



جامعة القادسية
كلية التربية للبنات
قسم الارشاد التربوي والتوجيه النفسي

الاستقرار النفسي لدى المطلقات والمتزوجات (دراسة مقارنة)

بحث تخرج مقدم إلى كلية التربية للبنات/ قسم الارشاد التربوي
والتوجيه النفسي / كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس
في الارشاد التربوي والتوجيه النفسي
الطالبه

يقين صفاء الدين فرحان

((بإشراف))

م.م ختام دخن حمزه

2019م

1440هـ

بسم الله الرحمن الرحيم

"وَمَا أُوتِيتُمْ مِّنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا"

صدق الله العلي العظيم

سورة الاسراء

(الايه/85)

الاهداء

اذا كان الاهداء يعبر ولو بجزء من الوفاء

فالاهداء الى

معلم البشرية النبي محمد (صلى الله عليه واله وسلم)

الى

رمز الحنان حبيبة قلبي الاولى.... امي الحبيبه التي كان دعائها سر

نجاحي....

الى.....

صديقات العمر

الى.....

عائتي

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين محمد
المصطفى(صلى هلا عليه واله وسلم).

نحمد الله ونشكره الذي اعاننا ووفقنا على اتمام هذا البحث حمدا كثيرا يليق
بجلاله وعظيم سلطانه وجليل عطائه وانعامه.

يطيب لنا ان نتقدم بجزيل الشكر واجل الاحترام وعظيم الامتنان الى
الاستاذة المحترمة كهرمان هادي عوده الذي لم تتأخر في مساعدتنا
او بذل الجهد او النصح والارشاد في انجاز هذا البحث, فلها مني جزيل
الشكر والامتنان وجزاها الله على كل خير.

ونخص بجزيل الشكر والعرفان كل من شعل شمعة في درب عملنا والى
من وقف على المنابر واعطا حصيلة فكره لينير دربنا الى الاساتذة
الكرام في كلية واخيرا اقدم شكري الى كل التربية للبنات قسم الارشاد
النفسي والتوجيه التربوي, من احاطني برعايته وسؤاله وقدم لي
نصحا او رثيا او توجيها.

فجزاهم الله عني جميعا خير الجزاء واخر دعوانا ان الحمد لله رب
العالمين.

الفصل الاول

التعريف بالبحث

* مشكلة البحث

* اهمية البحث

* اهداف البحث

* حدود البحث

* تحديد المصطلحات

مشكلة البحث:-

يتصف القرن الحالي بالتغيرات السريعة المتلاحقة في شتى المجالات واصبح الانسان في حالة من الاضطراب مع عالمه وترتب على ذلك ان مزاج الانسان يتاثر بتلك المتغيرات خاصة المرأة .كما يعد الاستقرار النفسي من اهم جوانب الشخصية والتي يبدا تكوينها عند الفرد من بداية نشأته وهذا مما يصبح الفرد مهدد في مرحله عمرية اذا ماتعرض الى ضغوط نفسيه(حسان,1997:7).

ولعل حاجة المرأة الى الاستقرار النفسي من اهم الحاجات في المكون الشخصي لها واعدادها من القيم والمعايير والسلوك والاتجاهات السليمه السوية وهي من اهم شروط الصحة النفسية للمرأة.ويعد الاستقرار النفسي من اهم الجوانب الايجابية للمرأة لانه يزود المرأة بالثقة في ذاتها ومن حولها.وان فقدان الاستقرار النفسي عند المرأة يشعرها بعدم الطمانينة والخوف والشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس .كما انه يؤدي الى الكراهية فمن خاف شيء كرهه(فخري,1982:54).

كما ان الحياة المعاصرة بما ينطوي تحتها من متغيرات على مستوى الطموح والرغبات ومن تعقد الاسباب المعيشية فيها والذي ينعكس على الحاجات والمتطلبات الانسانية الاخذة بالتعقيد شيئاً فشيئاً تؤدي الى الافتقار الانسان الى حالة الاستقرار النفسي والذي ينعكس سلباً على شعور الانسان بالامن والطمانينة الامر الذي يكون بالنتيجة حافزا يدفع المؤسسات التربوية ذات

العلاقة بالبحث والتقصي في هذه المتغيرات من أجل مساعده المرآة للوصول الى حاله من التكيف والتوافق مع المتغيرات البيئية(صلاح,1968:57).

اهمية البحث :-

ان التطورات السريعة التي تشهدها الحياة بكافة مستوياتها وخاصة العلمية والاجتماعية والنفسية افرزت الكثير من المشكلات نتيجة لتغيير اساليب الحياة والعلاقات الانسانية التي تربط الافراد مع انظمة المجتمع التي توجه السلوك الاجتماعي الذي شمله التغيير السريع ولازمت هذه التغييرات ازدياد عدد المهمات المطلوبة من الفرد وتعدد وسائل اشباع حاجات الفرد وتداخلت اساليب التوازن التي ينبغي للفرد اشباعها لمسايرة الحياة المتجددة (العبيدي، 1991:3).

الحياة العائلية هي احد العوامل المهمة في حياة الفرد لان اللبنة الاولى للجانب الاجتماعي والخلقي توضع في رحاب البيت ، فاذا ساد البيت روح التفاهم والمودة شعر الفرد بالامان والاستقرار واخذ عن الوالدين القواعد الخلقية السليمة (الزبيدي،والشمري 1999، ص 70-74).

وعلى الفرد وسط كل هذا ان يحقق التوافق والتلائم مع هذه المتغيرات والظروف او ان يشعر بالرضا حتى يستطيع ان يواجه كل مايعترض سبيله من عقبات ومشكلات (محمد,2000,7).

كما ان نمو الشخصية للفرد وتطورها يتاثر باشباع حاجات اذ يؤدي اشباع الحاجات الى ان يصبح الشخص اكثر استقرارا واتزاناً واكثر انتاجاً ، ونتيجة هذا اشباع الفرد الى الشعور بالرضا واستقرار النفسي (Bermand,1952,p.142).

وشعور الفرد بالاستقرار النفسي يشجعه على معرفة ذاته ، فهو لا يستطيع ان يصل لمعرفة ذاته الا بعد ان يشبع حاجاته ،فقد تكون المشاعر والعواطف في مرحلة الشباب متاجبة وغير مستقرة نتيجة لعدم اشباع الحاجات بالشكل المطلوب مما يؤدي لهم الى اضطرابات نفسية وسلوكية ، وقد يؤدي استمرارها الى التعرض لامراض نفسية تظهر اعراضها فيما بعد (العظماوي، 1988:443).

لذلك يعد الشخص الطبيعي هو الفرد الذي يتمتع بشخصية مستقرة ومتوازنة ،تتوافق مكوناتها الاساسية من فكر وعاطفة وسلوك ، وتوازن في تفاعلاتها الداخلية كما تتلائم مع ظروف الحياة الخارجية وحاجاتها ،وصاحب الشخصية المستقرة والمتوازنة يتسم بالنضوج العاطفي والثقة بالنفس والثوق بالآخرين ،وبالقدرة على ضبط النفس والاعتدال في الانفعال والهدوء في الاسترخاء(كمال،1988،ص88).

وقد اشار ليفنجر الى ان الاستقرار النفسي له تاثير في المشاعر الانسانية وفي البناء النفسي السليم (الشمري ،2005:306).

فالشخص الكئيب نفسياً يتصف بعدم الاستقرار والانفعال والحركة الزائدة، فالكابة هي إحدى الحالات الانفعالية التي قد تصاحب الخوف، وتهبط بالنشاط النفسي إلى مستوياته الدنيا (كمال، 1988، ص250)، (الزبيدي والشمري، 1999، ص70).

