



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية

قسم العلوم النفسية والتربوية

الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية

بحث مقدم الى عمادة كلية التربية - جامعة القادسية وهو جزء من متطلبات نيل درجة

البكالوريوس في العلوم النفسية والتربوية

اعداد

قحطان عبد عون

أشرف

م.م. حسن صبار علوان

2018 م

1439 هـ



II

يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ
وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ
بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

ω

سورة المجادلة الآية ١١

إِهْدَاء

الى من خصهم الله بالإحسان
ابي واممي .

عرفاناً بالجميل
لمن شاركوني رحلة العمر
لأخوتي واخواتي
ولأستاذتي المشرفة
وأساتذتي جميعاً
لأصدقائي واقربائي

اهدي بحثي هذا مع محبتي الصادقة للجميع

شُكْرُكَ يَا رَبِّ

الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على أشرف الخلق محمد وآل محمد الطيبين الطاهرين وأصحابه المنتجبين ، من لم يشكر المخلوق لم يشكر الخالق ، بعد الانتهاء من عمل البحث المُضني وقبل كل شيء أشكره عزّ وجلّ لما حباني به من منّه الكريم وجوده العظيم منه نستمد العون وهو خير معين وبعد ...

لا يسعني إلا أن أتقدم بجزيل الشكر والتقدير الى الاستاذ الفاضلة م.م. حسن صبار علوان لقبولها الاشراف على البحث وتوجيهاتها القيمة وجهودها المتميزة التي كان لها الأثر البالغ والكبير في إكمال هذا البحث، فكانت بحق نعم الاستاذة المشرفة الأمانة فجزاها الله خير الجزاء .
ويدعوني واجب التقدير ان اشكر عمادة كلية التربية ، واساتذتي كافة الذين نهلت من علمهم الكثير في سنوات الدراسة .

الباحثون

الفصل الاول التعريف بالبحث

اولاً: مشكلة البحث

يمر العالم اليوم بالعديد من التوترات والازمات والضغطات والعديد من المتغيرات والتطورات السريعة ، والتي شملت جميع جوانب الحياة ، مما ادى الى تزايد الضغوط والمشاكل التي يواجهها الطلبة ، والتي خلقت لديهم الخوف والقلق والتوتر وبالتالي فقدان الفرد لالتزانه الانفعالي وعدم القدرة على ضبط ذاته .

كما تؤدي الانفعالات في حياة الانسان الى حالة من القلق وسرعة الغضب وردود الفعل غير المتوازنة وقد تزداد تلك الانفعالات الى ان تملأ فضاء الانسان النفسي فتقتل بذلك الفترات التي يشعر فيها الانسان بالراحة والاطمئنان . (فيصل ، 2016 : ص1120)

وقد تشدد تلك الانفعالات فتؤدي الى حالة من الاكتئاب اذا صاحبها ضغوط خارجية او ازمات او عوامل تزيد من حدتها وخطورتها ، لكن الانسان يتوفر عادة على قدرات لتحمل هذه الانفعالات والتغلب عليها وربما نسيانها (العدل ، 1995 ، ص122) وبالتالي يوقعه في العديد من المشكلات السلوكية داخل الحرم الجامعي ، التي بدأت تظهر مؤخراً متخذة صوراً متعددة من العنف الجانبي ، مما يعطي مؤشراً على وجوج جوانب سلبية تسهم في ذلك وفي مقدمتها ما يرتبط بشخصية الطالب وبنائه وتكوينه النفسي . وبالتحديد فان مشكلة الدراسة تكمن في الاجابة عن السؤال الاتي:
ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية - جامعة القادسية .

ثانياً: أهمية البحث

تأتي أهمية البحث في الجانب النظري فيما ستوفره من معلومات وبيانات حول الاتزان الانفعالي ، وضبط الذات التي قد يستفيد منها الطلبة ، والباحثون في هذا المجال ، بالإضافة الى المرشدين التربويين .

