفعالي لدى افراد عينة الدراسة كان مترفعا , كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الذكور اشارت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاتزان الانفعالي بين طلبة المعاهد الذين تعرضوا للضغوط النفسية واقربانهم الذين لم يتعرضوا وجاءت الفروق لصالح الطلبة الذين لم يتعرضوا لهذه الضغوط

(دراسة العبيدي 1991)

هدفت الدراسة الى بناء مقياس الاتزان الانفعالي عند طلبة المرحلة الاعدادية وقياس الاتزان الانفعالي عند ابناء الشهداء واقربانهم الذين يعيشون مع والديهم ومعرفة دلالة الفروق بين الاتزان الانفعالي بين ابناء الشهداء واقربانهم الذين يعيشون مع والديهم تبعا لمتغير الجنس قام الباحث ببناء الاتزان الانفعالي وتألفت عينة الدراسة من (240) طالب وطالبة موزعين على (23) مدرسة ثانوية واعدادية استخدم العديد من الوسائل الاحصائية منها التباين المزدوج والتحليل العاملي ارتباط بيرسون والاختبار التائي وتوصلت الدراسة الى

- يتصف ابناء الشهداء واقربانهم بالاتزان الانفعالي
- وجدت الدراسة فروقا ذات دلالة احصائية في الاتزان الانفعالي بين ابناء الشهداء واقربانهم ولصالح اقربانهم
- لم توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور من ابناء الشهداء واقربانهم الاناث من ابناء الشهداء
- لم توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاتزان الانفعالي بين ابناء الشهداء واقربانهم والجنس

(العبيدي , 1991 : 2 - 237)

(دراسة البهادلي 1998)

(قياس الاتزان الانفعالي لمدرسي المرحلة المتوسطة ومدرساتها) هدفت الدراسة الى بناء مقياس للاتزان الانفعالي , وقياس الاتزان الانفعالي لمدرسي المرحلة المتوسطة ومدرساتها , فضلا عن التعرف على الفروق في الاتزان الانفعالي على وفق متغيرات الجنس والعمر تكونت عينة الدراسة من (300) مدرس ومدرسة في تربية البصرة , وبعد استخدام معامل الارتباط والتحليل : العاملي بوصفها وسائل احصائية توصلت الدراسة الى النتائج الاتية متوسطة درجات الاتزان الانفعالي للعينة اقل من المتوسط العرضي للمقياس , وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية على وفق متغير الجنس

(البهادلي , 1998)

(دراسة التميمي 1999)

هدفت الدراسة الى بناء مقياس الاتزان الانفعالي وايجاد العلاقة بين خبرات الاسر المؤلمة والاتزان الانفعالي للاسرى فضلا عن التعرف على الفروق في الاتزان الانفعالي على وفق متغير العمر وعدد سنوات الاسر تألفت عينة الدراسة من (300) اسير من الاسرى العراقيين العائدين الذين اسروا في الحروب العراقية الايرانية استخدام الباحث معامل الارتباط والانحدار واختيار التائي توصلت الدراسة الى ان متوسط درجات الاتزان الانفعالي للعينة كان اعلى من المتوسط الفرضي اي العينة تتمتع بالاتزان الانفعالي

(التميمي , 1999 , ملخص)

(دراسة بني يونس 2005)

علاقة الاتزان الانفعالي بمستوى تأكيد ذات عند عينة من طلبة الجامعة الاردنية هدفت الدراسة الى الكشف عن كل مستويات الاتزان الانفعالي ومستويات تأكيد الذات وايجاد العلاقة بينهما , تكونت عينة الدراسة من (143) طالبا طالبة من طلبة الجامعة الاردنية استعمل الاتزان الانفعالي الذي اعده (العبيدي 1992) ويتضمن (36) موقفا حياتيا يتعرض لها الطلبة في حياتهم وقد تم ايجاد الخصائص السيكومترية للمقياس , وبعد تطبيقه على افراد العينة وتحليل البيانات , باستخدام التكرارات والنسب المئوية , اشارت نتائج التحليل الاحصائي ان نسبة الطلبة لكل من المستوى المنخفض للاتزان الانفعالي (6%) و (93.3%) للمستوى المتوسط و (0.7%) للمستوى المرتفع للاتزان الانفعالي كما اظهرت نتائج التحليل الاحصائي باستعمال اختبار (ت) للعينتين مستقلتين بان هناك اختلاف دال احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05 = فاقل) (في مستوى اتزان الى متغير الجنس (بني يونس , 2005 : 925

