

## الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة

دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة السنة الأولى في كليتي التربية والاقتصاد في جامعة حماة

دارين الرمضان\*

(الإيداع: 21 حزيران 2021، القبول: 31 آب 2021)

الملخص:

يهدف البحث الحالي إلى قياس مستوى الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة لدى عينة من طلبة كليتي التربية والاقتصاد بجامعة حماة: وتعرف أكثر الأبعاد شيوعاً لدى أفراد عينة البحث الكلية، كما يهدف إلى تعرف الفروق في متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغيرات البحث (الجنس / التخصص)، وتكونت عينة البحث من (204) من طلاب وطالبات الكليتين، بواقع (118) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية، و(86) من طلبة كلية الاقتصاد، واستخدمت الباحثة مقياس الطمأنينة النفسية للباحثة فاطمة عودة (2002) وذلك بعد التأكد من صدقه وثباته، وتوصل البحث إلى النتائج الآتية: وجود مستوى مرتفع من الطمأنينة النفسية لدى أفراد عينة البحث الكلية، وكان البعد الثالث "الثقة بالله" أكثر الأبعاد شيوعاً إذ جاء في المرتبة الأولى، على حين كان ترتيب البعد الأول "التحرر من الآلام النفسية" في المرتبة الخامسة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغيرات البحث (الجنس / التخصص).

الكلمات مفتاحية: الطمأنينة النفسية، المراهقة المتأخرة

**Psychological Security in late adolescence: an empirical study for a sample of students in the Faculties of Education and Economics In Hama University**

**Dr. Daren Ramadan\***

**(Received: 21 June 2021, Accepted: 31 August 2021 )**

**Abstract:**

The current research aimed at measuring the level of Psychological Security in late adolescence for a sample of students in the Faculties of Education and Economics In Hama University, It also aimed to recognize the most common dimensions of Psychological Security and to recognize the differences of the sample members grades on the scale of Psychological Security according to research variables (gender / specialization), The sample consisted of (204) male/ female students: 118 from Faculties of Education and 86 from Faculty Economics, The Psychological Security scale prepared by Fatima Oudi (2002) was used after making sure of its validity and reliability, The research had the following results:

1. There is high level of Psychological Security in the sample as a whole.
2. the third dimension (faith in Allah / Confidence in God) came first.
3. the fifty dimension (Release of Psychological Pains) came fifth.
4. there are no statically significant differences on the scale of Psychological Security and its dimensions according of the variables of the research (gender / specialization).

**Key Words:** Psychological Security , Late adolescence

---

**\*a teacher specialized in Development Psychology– Education–Faculty– Hama University**

## أولاً: مقدمة البحث:

تعد الطمأنينة النفسية **Emotional Security** من المتغيرات الهامة التي نالت اهتمام العديد من الباحثين في مجالي علم النفس والصحة النفسية إذ إنها تعد من أبرز المقومات والمتطلبات الرئيسية والأساسية للصحة النفسية لكل من الفرد والمجتمع ككل التي يحتاج إليها الفرد، كي يتمتع بشخصية إيجابية ومنتزعة.

ولعل أحد أهم الدوافع وراء اهتمام العديد من الباحثين بموضوع دراسة الطمأنينة بصفة عامة هو أنها تعد من أبرز الحاجات التي تقف وراء السلوك البشري، لأنها بمنزلة محرك للسلوك وتوجيهه الوجهة السليمة، وإن فقدان الشعور بالطمأنينة النفسية من شأنه أن يسبب عدداً من الاضطرابات النفسية والسلوكية التي تؤثر في سير حياة الفرد ونشاطه في شتى المجالات (Mulydi, 2010, 72).

وتعد الطمأنينة النفسية من " أهم الحاجات النفسية لبناء الشخصية الإنسانية إذ تمتد جذورها من مرحلة الطفولة وتستمر عبر المراحل العمرية المختلفة، وهذه الحاجة تكتسب خواصها من خلال الإطار الثقافي والاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد، بداية من الوسط الأسري الذي يعيش فيه بناء على نوع العلاقة التي تربطه بهم ونوع المعاملة التي يتلقاها منهم، وهذا ما أكده العديد من المنظرين أمثال مخيمر الذي أشار إلى الأهمية الوالدية في تشكيل السلامة النفسية أو المرض النفسي للفرد، وأوضح أن نوعية العلاقة مع الأشخاص ذوي الأهمية النفسية لديه هي التي تحدد خصائصه النفسية، وذلك وفق ما يدركه من طمأنينة نفسية واهتمام واحترام وضوابط من قبل تلك الأشخاص" (مخيمر، 2003، 1).

و في هذا الصدد ذكر برستون Perston أن " العناصر الأساسية لتحقيق الطمأنينة النفسية تكمن في محبة الطفل وفي تقبله وفي استقراره، فمحبه من محيطه ولاسيما محبة الأم والأب تسهل له نموه الطبيعي والسليم ليس فقط على الصعيد العاطفي، وإنما على الصعيد الجسمي والعقلي والاجتماعي أيضاً" (شكور، 1995، 127)، فإذا تربى الطفل في أسرة وفرت له حاجته إلى الطمأنينة النفسية جعله ذلك يتجاوز مرحلة الطفولة بنجاح، ثم يجد نفسه في مرحلة عمرية أخرى يحتاج فيها أكثر إلى الراحة والاستقرار النفسي ألا وهي مرحلة المراهقة بصفة عامة، ومرحلة المراهقة المتأخرة بصفة خاصة. وحاجة المراهق إلى الطمأنينة النفسية من أهم الحاجات في تكوين أساس شخصيته وإمدادها بأنماط من القيم والمعايير والسلوك والاتجاهات السليمة السوية، وهي من أهم شروط الصحة النفسية، كما أنها المصدر الأول لإحساس المراهق بالثقة في ذاته ومن حوله، ولاسيما أنه يتعامل مع المجتمع ككل، فبعد الأسرة يجد نفسه أمام أقرانه وزملاء الدراسة والاساتذة الذين يبادلونه علاقات ومعاملات مختلفة يمكن أن تؤثر فيه إما إيجاباً أو سلباً مما يؤثر على استقراره النفسي.

ولأهمية هذا المتغير "الطمأنينة النفسية" في حياة الفرد بصفة عامة، وفي مرحلة المراهقة المتأخرة بصفة خاصة رأت الباحثة ضرورة تناول هذا المتغير بالدراسة والبحث من خلال بحث الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة لدى عينة من طلبة السنة الأولى من كليتي التربية والاقتصاد في جامعة حماة.

## ثانياً: مشكلة البحث: ثمة مسوغات عدة اقتضت معالجة المشكلة:

\*يعد الأمن والأمان والاطمئنان بكل صوره وأنواعه، حالة بيولوجية وفسولوجية ضرورية لاستمرارية البقاء والوجود البيولوجي، وهذا يعني أنه حينما يتعرض اي فرد للضغوط النفسية الشديدة فإن جهازه العصبي اللاإرادي يتحفز ليدافع عنه ويهيئ الجسم للتعامل مع تلك الظروف الضاغطة، أما اذا استمرت هذه الظروف الطارئة مدة طويلة فإن الجسم يصاب بالتوتر والقلق النفسي، ولاسيما ما يحدث في أثناء الحروب والأزمات الشديدة، وما يحدث للإنسان يحدث كذلك للمجموعات فأى مجتمع يتعرض لظروف طارئة مستمرة مدة طويلة يصاب أفرادها بالمشاكل النفسية المختلفة، مما يؤدي الى فقدان الطمأنينة والصحة النفسية للجميع وما يتبع ذلك من أمراض نفسية واضطرابات سلوكية تؤثر في تقدم المجتمع واستمراره وتطور مسيرته العلمية والاجتماعية (الشبيون، 2006، 3).

\* وإذا كانت الطمأنينة النفسية حاجة ضرورية للإنسان عامة، فإنها أكثر ضرورة للمراهق في أي مجتمع كان، وذلك نظراً لخصائص ومميزات المرحلة العمرية للفرد التي يوجد فيها، إذ وصفها النغمشي أنها "مرحلة حرجة، فهي فترة انتقالية مؤقتة يعترها الكثير من التغيرات السريعة، ولهذه التغيرات تأثير في الاستقرار النفسي للمراهق لاسيما في مرحلة المراهقة المتأخرة، إذ يفقد الأمن والطمأنينة حين يتساءل عما يعترى جسده من تغيرات، وما يطرأ على مشاعره وانفعالاته من تبدل واضح، وما يواجهه من مواقف اجتماعية جديدة عليه، ونتيجة ذلك قد يصيب المراهق الخوف والشعور بعدم الطمأنينة النفسية" (النغمشي، 1994، 45).

\* أضف إلى ذلك أن تحقيق وجود المراهق في هذه المرحلة حسب الأشول يكون "في إحساسه بالطمأنينة النفسية، وبالانتماء للآخرين وانتماء الآخرين له وحبه للآخرين، وحب الآخرين له، وأن يكون موضع تقدير الآخرين وهكذا يبدو أن معنى تحقيق الوجود في هذه المرحلة يختلف عن معناه في حالة الطفل، أي إن معنى الوجود في مرحلة النضج، هو وجود الإنسان في تحقيقه لتلك الصفات التي تميزه من غيره من المخلوقات، وتصل به إلى المستوى الأعلى والأفضل، وهو مستوى تحقيق الإنسانية. (الأشول، 1982، 498).