وتبرز أهمية الدراسة في الجانب العملي من خلال ما ستتوصل اليه من نتائج اذا ما تم الاخذ بها ، والعمل على بناء برامج تدريبية علاجية قد تسهم في تطوير القدرة على الاتزان الانفعالي ، وضبط النفس .

ومنذ مطلع التسعينيات اكد باندورا على الاتزان الانفعالي له دوراً في ازالة غبار الخوف والتردد من عدم قدرة الافراد في اداء مهام معينة ، فالأفراد بإمكانهم قراءة انفسهم من خلال ادراكهم لافكارهم وحالتهم الانفعالية التي خلقوها لانفسهم (coleman , 2004 , 33) .

واكد برنهارت على أهمية الاتزان الانفعالي وعده شرطاً من شروط السعادة والكفاءة في التعامل مع البيئة المحيطة بالفرد (الزبيدي ، 1997 : 11) .

فالتوازن النفسي الانساني هو تناغم طبيعتنا الداخلية ، الذي يقوم بالقدرة على الحركة الدائمة وعلى العمل المتعدد الاتجاهات ، وبخاصة على المقدرة على تقبل معنى جديد ووظيفة عملية او ادراكية جديدة (الخوري ، 2005 : 1) .

ويرى الخالدي (2002) ان مفهوم الاتزان تفسير لحالة الاستقرار النفسي ، الذي يطلق عليه اصحاب نظرية التحليل النفسي بمبدأ الثبات الانفعالي ، اذ يرون ان الفرد مزود بالقدرة على الاستجابة للمثيرات المختلفة وهذه القدرة هي سمة الحياة . فالانسان عندما يتعرض لمنبه او مثير معين يتحول الى حالة من التوتر اي يكون في حالة استثارة او عدم اتزان انفعالي ، مما يدفعه هذا الى القيام بنشاط معين من التوتر والوصول الى حالة الاتزان (الخالدي ، 2002 ، ص49) .

ويرى (جانبيه) انه لا بد ان يكون لدى الفرد لكي يحل مشكلة ما معرفة من نوع ومستوى رفيع لكي يحلها ، وانه كلما زادت تلك المعرفة زاد احتمال حل المشكلات اي ان مقدار الخبرة او البناء المعرفي لدى الشخص يعتبر اساسياً لحل المشكلة . ولاتخاذ القرارات الرشيدة يجب على متخذ القرار اتباع المنهج العلمي في التفكير وفي عملية صنع واتخاذ القرار (المانع ، 1995 ، ص49) .

ويتضح مفهوم الاتزان الانفعالي ضمن مفهومين من مفاهيم علم النفس ، وهما الاتزان والانفعال ، فمفهوم الاتزان تشير اليه الكلمة (stability) ، ويعني ان الفرد لديه قدر من الطاقة الثابتة بمقدار يميل الى التوزيع بالتساوي يمثل الحالة المتوسطة للتوتر داخل الكائن الحي ، وهي عملية الاتزان ، اما الانفعالات فهي احد المنظومات المكونة لبناء شخصية الفرد في مظهره الخارجي ، وتعتبر عن مجموعة حدود النشاط المنظم في مظهره الخارجي ، وتعتبر عن مجموعة حدود النشاط المنظم السوي ، وهذا يدل عليه لفظ (Emotion) ، اي الحركة التي تتعدى الحدود ، وتكون اهم المظاهر الانفعالية في سلوكيات الفرد (سليمان ، 2006) .

ويتأثر الاتزان الانفعالي بالعديد من المؤثرات والعوامل التي قد تتباين في الاتزان الانفعالي للفرد ، فقد يرتبط بعض هذه العوامل بشخصية الفرد الذاتية ، وبعضه الاخر قد يرتبط بعض هذه العوامل بشخصية الفرد الذاتية ، وبعضه الاخر قد يرتبط بالبيئة المحيطة ، وما يتعرض له من مواقف خلال الحياة اليومية ، وهناك تأثير للاضطرابات الفسيولوجية الداخلية ، وبالتالي فإن هذه العوامل تؤدي دوراً مؤثراً في مدى قدرة الفرد على تحقيق الاتزان الانفعالي (احمد ، 2003) .

