مساهمة أنماط التعلق في التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة

دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الجيلالي بونعامة – خميس مليانة–

Contribution of attachment patterns to predicting emotional balance

زرقان حنان*.

جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة .

zerkane.hanane@univ-dbkm.dz

تيقرين حورية جميلة

جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة.

houria1961h@gmail.com

مخبر الإعلام و الرأي العام وصناعة القيم

تاريخ الاستلام: 2023/02/09 تاريخ القبول 2023/04/16 تاريخ النشر 2023/05/14

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة إلى معرفة مدى مساهمة أنماط التعلق في التنبؤ بالاتزان الانفعالي، وكذلك معرفة الفروق بين الجنسين في أنماط التعلق(الآمن، التجنبي، المتصل، المنفصل) والاتزان الانفعالي، وتكونت عينة الدراسة من (104) طالبا وطالبة من طلبة جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة ، ولتحقيق أهداف الدراسة تم إتباع المنهج الوصفي بالاعتماد على مقياس أنماط تعلق الراشدين لـ (مباركي، وآخرون،2017)، ومقياس الاتزان الانفعالي لـ (إيلزا حابس، 2015). وأشارت نتائج الدراسة إلى: إسهام نمطي التعلق (الآمن، و الانفصالي) في التنبؤ بالاتزان الانفعالي بنسبة 52%.

الكلمات المفتاحية: أنماط، التعلق، الاتزان الانفعالي، طلبة الجامعة

Abstract:

* المؤلف المراسل

The study aims to determine the extent to which attachment patterns contribute to predicting emotional balance, as well as gender differences in attachment patternsand emotional balanceIn order to achieve the objectives of the study, the descriptive curriculum was followed based on the Adult Attachment Patterns Scale (Mbaraki, et al., 2017) and the Emotional Balance Scale of Ilza Habas, 2015), on a sample of 104 students of the University of Jailali Bonama, khemis MilianaThe results of the study indicate The contribution of attachment patterns (safe, separatist) to the prediction of emotional balance by52%

Keywords: *attachment patterns; emotional balance; University Studen*

مقدّمة:

ن أنماط التعلق ونمو الشخصية مركز مهام في الحقل التربوي والنفسي نظراً لأهميتهما ودورهم الفاعل في حياة الفرد وصلتهم الوثيقة في تكيفه في المواقف الحياتية التي يتفاعل فيها.

يمثل التعلق تلك الرابطة الانفعالية العاطفية التي تجمع بين الطفل ومن يقوم برعايته منذ الشهور الأولى للنمو وصولا مراحل العمر اللاحقة بما فيها من علاقات عاطفية واجتماعية ومدى قوة العلاقة واستمراره و تتمثل مجموعة من الاستراتيجيات التي يتبنّاها الفرد في تسيير علاقاته المستقبلية، وهي تُبنى انطلاقا من علاقته الإرتباطية الأولية.

وعليه فإنّ الدراسة الحالية تهدف إلى التعريف بنظرية التعلق وأهم المفاهيم المرتبطة بها، فالتعلق يعتبرأحد أهم المحددات الرئيسية و المهمة لتكوين العلاقات في مرحلة الرشد وذلك بناءا على نمط التعلق الذي يتشكّل عند الفرد (بداية من السنوات الأولى من حياته، حيث تعمل على تشكيل كيانه النفسي، وتساعده على التعامل مع السياق الاجتماعي الذي يعيش فيه، وتؤثر في تكيفه وسعادته في مراحل حياته اللاحقة .

وعليه فان تشكل الرابطة يتم عبر ثلاثة مراحل تكون المرحلة الأولى في ثلاثة شهور الأولى أين تكون العلاقة بين الطفل و الأم بهدف ترقية التقارب proscimity promoting حسب "بولبي" و "إينزروث" أين تكون سلوكات الرضيع تلقائية وفطرية هي الموجهة له نحو الآخرين حيث توجه له حاجاته، وهي مرحلة يبدأ فيها الرضيع