\* وأشار عدد من الابحاث والدراسات كدراسة إبرييم (2011) ودراسة الجهني (2010) ودراسة طليم (2017) إلى أن الفئات العمرية الأقل سناً (17-30) هي الأقل شعوراً بالطمأنينة النفسية.

\* والتعليم الجامعي من مراحل التعليم الهامة، إذ يحظى بمزيد من الرعاية والاهتمام في معظم الدول لما له من دور فعال في التنمية البشرية والاجتماعية، ولكي يتمكن طلبة الجامعة من بناء شخصياتهم بطريقة سليمة فإنه من الضروري تحديد احتياجاتهم التي تكفل لهم الإحساس بالطمأنينة النفسية.

\* وقد نبع اهتمام الباحثة بهذه المرحلة بصورة عامة، وبطلبة السنة الأولى بصورة خاصة من جانبين: الجانب الأول: أن بداية مرحلة التعليم الجامعي تشكل نهاية مرحلة نمائية تعد من أهم مرحل نمو الفرد ألا وهي مرحلة المراهقة المتأخرة التي من المفترض أن يكون قد وصل فيها إلى مستوى مناسب من النضج في مظاهر النمو المختلفة بصورة عامة، ومستوى مناسب من الاستقرار والطمأنينة النفسية، والجانب الثاني: أن مرحلة التعليم الجامعي تشكل بداية لمرحلة تعليمية جديدة فيها العديد من التغيرات منها:

1. ما يتعلق بالدراسة والمواد الدراسية التي تختلف طبيعتها تماماً عما هي عليه بالمرحلة السابقة ألا وهي المرحلة الثانوية.  
2. ما يتعلق بالعلاقات الاجتماعية ونوعيتها، والكيفية التي يمكن أن تبنى عليها سواء كانت تلك العلاقات مع الزملاء أم المدرسين أم الإداريين.

3. ما ارتبط بالوضع الاقتصادي ومستلزمات الحياة الجامعية.  
وقد رأت الباحثة أن هذه التغيرات قد تؤثر بشكل أو بآخر في مجمل حياة الفرد، ولا سيما طمأنينته النفسية واستناداً إلى المسوغات السابقة يمكن صياغة مشكلة البحث بالسؤال الآتي:

ما مستوى الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة لدى عينة من طلبة كليتي التربية والاقتصاد بجامعة حماة؟  
ويشتق عن سؤال مشكلة البحث الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما مستوى الطمأنينة النفسية لدى أفراد عينة البحث الكلية؟
2. ما أكثر أبعاد الطمأنينة النفسية انتشاراً لدى أفراد عينة البحث الكلية؟

ثالثاً: أهمية البحث: نبعت أهمية البحث من:

1. أهمية المتغير الذي يتناوله البحث وهو " الطمأنينة النفسية" التي تعد من أهم المظاهر الأساسية للصحة النفسية الإيجابية، وأول مؤشراتهما، ومن أبرز هذه المؤثرات هو الشعور بالأمن والاطمئنان والرضا النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي، والبعد عن التقلب والانفتاح على الآخرين.

2. أهمية المرحلة العمرية، إذ تناول البحث مرحلة من أهم مراحل العمر، وهي مرحلة المراهقة المتأخرة، التي تعتبر من- أصعب المراحل التي يمر بها الكائن الإنساني نظراً للتغيرات الكثيرة التي تطرأ على حياة المراهق، الأمر الذي يجعله يعيش أزمات نفسية واجتماعية ودراسية.

3. أهمية إعداد أداة لقياس الطمأنينة النفسية لدى طلبة الجامعة، بما يمكن الباحثين من استخدامها في بحوث أخرى، سواء كان ذلك على مراحل عمرية أخرى أوفي تناول الطمأنينة النفسية بعلاقتها بمتغيرات متعددة.

4. يمكن استثمار نتائج البحث في تزويد المسؤولين والقائمين على العملية التعليمية في الجامعة بتعرف مصادر الضغوط الأكاديمية التي يتعرض لها طلبة الجامعة، الأمر الذي يسهم في الحد من تأثير هذه الضغوط، ويرفع من مستوى الشعور بالطمأنينة النفسية للطلبة، سواء ما يخص حياتهم النفسية أم العلمية أم الاجتماعية.

رابعاً: أهداف البحث: هدف البحث الحالي إلى التحقق من الأهداف الآتية:

- 1.تعرف مستوى الطمأنينة النفسية لدى أفراد عينة البحث الكلية.
- 2.تعرف أكثر أبعاد الطمأنينة النفسية شيوعاً لدى أفراد عينة البحث الكلية.
- 3.تعرف الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير البحث الجنس (ذكور \_ إناث)

4.تعرف الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير التخصص (علمية\_ نظرية)

خامساً: أسئلة البحث: سعى البحث الحالي للإجابة على الأسئلة الآتية:

- 1.ما مستوى الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة لدى عينة من طلبة كليتي التربية والاقتصاد بجامعة حماه؟
2. ما مستوى الطمأنينة النفسية لدى أفراد عينة البحث الكلية؟
3. ما أكثر أبعاد الطمأنينة النفسية انتشاراً لدى أفراد عينة البحث الكلية؟

سادساً: فرضيات البحث: سعى البحث الحالي إلى التحقق من الفرضيات الآتية:

- 1.لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة الكلية على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير الجنس ( ذكور – إناث )
- 2.لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة الكلية على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير التخصص ( علمية – نظرية ).

سابعاً: حدود البحث: تحددت حدود البحث بالمحددات الآتية:

- 1- حدود بشرية: طبق البحث على عينة من طلبة السنة الأولى من طلبة كلية التربية (نظرية) والاقتصاد (علمية) إذ تعتبر كلية الاقتصاد من الكليات العلمية كون معدل النجاح (60) درجة من أصل (100) درجة، في جامعة حماه.
- 2- حدود مكانية: طبق البحث في مبنى كليتي التربية والاقتصاد بجامعة حماه.
- 3- حدود زمنية: طبق البحث في الفصل الأول من العام الدراسي 2020 - 2021 في الفترة الواقعة ما بين 11 / 29

وحتى 10 / 12 / 2020

4- حدود علمية: مستوى الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة لدى عينة من طلبة كليتي التربية والاقتصاد بجامعة حماة.

ثامناً: مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية:

\***الطمأنينة النفسية Psychological Security** يُعرف عودة (2002) الطمأنينة النفسية بأنها " شعور نسبي بالراحة والسكينة يختلف من شخص لآخر، ويشعر به الفرد إذا تحرر من التوتر والصراع والآلام النفسية، وكان خالياً من الانفعالات الحادة، واثقاً بنفسه راضياً عنها، قادراً على إشباع حاجاته العضوية وغير العضوية كالحاجة الى التقدير الاجتماعي والانتماء وتقدير الذات وتحقيق الذات، متفائلاً في الحياة، محباً للخير، واثقاً بالله سبحانه وتعالى ويحسن الظن، به ويثق بالآخرين ولديه شعور أنه محبوب منهم" (عودة، 2002، 10). وتعرف **الطمأنينة النفسية إجرائياً**: بأنها التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة، والتفؤل، والرضا عن الذات، والثقة بالله، والقدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية. وتقاس بالدرجة التي حصل عليها المفحوص بعد إجابته عن مقياس الطمأنينة النفسية المعد لهذا البحث.

التعريفات الإجرائية لأبعاد الطمأنينة النفسية:

\***التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة**: ويعني إحساس الفرد بالراحة مما يستلزم خلوه من مشاعر الانقباض والضيق المصاحبة للقلق والتوتر والإجهاد ومواجهتها والسيطرة على الواقع، والقدرة على طرد الأوهام، وقتل الشعور بالتعب، والتخلص من المتاعب النفسية والجسمية والاجتماعية، وضبط الانفعالات والتعبير عنها بصورة مقبولة. ويقاس بالدرجة التي حصل عليها المفحوص على بعد التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة المطبق لهذا البحث.

\***التفؤل**: ويقصد به تقبل الفرد للحياة من خلال النظرة الإيجابية لها، وإقباله عليها بحيوية ونشاط وإيمانه بأن الإنسان خير بطبعه، وأن عواقب الأمور سوف تكون سليمة وفي صالحه. ويقاس بالدرجة التي حصل عليها المفحوص على بعد التفؤل المطبق لهذا البحث.

\***الرضا عن الذات**: وتعني قدرة الفرد على فهم نفسه وتقييمها بشكل موضوعي وواقعي، وتطوير قدراته واستثمار قدراته وامكانياته، ومواجهة الصعوبات ببذل الجهد، وتقبل الفرد لذاته، وتحديد أهداف حياته، مما يؤدي إلى الشعور بالإنجاز والتقدم، الاستقلالية وتحمل المسؤولية. ويقاس بالدرجة التي حصل عليها المفحوص على بعد الرضا عن الذات المطبق لهذا البحث.