ثالثاً: حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية - جامعة القادسية الدراسة المسائية للسنة الدراسية (2017 - 2018) للأقسام العلمية والإنسانية .

ثانياً: اهداف البحث :

1. التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية.
2. التعرف على الفروق الاحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي حسب متغير النوع الاجتماعي .
3. التعرف على الفروق الاحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي حسب متغير التخصص .

رابعاً: تعريف المصطلحات:

الاتزان الانفعالي Equilibrium Emotional

عرفه (سويف ، 1978)

هو الاشارة الى ذلك الاحساس او المحور الذي تنتظم حوله جميع جوانب النشاط النفسي التي اعتدنا ان نسميها بالانفعالات او التقلبات الوجدانية من حيث تحقيقها لشعور الشخص بالاستقرار النفسي او باختلال هذا الاستقرار ، وبالرضا عن نفسه او باختلال هذا الرضا ، وبقدرته على التحكم في مشاعره او بانفلات زمام السيطرة من يديه (سويف ، 1978 ، ص252)

وعرفه (احمد ، 1999) :

قدرة الشخص على السيطرة على انفعالاته المختلفة والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الظروف وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الانفعالات (احمد ، 1999 ، ص22)

كما عرفه (مسعودي ، 2002)

هو قدرة الفرد على السيطرة والضبط في التعبير الاصيل عن انفعالاته وامتلاكه وجوداً اصيلاً مع الاخرين قائم على الحب والتفاعل الذي لا يلغي خصوصيته وتفردته معهم (مسعودي ، 2002 ، ص16)

وايضاً عرفه (يونس ، 2004)

هو مقدرة الفرد في السيطرة على انفعالاته والتحكم بها ، وعدم إفراطه في التهيج الانفعالي ، أو عدم الانسياق وراء تأثير الاحداث الخارجية العابرة والطارئة وصولاً الى التكيف الذاتي والاجتماعي دون ان يكلف ذلك مجهوداً نفسياً كبيراً (يونس ، 2004) .

عرفه الزبيدي والعبيدي (2011)

هو قدرة الفرد على السيطرة وضبط التعبير الاصيل عن انفعالاته وامتلاك وجود اصيل مع الاخرين قائم على الحب والتفاعل لا يلغي خصوصيتهم وتفرده معهم .
(الزبيدي والعبيدي ، 2011) .

التعريف الاجرائي :

هي الدرجة التي يحصل عليها المبحوث في مقياس الاتزان الانفعالي المستعمل في هذه الدراسة.

التعريف النظري:

تبنى الباحث تعريف الزبيدي والعبيدي تعريفا نظريا لاجراء دراسته.

الفصل الثاني

الاطار النظري

الاتزان الانفعالي اسبابه ، مراحل النمو ، طبيعته

الاتزان الانفعالي:

ان مفهوم الاتزان الانفعالي تفسير لحالة الاستقرار النفسي ، الذي يطلق عليه اصحاب نظرية التحليل النفسي بمبدأ الثبات الانفعالي ، اذ يرون ان الفرد مزود بالقدرة على الاستجابة للمثيرات المختلفة وهذه القدرة هي سمة الحياة .

أن بعض القرارات تتأثر بالظروف الشخصية لمتخذي القرارات ، كالخبرة والاحساس ، وبعضهم يعتمد على توافر المعلومات الملائمة لاتخاذ القرار الانسب ، ولهذا فإن متخذي القرارات يختلفون مما ينعكس على نوعية القرارات المتخذة .

يعد الاتزان الانفعالي واحداً من الجوانب المهمة في حياة الفرد ، كما أنه واحد من العوامل التي تحدد انماط الشخصية الانسانية ؛ فالفرد المتزن انفعالياً لديه القدرة على تحمل تأجيل اشباع الحاجات ، ولديه قدرة على تحمل قدر معقول من الاحباط ، ويؤمن بالتخطيط بعيد المدى ، ولديه القدرة على مراجعة التوقعات في ضوء الظروف والمستجدات (tarannum and khatoon , 2009) .