إن الشخص غير المستقر يشعر أن بيئته تهدده، وأن الأذى سيلحق به في أي وقت، فهو يشعر بالخوف من المجهول، ويتربص وقوع الخطر، ويشعر بالارتياح من الآخرين، والتوتر عند مقابلة الآخرين، ويظهر الحذر، والتحفز الشديد، ويتصف سلوكه بالانسحاب والعدوان والتمرد ويصبح أكثر انشغالا بنفسه ومشكلاته الخاصة فلا يستطيع أن يخطط للمستقبل وأن ينشئ أسرة سليمة (Symonds, 1964. p.201).

لذلك أكدت دراسة (الشويبي) أن ما تعرض له المجتمع من صعوبات تمثلت في الحصار والحروب وماتلاها من ظروف أمنية غير مستقرة فضلاً عن المشكلات الاجتماعية والاقتصادية أدت إلى شعور الفرد بعدم التوازن والاستقرار النفسي مما انعكس على طريقة الفرد في التعامل مع مثل هذه المشكلات (الشويبي: 2010، ص2).

ينضج الفرد في هذه المدة ويتعلم التكيف أو التغلب على الإحباطات الداخلية والخارجية وجوانب القصور في الشخصية ويتعلم كيف يتجنب الألم والقلق وكيف يحصل على الهدف ويحظى بالاشباع، وكيف يعوض فقدان الحرمان، وكذلك يحل الصراعات، وفي نهاية هذه المدة تكون الشخصية قد حققت غالباً درجة من الثبات والاتزان وأصبح تنظيم الشخصية ودينامياتها مستقرين (شلتن، 1983، ص19).

إن الجو الأسري هو الذي يساعد على النمو السوي والصحة النفسية، ويجب أن يتم بأشباع الحاجات النفسية، وخاصة الحاجة إلى الانتماء والأمن والحب والقبول والاهتمام والاستقرار (زهران، 1978، ص17).

اهداف البحث:-

- 1- قياس الاستقرار النفسي لدى المتزوجات والمطلقات.
- 2- قياس الاستقرار النفسي لدى المتزوجات وفق متغير التخصص.
- 3- قياس الاستقرار النفسي لدى المطلقات وفق متغير التخصص.
- 4- التعرف على الفروق الفردية بين المتزوجات والمطلقات وفق متغير التخصص .

حدود البحث:-

يحدد البحث الحالي بدراسه المتزوجات والمطلقات في محافظة القادسية وفق متغير التخصص للعام الدراسي (2018-2019).

تحديد المصطلحات:-

الاستقرار النفسي:

هناك تعريفات عدة للاستقرار النفسي فقد عرفه كل من:-

1- رولومي Rolomay,1935:الشخص المستقر نفسيا بانه ذلك الشخص القادر على تكوين حاله من التوازن بين الاشكال الثلاثة للوجود(الوجود المحيط بالفرد,والوجود الخاص بالفرد,والوجود المشارك في العالم)(may,1935,90).

2- سويف1966:بانه ذلك الاساس او المحور الذي ينظم جميع جوانب النشاط النفسي الذي اعتدنا ان نسميه بالانفعالات او تقلبات الوجدانيه من حيث تحقيقها وشعور الفرد بالاستقرار النفسي او باختلال الاستقرار(سويف,1966,ص98).

3- عبد الفتاح 1972:هو تلك الحاله التي يستطيع فيها الفرد ادراك الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه,ثم الربط بين هذه الجوانب ومالديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقه من النجاح والفشل تساعده على تحديد نوع الاستجابة وطبيعتها التي تتفق ومقتضيات الموقف الراهن وتسمح بتكيف استجابته تكيفا ملائما ينتهي بالفرد الى توافق مع البيئة والاسهام بشكل ايجابي في نشاطاتها وفي الوقت نفسه ينتهي الى حاله من شعور بالرضا والسعاده (عبد الفتاح1972:36).

4- ابراهيم1987:بانه رغبه الفرد لتجنب الالم والحصول على الراحة النفسيه والجسديه والتحرر من الخوف والقلق والشعور بعدم الامن والبحث عن الحماية والاستقرار والاعتماد على الاشخاص القادرين على تحقيق مقتضيات الحيويه(ابراهيم,1987,ص99).

5- المرسي1998:خلو الفرد من التوترات الزائده والاختلال الفجاءة, والانحرافات الكبيرة والاضطرابات الواضحة (المرسي,1988:87).

6- Beach,1992:بانه العملية التي من خلالها يحاول الفرد المحافظة على امنه وراحته من خلال توافقه مع محيطه الاجتماعي (beach,1992,p56).

7- الجبوري(2004):انه شعور الفرد بقيمته الشخصية واطمئنانه الى وضعه وثقته بنفسه(الجميل,2004,29).

8- الشمري2005:بانه الرغبة القوية عند الفرد لتجنب الالم والوصول الى الراحة النفسية والجسدية والاجتماعية والتخلص من حالات ضعف والخوف وقلق,فضلا عن حالات الشعور بالامن النفسي,بالاعتماد على الاشخاص والمؤسسات والهيئات (الشمري,2005,ص309).

9- الخزرجي:بانه شعور الفرد بالاطمئنان ,وتقبل ذاته والتوافق معها وتقبل الاخرين والتسامح معهم, فضلا عن البساطة وتلقائية في تعامل مع الذات ومع الاخرين وشعوره بالصحة الجسدية والنفسية (الخرزجي,2006,ص19).

الفصل الثاني

الاطار النظري ودراسات السابقة

* الاطار النظري

* دراسات السابقة

مقدمة عن الاستقرار النفسي Psychological Stability

لم يعرف الانسان النفس كما عرفها في الوقت الحاضر كونها مصطلحا نفسيا, وتعني النفس في لغات معاني كثيرة, ففي اللاتينية تعني النفس (Animas) الحياه الحيوانيه, التي قوامها التغذية والنمو والتناسل والحركه (الجزاني, 2005, ص28)(مرسي, 1988, ص32).

ارسطو عد النفس والجسم مركبا واحدا, فالنفس مشتقة من تنفس باعتبار ان بالنفس والجسم تكون حياه, فطالما ان الجسم يتنفس فهو حي. ووجد ان الاستقرار لا يتحقق الا بالفضيلة فالخير الاسمي هو السعادة. وطبقا لذلك فان الاستقرار النفسي عند افلاطون يتحقق عن طريق التوازن بين القوى النفسية الداخليه اذ يتوقف الاستقرار النفسي والاطمئنان للنفس على نجاح النفس الشهوانية(عباس واخرون, 2002, ص23).

يدل الاستقرار بمعناه (النفسي) على الشعور المرء بقيمته الشخصية واطمئنانه الى وضعه وثقته بالنفس وهو شعور ينشا لدى الفرد في اعقاب حصوله على نسبة كافية من التقدير وتشجيع ولاسيما اوليائه (رزوق, 1997, ص39).

ان الاستقرار النفسي من وجهة نظر الدين هو اعتدال والقدرة على تكوين علاقات مستقرة مرضيه خلقيا ونفسيا واجتماعيا ودينيا لتفادي المؤثرات السلبية للبيئة, ولا يقصد بها بيئه المحيطه فحسب, بل الاهم من ذلك هي بيئه نفسية. فمنها يحدث في بيئه الخارجيه فانه يترك اثرا سلبييا اذا لم تتصدع او تتاثر البيئه النفسية للفرد وبيئه نفسية الحصينه نتاج الدين وايمان الصادق التي تعد اهم الحوافز التي تؤدي الى تحقيق السلوك الناضج (عبد العزيز, 1997, ص78-86).

اما بالنسبة لافلاطون ان للنفس طبيعة غير مادية, والنفس والجسم عنده شيان مختلفان وللنفس عند افلاطون ثلاثة اقسام (العبيدي, 2009, ص40):-

1-الحكمة: مركزها الراس, وهي اعلى اقسام النفس مرتبة, وارقامها منزلة, وتسمى ايضا لنفس العاقلة.