الفصل الثالث

اجراءات البحث

1- منهجية البحث

ان المنهج المستخدم في هذا البحث هو المنهج الوصفي الذي يستهدف وصف الظواهر النفسية بشكل عام عن طريق جمع البيانات عنها وتحليلها وتعرف العلاقات بينها .

2- مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من جميع المرشدين التربويين والبالغ عددهم (100) مرشد ومرشداً موزعين (45) ذكور وبنسبة (29.5%) و(55) اناث بنسبة (69.51%) العاملين في الدراسة الصباحية والمسائية للمدارس المتوسطة والثانوية والاعدادية في محافظة الديوانية للعام الدراسي (2017-2018) . والجدول رقم (1) يوضح ذلك .

(جدول 1)

ت	اسم المدرسة	ذكور	اناث	المجموع
1	متوسطة البراءة للبنات	-	9	9
2	متوسطة الاماني للبنات	-	10	10
3	متوسطة الحسن للبنين	5	6	11
4	اعدادية الحوراء للبنات	-	10	10
5	اعدادية الشافعية للبنات	-	7	7
6	ثانوية ابن الهيثم للبنين	14	4	18
7	ثانوية عين شمس المختلطة	15	5	20
8	متوسطة الشهيد المسائية	11	4	15
		45	55	100

3. عينة البحث

اختيرت عينة البحث الحالي بالطريقة العشوائية البسيطة حيث بلغ حجم العينة (40) مرشد ومرشدة موزعين على المدارس الصباحية والمسائية في محافظة الديوانية والجدول (2) يوضح ذلك

التخصص	ذكور	اناث	المجموع
علم النفس	12	8	20
الارشاد	-	5	5
علم الاجتماع	8	7	15
	20	20	40

4. ادوات البحث :

لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي في التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى المرشدين التربويين قامت الباحثان بتبني مقياس رمضان 2012 والذي يتكون بصورته النهائية من (30) فقرة وقد كانت بدائل الاجابة لانتطبق علي : دائما ، لانتطبق علي احيانا ، لانتطبق وفيما يلي يتم عرضه وفق الترتيب التالي

صدق مقياس الاتزان الانفعالي

الصدق **Validity** من الخصائص الاساسية في بناء المقاييس النفسية ويشير الى مدى صلاحية استخدام درجات المقياس في القياس بتفسيرات معينة (ابو علام، 1989، ص 144) والاختبار الصادق هو الاختبار القادر على قياس السمة او الظاهرة التي وضع لاجلها

(الزويجي واخرون ، 1981 ، ص 39)

وقد قام الباحثون باستخراج الصدق **face validity** ويشير هذا النوع من الظاهري الصدق الى مدى ما يبدو ان الاختبار يقيسه ، بمعنى ان الاختبار يضم فقرات يبدو انها على صلة بالمتغير الذي يقاس وان مضمون الاختبار متفق مع الغرض منه ويتحقق هذا النوع من الصدق بقيام الخبراء والمختصين بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للصفة المراد قياسها

(الامام واخرون ، 1990 ، ص 130)

وقد تحقق ذلك في عرض مقياس الاتزان الانفعالي على نخبة من الخبراء واملختصين واخذ آرائهم حول مدى صلاحية كل فقرة من الفقرات المقياس لقياس ومدى ملائمتها لمجتمع البحث وحصلت فقرات المقياس علفى نسبة اتفاق اكثر من (70%) والجدول () يوضح ذلك

() جدول

عدد الخبراء والمحكمين والموافقين وغير الموافقين في مدى صلاحية فقرات مقياس الاتزان الانفعالي