كما ان الاتزان الانفعالي احد سمات الشخصية المتوافقة التي تتصف بالشجاعة في مواجهة التحديات والحسم في اتخاذ القرارات المهمة ، والقدرة على السيطرة ، والضبط في تعبيره عن انفعالاته وامتلاكه وجوداً مع الآخرين قائماً على الحب والتفاعل الذي لا يلغي خصوصيته وتفرده ، وانما يعمل على اندماجه مع الآخرين ، وتحقيق ذاته (المسعودي ، 2002) .

أولاً: اسباب الاتزان الانفعالي :

- يجمل (الهاشمي ، 1984) اسباب الانفعال بشكل مختصر على النحو التالي:
1. عندما تتم الاعاقة لدافع اساسي من دوافعنا ، بحيث يمنع الدافع من الوصول الى هدفه ، كالحيلولة دون وصول الجائع لطعام رآه .
 2. عند استثارة دافع فينا ، وذلك حين يهان احدنا في كرامته الشخصية بصورة مفاجئة امام الناس ولا يستطيع الاستجابة المناسبة السريعة لها امام وقع الصدمة والمفاجأة .
 3. عندما يتم اشباع بعض دوافعنا بصورة فجائية لا نترقبها ، او تتحقق بعض آمالنا بغتة كحال مريض كان لا يرجوا شفاؤه عاجلاً فإذا به تزول علته فجأة بعد ان يأس (الهاشمي ، 1984 ، ص165) .

مراحل النمو :

ان النمو الانفعالي يسير خلال السنوات الاولى بشكل تدريجي من ردود الفعل العامة نحو سلوك انفعالي خاص متميز بالظروف ، والمواقف ، والناس ، والاشياء ويصاحب الانفعالات مظاهر جسمية ، وفسولوجية ، ترجع الى تأثير الجهاز العصبي الذاتي (العيسوي ، 2002 ، ص1) .

طبيعة الاتزان الانفعالي :

ان الشخصية المتكاملة هي التي يتسم سلوكها وتصرفاتها ودوافعها بالاتزان الانفعالي ، فالاتزان الانفعالي سمة عامة تفرق بين الاسوياء وغير الاسوياء ، ويتضمن مفهوم الالتزام كما تم ذكره التوافق الاجتماعي بدرجاتها المختلفة ، بعد ان غدا اغلب

الناس يتفقون على علاقة العصابية بالتصرفات الانفعالية للشخصية غير المتوافقة (راجح ، 1964 ، ص101) .

ان صميم الاتزان الانفعالي ينحصر في المرونة ، بحيث يكون لنا ان نتوقع عدم الاتزان الانفعالي عندما نلتقي بالجمود كنعقوض لهذه المرونة ، فهذا الصميم هو الذي يتيح لتفكير والادراك بالمضي قدماً على طريق التقدم والتطور ؛ فهذا الصميم هو الذي يتيح للتفكير والادراك بالمضي قدماً على طريق التقدم والتطور ؛ لابتكار ما هو نافع وذي قيمة للمجتمع ؛ لأن الاتزان الانفعالي جوهر العملية التوافقية (الغريب ، 1978 ، ص242) .

الفصل الثالث

مجتمع البحث وعينته

أولاً : منهج البحث

لما كان البحث الحالي يرمي إلى معرفة مستوى "الاتزان الانفعالي" لدى الطلبة والكشف عن دلالة الفروق تبعاً لمتغيرات: النوع الاجتماعي (ذكور, إناث), التخصص الدراسي (علمي, أنساني), لذا اعتمد الباحث المنهج الوصفي. الذي يسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة، ومن ثمَّ وصفها، وبالنتيجة فهو يعتمد الظاهرة على ما هي عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كمياً وكيفياً (ملحم، 2000: 324).