2-النفس الشهوانية: مكانها البطن, وهي ادنى مراتب النفس واحطها.

3- الشجاعة: مركزها القلب, وهي تشغل الموقع الوسط بين الحكمة والشهوانية, ويرى افلاطون ان هذه الاقسام توجد عند الناس باشكال متباينه ودرجات متفاوتة (عاموي, 2001, ص22-33).

فالعلماء السابقون نحو بعيدا عن هذا المجال لظنهم ان الروح والنفس من الامور الالهيه انسجاما او اعتقادا او ايمانا بتفسير الايه الكريمه قوله تعالى

"وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا" (اسراء ايه 85).

على الرغم مما يؤكد بعض الباحثين ان ورد كلمه النفس في القران الكريم لاتعني الروح بل تعني الشخصية الانسانيه(القباجي, 2000, ص2).

ويوضح الدين الاسلامي مفهوم الجانب الروحي للنفس والعقل والقلب, ويجعلها اسباب الاستقرار وطمأنينة الفرد, او اسباب وقوعه في القلق وعدم الاستقرار والاطمئنان.

وتوضح الايات الكريمه اثر كل من النفس والعقل والقلب في حياة الانسان ومن ذلك

قوله تعالى "وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعَلْمُ مَا تُؤْسُوسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ"

(سورة ق ايه 16)

ثانياً :- النظريات التي فسرت الاستقرار النفسي

1- منظور التحليل النفسي

سيجموند فرويد (1856 – 1939) Sigmund freud

اشار فرويد الى وجود عمليات عقلية الشعور وما قبل الشعور تلتزم بقوانين منطقية اطلق عليها اسم العمليات الثانوية (Secondary Process) وهي عمليات شعورية منطقية ومنظمة من ادراك وتفكير وتقييم وهي تخضع لمبدأ الواقع (Reality principle) والذي ترتبط فيه الصور العقلية الخاصة التفكير والتقدير والحكم بالواقع الخارجي ، اما العمليات العقلية الموجودة في اللاشعور فانها تلتزم بقوانين غير منطقية اطلق عليها (فرويد) اسم العمليات الاولية (Primary Process) والتي تخضع لمبدأ اللذة ويسعى لأشباع اللذة وتحقيق المتعة او التحرر من التوتر ولا يعطي اي اعتبار للمنطق ، او الاسباب أو الواقع أو الاخلاق (علي ، 1995 ، ص16).

للشخصية عند فرويد ثلاث مكونات اساسية اولها المكون او الجانب البيولوجي ، والثاني يمثل الجانب النفسي ، اما الثالث فيعكس اسهام المجتمع في بنية الشخصية وانها ليست اجزاء من الشخصية او اقساماً بالمعنى ولا هي موضوعاً نوعياً او مكانياً عند الشخصية ، بل انها تشير الى عمليات او انظمة او انسق للعقل ، انها تنظم الحياة العقلية ، وتتفاعل دينامياً بعضها مع البعض (الكفافي واخرون ، 2010 ، ص 59).

ففي رأي فرويد انما يجعل الفرد يتوازن ويتجه نحو الاستقرار ، او يختل توازنه ويتجه نحو عدم الاستقرار هو الكميات الخاصة بالتوازن الداخلي المتغير ، وقوة عامل معين من عوامل الكبت (الانا أو القوى المضادة له) او المنع او الكف الصادر عن الانا الاعلى لذلك يرى فرويد ان هنالك عدة عوامل تقرر نوع وحالة الاضطراب في التوازن وهذه العوامل :-

1. المستويات البنائية السابقة من التطور والصلات البنائية للشخصية .
2. الفعالية الاجرائية لهذه البناءات (كالأنا والانا الاعلى).
3. الادوات الكيفية للانا التي تم تعلمها من خبرات الحياة السابقة.
4. نوعية المطالب اللبديية والعدوانية للشخص .
5. الثبوت على مرحلة سابقة من النضج ،او حول صدمة معينة بسبب كثافة في الشحنات او تصادم بالعلاقات المتبادلة مع الاخرين او بالظروف الاجتماعية (علي ،1995، ص41-42).

يرى فرويد ان الاستقرار او عدم الاستقرار ينمو في خمس سنوات اولى من حياة الفرد ،وخلال هذه المدة او المرحلة تتكون المعالم الاولى للشخصية (فرويد،1961،ص7).

ينظر فرويد الى الهو (ID) بوصفة النظام الاصلي للشخصية، او المؤسس للبناء النفسي ومستودع الطاقة النفسية والمصدر الذي يستخدمه (الانا ،والانا الاعلى) اللذان يتطوران فيما بعد طاقتهما ، ويعمل (الهو) بشكل كامل وفقا لمبدأ اللذة (علي،1995،ص24).

تتكون الشخصية من وجهة نظر رائد التحليل النفسي فرويد من ثلاثة نظم اساسية او قوى رئيسية هي:- الهو (ID) والانا (Ego) والانا الاعلى (Super Ego) وعلى الرغم من ان كل جزء من هذه الاجزاء للشخصية الكلية له وظائفه وخصائصه ومكوناته ومبادئه التي تعمل وفقها ودينامياته وميكانزماته، فانها جميعاً تتفاعل معاً تفاعلاً وثيقاً بحيث يصعب ان لم يكن

مستحيلاً فصل تأثير كل منها وكل واحد من هذه الانظمة يمثل حالة تختلف عن مضامين الاخرين (هول ولندزي ، 1971 ص53).

يمثل الهو او الهى (ID) الذي هو صيغة الدوافع الاولية (الجينية والعنوانية) والتي هي عبارة عن محاولة للأشباع العاجل لهذه الدوافع 0 اذا ما اثرت ولاسيما التي تهدف الى البحث عن اللذة (عدس وقطامي ، 2002 ، ص215).

2- النظريات الانسانية

نظرية ماسلو 1970 – 1908 Maslow

أكد ماسلو على مجموعة من الحاجات التي يمتلكها الانسان والتي تدرج ضمن هرمه المعروف الذي يبدأ بأدنى الحاجات الاولية والبدائية الاساسية ثم ينتهي بأعقد الحاجات المحققة للذات ، واكثرها تطور ، وبين هذا وذاك تقع سلسلة اخرى من الحاجات التي تسعى الى تحقيق ذات الشخص ومن بينها الحاجة الى الامن والسلامة ولأشباع هذه الحاجة يسعى الشخص الى عدة اساليب واستراتيجيات وحيل يحاول الفرد من خلالها السيطرة على الاخرين ، اما من خلال السيطرة عليهم واخضاعهم لسيادته او الخضوع لسيطرتهم لتأمين سلامته ، فمن الحيل التي يشبع بها الفرد حاجته للأمن في حالة السيطرة على الاخرين فرض قوة تأثيره ، واذا ما افترط في ذلك يتحول الى حالة الاستبداد ، واذا ما وقعت ضمن المستويات الاعتيادية ، عندها يمكن تسمية ذلك بالاسلوب الديمقراطي في التأثير الاجتماعي 0 مما يجعله ينتقل الى اشباع حاجة اساسية اخرى والمتمثلة بالحاجة الى الانتماء السليم للجماعة الاجتماعية (Maslow,1986,p.188).

أكد ماسلو على ان الطبيعة الفطرية خيرة او في اقل الاحوال محايدة وعندما يصبح الانسان مضطرباً نفسياً فالسبب يعود الى بيئته (صالح وطارق ، 1998 ، ص482).

ان نمو الشخصية وتطورها من وجهة نظر (ماسلو) يعتمد على الحاجات وتدرجها في الاشباع بحسب اهميتها وضرورتها للفرد، ويعني هذا وجود مراحل في نمو الشخصية وتطورها (Rychman,1978,p.320).