ارقام الفقرات	عدد الفقرات	الموافقون	الرافضون	النسبة المئوية	مربع كاي	القرار
1-2-3-4-6-7-10-11-13-14-15-16-17-18-19-20-21-23-24-25-26-27-28-29	30	8	2	80%	14.4	دالة صالحة وفق القبول
5-9-8-11-22-30	6	7	3	70%	6.4	دالة صالحة وفق القبول

وبذلك تم التأكد من الصدق الظاهري للمقياس

: ثبات مقياس الاتزان الانفعالي

الثبات **Reliability** من المفاهيم الاساسية في القياس يجب توافره في المقياس لكي يكون صالح للاستخدام ، ويمكن القول ان كل اختبار صادق هو ثابت بالضرورة ، في حين لايمكن القول ان كل اختبار ثابت هو صادق بالضرورة وذلك لان الاختبار الصادق يقيس فعلاً ما اعده لقياسه تكون درجته معبرة عن الاداء الحقيقي والقدرة الفعلية للفرد ، وما دامت الدرجة على المقياس الصادق تعبر عن هذه الوظيفة بدقة فانها تكون ثابتة في الوقت نفسه

(الامام واخرون ، 1990، ص 143-144)
. وقد قام الباحثون باستخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية

طريقة التجزئة النصفية

تعد طريقة التجزئة النصفية في حساب الثبات من الطرق الشائعة في المقياس والاختبارات النفسية والتربوية لان معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة يوضح مقدار الاتساق الداخلي بين الفقرات في قياس الخاصية كما ان هذه الطريقة هي اكثر طرق الثبات شيوعاً ويعود ذلك الى انها تلافي عيوب بعض الطرق الاخرى للثبات.

وقد بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة لمقياس الاتزان الانفعالي (80%) وبهذا فان الثبات الجيد اذ تشير الدراسات ان معامل الثبات الجيد (% يتراوح ما بين 70%- 90

(الامام واخرون ، 1990 ، ص 159)

.وبهذا اصبح المقياس جاهز.

: الوسائل الاحصائية

استعان الباحث لاستخراج نتائج البحث الحالي بالحقائق الاحصائية وبعض الوسائل الاحصائية الاتية .

مربع كاي (chi - square) لغرض حساب الصدق الظاهر لفقرات مقياس

1. الاتزان الاتفعالي
2. الاختبار التائي لعينة (T-test for single sample) استخدام في دلالة واحدة .
3. الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة البحث والوسط الفرضي لمقياس الاتزان الانفعالي .

الفصل الرابع

الهدف الاول

التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى المرشدين التربويين

لتحقيق هذا الهدف طبق مقياس الاتزان الانفعالي على عينة البحث الاساسية التي بلغت (40) مرشد ومرشدة وبعد معالجة البيانات احصائيا تبين ان المتوسط الحسابي (94.67%) وبانحراف معياري (8.03%) وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس الفرضي للمقياس البالغ (72%) وبعد اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لصيغة واحدة تبين ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (17.84%) وهي اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (2.05) عند مستوى دلالة (0.05) مما يشير الى ان افراد العينة في البحث يتسمون باتزان انفعالي مرتفع كما مبين (في جدول رقم 4)

(جدول 4)

التائية	الجدولي	قيمة المحسبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	العينة	العينة
دالة	2.02	17.84	8.03	94.67	72	مرشدين تربويين	40

الهدف الثاني :

التعرف على الفروق في مستوى الاتزان الانفعالي تبعا لمتغير الجنس (ذكور ، اناث)

لتحقيق هذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي للذكور (95.05) بينما كان المتوسط الحسابي للاناث (94.36) وانحراف معياري للذكور (8.76) وللاناث (7.58) وبعد اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعيتين مستقلتين تبين ان القيمة التائية المحسوبة (-0.27) وكانت غير دالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (2.02) اي لاتوجد فروق بين الذكور (والاناث في الاتزان الانفعالي) كما موضح في الجدول (5)