ثانياً: مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث لطلبة كلية التربية / جامعة القادسية للدراسة المسائية للعام

الدراسي 2017-2018 كما هو موضح في الجدول (1)

جدول (1)
يبين مجتمع البحث

المجموع	اناث	ذكور	القسم	ت	
160	94	66	اللغة العربية	1	الاقسام الانسانية
315	127	188	علم النفس	2	
383	224	159	اللغة الانكليزية	3	
858	445	413	المجموع		الاقسام العلمية
217	84	133	الفيزياء	1	
315	117	85	علوم الحياة	2	
185	84	101	الكيمياء	3	
717	285	319	المجموع		
1575	730	732	المجموع الكلي		

ثالثاً: عينة البحث :

بلغت عينة البحث (100) طالب وطالبة اختيرت بالطريقة الطبقية عشوائية المتساوية موزعين على اقسام كلية التربية / جامعة القادسية حيث احتوت على (50) علمي و (50) إنساني و(50) ذكور و(50) إناث كما في جدول (2).

جدول (2)

توزيع عينة البحث بحسب التخصص الدراسي والجنس

المجموع	الجنس		القسم العلمي
	اناث	ذكور	
50	25	25	علم النفس
50	25	25	الرياضيات
100	50	50	المجموع الكلي

رابعاً: اداة مقياس الاتزان الانفعالي :

تطلب تحقيق أهداف البحث تهيئة أداة لقياس الاتزان الانفعالي وقد اطلع الباحث على ادبيات الموضوع وتبنى الباحث مقياس الزبيدي والعيدي للاتزان الانفعالي والذي يتكون من (66) فقرة وبدائل الإجابة فهي خماسية (تنطبق علي كثيراً جداً ، تنطبق علي كثيراً ، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، تنطبق علي قليلاً ، لا تنطبق علي) ، واعطيت الاوزان (1.2.3.4.5) لبدائل الفقرات على التوالي.

صلاحية المقياس

للتأكد من صلاحية المقياس عرضه الباحث على مجموعة من المحكمين للتأكد من الصدق الظاهري أي قياس ما وضع لأجله وكان عدد المحكمين (12) وكما في ملحق (1) لمعرفة الصدق وصلاحية كل فقرة وسلامة صياغتها. وفي ضوء ملاحظات الخبراء وأراءهم تم حذف الفقرات (3) ، 19 ، 40 ، 41 ، 43 ، 44 ، 45 ، 46 ، 47 ، 48 ، 49 ، 50 ، 51 ، 52 ، 53 ، 54 ، 56 ، 57 ، 58 ، 59 ، 60 ، 61 ، 62 ، 63 ، 64 ، 65) التي لم تحصل على نسبة موافقة 80% من مجموع (12) خبير ومختص فضلا عن قيمة مربع كاي (Chi-Square) المحسوبة لهذه الفقرات، كانت

اقل من القيمة الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0,05) بدرجة حرية (1) التي اعتمدت كمعيار لبقاء الفقرة من عدمها.

مؤشرات ثبات المقياس:

تحقق الباحث من مؤشرات ثبات المقياس باستعمال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار للاتساق الخارجي واستعمال معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي وكما يأتي:

أولاً: طريقة الاتساق الخارجي (إعادة الاختبار) test – Retest

لقد قام الباحث بتطبيق مقياس الاتزان الانفعالي لاستخراج الثبات بهذه الطريقة على عينة مكونة من (20) طالباً وطالبة موزعين بالتساوي على النوع الاجتماعي والاختصاص كما في الجدول (3)

جدول (3)

عينة الثبات موزعة حسب التخصص والنوع الاجتماعي

المجموع	النوع الاجتماعي		القسم العلمي
	اناث	ذكور	
10	5	5	علوم حياة
10	5	5	اللغة العربية
20	10	10	المجموع

وبعد مرور اسبوعين من التطبيق الاول للمقياس قام الباحث باعادة تطبيق المقياس نفسه مرة اخرى وعلى العينة نفسها ، وبعد استعمال معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة بين درجات التطبيق الاول والثاني ، ظهر ان قيمة معامل الثبات للمقياس (0.82)

ثانياً: (الاتساق الداخلي) باستعمال معادلة الفا - كرونباخ :

يشير معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة الى الارتباط الداخلي بين فقرات المقياس (فيركسون ، 1991 ، ص530) اذ يعتمد هذا الأسلوب على اتساق اداء الفرد من فقرة الى اخرى (ثورندايك وهيجن ، 1989 ، ص79) .