هناك نوعين اساسيين من الحاجات لدى الانسان عند (ماسلو) وهما :-

الحاجات الاساسية Basic Needs:-وهي الحاجات الفسيولوجية (Physiological Need) وحاجات الامن ، وحاجات الحب والانتماء، وحاجات التقدير ،وتسمى هذه حاجات حرمانية او حاجات النقص لان اشباعها ضروري جدا لحياة الانسان وحاجات النمو وهي حاجات تحقيق الذات ونموها ، وهي حاجات عليا تظهر بعد اشباع حاجات اساسية . فضلا عن ذلك فقد اضاف مستويين اخرين هما الحاجة الى فهم المعرفة ، وحاجات جمالية لذلك اطلق عليها حاجات النمو (O.counell,1974,p.184).

ان سعادة الفرد واستقراره النفسي يتوقفان على مستوى الحاجات التي يستطيع الوصول اليها وتحقيقها ،فالفرد الذي يشبع حاجات تحقيق الذات يكون اكثر سعادة واستقرارا من فرد اخر مازال في مستوى اشباع حاجات الدنيا، وان هدف نظرية ماسلو هو التقدم الى هدف نهائي

المتمثل بتحقيق الذات ،فهو ينظر الى عملية تحقيق الذات بوصفها عملية لايمكن ان تكتمل ،بل هي عملية مسخرة لاتنتهي الا بنهاية الفرد(عبدالله،2009،ص35).

وقد يرى ان الاحباط يؤدي الى التوتر الذي يولد سلوكا غير سوي وغير عقلاني فالشخص الذي تعاق حاجاته لايستطيع ان يفكر بصورة فعالة ،وكلما كانت الحاجات ملحة في اشباعها زاد التوتر النفسي عند الفرد،مما جعل اشباعها او التخفيف من توترها ضروريا لصحة الفرد ونمو السليم للشخصية (العمرى،1979،ص128).

لذا يرى ان الحاجات تظهر لدى الانسان الواحدة تلو الاخرى في ضوء النظام الهرمي نفسه وتمتد على مراحل نموه الفردي ،فالحاجات الفسيولوجية تمثل مكانه صدارة في سلوك الوليد،وما ان يكبر قليلا حتى يصبح الامن والاستقرار بالنسبة له اكثر اهمية وحيوية وبعد مرور الوقت يتجه بنشاطه نحو اقامه صلات متعددة مع اخرين ثم تقويم ذاته وتقديرها ومن بين الحاجات التي ابرز (ماسلو) الحاجة الى تحقيق الذات ،واكد اهميتها في حياة الشخصية (عامود،2002،ص426-427).

ان احباط الحاجات لدى الفرد يجعله يتذمر من الحياة ،ويشعر بالفراغ والملل من كل شي (Dieaqrío,1997,p.145).

3- النظريات النفسية والاجتماعية

سوليفان 1892-1949 H,S,Sullivan

لقد طرح سوليفان اربعة مفاهيم للشخصية،وهي تعد في نظره تكوينيا فرضيا وهي:-
الدينامية التي تعد اجزاء من الطاقة ثابتة الى حد مايميز الكائن الانساني الحي وتتمثل في سلوك الفرد الظاهر،والذات التي تعد بمثابة منظومة من اساليب سلوكه يكتبها الفرد،والتوتر والقلق الذي يعده سوليفان التوتر الداخلي الذي يكون محكوما لحاجات الكائن العضوي (داوود والعبيدي،1990،ص20).

يرى سوليفان ان المرء كي يبلغ مرحلة النضج لابد ان يكون قادرا على فهم قيم الاخرين وميولهم وامكاناتهم (Heath,1977,p.77).

اشار سوليفان الى فهم الطبيعة البشرية للشخصية يتم من خلال استيعاب سلوك الفرد وفهمه ،ومن خلال علاقته وتفاعله مع الاخرين من حوله اي اهمية التجارب الاجتماعية المستمدة من العلاقات وعلى الرغم من ذلك فان سوليفان لا ينكر اهمية العوامل البيولوجية الوراثية والفسيولوجية،التي تسهم في تكوين الشخصية وتزويدها ببناء تنظيمي لاداء قدرات معينة (ابو اسعد وعريبات،2008،ص55).

الذات عند سوليفان بمثابة اساليب سلوكية يكتسبها الفرد ،تجعله امنا مستقرا فوجد الذات المستقرة تعد بمثابة حماية الفرد من التعرض للقلق ،اما وجود الذات غير المستقرة فتعد مصدرا للقلق والمعاناة ويتكون نظام الذات من المرجع الاجتماعي الذي يحدد سلوك الفرد ويوجهه عن طريق النهي والضبط بما يحقق له الامن والاستقرار ويجنبه القلق والتوتر (الخرجي،2006،ص40)

وطبقا لسوليفان فان الانسان يهدف في سلوكه البشري الى اشباع عضوية بيولوجية والشعور بالاستقرار النفسي من خلال العلاقات الاجتماعية كما يهدف الى تقليل من الشعور بالقلق والضيق والخوف وعدم الاطمئنان ،تلك الامور الناتجة عن الخطأ في الصلات الاجتماعية بين الفرد وما يحيط به (كمال ، 1988 ، ص 67)

(Hwlock,1974,p.140).

4- النظرية الوجودية

رولومي (Rollmay (1902-1994)

تمتد جذور الوجودية الى كتابات سورين كير كجور (1813 – 1855) في القرن التاسع عشر ، فقد حاول (كير كجور) ان يفهم الوظائف الانسانية القائمة على رفضه لمفاهيم هيجل في فهم الواقع عن طريق مطابقة الواقع مع الفكر المجرد والمنطق ، وهدف (كير كجور) ثم (نيتشه) الى تصحيح الفهم الاحادي الجانب (ليهجل) وذلك بالبدء بالتحليل مع التركيز على واقع وجود الفرد او ما يسمى بمصطلح (Dasein) الذي استعمله الوجوديون لوصف الخاصية الفذة أو متفردة لوجود الانسان (ابو عطية ، 2002 ، ص 171)

وتركز الوجودية على محاولات الشخص لأن يجعل معنى لوجوده ، ثم يتولى مسؤولياته على افعاله الخاصة كلما حاول ان يحيا طبقاً لقيمه ومبادئه ، وتطرح نظرية الشخصية الوجودية نمطين اساسيين من الشخصية ، وهما الشخص الاصيل والشخص غير الاصيل ، وترى ان الشخص الاصيل يدرك تماماً في سلوكه الافتراضات الوجودية المتعلقة بطبيعة الانسان ، فهو يمارس بنشاط وفاعلية الحاجات السيكولوجية او الوظائف المتعلقة بالمنطق الرمزي أو الخيال أو اصدار الحكم أو الرأي (الساعدي 2009، ص21) ، (صالح ، 1984 ، ص142-143).

يعتقد الوجوديون ان البشر هم وحدهم القادرون على اختيار سلوكهم في اي وقت ويتحمل الراشدون ذو الشخصية السليمة مسؤولية افعالهم ، والقرارات التي يتخذونها ، ويحاولون تخطي العقبات والمعوقات والضغوط الاجتماعية نحو الانصياع والتوتر الشديد والنزوات البيولوجية والمشاعر ، ويصبحون واعين لضغوط القوى الخارجية المفروضة على افعالهم ، لكنهم مع ذلك بين ان يستسلموا لهذه الضغوط أو يعارضوها ، وبناءاً على ذلك يستطيع الناس الاختيار وبذلك فهم يصنعون انفسهم (جورارد 1988 ، ص 36) .