(جدول 5)

يوضح نتائج الاختبار التائي لعينتين
مستقلتين للتعرف على مستوى الاتزان
الانفعالي على وفق متغير الجنس
(ذكور- انث)

المجموع	عدد المرشدين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة المحسوية	قيمة الجدولية	الدلالة
الذكور	18	95.0	8.76	0.27-	2.02	غير دالة
الاناث	22	94.3	7.58			

(الهدف الثالث : حسب التخصص (ارشاد - علم النفس . علم الاجتماع)

لتحقيق هذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي لتخصص الارشاد النفسي (94.53) بينما كان المتوسط الحسابي لعلم النفس (94.92) يسمى المتوسط الحسابي لعلم الاجتماع (94.7) و بانحراف معياري لقسم الارشاد النفسي (7.91) ولقسم علم النفس (8.56) و بانحراف معياري لقسم الاجتماع (2, 9) وبعد اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين ان القيمة التائية المحسوبة (-0.145) والقيمة الجدولية (2.02) وكان غير دالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (2.02) كما موضح في (جدول 6)

(جدول 6)

يبين نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على مستوى الاتزان الانفعالي
علي وفق متغير التخصص (الارشاد النفسي - علم النفس - علم الاجتماع)

المجموع	عدد المرشدين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة المحسوية	قيمة الجدولية	الدلالة
الارشاد النفسي	0	94.53	7.91	-0.145	2.02	غير دالة
علم النفس	20	94.92	8.56			
علم الاجتماع	10	94.7	9.2			

الاستنتاجات

من الاستنتاجات التي توصلت اليها في البحث الحالي ما يأتي

1. ان اغلب المرشدين التربويين يمتازون باتزان انفعالي عالي ويستطيعون . معالجة المشكلات التي يتعرضون لها بهدوء
2. (لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير الجنس) ذكور - اناث
3. توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقاً للتاهيل المهني (علم النفس ، (علم الاجتماع ، الارشاد النفسي

التوصيات

1. توفير غرف خاصة بالمرشدين التربويين في المدارس لرفع العملية التربوية والارشادية والتعليمية والا سنكون مساهمين في فشل الكثير من المرشدين في عملهم التربوي .
2. دعم واسناد العمل الارشادي والتربوي الى خريجي قسم الارشاد النفسي . والتوجيه التربوي في الجامعات والمدارس

مقترحات

1. اجراء دراسات مماثلة على شرائح اخرى مثل المعلمين والمقارنة بين المدرسين والمعلمين والمرشدين التربويين على مستوى الاتزان الانفعالي . من حيث عدد سنوات الخدمة
2. انشاء مراكز ارشادية في كل كلية ومدرسة لجل المشكلات بشكل تربوي . وارشادي ووضع العديد من البرامج الارشادية والتربوية

المصادر

1. ابو جادر ، صالح محمد (1998 أ) سيكولوجية التنشئة الاجتماعية ، ط 1 ، دار الميسرة . للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الاردن