\***الثقة بالله سبحانه وتعالى**: أي حسن التوكل على الله تعالى، والرضا بالقضاء والقدر، والتسليم بألا ملجأ من الله إلا إلى الله، وعدم خشية الموت. ويقاس بالدرجة التي حصل عليها المفحوص على بعد الثقة بالله سبحانه وتعالى المطبق لهذا البحث.

\***القدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية**: أي مقدرة الفرد على بناء الروابط الاجتماعية والإسهام بدور إيجابي نحو الآخرين، والاندماج الاجتماعي في محيط السكن والدراسة والعمل، والتي تشبع حاجته للانتماء والحب والتقدير من الآخرين ومساندتهم، والشعور بأنه محبوب منهم. ويقاس بالدرجة التي حصل عليها المفحوص على بعد القدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية المطبق لهذا البحث.

\***المراهقة Adolescence**: تُعرف المراهقة بأنها: "فترة نمو شامل ينتقل خلاله الكائن البشري من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد" (مخول، 1998، 266).

\***المراهقة المتأخرة Late Adolescence** تعرف المراهقة المتأخرة بأنها: " الفترة العمرية الممتدة ما بين 18 – 21 سنة، تسمى بمرحلة التعليم الجامعي، كما يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم مرحلة الشباب Youth-hood وهي المرحلة التي تسبق مباشرة تحمل المسؤولية في حياة الرشد". (ملحم، 2004، 377).

تاسعاً- الدراسات السابقة:

• دراسة الحلفاوي (1993)-مصر

بعنوان: الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب وطالبات الجامعة.

هدفت الدراسة إلى المقارنة بين عينات من طلاب وطالبات الجامعات المصرية المختلفة من حيث نوع التعليم (أزهري - غير أزهري ) والجنس والاختلاط (تعليم مختلط وتعليم غير مختلط) والتخصص الأكاديمي (علمي أدبي ) في درجة الطمأنينة الانفعالية، وقد تكونت عينة الدراسة من (630) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الجامعية، واستخدمت الباحثة استمارة جمع البيانات الأولية عن الطلبة من إعداد الباحثة، واستفتاء ماسلو للطمأنينة، واختبار تفهم الموضوع من إعداد مورجان وموري. ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية لصالح الذكور في العينة الكلية، ووجود فروق دالة بين الأزهريين وغير الأزهريين في الطمأنينة الانفعالية لصالح الأزهريين، وعدم وجود فروق دالة بين طلبة وطالبات التخصص الأدبي والعلمي في الطمأنينة الانفعالية، بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الطمأنينة الانفعالية في استجاباتهم على اختبار تفهم الموضوع.

• دراسة مخيمر (2003)-مصر

بعنوان: إدراك الأطفال لأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين إدراك الطمأنينة النفسية من الوالدين وعلاقته بكل من القلق واليأس، وقد تكونت عينة الدراسة من (206) من أطفال المرحلة المتوسطة، طبق الباحث مقياس الطمأنينة النفسية ومقياس القلق ومقياس اليأس، وكان أهم ما توصلت إليه الدراسة من نتائج عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في إدراك الطمأنينة النفسية واليأس من الأب والأم، ووجود ارتباط سالب بين إدراك الطمأنينة النفسية وكل من القلق واليأس لدى أفراد عينة البحث الكلية.

• دراسة الدليم (2005)- السعودية

بعنوان: الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الإحساس بالطمأنينة النفسية والشعور بالوحدة النفسية، وقد تكونت عينة الدراسة من (288) طالب وطالبة من طلبة السنة الأولى الجامعية، طبق الباحث مقياس الطمأنينة النفسية، ومقياس الوحدة النفسية، وكان أهم ما توصلت إليه الدراسة من نتائج وجود علاقة إيجابية دالة بين الإحساس بالطمأنينة النفسية والوحدة النفسية، ووجود فروق دالة إحصائياً بين التخصصات العلمية والأدبية في الطمأنينة النفسية لصالح الكليات العلمية، ووجود فروق في الشعور بالطمأنينة النفسية والوحدة النفسية لصالح الذكور.

• دراسة الجهني (2010)- السعودية

بعنوان: الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة.

هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة الرهاب الاجتماعي بالطمأنينة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة، وقد تكونت عينة الدراسة من (347) طالباً وطالبة في جامعة الطائف، طبق الباحث مقياس الرهاب الاجتماعي لرولين ووي ( Rauline ) &wee, 1944 ومقياس الطمأنينة النفسية من إعداد الدليم وآخرين (1993)، وكان أهم ما توصلت إليه الدراسة أن الإناث أكثر شعوراً بالرهاب الاجتماعي بالمقارنة مع الذكور، وأن الإناث أقل شعوراً بالطمأنينة النفسية من الذكور، وعدم وجود علاقة دالة بين التحصيل الدراسي والرهاب الاجتماعي والطمأنينة النفسية، كذلك أكدت نتائج الدراسة وجود علاقة بين الرهاب الاجتماعي وعدم الشعور بالطمأنينة النفسية.

• دراسة عبد اللاوي (2019) – مصر

**بعنوان: الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية**

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الطمأنينة النفسية لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية، ومعرفة الفروق بينهم في مستواها تبعاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي. تكونت عينة الدراسة من ( 760 ) مراهقاً متمدرساً، طبق مقياس الطمأنينة النفسية لفهد بن عبد الله الدليم ( 2005 ). وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: مستوى الطمأنينة النفسية متوسط لدى المراهقين المتمدرسين، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ما بين المراهقين المتمدرسين في مستوى الطمأنينة النفسية تعزى لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي.

• دراسة صالح، وكاظم (2018) – العراق.

**بعنوان: قياس الطمأنينة الانفعالية لدى المرشدين التربويين (بناء وتطبيق).**

هدف البحث إلى قياس الطمأنينة الانفعالية للمرشدين التربويين في محافظة البصرة للعام الدراسي 2017-2018 الأمر الذي تطلب بناء أداة لهذه الخاصية النفسية ثم تطبيقها على عينة – البحث الأساسية. وأشارت نتائج البحث إلى تمتع أفراد العينة بمستوى عال وإيجابي من الطمأنينة الانفعالية بصورة عامة أولاً، وضمن مجالات المقياس ثانياً، فضلاً عن عدم وجود فروق دالة إحصائية ومعنوية فيما بين الذكور والإناث من المرشدين التربويين في هذه الخاصية.

• دراسة زينكنكو وآخرون (2013) – (Zinckenko, 2013)

**Stress-Inducing Situations and Psychological security of the penal system staff.**

**بعنوان: مستوى الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلبة في أثناء الدراسة.**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلبة في أثناء الدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من (120) طالباً وطالبة من المرحلة الجامعية، طبق عليهم مقياس الطمأنينة الانفعالية، ومقياس (ريدرس) للضغوط الاجتماعية، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الطمأنينة الانفعالية والضغوط الاجتماعية لدى الطلبة.

• دراسة ويلكنسون وكوك (2016) – (Wilkinson & Cook, 2016) – أمريكا.

**Stress response and emotional security in the intergenerational Transmission of depressive symptoms.**

**بعنوان: الاستجابة للضغوط والطمأنينة الانفعالية في الانتقال التدريجي للضغوط.**

هدفت الدراسة إلى تعرف استجابة عينة من المراهقين للضغوط في حال عدم توفر الطمأنينة لديهم، كما سعت إلى تعرف الفروق بين أفراد العينة في مستوى شعورهم بالطمأنينة الانفعالية تعزى لمتغير النوع، وقد تكونت عينة الدراسة من (100) مراهق ومراهقة تتراوح أعمارهم ما بين (13- 18) سنة، طبقت الدراسة مقياس الطمأنينة الانفعالية ومقياس الضغوط الأكاديمية، وقد أسفرت نتائج الدراسة على أن المراهقين الأكثر عرضة للضغوط وانعدام شعورهم بالطمأنينة الانفعالية، مما أدى إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين كل من الطمأنينة الانفعالية وزيادة مستوى الضغوط الأكاديمية التي تقع على الطلبة، من جهة أخرى أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في متغير الطمأنينة الانفعالية



• دراسة كابون وواشينجوتون (Capon & Washington, 2015) – أمريكا.

**Marital conflict children's emotional security and psychological adjustment.**

بعنوان: أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي للأطفال والمراهقين.

هدفت الدراسة إلى تعرف أثر أساليب المعاملة الوالدية على الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي للأطفال والمراهقين، وقد تكونت عينة الدراسة من (194) أسرة لديهم أطفال تتراوح أعمارهم من (9-18) سنة، طبق الباحثان ثلاث مقاييس هي: مقياس أساليب المعاملة الوالدية، ومقياس الطمأنينة الانفعالية ومقياس التوافق الاجتماعي، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين أساليب المعاملة الوالدية السوية وكل من الطمأنينة الانفعالية والتوافق الاجتماعي، ووجود تأثير إيجابي دال إحصائياً للتوافق الاجتماعي على زيادة مستوى الطمأنينة الانفعالية لديهم.