أما الشخص غير الاصيل فيستحوذ عليه التعبير عن الحاجات السيكولوجية التي تميز انسان وينظر الى نفسه بوصفه(لاعب ادوار) مفرضه سلفاً .ومجسدة للحاجات البيولوجية ويكون سلوكه مجزا غير متكامل ونمطياً وغالباً مايتضمن استغلالاً للآخرين ،وهو ذو اتجاه مادي صرف ، وتسيطر عليه مشاعره الناتجة عن الذين والانف (صالح،1984،ص143)(العبيدي،1991،ص46)

ان الفرد المقيد بالخوف من المجهول هذا الذي يتعلق في عالمه الخاص فانه يؤدي الى عدم شعور بالانطلاق والحرية في العالم الذي يعيش فيه ،الا ان ادراكه بان الحياة تقود الى الموت على اية حال يجعله يعيش حياته من دون خوف من المجهول (ابو عطية،1997،ص181).

يمكن ان نضيف على اساسهما الى شخصية مستقرة وغير مستقرة ،مما جعل العديد من العلماء يأخذ بهذين النمطين في وضع معايير للاشخاص المستقرين ،وغير المستقرين نفسياً وهي (الخزرجي،2006،ص52)

1- ان الشخص المستقر نفسياً وهو ذلك الشخص القادر على تكوين حالة من التوازن بين

الاشكال الثلاثة للوجود وهي :-

ا- الوجود المحيط بالفرد ،او العالم المحيط بالفرد :- ويقصد به عالم موضوعات العينية المحيطة بالفرد وهو العالم الطبيعي ،او انه العالم الذي يقدم للكائنات الحيوانية والانسانية مايلزم من حاجاتها البيولوجية ودوافعها وغرائزها .كما انه عالم القانون الطبيعي والدورات الطبيعية مثل النوم واليقظة ،الميلاد والموت ، والرغبة والاشباع

بشكل او باخر (رولو ماي وبالوم 1999،ص63)

ب- الوجود الخاص بالفرد او العالم الذاتي او الشخصي او العالم الخاص :- يعني المواصفات الداخلية لفرد التي تميزه عن الاخرين ،ومن خلالها يستطيع الفرد فهم ذاته ، واصدار الحكم عليها ، وتمييز بين اعماله واعمال الاخرين ، وان الشعور بالانطلاق والحرية الذاتية يعبر عن شعور الفرد بحريته الداخلية التي تتولد عنها حريته الخارجية (ابو عطيه، 1997، ص181).

الدراسات التي تناولت الاستقرار النفسي

1- دراسة الدبعي (2003) م

((دراسة الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي وعلاقتها بالتصنيف الاجتماعي لدى الموظفين والموظفات بدوائر الحكومية))
استهدفت الدراسة تعريف العلاقة بين الهوية الاجتماعية لدى الموظفين والموظفات بدوائر الدولة الحكومية ، كما استهدفت الدراسة تعرف الفروق بين الموظفين والموظفات على وفق متغيرات البحث الثلاثة ((الهوية الاجتماعية ، والاستقرار النفسي، والتصنيف الاجتماعي)) وتكوين عينة (400) موظف وموظفة من موظفي امانة العاصمة في صنعاء ، اختيروا بطريقة عشوائية من ثماني وزارات ، وقد طورت الباحثة مقياس الهوية الاجتماعية ليتلائم مع مجتمع البحث واهدافه وبناء مقياس الاستقرار النفسي بعد التأكد من صدقة وثباته بطريقة اعادة الاختبار ومعامل الفا- كرونباخ
ومما توصلت اليه في نتائجها ان عينة البحث تتمتع بمستوى مقبول من الهوية الاجتماعية وبمستوى عال من الاستقرار النفسي، ووجود علاقة داله احصائية بين التغيرات ((الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي، والتصنيف الاجتماعي)) وليس هناك فروق ذات دلالة معنوية في هوية الاجتماعية لدى الموظفين والموظفات على وفق متغير التصنيف الاجتماعي ومكانته الاجتماعية والاقتصادية (الدبعي، 2003، ص د ه).

2- دراسة الخزرجي (2006) م

((القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة))
استهدفت الدراسة تعرف القيم الدينية والاستقرار النفسي ، ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة . كما استهدفت الدراسة تعرف الفروق في متغيرا البحث الثلاثة (القيم الدينية ، والاستقرار النفسي، ومعرفة الذات) على وفق متغير الجنس (ذكور واناث)، ومتغير التخصص (علمي ، انساني)، وكذلك تعرف العلاقة بين متغيرات البحث الثلاثة وتحديد البحث بطلبة الجامعة المستنصرية للدراسات الصباحية، ومن كلا الجنسين للعام الدراسي (2004-2005) وتحقيقا لاهداف البحث تثبت الباحثة الثلاثة مقاييس لمتغيرات البحث، وقد طبقت عينة بلغت (812) طالبا وطالبة ، اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقيية، وتوصلت الباحثة الى نتائج الاتية :- تمتع طلبة الجامعة بمستوى عال من القيم الدينية والاستقرار النفسي ومعرفة الذات ، وكذلك لا توجد فروق واله احصائية بين

متغيرات البحث الثلاثة على وفق متغير التخصص ولصالح التخصصات الانسانية، ووجود علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث وبدرجة عالية (الخرجي، 2006، ص ج-د).

3- دراسة عبدالله (2009) م

((القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى كبار السن))
استهدفت الدراسة تعرف القيم الدينية والاستقرار النفسي لدى كبار السن في دار رعاية المسنين، كما استهدفت تعرف الفروق ذات الدلالة الاحصائية في القيم الدينية والاستقرار النفسي، لدى كبار السن في رعاية المسنين، وتبعاً لمتغير النوع (ذكور واناث) وكذلك تعرف العلاقة بين القيم الدينية والاستقرار النفسي، وقد اقتصر البحث على كبار السن المتواجدين في دار الرعاية للمسنين في محافظة بغداد للعام الدراسي (2008-2009) وكانت عينة البحث من كبار السن والبالغة (100) مسن ومسنه، وهي (عينة التطبيق) نفسها الباحث ادائي البحث (القيم الدينية، واستقرار النفسي)، واتبع الخطوات العلمية من صدق الظاهري وصدق البناء، وقد توصل الباحث الى نتيجة تمتع كبار السن في دار القيم الدينيه، ووجود قيم الدينيه لدى المسنات بنسبه اكبر من وجودها لدى المسنين، وكذلك تمتع كبار السن باستقرار نفسي عال بصورة عامه، ووجود سمه استقرار النفسي عند المسنات بنسبه اكبر من وجودها عند المسنين ووجود علاقه داله موجبه بين قيم الدينيه والاستقرار النفسي (عبدالله، 2009، ص ط - ي).

4- دراسه الشويلي (2010) م

((الاسلوب المعرفي (المجازفه- الحذر) وعلاقته بالاستقرار النفسي لدى طلبه الجامعه))

تهدف الدراسه الى معرفه الاسلوب المعرفي (المجازفه- الحذر) والاستقرار النفسي لدى طلبه الجامعه، كما تهدف الدراسه الى معرفه مدى العلاقه بين الاسلوب المعرفي(المجازفه- الحذر) والاستقرار النفسي تبعاً لمتغير النوع (ذكور- اناث) والتخصص (العلمي- انساني)، كما تهدف الى معرفه الفرق بين الاسلوب المعرفي

(المجازفه- الحذر) والاستقرار النفسي تبعا لمتغيرات النوع والتخصص وقد اجريت الدراسة على عينه تتالف من(400) طالب وطالبه موزعين على (4) كليات, واختيروا بطريقة عشوائيه طبقه من طلبة جامعه المستنصريه للعام الدراسي (2009-2010) ومن اختصاصات العلميه والانسانيه وبواقع (235) طالبا و(165) طالبه لكل من النوع والتخصص , وتحقيقا لاهداف البحث طبق الباحث مقياس الاسلوب المعرفي (المجازفه- الحذر), والمبني اساسا ع نظريه (كوجان- وولش) وتم ايجاد ثبات مقياس الاسلوب المعرفي (المجازفه- الحذر) بطريقتين هما اعاده الاختبار والبالغ معامل ثباتها (0,77), اما الطريقه الثانيه فهي معادله (الفـا- كرونباخ) والبالغ معامل ثباتها (0,82) اما فيما يخص الاستقرار النفسي فقد بنى باحث المقياس وفق نظريه (ماسلو), وبلغ معامل الثبات بطريقه اعاده الاختبار(0,80) اما طريقه الفـا_ كرونباخ فقد بلغ معامل ثباتها (0,85) وتوصلت الدراسه الى نتائج منها انه لا توجد فروق داله احصائيا بين طلبة الجامعه تبعا لمتغير النوع (ذكور- اناث) والتخصص(علمي - انساني) في علاقه بين متغيرات البحث (الشويلى,2010,ص-خ-د- ذ- ر) .