2. (ب) علم النفس التربوي ، ط 1 ، ، دار الميسرة للنشر والتوزيع (1998)
والطباعة ، عمان ، الاردن .
3. علم النفس التربوي ، ط 2 ، ، دار الميسرة للنشر والتوزيع (2000)
والطباعة ، عمان ، الاردن .
4. الالباني ، محمد ناصر الدين ، (1988) : صحيح النسائي ، ج 3 ، مكتب التربية العربي
للدول الخليج ، الرياض .
5. بني يونس ، محمد (2005) علاقة الاتزان الانفعالي بمستوى تاكيد الذات عند عينة
من طلبة الجامعة الاردنية ، مجلد جامعة النجاح للابحاث (العلوم الانسانية) ،
المجلد 19 ، العدد 3 .
6. البهادلي ، امل مهدي (1998) ، قياس الاتزان الانفعالي لمدرس المرحلة المتوسطة
(ومدرساتها ، كلية التربية ، جامعة البصرة .) رسالة ماجستير غير منشورة
7. التكريتي ، ناجي (1990) علاقة النفس بالاخلاق في فلسفة ابي بكر الرازي ،
مجلة دراسات الاجيال ، العدد (1) ، بغداد .
8. التميمي ، محمود كاظم ، (1999) ، خبرات الاسر المؤلمة وعلاقتها بالاتزان
الانفعالي لدى الاسرى العراقيين العائدين ، كلية الاداب ، جامعة المستنصرية
(اطروحة دكتوراة غير منشورة)
9. الجميلي ، علي عليج (2005) ، اثر العلاج الواقعي والمهارات الاجتماعية في رفع
مستوى الاتزان لدى طلاب المرحلة الاعدادية ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ،
اطروحة دكتوراة غير منشورة
10. ريان ، محمود اسماعيل محمد ، (2006) الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من القدرة
الادراكية والتفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر في محافظة غزه ، كلية
التربية ، جامعة الازهر ، رسالة ماجستير غير منشورة
11. الزبيدي ، يونس طاهر خليفه (1997)، جودة القرار وعلاقته بالاتزان الانفعالي
وموقع الضبط لدى المدراء العاميين ، كلية الاداب ، جامعة المستنصرية ، اطروحة
دكتوراة غير منشورة .
12. سعد الدين ، احمد (2005) ، الانفعال ، منتدى علم النفس والاجتماع
.WWW.AL2EZ.NET .
13. سليمان ، سناء ، (2006) ، سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها ، عمان ، دار الثقافة
للتوزيع .
14. السلطان ، اتسان محمود (2004) تطور الهوية وعلاقته بنمو الاحكام الخلقية لدى
(المراهقين ، كلية التربية ، جامعة الموصل) رسالة ماجستير غير منشورة
15. شلتز ، دوان (1983) نظريات الشخصية ، ترجمة حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن
القيسي ، جامعة بغداد .
16. الشمري، جاسم فياض ، (2005) ، الانسان وعلم النفس في ضوء القرآن الكريم ،
دمشق .
17. العبيدي ، محمد ابراهيم محمود (1991) ، قياس الاتزان الانفعالي عند ابناء
الشهداء واقربانهم مع والديهم ، كلية التربية (ابن رشد) ، جامعة بغداد ، رسالة
(ماجستير غير منشورة)
18. العبيدي ، مظهر عبد الكريم (1999) اثر تعلم بعض المهارات الاجتماعية في
خفض السلوك العدواني لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، كلية التربية (ابن الهيثم)
(، جامعة بغداد ،) رسالة ماجستير
19. العدل، عادل محمود ، (1995) ، الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة
الادراكية والتفكير الابتكاري ، سلسلة ابحاث ، مجلة دراسات تربوية ، المجلد العاشر ،
ج/77 ، القاهرة ، علم الكتب ، ص 125-161

20. عرفات ، فضيلة (2009) الاتزان الانفعالي لدى طلبة اعداد المعلمين وعلاقته .
بالضغوط النفسية ، مجلة جامعة بغداد
21. عرفج ، سامي سلطي (2000) مقدمة في علم النفس التربوي ، ط 2، دار الفكر ، عمان ، الاردن .
22. العيسوي ، عبد الرحمن محمد (2004) ، علم النفس التربوي ، ط 1، دار المسرة .
للتنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الاردن
23. علم النفس الفسيولوجي ، دار المعرفة ، الجامعة الاسكندرية (1989)
24. مجيد ، ريسان خريبط ، واخرون (2004) استراتيجيات حديثة في نمو الطفل ، دار .
المناهج للتنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن
25. نشواني ، عبد المجيد (2003) علم النفس التربوي ، ط 1، دار الغرقان للنشر والتوزيع .
، عمان ، الاردن
26. Good k G.V (1973) . Dictionary of education Mc Grow – Hill company
Newyor .
27. Guilford J .P (1959) personality Hill , book company inc , Newyork .
28. Kipins , David , (1997) Ghosts Taxonomies and social psychology ,
Americe , psychologist March Vol. 52- No3 (M.O.R.R)
29. Marin , 2003 ; 386-387 .
30. Mekinney , J.P& Others (1977) Develomental psychology ; the adolescent
and youth adult The Dorcey press, New york.
31. 2010 (<http://www.malak-rouhi.com>) عن شبكة الانترنت ،