عاشراً: تعقيب عام على الدراسات السابقة:

\*تناولت العديد من الدراسات السابقة متغير الطمأنينة النفسية بعلاقته مع متغيرات أخرى متنوعة كدراسة الجهني (2010)، ودراسة الدليم (2005)، ودراسة مخيمر (2003)

\*على الرغم من أهمية هذا المتغير "الطمأنينة النفسية" في حياة الفرد بصورة عامة، وحياة المراهق في مرحلة المراهقة المتأخرة بصورة خاصة، إلا أن هناك ندرة في الأبحاث التي تناولت هذه المرحلة العمرية بصورة خاصة-وفق حدود علم الباحثة-، ومن خلال ما اطلعت عليه الباحثة من دراسات وجدت دراسة واحدة فقط تناولت هذه المرحلة بالدراسة والبحث وهي دراسة الدليم (2005).

وقد ركز العديد من الدراسات السابقة على دراسة متغير الطمأنينة النفسية في علاقتها بمتغيرات متعددة وبمراحل عمرية مختلفة سواء منها الأطفال أو المراهقين أو حتى مرحلة الشباب، وأغفلت معظم هذه الدراسات قياس مستوى الطمأنينة النفسية لكل فرد بأي مرحلة من المراحل باستثناء دراسة زينكنكو وآخرين (Zinckenko, 2013)، ودراسة عبد اللاوي (2019). \* وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة التي اطلعت عليها سواء من الناحية النظرية أم من الناحية المنهجية، حيث يسرت هذه الدراسات تحديد مشكلة البحث وأهدافه وفرضياته، إضافة إلى تحديد بعض المصطلحات الخاصة به.

\* ومن الملاحظ أن معظم الدراسات السابقة التي تناولت هذا المتغير "الطمأنينة النفسية" تناولت دراسته من خلال علاقته مع متغيرات مختلفة، ولا يوجد أية دراسة محلية تناولت الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة لدى عينة من طلبة كليتي التربية والاقتصاد في جامعة حماة وذلك وفق -حدود علم الباحثة- الأمر الذي دفع للاهتمام بهذا الموضوع وتناوله بالدراسة العلمية المعمقة.

احدى عشر: الاطار النظري:

منذ أن وجد الإنسان على وجه الأرض بدأ في البحث عن الأمن لنفسه من خلال سعيه إلى تحقيق الحاجة إلى الأمن وتقدير الذات والاحترام والتعاون وغير ذلك، وكان من اللازم تعرف الوسائل التي تعين الشخص على الشعور بالطمأنينة النفسية لمواجهة الصعوبات (ابراهيم، 2010، 440). فالأمن في أساسه النفسي هو الشعور بالهدوء والطمأنينة والبعد عن القلق والاضطراب، وهو شعور ضروري لحياة الفرد والمجتمع، ومن أهم أسباب اطمئنان المرء على نفسه وماله وإحساسه بالعطف والمودة ممن يحيطون به.

وتعد الطمأنينة النفسية Psychological Security مصطلحاً مهماً للغاية، لأنه يعبر عن سكون النفس وطمأننتها عند تعرضها لصعوبات وأزمات في مواقف الحياة المتعددة والتي تحمل معها بعض المخاطر (Cummiug & Davies, 1996، 123). ويعتبر ماسلو Maslow من أوائل من تعرضوا لمفهوم الطمأنينة النفسية "الأمن النفسي" عن طريق البحوث الإكلينيكية، إذ عرّف الطمأنينة النفسية بأنها: "شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين وله مكانة بينهم، يدرك أن بيئته

صديقة، ودوره غير محبط يشعر فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق". (العززي، 2005، 66)، ويعرف الجميلي (2001) الطمأنينة النفسية بأنها "شعور الفرد بالاستقرار والتحرر من الخوف والقلق لتحقيق متطلباته ومساعدته على إدراك قدراته وجعله أكثر تكيفاً". (الجميلي، 2001، 18)، وأشار كارشوكي وأجليار (Qarchoqi & Agilar-vafai, 2009, 36) أن الطمأنينة النفسية هي "الحالة التي يكون فيها إشباع حاجات الفرد من الأمن والحب واحترام الذات مضموناً وغير معرض للخطر"، كما عرفها الصنيع (1998) بأنها: "سكون النفس وطمأننتها عند تعرضها لأزمة تحمل في ثناياها خطر من الأخطار وكذلك شعور الفرد بالجماعة عند تعرضها للأخطار الاجتماعية والاقتصادية والعسكرية المحيطة". (الصنيع، 1998، 33). ومن خلال العرض السابق لمفهوم الطمأنينة النفسية نجد أنها مصطلح متعدد الأبعاد منها: الثقة بالله والثقة بالآخرين وحبهم، والثقة بالنفس، والتفاؤل وتوقع الخير والرضا عن الذات، كما تتضمن النضج والاستقرار الانفعالي اللذين يعينان الفرد على التحرر من الآلام والمخاوف، ويسهمان في الشعور بالكفاءة والقدرة على حل المشكلات (الجهني، 2005، 68؛ Forman & Davies, 2005, 903)، كما يتضح مما تم عرضه أن الشعور بالطمأنينة النفسية يعد من أهم الركائز والمقومات الأساسية التي تستند إليها الصحة النفسية، كما أنها من السمات المميزة للسلوك الإنساني الذي لا ينفى شعور الفرد بالخوف والقلق والتهديد، وإنما الطمأنينة النفسية التي تميل إلى الثبات النسبي حسب ظروف البيئة المحيطة بالفرد. (الشميري، وعلي، 2011، 655).

وعليه يعد متغير الطمأنينة النفسية متغيراً مهماً للغاية إذ إن تمتع الفرد بالطمأنينة النفسية يكشف عن شخصية سليمة تتسم بالاستقرار والأمن والتفاعل مع الآخرين بسلام ومودة، وعليه يجب أن تتوفر مقومات الطمأنينة النفسية لدى أفراد المجتمع ككل وللمراهق في بداية مرحلته الجامعية التي تقع في قلب مرحلة المراهقة المتأخرة بصفة خاصة.

**أبعاد الطمأنينة النفسية:** قام إبراهيم ماسلو 1952 بوضع اختبار لقياس الشعور بالأمن، وكان هذا الاختبار حصيلة للبحث العيادي والنظري واستهدف قياس الوعي الداخلي للإحساس بالأمن (سعد، 1999، 34)، وهو ما يطلق عليه مقياس الطمأنينة النفسية لـ ماسلو، فقد تبين لـ ماسلو أن الطمأنينة النفسية شعور مركب يتضمن ثلاثة أبعاد أولية هي:

1. شعور الفرد بتقبل الآخرين له، وحبهم وبأنهم ينظرون إليه ويعاملونه بدفء ومودة.

2. الشعور بالسلامة وندرة الشعور بالخطر والتهديد والقلق.

3. الشعور بالانتماء وأن له مكانة في الجماعة. وينبثق عن هذه الأبعاد أحد عشر بعداً ثانوياً هي:

(إدراك الفرد للعالم والحياة بوصفها مكاناً دافئاً ودياً يميل الناس جميعاً فيه إلى التأخي وإدراك الفرد للآخرين بوصفهم ودودين أخيار، الثقة بالله وبالآخرين وقلة الكراهية، والتسامح مع الغير، الميل إلى توقع حصول الخير والتفاؤل العام، شعور الفرد بالسعادة والرضا، الشعور بالهدوء والارتياح والخلو من الصراعات والاستقرار الانفعالي، الميل إلى الانطلاق والتحرر، تقبل الذات والتسامح معها، رغبة الفرد في الكفاءة والافتتار على المشاكل، لا في الافتتار والسيطرة على الآخرين، الخلو النسبي من الميول العصابية والذهانية والمواجهة الواقعية للأمور، التمرکز حول الجماعة والمجتمع). (إسماعيل، 1998، 111-114). ويرى ماسلو أن العناصر الثلاثة الأولى هي أسباب للصحة النفسية، بينما الأحد عشر عنصر التالي ناتج عن الصحة النفسية، ويرى أن هذه العناصر مجتمعة تمثل الحاجات الأساسية بالنسبة للفرد. (جبر، 1996، 83).

وقد وجدت الباحثة بعد اطلاعها على عدد من الأبحاث والدراسات السابقة بالإضافة للأطر النظرية التي تناولت الطمأنينة النفسية، إن جميع الباحثين قد استأنسوا بمقياس ماسلو للطمأنينة النفسية في إعدادهم للمقاييس الخاصة بهم مع اتفاقهم على أن الطمأنينة النفسية مصطلح متعدد الأبعاد بغض النظر عن عدد الأبعاد المكونة لها وذلك وفق وجهة نظر كل باحث، الأمر الذي دفع الباحثة إلى الاستئناس بكل ما أمكنها الاطلاع عليه من مقاييس ودراسات وأطر نظرية لتكون جميعها مفاتيح لإعداد مقياس الطمأنينة النفسية ومحاولة تقنينه على البيئة السورية.