الفصل الثالث

منهجيـه البحث واجرءاءاته

* منهج البحث

* مجتمع البحث

* عينه البحث

* ادات البحث

* الوسائل الاحصائيه

يتضمن هذا الفصل عرضا للمنهجيه والاجراءات التي اعتمدها الباحثه في البحث الحالي , بدءا من المنهج المتبع , وتحديد مجتمع البحث , واختيار عينه ممثله له , والاداه المتبناة وخصائصها السيكومتريه من صدق وثبات , وتحديد الوسائل الاحصائيه المستخدمه فيه

1- منهج البحث:-
المنهج المستخدم بالبحث هو المنهج الوصفي.

2- مجتمع البحث:-

مجتمع البحث (عينه من المطلقات والمتزوجات في مختلف مؤسسات محافظة الديوانيه وربات البيوت).

3- عينه البحث:-

عينه من المطلقات والمتزوجات وكان عددهم (60) موزعه حسب التحصيل الدراسي

4- اداه البحث:-

تم تبني اداه (رولومي, النظرية الوجوديه).

5- اجراءات الصدق :

يعد الصدق من الخصائص المهمه التي تجب مراعاتها في بناء المقاييس النفسيه , وان المقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفه التي وضع من اجل قياسها بشكل جيد (Stanley&Hopkins).

ويقصد بصدق المقياس هو ان يقيس فعلا الظاهره التي وضع من اجلها وقد تحقق في مقياس الاستقرار النفسي نوعان من الصدق هما:

ا- الصدق الظاهري: وجه (Ebal,1972) بان يعرض المقياس على عدد من الخبراء مختصين في مجال علم النفس لمعرفة مدى صلاحية الفقرات لقياس ماوصفت لاجله . (Ebal,1972,p.555).

ب- صدق البناء: ويعني صدق البناء درجة الفرد في اشتقاق السمات في النظرية نفسيه من درجات اختيار ويؤكد بعض المؤلفين ان كل ادله الصدق هي ادله صدق البناء ومنهم (كرونباخ, Cronbach,1980), وقد اوضح ميسيك (Messick,1989) ان صدق البناء يستند الى تكامل اي دليل له علاقه بتفسير المعنى درجات اختبار (الزبيدي وهلاله,2003,ص357-358).

6- اجراءات الثبات:

يقصد بالثبات الدقه والاتساق في اداء الافراد واستقرارفي نتائج عبر الزمن (Baron,1981,p.418).

ويكون على نوعين:

ا- طريقه اعاده الاختبار :

ان معامل الثبات على وفق هذه الطريقة هو عبارته عن قيمه معامل ارتباط بين درجات التي نحصل عليها من اجراء التطبيق واعاده تطبيق المقياس على افراد انفسهم او بفاصل زمني ملائم بين التطبيقين (Anastasi,1976,p.115).

ب- معامل الفا- كرونباخ (Alhfa-cronbach):
يطلق على هذه الطريقة في حساب معامل الثبات ب(معامل الفا) او(الفا كرونباخ) وتستعمل في ايجاد معامل الثبات للاختبار ذي الفقرات الموضوعيه وغير الموضوعيه.
وتشير هذه الطريقة الى حساب الارتباط بين جميع الفقرات المقياس على اعتبار ان فقره هي عبارته عن مقياس قائم بحد ذاته , وكذلك يعد مؤشرا على اتساق اي تجانس بين فقرات المقياس (Nannly,1978,p.239).

الوسائل الاحصائية

- 1- اختبار تائي لعينه مستقلة واحده.
- 2- اختبار تائي لعينتين مستقلتين
- 3- معامل ارتباط بيرسن

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

*** عرض النتائج**

*** التوصيات**

*** المقترحات**

أولاً. عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

يتضمن هذا الفصل نتائج البحث في ضوء الأهداف الموضوعية له، وتفسير نتائج البحث على وفق الإطار النظري ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة، وبناءً على ذلك تضع الباحثة الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات، وتتمثل هذه الاجراءات بشكل الاتي :

الهدف الأول : التعرف على الاستقرار النفسي لدى المطلقات والمتزوجات.

بعد تطبيق مقياس الاستقرار النفسي على عينة البحث، أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة قد بلغ (91,75) درجة، وبإنحراف معياري قدره (13,580) درجة، وعند مقارنة هذا المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس الذي بلغت قيمته (108) درجة، وبإستعمال الإختبار التائي لعينة واحدة ، ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (9,1910) درجة ، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (1,671) عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (59)، وجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

الإختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي على مقياس الاستقرار النفسي

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	عدد الفقرات	افراد العينة
	الجدولية	المحسوبة					
0,05	1,671	9,1910	13,580	91,75	108	36	60

داله

الهدف الثاني : التعرف على الفروق في الاستقرار النفسي لدى المطلقات والمتزوجات.

وللتحقق من هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المطلقات والمتزوجات على مقياس الاستقرار النفسي؛ وأظهرت النتائج إن المتوسط الحسابي للمطلقات بلغ (92,2666) درجة والانحراف المعياري بلغ(13,726) درجة. أما المتزوجات بلغ المتوسط الحسابي لهن (91,2333) درجة والانحراف المعياري

بلغ (13,647) درجة. لمعرفة الفرق بين المتوسطين استخدمت الباحثة الإختبار التائي لعينتين مستقلتين ، واتضح ان القيمة التائية المحسوبة (0,4065) اقل من القيمة الجدولية (2,001) عند درجة حرية (58) ومستوى دلالة (0,05) كما موضح في الجدول (2) .

جدول (2)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي للمطلقات والمتزوجات على مقياس الاستقرار النفسي .

مستوى الدلالة 0,05	درجة الحرية	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	التخصص الاكاديمي
		الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	58	2,001	0,4065	13,726	92,2666	30	المطلقات
				13,647	91,2333	30	المتزوجات

ثانيا. التوصيات :

في ضوء نتائج البحث الحالي، توصي الباحثة :

- 1- اقامة ندوات توعيه للنساء بمختلف حالاتهن الاجتماعيه تتبنى هذه الندوات اساسيات الاستقرار النفسي واثاره النفسيه السليمه.

2- تنمية الاعتماد على النفس لدى النساء بمختلف حالاتهن الاجتماعيه للوصول الى الاستقرار النفسي

ثالثا. المقترحات :

تقترح الباحثة إجراء الدراسات التالية :

- 1- اجراء دراسه على عينات اخرى غير عينه البحث .
- 2- ربط متغير الاستقرار النفسي بمتغيرات اخرى مثل (الجمود الفكري , التوجه نحو الحياه , معنى الحياه) .

المصادر العربية والأجنبية

((مصادر العربية))

القران الكريم

- 1- أبراهيم , لظفي عبد الباسط (1987): عمليات تحمل الضغوط وعلاقتها بعدد من المتغيرات لدى المعلمين , مجله مركز البحوث التربويه (5).