ولحساب الثبات بهذه الطريقة قام الباحث بتحليل التباين باستعمال معادلة الفاكرونباخ لفقرات المقياس ككل وكانت (0.84) المطبق على عينة البحث البالغة (100) طالب وطالبة .

تطبيق المقياس

طبق الباحثان المقياس على عينة البحث المشار إليها في الجدول (2)، وبالبالغة (100) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية جامعة القادسية للدراسة المسائية المستمرين بالدراسة للعام الدراسي 2017-2018م، وتم التطبيق في المدة الواقعة بين (12/22-2017/12/26)

1. الوسائل الاحصائية :

1. مربع كاي² (chi-square) : لاستخراج اتفاق اراء المحكمين حوال صلاحية فقرات المقياسين .

2. الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين : لمعرفة الفروق الاحصائية للاتزان الانفعالي حسب التخصص والنوع الاجتماعي .

3. الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة : لاختبار الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للعينة على مقياسي البحث .

4. معامل ارتباط بيرسون (person correlation) : للتعرف على ثبات المقياس بطريقة الاختبار - واعادة الاختبار .

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث وتفسيرها

الهدف الأول: تعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية.

لغرض التحقق من الهدف الأول تم تحليل إجابات عينة البحث البالغة (100) من طلبة كلية التربية، على مقياس الاتزان الانفعالي ووجد الباحث ان الوسط الحسابي لعينة البحث (115,95) بانحراف معياري (13,29)، وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (108)، وباختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة وجد، ان هناك فرق بينهما ، وباتجاه متوسط العينة، إذ أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (5,982)، وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (1,984) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (99)، معنى ذلك ان هناك اتزان انفعالي لدى طلبة كلية التربية، وكما موضح في جدول (6)

جدول (6)

الاختبار التائية لعينة واحدة لمعرفة الفروق الإحصائية بين المتوسطين

الدلالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
0.05	1.984	5.982	108	13.29	115.95	100

الهدف الثاني: الفروق الإحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي حسب النوع الاجتماعي:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (1,123)،

وهذه اقل من القيمة الجدولية البالغة (1,984) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجتي حرية (98)

جدول ()

الاختبار التائية لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق الإحصائية بين الذكور والإناث

الدالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط	المتغير
	الجدولية	المحسوبة			
0.05	1.984	1.123	12.367	117.44	ذكور
			14.120	114.46	إناث

الهدف الثالث : الفروق الإحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي حسب التخصص

الدراسي علمي - إنساني:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية تبعاً لمتغيرات التخصص الدراسي (علمي, إنساني), إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (1,772) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (1,984) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجتي حرية (98).

جدول ()

الاختبار التائية لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق الإحصائية بين طلبة العلمي والانساني

الدالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط	المتغير
	الجدولية	المحسوبة			
0.05	1.984	1.772	12.259	113.62	علمي
			13.983	118.28	إنساني

الاستنتاجات والتوصيات

توصلت الدراسة الى جملة من الاستنتاجات التي تخص عينة البحث اهمها :
الاستنتاجات :

1. ان طلبة كلية التربية لديهم اتزان انفعالي وذلك لوجود النضج العقلي والانفعالي والاستقرار في الحياة الجامعية .

التوصيات

1. الاهتمام بالإرشاد التربوي والنفسي في جامعة القادسية ، ومتابعة مشكلات الطلبة النفسية والدراسية مما يسهم في تخفيف الضغط النفسي وبالتالي الاتزان الانفعالي لدى الطلبة .
2. اجراء دراسات وبحوث حول العوامل المؤثرة في الاتزان الانفعالي .
3. توفير البرامج والأنشطة والفعاليات العلمية والتربوية والترفيهية التي تسهم في تحقيق الاتزان الانفعالي .