وبالرجوع إلى كل ما عرض سابقاً تستنتج الباحثة أن الطمأنينة النفسية مفهوم معقد، لتأثره بالمتغيرات النفسية والاقتصادية والاجتماعية، وعليه يمكن القول إن إحساس الفرد بالطمأنينة النفسية ذو علاقة مباشرة وارتباطية بذاته، وعلاقاته، وأسلوب حياته ومدى إشباع حاجاته الأساسية، أو الاجتماعية أو النفسية، وحرمان الفرد من الطمأنينة يجعله فريسة للمخاوف مما ينعكس سلباً على شتى جوانب حياته النفسية.

**اثنا عشر: منهج البحث:** اعتمد البحث على المنهج الوصفي، لكونه أنسب المناهج بالنسبة لمتغير البحث الحالي، و الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضحها، ويوضح خصائصها، كما يهتم بدراسة العلاقات بين الظواهر وتحليل تلك الظواهر والتعمق فيها لمعرفة الارتباطات الداخلية في هذه الظواهر، والارتباطات الخارجية بينها وبين الظواهر الأخرى. (عباس وآخرون، 2007، 75).

**ثلاثة عشر: مجتمع البحث:** تكون مجتمع البحث من جميع طلاب السنة الأولى من طلبة كليتي التربية والاقتصاد في جامعة حماه، والبالغ عددهم (431) طالباً وطالبة، بواقع (250) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية، و(181) طالباً وطالبة من طلبة كلية الاقتصاد، إذ تم الحصول على أعداد أفراد المجتمع الأصلي من شؤون الطلاب في كل كلية. والجدول الآتي يبين توزيع أفراد المجتمع الأصلي.

**الجدول رقم (1): توزيع أفراد المجتمع الأصلي لطلبة كليتي التربية والاقتصاد وفقاً للجنس**

النسبة	المجموع	إناث	ذكور	الكلية
58%	250	241	9	التربية
42%	181	100	81	الاقتصاد
100%	431	341	90	المجموع

**أربعة عشر: عينة البحث:** تم سحب عينة طبقية مراعاةً لتوزيع أفراد المجتمع الأصلي، بنسبة 47.33 من المجتمع الأصلي، والجدول الآتي يبين توزيع أفراد عينة البحث لطلبة الكليتين وفقاً للجنس.

**الجدول رقم (2): توزيع أفراد عينة البحث لطلبة الكليتين وفقاً للجنس**

النسبة	المجموع	إناث	ذكور	الكلية
58%	118	114	4	التربية
42%	86	47	39	الاقتصاد
100%	204	161	43	المجموع

**الجدول رقم (3): اختبار التوزيع الطبيعي لعينة البحث**

	Kolmogorov-Smirnova		
	Statistic	df	Sig.
بعد 1	.421	204	.057
بعد 2	.327	204	.090
بعد 3	.077	204	.200
بعد 4	.098	204	.200
بعد 5	.081	204	.112
مجمك	.386	204	.061

يتبين من الجدول السابق أن القيمة الاحتمالية كانت أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ومنه فإن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي، وبما أن التوزيع طبيعي تم الاعتماد على الأساليب المعلمية (T.test) في التحقق من فرضيات البحث.

خمس عشرة: أداة البحث: قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من المقاييس والأطر النظرية ذات العلاقة بالموضوع، وقد رأت الباحثة في مقياس الطمأنينة النفسية للباحثة فاطمة يوسف ابراهيم عودة (2002)، الأنسب من حيث شموليته على مفهوم الطمأنينة النفسية بأبعادها كافة، ومن حيث مناسبته للمرحلة العمرية.

وصف المقياس: تكون المقياس في صورته الأولى من (55) عبارة موزعة على خمسة أبعاد، لكل بعد (11) عبارة، والأبعاد هي (التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة، التفاؤل، الرضا عن الذات، الثقة بالله، القدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية)، للمقياس خمسة بدائل للإجابة ( دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، ولكل بديل درجة موزعة على التوالي (5، 4، 3، 2، 1). أجري للمقياس الدراسة السيكمومترية لتأكد من مستويات صدقه وثباته وإمكانية تطبيقه على البيئة السورية. وفيما يلي جدول يبين توزع فقرات المقياس على أبعاده:

الجدول رقم (4): توزع فقرات مقياس الطمأنينة الانفعالية على الأبعاد المكونة له

العبارة	البعد	
من 1 — 11	التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة، التفاؤل	1.
من 12 — 22	التفاؤل	2.
من 23 — 33	الرضا عن الذات	3.
من 34 — 44	الثقة بالله	4.
من 45 — 55	القدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية	5.

صدق المقياس: صدق المحكمين: عُرض المقياس على عدد من أعضاء الهيئة التدريسية ذوي الخبرة والاختصاص في كلية التربية، وعدلت صياغة بعض العبارات وحذف بعضها الآخر. ليصبح المقياس في صورته النهائية (50) عبارة، لكل بعد (10) عبارات. (ملحق 1) يبين أسماء المحكمين واختصاصاتهم، والجدول الآتي يبين بعض العبارات التي تم تعديلها وبعض العبارات التي تم حذفها:

الجدول رقم (5): يبين بعض العبارات قبل التعديل وبعده وبعض العبارات التي تم حذفها

العبارات التي تم حذفها	العبارات بعد التعديل	العبارات قبل التعديل
أنا راضي عن حالتي الراهنة	استطيع ضبط انفعالاتي	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي
أرغب دائماً في التفوق على الآخرين	يخلو جسدي من المرض	لا أعاني من أية أمراض

صدق التكوين: طبق المقياس على عينة من (50) طالباً وطالبة من طلبة كليتي التربية والاقتصاد، وتم حساب الصدق التكويني للمقياس من خلال حساب معاملات ارتباط الدرجة الكلية للمقياس مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاده، والجدول الآتي يبين معاملات صدق التكوين

الجدول رقم (6): يبين معاملات ارتباط درجة كل بعد من أبعاد مقياس الطمأنينة النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس

	مجمك	بعد1	بعد2	بعد3	بعد4	بعد5
Pearson Correlation	1	.504**	.804**	.680**	.738**	.699**
Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000
N	50	50	50	50	50	50
Pearson Correlation	.504**	1	.319*	.251	.150	.166
Sig. (2-tailed)	.000		.024	.079	.297	.248
N	50	50	50	50	50	50
Pearson Correlation	.804**	.319*	1	.426**	.489**	.490**
Sig. (2-tailed)	.000	.024		.002	.000	.000
N	50	50	50	50	50	50
Pearson Correlation	.680**	.251	.426**	1	.328*	.279*
Sig. (2-tailed)	.000	.079	.002		.020	.050
N	50	50	50	50	50	50
Pearson Correlation	.738**	.150	.489**	.328*	1	.492**
Sig. (2-tailed)	.000	.297	.000	.020		.000
N	50	50	50	50	50	50
Pearson Correlation	.699**	.166	.490**	.279*	.492**	1
Sig. (2-tailed)	.000	.248	.000	.050	.000	
N	50	50	50	50	50	50

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

نلاحظ من الجدول السابق أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (0.50 \_ 0.80) وكانت دالة عند 0.01 و0.05. وهذا يدل على صدق عال للمقياس.

ثبات المقياس: تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقتي ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، وكانت قيم الثبات (0.774) لمعامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل في حين تراوحت معاملات الثبات ما بين (0.70 و0.74) للأبعاد الفرعية للمقياس، و(0.80) لمعامل التجزئة النصفية للمقياس ككل في حين تراوحت معاملات الثبات ما بين (0.73 و0.78) للأبعاد الفرعية للمقياس. وهذا يدل على ثبات عال للمقياس، وتؤكد قيم معاملات الصدق والثبات إمكانية تطبيقه على البيئة السورية.

سبع عشر: نتائج أسئلة البحث وفرضياته:

### 1. نتائج أسئلة البحث:

1. ما مستوى الطمأنينة النفسية لدى أفراد عينة البحث الكلية؟

2. ما أكثر أبعاد الطمأنينة النفسية انتشاراً لدى أفراد عينة البحث الكلية؟

لتحديد مستوى الطمأنينة النفسية وأبعادها حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الموافقة، ولتحديد درجة الموافقة تم تحديد طول خلايا مقياس ليكرت الخماسي (الحدود الدنيا والعليا) ثم حساب المدى (5 - 1 = 4) ومن ثم تقسيمه على أكبر قيمة في المقياس للحصول على طول الخلية أي (4 ÷ 5 = 0.80) وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (بداية المقياس وهي واحد صحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية وهكذا أصبح طول الخلايا كما يأتي:

1. من (1 - 1.80) منخفضة جداً.

2. من (1.81 - 2.60) منخفضة.

3. من (2.61 - 3.40) متوسطة.

4. من (3.41 - 4.20) مرتفعة.