- 2- أبو اسعد , احمد وعربيات , احمد (2009): نظريات الارشاد النفسي والتربوي , ط1, دار الميسرة للنشر , عمان , الاردن.
- 3- ابو عطيه , سهام درويش (1997): مبادئ الارشاد النفسي , دار الفكر للطباعة والنشر , عمان , الاردن.
- 4- أجميلي ,كريم حسين (2004): الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات , كلية الاداب, الجامعة المستنصرية(رسالة ماجستير غير منشورة).
- 5- ألخزرجي , سناء صاحب محمد (2006): القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة , اطروحة دكتوراه كلية التربية , الجامعة المستنصرية .
- 6- أدبعي , كفاح سعيد غانم (2003): الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي وعلاقتها بالتصنيف الاجتماعي لدى الموظفين والموظفات بدوائر الدولة الحكومية بامانة العاصمة صنعاء , اطروحة دكتوراه , كلية التربية , جامعة بغداد .
- 7- أزيبيدي , كامل علوان والشمري ,جاسم فياض , (1999)
- 8- أزيبيدي , كامل علوان والشمري,جاسم فياض,(1999)علم النفس التوافق, دار الكتب للطباعة والنشر, الموصل
- 9- أزيبيدي, يونس طاهر خليفه , (1987),جوده القرار وعلاقته بالاتزان الانفعالي وموقع الضبط لدى المدراء العاميين, اطروحة دكتوراه , كلية الاداب, الجامعة المستنصرية, بغداد
- 10- ألساعدي , امجد كاظم فارس(2009): الاحباط الوجودي وعلاقته بالاسلوب المعرفي (تحمل الغموض- عدم تحمل الغموض) لدى طلبة الجامعة , كلية التربية الجامعة المستنصرية , رسالة ماجستير غير منشورة.
- 11- أشمري , كريم عبد سامر (2003) : الوجود الامثل والالتزام وعلاقتهما بالرضا عن النفس , كلية الاداب , جامعه بغداد , اطروحة دكتوراه غير منشوره .
- 12- أثنويلي, ميثم علي حسين (2010): الاسلوب المعرفي (الجازفه – الحذر) وعلاقته بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة , الجامعة المستنصرية , اداب علم النفس والارشاد التربوي , رساله ماجستير .
- 13- أعبيدي , محمد ابراهيم (1991): قياس الاتزان الانفعالي عند ابناء الشهداء واقرانهم الذين يعيشون مع والديهم , كلية التربية , ابن رشد , جامعة بغداد (رسالة ماجستير غير منشورة).
- 14- أعضماوي , ابراهيم كاظم (1988): معالم سيكولوجية الطفولة والفتوة والشباب , بغداد, دار الشؤون الثقافية العامة .
- 15- جورادر , سدني وتيد لاندزمن (1988): الشخصية السليمه , ترجمة , الكربولي , حمد دلي والحمداني , موفق مطبعة التعليم العالي , بغداد , العراق.
- 16- جيزاني ,محمد كاظم جاسم (2005) : التقارب بين الذات الواقعيه والذات المثاليه وعلاقته بالنضج الاجتماعي لدى طلبة الجامعة , اطروحة دكتوراه , كلية الاداب جامعه المستنصرية .
- 17- حسان المالح (1999) الطبيب النفسي في الحياه , الجزء الثالث , دار الاشرافات, دمشق.
- 18- داود, عزيز حنا والعبيدي ناظم هاشم, (1990): علم النفس الشخصي , وزاره التعليم العالي والبحث العلمي , جامعه بغداد.
- 19- رزوق ,اسعد (1977) : موسوعه علم النفس , ط1, مطبعه الشروق –بيروت.
- 20- رولوماي وارفين يالوم , (1999):مدخل الى العلاج النفسي الوجودي , ط1, دار النهضة العربية للطباع والنشر.

- 21- زهران , حامد عبد السلام (1978) : الصحة والعلاج النفسي , ط2, عالم الكتب للنشر, القاهرة.
- 22- سويف , مصطفى , (1966) : الاتزان الوجداني محور اساسي من محاور الشخصية , مجله العربي المصريه , العدد (9) .
- 23- شلتز , دورات (1983): الشخصية بين النظرية والقياس , وزاره التعليم العالي والبحث العلمي , مطبعه التعليم العالي .
- 24- صالح , قاسم حسين , (1984): الانسان... من هو , دار الشؤون الثقافية العامة , بغداد- العراق.
- 25- صالح والطارق , علي سعيد (1998): الاضطرابات النفسية والعقلية من منظوراتها النفسية والاسلاميه مكتبة الجيل الجديد , ط1 صنعاء.
- 26- صلاح, محمد علي . (1968) المدخل الى علم النفس , طب2
- 27- عامود , سلمى ناصر ناصح (2002): المسؤولية الوطنية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى العراقيين العائدين من الاسر , جامعه المستنصرية , كلية الاداب – رساله ماجستير .
- 28- عاموي , بدر الدين , (2001) , علم النفس في القرن العشرين , منشورات اتحاد الكتاب العرب , دمشق , سوريا .
- 29- عباس , محمد خليل , نوفل , محمد بكر واخرون (2009): مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس , ط2 , دار الميسر للنشر والتوزيع والطباعة , عمان , الاردن.
- 30- عبد العزيز , مفتاح محمد , (1997) , القران وعلم النفس , ط1 , منشورات قار يونس – بنغازي.
- 31- عبد الفتاح , كاميليا (1984): مستوى الطموح وعلاقته بالشخصية , مكتبة القاهرة الحديثة , القاهرة.
- 32- عبد الله , رعد عبد , (2009) : القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى الكبار السن , جامعه المستنصرية / كلية التربية – رساله ماجستير .
- 33- عدس . عبد الرحمن , وقطامي , د. نايفه , (2002): مبادئ علم النفس , ط2 , دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع .
- 34- علي , اسماعيل علي, (1995) : نظريه التحليل النفسي واتجاهاتها الحديثه في خدمه الفرد , دار المعرفة الجامعيه – الاسكندريه .
- 35- الغمري , ابراهيم (1979) : السلوك الانساني , دار الجامعات المصريه للنشر , القاهرة.
- 36- فخري , علي عبد الرحمن (1982), مقدمه في علم النفس , جامعه الموصل
- 37- فرويد , سيجموند (1961) : الموجز في التحليل النفسي , ترجمه سامي محمود وعبد السلام , ط1 , دار المعارف – القاهرة .
- 38- كفاي , النيال , سهير محمد سالم , (2010) : نظريات الشخصية , الارتقاء – النمو- التنوع , ط1 , دار الفكر للنشر , القاهرة .
- 39- كمال , علي (1988): النفس انفعالاتها وامراضها وعلاجها , ط4, ج2, دار وسط للنشر , بغداد.
- 40- محمد , عادل عبد الله (2000): دراسات في الصحة النفسية (الهوية). الاغتراب. الاضطرابات النفسية) ط1, دار الرشاد القاهرة, مصر.
- 41- مرسي , كمال ابراهيم , (1988): المدخل الى علم الصحة النفسية , دار القلم , الكويت.
- 42- هول , ك , ولندزي , ج . (1971) : نظريات الشخصية , ترجمه فرج احمد فرج واخرون , القاهرة , الهيئه المصريه العامه .