المقترحات

- 1- اجراء دراسة مماثلة على طلبة الإعدادية لمعرفة مستوى اتزانهم الانفعالي
- 2- اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين الاتزان الانفعالي ومتغيرات أخرى مثل القلق والاعتراب الاجتماعي... الخ

المصادر والمراجع

اولاً : القرآن الكريم .

ثانياً: المصادر العربية :

1. الخالدي ، اديب ، 2002 ، المرجع في الصحة النفسية ، ط2 ، الدار العربية للنشر والتوزيع ، المكتبة الجامعية ، غريان ، ليبيا .
2. الخوري ، موسى ديب ، 2005 ، التوازن النفسي والتوازن البيئي ، اصدارات خاصة على موقع معابر ، ليبيا .
3. الزبيدي كامل علوان ، 2000 ، الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا المهني والصحية النفسية لدى اعضاء هيئة التدريس في الجامعة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد .
4. العدل ، عادل محمد محمود ، 1995 : الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الادراكية والتفكير الابتكاري ، سلسلة ابحاث ، مجلة دراسات تربوية ، المجلد 10 ، الجزء 77 ، عالم الكتب ، القاهرة .
5. الاتزان الانفعالي وعلاقته باتخاذ القرار ، بحث منشور في مجلة لارك للفلسفة والعلوم الاجتماعية ، العدد الرابع عشر ، السنة السادسة ، 2014.
6. المانع ، صالح عبد الرحمن ، 1995 ، رؤية بقدية لمساهمات دي ميسكيتا في تفسير الحروب الدولية ، مجلة دراسات الجامعة الاردنية ، المجلد 22 ، العدد 7 .

المصادر الاجنبية :

1. Coleman Daneil , 2004 : An EI-Based theory of performance in , the 58 Emotionally Intelligent Workplace , Ed. By : cherniss cary & Daneil Golaman vol.96 , No.1.

ملحق (1)

ت	اسم الخبير	مكان العمل
1.	أ.د. هادي كطفان	كلية التربية - جامعة القادسية
2.	أ.م.د. يحيى خليفة حسن	كلية التربية - جامعة القادسية
3.	أ.م.د. محمد مريدي عراق	كلية التربية - جامعة القادسية
4.	أ.م. ارتقاء يحيى حافظ	كلية التربية - جامعة القادسية
5.	أ.م. محمد جفات	كلية التربية - جامعة القادسية
6.	أ.م.د. خالد ابو جاسم	كلية التربية - جامعة القادسية
7.	أ.م. صفاء وديع عبد السادة	كلية التربية - جامعة القادسية
8.	م.د. احمد عمار	كلية التربية - جامعة القادسية
9.	م.د. صدام حسين عباس	كلية التربية - جامعة القادسية
10.	م.د. هشام هادي	كلية التربية - جامعة القادسية
11.	م.د. حليم العنكوشي	كلية التربية - جامعة القادسية
12.	م. سلون شاكر	كلية التربية - جامعة القادسية

ملحق (2)

استمارة استبيان

جامعه القادسية

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

م / استبانة آراء الأساتذة الخبراء لمقياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية / قسم العلوم
التربوية والنفسية

إلى الأستاذ الفاضل المحترم
يروم الباحث القيام بدراسته الموسومة (الاتزان الانفعالي لدى طلبة كلية التربية) ولتحقيق أهداف
الدراسة تبنى الباحث مقياس الزبيري والعبيدي (2011) لقياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة
وقد عرفاه (هو قدرة الفرد على السيطرة وضبط التعبير الأصيل عن انفعالاته وامتلاك وجود أصيل
مع الآخرين قائم على الحب والتفاعل لايلغي خصوصيته وتقرده معهم)
ونظرا لما تتمتعون به من خبره وكفاية علمية رصينة تساعد الباحث في التحقق من مدى ملائمة
هذا المقياس لطلبة الجامعة يسر الباحث أن يستنير بأرائكم السديدة في ذلك راجين تفضلكم لما يأتي
: .