5. من (4.21 - 5) مرتفعة جداً

وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول الآتي:

الجدول رقم (7): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده

الترتيب	درجة الموافقة	المتوسط الموزون	الانحراف	المتوسط	
5	مرتفعة	3.69	4.447	36.99	التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة
4	مرتفعة	3.91	4.567	39.69	التفاؤل
3	مرتفعة	3.99	5.353	39.91	الرضا عن الذات
1	مرتفعة جداً	4.81	3.954	48.12	الثقة بالله
2	مرتفعة	4.08	4.767	40.80	القدرة على اشباع الحاجات العضوية والاجتماعية
—	مرتفعة	4.11	15.889	205.50	المقياس ككل

نلاحظ من الجدول أعلاه أن مستوى الطمأنينة مرتفع لدى أفراد عينة البحث الكلية وذلك في الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده ، ومن خلال حساب المتوسط الموزون لمعرفة البعد الأكثر شيوعاً والأقل شيوعاً تبين لنا أن البعد الثالث "الثقة بالله سبحانه وتعالى" جاء في المرتبة الأولى، فقد بلغت قيمة المتوسط الموزون (4.81) وهي قيمة مرتفعة جداً، في حين جاء ترتيب البعد

الأول التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة في المرتبة الخامسة حيث بلغت قيمة المتوسط الموزون (3.69) وهي قيمة مرتفعة إلا أنها أدنى قيمة بين القيم الأخرى. وقد اتفقت نتيجة هذا البحث مع نتيجة دراسة الشميري وعلي (2011) التي أشارت إلى وجود مستوى عالٍ للطمأنينة النفسية لدى المراهق.

وتفسر الباحثة نتيجة البحث من أن هذا المستوى المرتفع هو نتاج طبيعي لتطور النمائي للفرد، فمما هو معروف أن بداية مرحلة المراهقة هي مرحلة عواصف وعدم استقرار وازن انفعالي الذي تسببه التغيرات النمائية التي تطرأ على الفرد المراهق في تلك المرحلة، ولكن مع استمرار النمو ووصول المراهق إلى نهاية مرحلة المراهقة يكون قد وصل إلى مستوى من النضج والاستقرار، الذي يعكس نتيجة طبيعة لسعيهم الدؤوب ومنذ مراحل نموهم وحياتهم النفسية والاجتماعية والانفعالية إلى تطوير الكثير من الصور والمواقف والحالات التي تحقق لهم من الأمن النفسي والانفعالي وبالصورة التي تتبدى لهم في مواقف الحياة المختلفة وقبل أن تتحدد هويتهم العلمية بكونهم طلبة جامعيون،

تفسر الباحثة مجيء البعد الثالث "الثقة بالله" في المرتبة الأولى في أن المجتمع السوري مجتمع مؤمن وأن التربية الأسرية والمجتمعية تقوم على تربية الأبناء على تعاليم الدين الاسلامي وعادات المجتمع وأخلاقه كما تعلمهم الصواب والخطأ، الحقوق والواجبات، الإيمان بقضاء الله وقدره، إلى الحد الذي يجعلهم يمتلكون من الثقة بالله سبحانه وتعالى الشيء الكثير لدرجة تتعكس بصورة إيجابية على رضاهم عن ذواتهم وتفاؤلهم بالحياة.

وتفسر الباحثة مجيء البعد الأول "التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة" في المرتبة الخامسة إلى أن أفراد عينة البحث قد أقبلوا على مرحلة جديدة من مراحل حياتهم العلمية والاجتماعية، سواء أكان ذلك من حيث أوقات الدوام أو حجم المقررات وعددها، أو من حيث العلاقات الاجتماعية في تنوعها وتعقدها وتشعبها، إن كل ذلك قد ترك أثراً، ولو بسيطاً على إحساسهم بحالات من القلق والخوف من عدم مقدرتهم على إتمام المطلوب منهم.

## 2. نتائج فرضيات البحث:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة الكلية على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

لتتحقق من صحة الفرضية تم حساب قيمة T.test لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث في الطمأنينة النفسية وأبعاده، والجدول الآتي يبين ما تم التوصل إليه من نتائج.

الجدول رقم (8): الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير الجنس

م	العينة	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة ت	df	القيمة الاحتمالية	القرار
التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة	ذكور	43	37.86	4.246	1.457	202	0.147	غير دال
	إناث	161	36.75	4.483				
التفاؤل	ذكور	43	19.56	4.930	0.207	202	0.837	غير دال
	إناث	161	19.72	4.481				
الرضا عن الذات	ذكور	43	40.51	5.059	0.833	202	0.406	غير دال
	إناث	161	39.75	5.433				
الثقة بالله	ذكور	43	47.28	5.297	1.571	202	0.118	غير دال
	إناث	161	48.34	3.497				
القدرة على اشباع الحاجات العضوية والاجتماعية	ذكور	43	39.95	4.293	1.312	202	0.191	غير دال
	إناث	161	41.02	4.873				
المقياس ككل	ذكور	43	205.16	17.407	0.154	202	0.878	غير دال
	إناث	161	205.58	15.516				

نلاحظ من الجدول السابق أن القيمة الاحتمالية لاختبار T.test للمقياس ككل، ولكل بعد من أبعاده كانت أكبر من مستوى الدلالة الافتراضي 0.01 sig وأن القيم الاحتمالية غير دالة، وعليه نقبل الفرضية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في الطمأنينة النفسية، ذلك في الدرجة الكلية وفي كل بعد من أبعاد المقياس، واختلفت نتيجة هذه الفرضية مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كل من مخيمر (2003) ودراسة (عبد اللاوي (2019) ودراسة صالح وكاظم (2019) ودراسة ويلكنسون وكوك (Wilkinson & Cook, 2016) في حين اتفقت مع نتائج دراسة كل من الدليم (2005) ودراسة الحلفاوي (2005)

وتفسر الباحثة نتيجة هذه الفرضية بكون أفراد عينة البحث من الذكور والإناث يمرون بنفس المرحلة العمرية "المراهقة المتأخرة" ويتميزون بنمو عقلي متقارب، لذلك نجد لديهم تقارب وتشابه كبير في القدرات العقلية المعرفية والمستوى التعليمي، ونظراً لتطور الذي شهدته مختلف المجتمعات نجد أن أنها ساوت ما بين الأدوار والمسؤوليات لكلا الجنسين، مما يجعل الخصائص النفسية والاجتماعية والمعرفية للإناث والذكور أكثر تشابه وتقارب، هذا بالإضافة إلى إدراك كل من الذكور والإناث أن نجاحهم في الدراسة يفتح لهم الباب للالتحاق بالوظيفة التي يختارونها وفق تخصصهم من أجل تحقيق ذواتهم الأمر الذي يشعرهم بطمأنينة نفسية

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة الكلية على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير التخصص ( علمية - نظرية ).

لتحقق من صحة الفرضية تم حساب قيمة T.test لمعرفة الفروق بين طالبة كليتي التربية والاقتصاد في الطمأنينة النفسية وأبعاده، والجدول الآتي يبين ما تم التوصل إليه من نتائج.



الجدول رقم (9): الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس الطمأنينة النفسية وأبعاده تعزى لمتغير الجنس

القرار	القيمة الاحتمالية	Df	قيمة ت	الانحراف	المتوسط	العدد	العينة	
غير دال	0.943	202	0.072	4.489	36.97	118	تربية	التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة
				4.415	37.01	86	اقتصاد	
غير دال	0.598	202	0.527	4.689	39.83	118	تربية	التفاؤل
				4.413	39.49	86	اقتصاد	
غير دال	0.937	202	0.080	5.567	39.88	118	تربية	الرضا عن الذات
				5.077	39.94	86	اقتصاد	
غير دال	0.963	202	0.040	4.914	48.13	118	تربية	الثقة بالله
				4.044	48.10	86	اقتصاد	
غير دال	0.946	202	0.068	4.962	40.78	118	تربية	القدرة على اشباع الحاجات العضوية والاجتماعية
				4.515	40.83	86	اقتصاد	
غير دال	0.925	202	0.469	16.344	205.58	118	تربية	المقياس ككل
				15.336	205.37	86	اقتصاد	

نلاحظ من الجدول السابق أن القيمة الاحتمالية لاختبار T.test للمقياس ككل ولكل بعد من أبعاده كانت أكبر من مستوى الدلالة الافتراضي 0.01 sig وأن القيم الاحتمالية غير دالة، وعليه نقبل الفرضية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة كلية التربية وطلبة كلية الاقتصاد في الطمأنينة النفسية وذلك في الدرجة الكلية وفي كل بعد من أبعاد المقياس، تعزى لمتغير التخصص وقد اختلفت نتيجة هذه الفرضية مع نتيجة دراسة الدليم (2005) ودراسة الحلفاوي (2005).

وتفسر الباحثة نتيجة ذلك إلى أن طلبة الجامعة سواء أكانوا ذوي تخصصات علمية أو نظرية يتمتعون بشعور الاستقرار النفسي والإحساس بالتقبل من قبل الغير وحبهم لهم، الأمر الذي يولد شعوراً بالاستقرار والراحة والطمأنينة النفسية.