المصادر الاجنبية:

- Anastasi,A(1976):Psychological testing, New York ,Mac-Millan. -1
- Baron,G.H.(1981):Mental Imagery and Associative Learning in -2
Cognition in Learning and Memory,U.S.A.
- Beach,h.r,(1992). a . behavioral approach to the management of -3
stress practical
- Bernard,Harold . W (1952) ."mental hygiene for class room -4
teacher"mc grow_hill book com . inc . n . y .
- Dicaprio, Nicholas(1976):The good life : models for ahealthy -5
- Ebel,R.L.(1972):Essentials of educational measurement,2nd dele -6
Wood clidffs ,N.J, prentice Hill.
- Engler , berbara .(1985).personality theories john wiely& sons. -7
- Heath,D.(1977) , Maturity and competence ,New York , Gardener -8
press , Inc.
- Maslow,A. (1968): Towards a psychology of being , New York ,Van, -9
Nostrand company.
- May,polo,(1935),Man Search for Himself, [WWW.Norton](http://WWW.Norton.Com). Com. ,Inc -10
N.Y.
- Nunnally,j.G(1978): psychometric theory,New York, Mc-Grow-Hill. -11
personality prentice Hall Inc . E nylewood cliffs,N. jersey.
- Ryckman,R.M.(1978)theories of personality , D van nostrand com -12
.N.Y
- Stanley, J& Hopkins K.D(1972): Educational and Psychological -13
measurement and evaluation, New York, Prentic-hall.
- Symonds, Percival M.(1964) : "The Dynamic of Human -14
Adjustment" D.Appleton-Century Com. N .Y

الملاحق

*ملحق 1 اسماء الخبراء

*ملحق 2 استبانة الخبراء

*ملحق 3 استبانة المتزوجات والمطلقات

ملحق 1

اسماء التدريسيين

اسم التدريسي	لقب	تخصص
1- راضي حسن	ا . م . د	علم النفس التربوي
2- مهند علي	م . د	فلسفه تربويه
3- كهرمان هادي	م . د	علم النفس التربوي
4- شروق كاظم	م . م	علم النفس التربوي
5- لقاء عبد الهادي	م . م	علم الاجتماع
6- وسن حمودي	م . م	علم الاجتماع
7- رنا محسن	م . م	علم النفس التربوي
8- سهام ناظم	م . م	علم الاجتماع
9- صفاء حسين	م . م	علم النفس العام
10- شيما ياس خضير	م . م	محاسبه

ملحق 2

جامعة القادسية
كلية التربية للـبنات
قسم الارشاد التربوي والتوجيه النفسي

استبانة اراء الخبراء حول الصلاحية

م/ الاستقرار النفسي لدى المطلقات والمتزوجات (دراسة مقارنة) بصيغه الاوليه

الاستاذ الفاضل /..... المحترم

تحية طيبة

تروم الباحثة بدراسة موسومة ب(الاستقرار النفسي لدى المطلقات والمتزوجات (دراسة مقارنة) ولغرض تحقيق اهداف البحث تم اعتماد مقياس الاستقرار النفسي (الزبيدي, 2012) والذي عرف الشخصية المستقرة نفسيا انها:-
(هو ذلك الشخص القادر على تكوين حالة التوازن بين الاشكال الثلاثة للوجود) هي :-

- ا- الوجود المحيط بالفرد
- ب- الوجود الخاص بالفرد
- ج- الوجود المشارك في العالم

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال اختصاصكم اضع بين يديك استاذي الفاضل مجموعة من فقرات لمقياس استقرار النفسي يرجى قراءتها ووضع علامة ()تحت حقل صالحة اذا ارتائتم انها صالحة لقياس ماوضعت لقيامة وان كانت غير صالحة فارجو وضع علامة () تحت حقل غير صالحة اما اذا ارتائتم اعادة صياغة الفقرة ارجو ان يتم ذلك في حقل تعديل المقترحات علما ان البدائل هي:(تنطبق علي دائما, تنطبق علي غالبا, تنطبق علي احيانا , تنطبق علي نادرا , لاتنطبق علي دائما).
وفي الختام تقدم الباحثه جزيل شكرها على تعاونكم العلمي معها والله يوفقكم لكل خير

المشرفه
م.م ختام دخن حمزه

الباحثه
يقين صفاء الدين

3- الوجود المشارك في العالم :- ويعني العالم الشخصي او علاقة الشخص بذاته.

ت	الفقرات	صالحه	غير صالحه	تعديل مقترح
1	اشعر اني في عالم غير امن			
2	اطلب راي الاخرين ومشورتهم عندما تواجهني مشكلة			
3	تربطني علاقة جيدة مع الاخرين			
4	اميل الى مشاركة الاخرين في اعمالهم			
5	اشعر بالتفاؤل عندما افكر بالمستقبل			
6	اجد اني شخص جيد في المجتمع الذي اعيش فيه			
7	ليس لدي الثقة بالآخرين			
8	لدي القدرة على الوعي بذاتي			
9	اتحمل النتائج التي تترتب على الافعال التي اقوم بها			
10	لدي القدرة على مواجهة ما يحدث في المستقبل			
11	اجد صعوبة في تقبل نفسي			

ملحق 3

مقياس الاستقرار بصورته النهائي

جامعة القادسية
كلية التربية للـبنات
قسم الارشاد التربوي والتوجيه النفسي

استبانة

تحية طيبة...

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تهدف الباحثة من خلال اجابتك عنها تعرف مواقفك الحقيقية الهادفة ازاءها ونظرا لما تعهده فيك من دقة وموضوعية وصراحة في التعبير عن رأيك وافكارك تامل الباحثة منك الاجابة عن هذه الفقرات , وذلك من خلال وضع علامه () امام واحده من البدائل الخمسة , علما انه لا توجد اجابة صحيحة او خاطئة ولا حاجة الى ذكر الاسم.

ت	الفقرات	تتطبق علي دائما	تتطبق علي غالبا	تتطبق علي احيانا	تتطبق علي نادرا	لا تتطبق علي ابدا
1	اجد صعوبة في كسب ثقة الاخرين					
2	اشعر ان الحياة لها معنى					
3	اشعر اني اعيش في عالم غير امن					
4	اشعر اني اقل قيمة من الاخرين					
5	اجد صعوبه بالتعبير عن افكاري					
6	اطلب رأي الاخرين ومشورتهم عندما تواجهني مشكله					
7	انا غير مهتم لاراء الاخرين					
8	لدي ثقة عاليه بنفسي					
9	تربطني علاقة جيدة مع الاخرين					
10	اجد صعوبة في التفاعل مع الاخرين					
11	استطيع حل مشكلاتي لوحدي					
12	اميل الى مشاركة الاخرين في اعمالهم					
13	اشعر بالرغبة بالانسحاب عندما اكون مع الاخرين					
14	عندما اغضب احطم الاشياء القريبة مني					
15	اشعر بالتفاؤل عندما افكر في المستقبل					
16	احب الاختلاط مع الاخرين					
17	اعتقد ان الحظ يحالفني دائما					
18	اجد اني شخص جيد في المجتمع الذي اعيش فيه					
19	اتعامل مع اصدقائي بشكل جيد وبسهولة					
20	لدي القدرة على الوعي بالعالم من حولي					

					ليس لدي ثقة بالآخرين	21
					احب تقديم المساعدة للآخرين	22
					اشعر اني تعيسة في الحياة	23
					لدي القدرة على الوعي بذاتي	24
					اجد صعوبة في الحديث امام الآخرين	25
					اخشى من التفكير بالمستقبل	26
					اتحمل النتائج التي تترتب على الافعال التي اقوم بها	27
					ارغب ان اكون افضل من الآخرين	28
					لدي القدرة على تجاوز المواقف الراهنة	29
					لدي القدرة على مواجهة ما يحدث في المستقبل	30
					اجد صعوبة في تقبل نفسي	31
					ارى ان الآخرين لا يستحقون اهتمامي	32
					اجد ان الناس طيبون بطبعهم	33
					اتحمل المسؤولية عند اتخاذ اي قرار	34
					افضل السهولة في المظهر والملبس	35
					ارغب في مشاركة الآخرين في مسراتهم واحزانهم	36