1. قراءة فقرات المقياس وبيان مدى صدقها وصلاحيتها واقتراح التعديل المناسب لأي فقرة
2. بيان صلاحية بدائل الاستجابة نحو مضمون كل فقرة من فقرات المقياس تتمثل بخمس
إجابات يختار الطلبة الاستجابة المناسبة بوضع إشارة (/) أمام الإجابة التي تنطبق
عليه وهي
(تنطبق علي تماماً , تنطبق علي كثيراً , تنطبق علي بدرجة متوسطة , تنطبق علي
قليلاً , لا تنطبق علي)

مع وافر الشكر والامتنان لجهدكم الكريم

الطالب

قحطان عبد عون عبد الرضا

إشراف

م . م حسن صبار علوان

ت	الفقرات	صالحه	غير صالحه	التعديل
1	اشعر بمعنى وجودي حين احقق شيئاً جديداً			
2	يصفني الآخرين باني شجاع			
3	اشعر بان للناس وجهين			
4	اشعر إنني قادر على اتخاذ القرار من دون تردد			
5	سأواصل مسيرتي رغم كل الصعوبات			
6	اشعر إن سوء حظي ناجم عن قراراتي الخاطئة			
7	اشعر إن علاقتي ليست على مايرام مع الآخرين			
8	اغضب إذا قاطعني احد أثناء المناقشة			
9	اشعر إن المستقبل سيجلب لنا الخير والسعادة			
10	استمتع بالسفريات والحفلات مع الآخرين			
11	اشعر بالضجر عندما اجلس في مكان هادئ			
12	أهدافي واضحة وأنا عازم على تحقيقها			
13	اشعر بالسعادة عندما يوجد شئ يدعوني للتحدي			
14	اشعر بالخوف من تهامس الآخرين مع بعضهم			
15	أسيطر على غضبي عند إثارتي			

			اشعر بالضيق عندما انتظر احد لم يأتي في الوقت المحدد	16
			أضيق الكثير من الفرص لأنني لم اتخذ قرارا مناسباً فيها	17

			اشعر إن مشكلاتي تتراكم بشكل يتعذر علي حلها	18
			ليتني أعود طفلاً مرة أخرى	19
			أتحمل مزاج الآخرين عند لهونا	20
			اشعر بالغبرة والعزلة حتى لو كنت مع الآخرين	21
			أحب القيام بعمل يتطلب مني الدقة	22
			اشعر بالقلق من دون سبب واضح	23
			أتحرك طيلة زمن المحاضرة	24
			أسامح من يخطأ بحقي بعد الاعتذار	25
			اشعر بالذنب لأنني لم احقق طموحاتي	26
			اجهل قدراتي ولا اعرف التصرف بموجبها	27
			اشعر بعدم وجود معنى للحياة	28
			استأذن الآخرين بالحديث ولا اقطع حديثهم	29
			ارغب بتشكيل علاقات جديدة	30
			استعيد هدوئي مباشرة بعد زوال أسباب الاستثارة	31
			اكظم غيضي حين يؤنبني شخص على خطأ لم ارتكبه	32

			33	أغير رأيي لينسجك مع آراء الآخرين حتى لو كانوا على خطأ
			34	حققت الكثير في حياتي وسأحقق الأكثر
			35	تتنابني حالات من الضحك أو البكاء يصعب التوقف عنها
			36	ارفض أن أكون تابعا لأحد
			37	أرى إن الآخرين لا يستحقون حبي واحترامي
			38	اشعر إن أفكاري متناقضة ولا أستطيع أن احدد أيهما أفضل
			39	اشعر إنني قادر على ضبط النفس في المواقف كافة
			40	أقدم المساعدة لمن يحتاجها
			41	يتهمني البعض إن علاقاتي بهم غير واضحة
			42	اشعر انه لا يوجد من يهتم بي