#### ثمانية عشر: التوصيات والمقترحات:

التوصيات: استناداً إلى ما توصل إليه البحث من نتائج، فإن الباحثة توصي بـ:

1. العمل على رفع مستويات الشعور بالطمأنينة الانفعالية الخاصة بأبعاده الفرعية كالتحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة، والتفاؤل، للوصول إلى مستوى واحد من الطمأنينة الانفعالية بصورتها الكلية، وذلك من خلال الاهتمام بحياة الطالب الجامعي المراهق بكافة جوانبها.

2. تعزيز الدعم النفسي والاجتماعي لفئة الطلبة الجامعي، وذلك بهدف تنمية وتحقيق الطمأنينة النفسية لديهم، بحيث يشمل ذلك الطمأنينة النفسية بصورة عامة وأبعاده الفرعية بصورة خاصة، وخاصة بعد "التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة".

3. إبراز أهمية الطمأنينة النفسية في حياة الفرد بصورة عامة، والطالب الجامعي بصورة خاصة، وذلك من خلال عقد ندوات مع المتخصصين في هذا المجال.

4. عقد برامج للدعم والإرشاد الأكاديمي يتم في خلالها تحديد الضغوط الأكاديمية لطلبة الجامعة في وقت مبكر، ومن ثم التعامل معها ومحاولة التغلب عليها.

المقترحات: استناداً إلى ما توصل إليه البحث من نتائج، فإن الباحثة تقترح إجراء البحوث الآتية:

1. قياس الطمأنينة النفسية في مراحل عمرية أخرى كمرحلة الطفولة والرشد والشيخوخة.
  2. دراسة الطمأنينة النفسية بعلاقتها بالدافعية للإنجاز الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة.
  3. أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى عينة من المراهقين.
  4. الضغوط الأكاديمية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة.
- تسع عشر: المراجع العربية والأجنبية
- المراجع العربية:
1. إبراهيم، الشافعي إبراهيم (2010): إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة دراسات نفسية، القاهرة، مجلد 20، عدد 3، 437-464.
  2. إبريغم، سامية (2011): الأمن النفسي لدى المراهقين (دراسة ميدانية على عينة من المرحلة الثانوية) دراسات نفسية وتربوية، العدد 6، 250-279.
  3. الأشول، عادل عز الدين (1982): علم نفس النمو، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.
  4. اسماعيل، محمد عماد الدين (1998): دليل الوالدين في تنشئة الطفل، دار القلم، ط 1، الكويت.
  5. جبر، محمد جبر (1996): مستوى إدراك الأمن النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية (الجنس، السن، الحالة الزوجية والمستوى التعليمي) بجمهورية مصر العربية، مجلة علم النفس، مجلد 1، عدد 39، ص ص 80-93 القاهرة
  6. الجميلي، حكمت عبد الله (2001): الالتزام الديني وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلاب جامعة صنعاء، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صنعاء.
  7. الجهني، عبد الرحمن بن عيد (2010): الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية، مجلد 4، عدد 1، 61-91.
  8. الحلفاوي، سامية (1993): الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة وطالبات الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات الانسانية، جامعة الأزهر، مصر.
  9. حلیم، شيري مسلم (2017): الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي والضغوط الأكاديمية لديهم، مجلة كلية التربية بالرقازيق، مصر.
  10. الدليم، فهد بن عبد الله بن علي (2005): الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة جامعة الملك سعود، سلسلة العلوم التربوية والدراسات الاسلامية، 18(1)، 329-362.
  11. سعد، علي (1998): مستويات الأمن النفسي والتفوق والتحصيل بحث ميداني على الطلبة المتفوقين مقارنة بغير المتفوقين، مجلة جامعة دمشق، مجلد 14، عدد 3.
  12. شكور، جليل وديع (1995): كيف تصنعين مستقبلا لطفلك، الطبعة الثانية، عالم الكتب، بيروت، لبنان.
  13. شقير، زينب محمود (2005): مقياس الأمن النفسي، كراسة التعليمات، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
  14. الصنيع، صالح بن ابراهيم (1995): استراتيجيات الأمن النفسي في الأزمات، مجلة الأمن، العدد 6، ص 33، السعودية.
  15. عباس، محمد خليل؛ نوفل، محمد؛ العبسي، محمد؛ أبو عواد فريال (2007): مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط 1، المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

16. عبد اللاوي، سعدية (2019): الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية، مجلة آفاق علمية، المجلد (11)، العدد (4)، عمان.
17. عودة، فاطمة يوسف ابراهيم (2002): المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الاسلامية بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.
18. العنزي، منزل عمران جهاد (2005): علاقة اشتراك الطلاب في جماعات النشاط الطلابي بالأمن النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
19. الشبؤون، دانيا (2006): الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.
20. الشميري، هدى صالح بن عبد الرحمن، وعلي، اسيا راجح (2011): مستوى الأمن النفسي "الطمأنينة النفسية" لدى طلبة الجامعة في ضوء الحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى العلمي، المؤتمر السنوي السادس عشر، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر، مجلد 20، 645-721.
21. كاظم، حنين جواد (2018): قياس الطمأنينة الانفعالية لدى المرشدين التربويين (بناء وتطبيق)، جامعة البصرة، كلية التربية والعلوم الإنسانية، مجلة أبحاث البصرة للعلوم الانسانية، العراق، مجلد 43، عدد 3.
22. مخول، مالك سليمان (1998): علم نفس الطفولة والمراهقة، منشورات جامعة دمشق، ط 5.
23. مخيمر، عماد محمد (2003): إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق و اليأس، مجلة الدراسات النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، المجلد (13)، العدد (4)، القاهرة.
24. ملحم، سامي (2004): علم نفس النمو "دورة حياة الإنسان"، دار الفكر، الأردن.
25. النغميشي، عبد العزيز محمد (1994): المراهقون دراسة نفسية إسلامية للآباء والمعلمين والدعاة، دار مسلم للنشر، الرياض.

#### المراجع الاجنبية:

26. Capon, L. M., & Washington, D. C. (2015). Marital conflict children's emotional security and psychological adjustment: An observational study of the influence of marital positive PhD thesis University of American.
27. Forman. E. M, & Davies. P. T. (2005). Assessing appraisals of security in the family system the development of the security in the Family system. Journal of child psychology and psychiatry, 46 (8) 900–916.
28. Mulyadi, S. (2010). Effect Psychological security and Psychological Freedom on verbal creativity of Indonesia schooling students, International Journal of baseness and social science, 1 (2). 72– 79.
29. Qarecha Ji, F, & Agliler– Vafai, M. (2009). The role of marital conflicts and emotional security in the Physical social and mental health, Iranian Journal of clinical Psychiatry and Psychology. 15, 359– 367.

- 30.Wilkinson, K. &Cook, E. (2016). Stress response and emotional security in the intergenerational Transmission of depressive symptoms. Journal of child &Adolescent.
- 31.Zinchenko, Y. P., Busygina, L. S., &Perelygina. (2013). Stress-Inducing Situations and Psychological security of the penal system staff. Social and behavioral science. 86, 93–97.

### الملاحق

#### ملحق (1) أسماء السادة محكمي البحث

اسم المحكم	الاختصاص	مكان العمل
الدكتور معتز علواني	طرائق تدريس اللغة العربية	كلية التربية/جامعة حماة
الدكتور أحمد الكنج	علم نفس تربوي	كلية التربية/ جامعة حماة
الدكتور محمد علي	علم نفس اجتماعي	كلية التربية/ جامعة حماة
الدكتورة دارين سوداح	طرائق التدريس الخاصة بمرحلة التعليم الأساسي	كلية التربية/ جامعة حماة
الدكتورة أسماء الحسن	تقويم وقياس	كلية التربية/ جامعة حماة

## ملحق (2) مقياس الطمأنينة الانفعالية في صورته الأولى

## مقياس الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة

السيد / ة: محكم المقياس المحترم:

تقوم الباحثة ببحث بعنوان: الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كليتي التربية والاقتصاد بجامعة حماة.

يهدف التعرف على مستوى الطمأنينة النفسية لدى أفراد عينة البحث الكلية، وكذلك التعرف على الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في الطمأنينة النفسية بأبعادها الفرعية، تعزى لمتغيرات البحث (الجنس، التخصص، المستوى الاقتصادي للأسرة) ولتحقيق هدف البحث، قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من المقاييس والأطر النظرية ذات العلاقة بالموضوع، وقد رأت الباحثة في مقياس الطمأنينة النفسية للباحثة فاطمة يوسف ابراهيم عودة (2002)، الأنسب من حيث شموليته على مفهوم الطمأنينة النفسية بأبعادها كافة، ومن حيث مناسبه للمرحلة العمرية، لإمكانية تطبيقه بعد إجراء دراسة سيكومترية للمقياس على عينة استطلاعية للتأكد من إمكانية تطبيقه على أرض الواقع.