الملاحق

جامعة القادسية

كلية التربية للبنات

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

**استبانة آراء السادة الخبراء
مقياس الاتزان الانفعالي بصيغته الاولى**

الاستاذ

الفاضل

. المحترم

تروم الباحثان اجراء الدراسة الموسومة (الاتزان الانفعالي لدى المرشدين التربويين) ولتحقيق ذلك تبنت الباحثان (مقياس رمضان ، 2012) الذي عرفه (قدرة الفرد على ضبط انفعالاته ومشاعره ودوافعه والتحكم بها وقدرته على تناول الامور بصبر وتعقل ومواجهة الحياة بحيوية وحسن تصرف من خلال اعتماده على نفسه ، واثقا بها ومطمئنا في نظرته للمستقبل ومتوافقا مع الاخرين)

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة عملية ودراية واسعة في هذا المجال نرجو التفضل ببيان راىكم في تعليمات المقياس وفقراته على وفق المجال الذي وضعت فيه للحكم على صلاحية وامكانية اضافة فقرات او حذفها واقتراح التعديل الماس بلاي فقرة تحتاج الى ذلك علما ان بدائل الاجابة المقترحة هي () تنطبق علي دائما ، لا تنطبق علي احيانا ، لا تنطبق مع فائق الشكر والاحترام

المشرف
م. م. لقاء عبد الهادي مسير

الباحثان
سرى صلاح

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1.	اشعر بالحرج عندما يتقدمني الاخرون			
2.	احاول معالجة المشكلات التي اتعرض لها بهدوء			
3.	. اتقبل نقد المدرسين واستفيد منه			
4.	اسامح الاخرين بعد اعتذارهم لي مباشرة			
5.	لا استطيع اخفاء حزني ومشكلاتي امام الاخرين			

6.	اغضب اذا ما قاطعني احد اثناء المناقشة			
7.	استاذن الاخرين بالحديث ولا اقاطع حديثهم			
8.	استعيد هدوئي مباشرة بعد زوال اسباب الاثارة			
9.	اتمكن من حل مشكلات طلبتي بدرجة عالية من الثقة بالنفس			
10.	اشعر بالخجل عند مقابلة اولياء امور الطلبة .			
11.	اشعر بالرضا عن حياتي			
12.	اشعر بضعف اهتمامي في حل مشكلات الاخرين			
13.	ارتبك بسهولة في المواقف المحرجة			
14.	اشعر بالقلق عندما واجه احد المواقف المحرجة			
15.	اشعر ان الاخرين يتعمدون ازعاجي			
16.	احب ان اشارك الاخرين افراحهم واحزانهم .			
17.	اشعر بان علاقاتي بزملائي غير جيدة			
18.	اتقبل اراء الاصغر مي سنا عندما تكون اراء صائبة			
19.	يفرحني رضا الطلبة واولياء امورهم عني			
20.	اشعر بالقلق من تهاشم الاخرين فيما بينهم			
21.	لدي القدرة على تقديم المساعدة لمن يحتاجها			
22.	اشعر بالقلق عندما تختلف ارائي عن اراء الاخرين			
23.	احرص على ان لا اجرح مشاعر الاخرين			
24.	اشعر بالسعادة كلما قمت بعمل يخدم الاخرين			
25.	اغضب من الناس الذين يجادلونني			

26.	لدي القدرة على ضبط النفس في المواقف الصعبة			
27.	افكر في ترك عملي الارشادي عندما اكون منفعلًا			
28.	استطيع مناقشة الاراء المعارضة لي بدون انفعال			
29.	اتجاهل مشاعر الاخرين عند انجازي لبعض الاعمال المهمة			
30.	اشعر بان مشكلاتي تتراكم بشكل يتعذر علي حلها .			

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة القادسية

كلية التربية للبنات

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

اسماء السادة الخبراء محكمي مقياس الاتزان الانفعالي

1. أ.م.د. راضي حسن عبيد الجبوري/كلية التربية للبنات/قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
2. م.د. مهدي علي نعمه // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
3. م. د. كهرمان هادي // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
4. م. د. نغم عادل نجم // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
5. م.م. صباح حسن // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
6. م. م. ازهر غيلان // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
7. م. م. رنا محسن // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

8. م. م. شروق كاظم // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
9. م. م. وسن حمودي // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي
10. م.م. سهام كاظم // كلية التربية للبنات / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

المقياس بصيغته النهائية

..... **عزيزتي المستجيبة**

..... **عزيزي المستجيب**

يهدف الباحث الى اجراء دراسة علمية ، وقد اعدت عبارات تستهدف تعرف موقفك منها عن طريق اجابتك الصريحة الدقيقة التي تتوسمها فيك، علما انه لا يوجد جواب صحيح واخر خطأ ، وقد وضع امام كل عبارة (3) اختيارات وانت حر في اختيار البديل الذي يناسبك علما ان اجابتك هذه لاغراض البحث العلمي وبطلع عليها سوى الباحث ، راجين عدم ترك فقرة من دون الاجابة ولا تنسى ان تذكر نوعك الاجتماعي (ذكر- انثى) واختصاصك (علم نفس- علم الاجتماع - الارشاد التربوي)

شاكرين لكم تعاونكم

الباحثان
سرى صلاح
سجى علي

ت	الفقرات	تتطبق علي دائما	لا تتطبق علي احيانا	لا تتطبق
1	اشعر بالحرج عندما يتقدمني الاخرون			
2.	احاول معالجة المشكلات التي اتعرض لها بهدوء			
3.	. اتقبل نقد المدرسين واستفيد منه			
4.	اسامح الاخرين بعد اعتذارهم لي مباشرة			
5.	لا استطيع اخفاء حزني ومشكلاتي امام الاخرين			
6.	اغضب اذا ما قاطعني احد اثناء المناقشة			
7.	استاذن الاخرين بالحديث ولا اقاطع حديثهم			
8.	استعيد هدوئي مباشرة بعد زوال اسباب الاثارة			
9.	اتمكن من حل مشكلات طلبتي بدرجة عالية من الثقة بالنفس			
10.	اشعر بالخجل عند مقابلة اولياء امور الطلبة			
11.	اشعر بالرضا عن حياتي			
12.	اشعر بضعف اهتمامي في حل مشكلات			

	الآخرين			
13.	ارتبك بسهولة في المواقف المحرجة			
14.	اشعر بالقلق عندما اواجه احد المواقف المحرجة			
15.	اشعر ان الآخرين يتعمدون ازعاجي			
16.	احب ان اشارك الآخرين افراحهم واحزانهم .			
17.	اشعر بان علاقاتي بزملائي غير جيدة			
18.	اتقبل اراء الاصغر مي سنا عندما تكون اراء صائبة			
19.	يفرحني رضا الطبة واولياء امورهم عني			
20.	اشعر بالقلق من تهامس الآخرين فيما بينهم			
21.	لدي القدرة على تقديم المساعدة لمن يحتاجها			
22.	اشعر بالقلق عندما تختلف ارائي عن اراء الآخرين			
23.	احرص على ان لا اجرح مشاعر الآخرين			
24.	اشعر بالسعادة كلما قمت بعمل يخدم الآخرين			
25.	اغضب من الناس الذين يجادلونني			
26.	لدي القدرة على ضبط النفس في المواقف الصعبة			
27.	افكر في ترك عملي الارشادي عندما اكون منفعلًا			
28.	استطيع مناقشة الراء المعارضة لي بدون انفعال			
29.	اتجاهل مشاعر الآخرين عند انجازي لبعض الاعمال المهمة			
30.	اشعر بان مشكلاتي تتراكم بشكل يتعذر علي حلها .			