أرجو قرأت العبارات وإبداء ملاحظتكم وآرائكم حولها.

## مقياس الطمأنينة النفسية بأبعاده الفرعية

البعد الأول: التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة. ويعني احساس الفرد بالراحة مما يستلزم خلوه من مشاعر الانقباض والضيق المصاحبة للقلق والتوتر والاجهاد بحسم الصراع ومواجهته والسيطرة على الواقع والقدرة على طرد الأوهام وقتل الشعور بالتعب والتخلص من المتاعب النفسية والجسمية والاجتماعية وضبط الانفعالات والتعبير عنها بصورة مقبولة.

م	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أسعى دائماً للحصول على الراحة					
2	أخضع للأمر الواقع .					
3	أنا راضي عن حالتي الراهنة					
4	أمتلك قدرة جيدة على العمل عند بذل أي جهد.					
5	لا أعاني من أية أمراض					
6	أعتقد أنني حاسم في اتخاذ القرارات					
7	لدي قدرة على الاسترخاء					
8	أتجاهل الأشخاص الذين يسخرون مني.					
9	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي.					
10	أشعر أن الآخرين يراقبونني دائماً.					
11	أتمتع بمزاج جيد.					

البعد الثاني: التفاؤل: ويقصد به تقبل الفرد للحياة من خلال النظرة الإيجابية لها واقباله عليها بحيوية ونشاط وإيمانه بأن الإنسان خبير بطبعه وأن عواقب الأمور سوف تكون سليمة وفي صالحه.

م	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	يحالفني الحظ في مواقف عدة.					
2	أعتقد أن أفضل شيء هو الذي سيحدث					
3	أشعر أن الخير سوف يهزم الشر دائماً					
4	أعيش دائماً على الأمل					
5	أنظر إلى الحياة على أنها رائعة وتستحق الكفاح.					
6	لدي أمل أن تكون الأمور على ما يرام.					
7	أرتاح حين أخلو لنفسي					
8	أحرص على الاستمتاع بالحياة.					
9	أرى أن كل المشاكل سوف أجد لها حلول					
10	أرى الخير في معظم الأشياء والأحداث					
11	أواصل عملي بنشاط رغم وجود الصعوبات					

البعد الثالث: الرضا عن الذات:

وتعني قدرة الفرد على فهم نفسه وتقييمها بشكل موضوعي وواقعي، وتطوير قدراته واستثمار قدراته وامكانياته، ومواجهة الصعوبات ببذل الجهد، وتقبل الفرد لذاته، وتحديد أهداف حياته، مما يؤدي إلى الشعور بالإنجاز والتقدم، الاستقلالية وتحمل المسؤولية.

م	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أثق في نفسي.					
2	أستطيع التغلب على كل مشكلاتي.					
3	أتقن فن الحديث.					
4	لدي إرادة سليمة قادرة على التنفيذ.					
5	أعبر عن نفسي بشكل جيد وبدون انفعال.					
6	أواجه الصعوبات في الحياة دون انزعاج.					
7	لدي شعور بالرضا عن نفسي.					
8	لدي شعور بالرضا عن مركزي الاجتماعي.					
9	أقدر أن الآخرين يختلفون فيما بينهم في الصفات والخصائص.					
10	أنا صاحب شخصية قوية.					
11	أرغب دائماً في التفوق على الآخرين.					

البعد الرابع: الثقة بالله سبحانه وتعالى: أي حسن التوكل على الله تعالى، والرضا بالقضاء والقدر، والتسليم بأن لا ملجأ من الله إلا إلى الله، وعدم خشية الموت.

م	العبرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	تقتي كبيرة بالله تعالى.					
2	أؤمن بالقضاء والقدر.					
3	ألتزم بالأوامر الدينية فهي تنظم حياتي.					
4	من وجهة نظري كل المتاعب تتلاشى أمام قوة الإيمان.					
5	أشعر بالراحة نتيجة خضوعي لإرادة الله .					
6	أعمل ما يجب عمله ثم أتوكل على الله.					
7	أشكر الله في كل أحوالي.					
8	أؤمن بمقولة اعقلها وتوكل.					
9	أصبر على البلاء					
10	أحرص على الاستعانة بالله في كل أمري					
11	أؤمن أن الله هو الشافي في المرض.					

البعد الخامس: القدرة على اشباع الحاجات العضوية والاجتماعية: أي مقدرة الفرد على بناء الروابط الاجتماعية والإسهام بدور الجاني نحو الآخرين، والاندماج الاجتماعي في محيط السكن والدراسة والعمل والتي تشبع حاجته للانتماء والحب والتقدير من الآخرين ومساندتهم والشعور بأنه محبوب منهم.

م	العبرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أشعر بأني محترم من الآخرين.					
2	أتمتع بمركز اجتماعي لائق.					
3	أشعر بالانسجام مع زملائي في الدراسة					
4	لدي المقدرة على الإقناع والتأثير في الآخرين.					
5	أعرف كيف أذافع عن نفسي					
6	أدرك نفسي من خلال الآخرين.					
7	أشعر بالحب نحو أسرتي.					
8	أشارك باتخاذ القرارات الخاصة بالأسرة.					
9	أشعر بالمتعة والراحة عند العمل مع الآخرين.					
10	أخذ قسطاً من الراحة يومياً.					
11	الجهاز الهضمي لدي سليم لذا أتناول ما أشاء من الطعام.					

## ملحق ( 3 ) مقياس الطمأنينة الانفعالية في صورته النهائية

## مقياس الطمأنينة النفسية في مرحلة المراهقة المتأخرة

عزيزي الطالب / عزيزتي الطالبة: بين أيديكم مجموعة من العبارات تعبر عن تمتعكم بالطمأنينة النفسية، يرجى قراءة العبارات بتأني، والاجابة عليها بوضع إشارة ( X ) في الخانة التي تعكس مدى انطباقها عليك، وذلك بعد ملئ البيانات الآتي: الكلية: .....، الجنس:.....

م	البعد الأول: التحرر من الآلام النفسية والانفعالات الحادة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أسعى دائماً للحصول على الراحة					
2	أخضع للأمر الواقع .					
3	أمتلك قدرة جيدة على العمل عند بذل أي جهد.					
4	يخلو جسدي من المرض					
5	أعتقد أنني حاسم في اتخاذ القرارات					
6	لدي قدرة على الاسترخاء					
7	أتجاهل الأشخاص الذين يسخرون مني.					
8	أستطيع ضبط انفعالاتي.					
9	أشعر أن الآخرين يراقبونني.					
10	أتمتع بمزاج جيد.					
11	يحالفني الحظ في مواقف عدة.					
12	أعتقد أن أفضل شيء هو الذي سيحدث					
13	أشعر أن الخير سيهزم الشر.					
14	أعيش على الأمل.					
15	أنظر إلى الحياة على أنها رائعة وتستحق الكفاح.					
16	لدي أمل أن تكون الأمور على ما يرام.					
17	أحرص على الاستمتاع بالحياة.					
18	أرى أن كل المشاكل سوف أجد لها حلول					
19	أرى الخير في معظم الأشياء والأحداث					
20	أواصل عملي بنشاط رغم وجود الصعوبات					
21	أثق في نفسي.					
22	أستطيع التغلب على كل مشكلاتي.					
23	أثقن فن الحديث.					
24	لدي إرادة سليمة قادرة على التنفيذ.					
25	أعبر عن نفسي بشكل جيد وبدون انفعال.					



					أواجه الصعوبات في الحياة دون انزعاج.	26
					لدي شعور بالرضا عن نفسي.	27
					لدي شعور بالرضا عن مركزي الاجتماعي.	28
					أقدر أن الآخرين يختلفون فيما بينهم في الصفات والخصائص.	28
					أنا صاحب شخصية قوية.	30
					تقتني كبيرة بالله تعالى.	31
					أؤمن بالقضاء والقدر.	32
					ألتزم بالأوامر الدينية فهي تنظم حياتي.	33
					من وجهة نظري كل المتاعب تتلاشى أمام قوة الإيمان.	34
					أشعر بالراحة نتيجة خضوعي لإرادة الله .	35
					أعمل ما يجب عمله ثم أتوكل على الله.	36
					أشكر الله في كل أحوالي.	37
					أصبر على البلاء	38
					أحرص على الاستعانة بالله في كل أموري	39
					أؤمن أن الله هو الشافي في المرض.	40
					أتمتع بمركز اجتماعي لائق.	41
					أشعر بالانسجام مع زملائي في الدراسة	42
					لدي المقدرة على الإقناع والتأثير في الآخرين.	43
					أعرف كيف أدافع عن نفسي	44
					أدرك نفسي من خلال الآخرين.	45
					أشعر بالحب نحو أسرتي.	46
					أشارك باتخاذ القرارات الخاصة بالأسرة.	47
					أشعر بالمتعة والراحة عند العمل مع الآخرين.	48
					أخذ قسطاً من الراحة يومياً.	49
					الجهاز الهضمي لدي سليم لذا أتناول ما أشاء من الطعام.	50

انتهى المقياس.....شكراً لتعاونكم