بتوجيه سلوكه التعلقي نحو شخص واحد أو أكثر ممن يعتنون به . ويرى كل من "باولبي "وإينزروث" أن التعلق في هذه المرحلة لا يكون قد اكتمل بعد وهو ما يضعونه كتفسير لعدم ظهور أي قلق على الرضيع عند ابتعاد أو انفصال والديه عنه، فهو لم يبن بعد القاعدة الآمنة و التي تكون عند بلوغه الستة أشهر من عمره أين تتغير طريقة التعبير عن التعلم تبعا لتقدم نموه الحس- حركي فهو يرتقي من ترقية التقارب إلى البحث عن التقارب كما تشير إلى ذلك (إينزورث)، وفي هذه المرحلة يعتمد الرضيع على استخدام الشخص أكثر أهمية كقاعدة آمنة من خلالها يتعرف على محيطه الخارجي أين يشكل ذلك الشخص موضوع التعلق، ويتأثر سلوك التعلق إلى حد بعيد بمتغيرين اثنين السرعة التي ترد بها الأم على إشارات الصغير وشدة عملية التفاعل التي تقوم بين الطفل و الأم وعليه تم تصنيف أنماط التعلق في الطفولة إلى أربعة أنماط رئيسية هي: نمط التعلق الآمن، نمط التعلق الخائف، نمط التعلق المتجنب، أو الطارد، نمط التعلق المشوش أو المشغول البال .

وتساهم رابطة التعلق التي يكونها الطفل في سنواته الأولى، إسهاما رئيسيا في الضبط الانفعالي إذ يرى (إسماعيل، 1986) إلى أن التعلق يعد مظهرا من مظاهر السلوك الانفعالي والاجتماعي عند الأطفال في المراحل الأولى من العمر، ولعله لا توجد عملية أخرى أشد تأثيرا وأقوى فعالية وأكثر أهمية من التعلق بالنسبة للنمو في المراحل المقبلة، ويتمثل هذا النمط السلوكي في تعلق الطفل بشخص خاصة الذي يحتل لديه المكانة الأولى، وخاصة لو كان هذا الشخص هو أمه.

إن للتعلق آثارا مهمة وبعيدة المدى فيما يخص نمو الطفل مستقبلا ككائن في المجتمع، فإن الطفل إذا لم ينجح في تكوين علاقات اجتماعية سوية مع أفراد أسرته وخاصة الأم، ومع أفراد مجتمعه، فسوف يتعذر عليه تشكيل علاقات سليمة تسودها الثقة و الأمان الضروريين لنموه السليم في المستقبل.

ومن جانب آخر، كان اهتمام دراسة دافيز، وهارولد؛ وجويكي– موراي؛ وكمنجز(Davies; Harold; Goke–Morey; et Cummings,2002) بالتعرف على العلاقة بين الأمن الانفعالي للطفل و الصراعات الوالدية. حيث أجمعت نتائج أربع دراسات على تأييد الافتراضات النظرية التي تنصب على أن معدلات الصراع العالية بين الوالدين تزيد من مخاطر الصحة النفسية للأطفال وذلك يرجع إلى حدوث انهيار لشعور هؤلاء الأطفال بالأمن الانفعالي داخل أسرهم، علاوة على تزايد مشاعر الخوف و الهروب الاجتماعي، كما أوضحت نتائج الارتباط العالي والدال إحصائيا لمعدل الصراعات الوالدية وكل من معدلات التعلق غير الأمن للطفل ومواجهته لصعوبات الصحة النفسية .

كما يشير" ماير" و "سالوفي "(Mayer et salovy،1990)أن أنماط التعلق تلعب دورا أساسيا في الضبط الانفعالي لدى الأفراد، كما لن له دورا كبيرا وهاما في تمتع الفرد بالصحة النفسية حيث يدفع الفرد للتوافق مع نفسه وبيئته ويجعله مستمتعا بعلاقاته الاجتماعية مع الآخرين، فالمعرفة الانفعالية أو الوعي بالذات وإدارة الانفعالات وتنظيم الانفعالات والتعاطف بشكل كبير في وصول الفرد إلى مستوى مرتفع من الاتزان النفسي الانفعالي و الاجتماعي وتحدد طبيعة العلاقات ونوعيتها .

ومن جهة أخرى فإن الاتزان الانفعالي يشير إلى القدرة العقلية التي تمكن الفرد من الوعي بانفعالاته وتنظيمها، وتحقيق التكامل على المستوى الشخصي والمهني والاجتماعي[1] أن لا تعيق انفعالاته عمليات التفكير لديه، وأن تكون لديه القدرة على فهم وتفهم ذاته والآخرين وأن يتمتع بحالة مزاجية جيدة[2].

ويتضّح مصطلح الاتزان الانفعالي ضمن مفهومين من مفاهيم علم النفس، وهما الاتزان والانفعال، فمفهوم الاتزان تشير إليه الكلمة (Stability) ، ويعني أن الفرد لديه قدر من الطاقة الثابتة بمقدار يميل إلى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي، وهذا القدر الثابت الموزع بالتساوي يمثل الحالة المتوسطة للتوتر داخل الكائن الحي، وهي عملية

الاتزان، وأن الشخص الذي نشأ في أسرة تحتضنه وتحتويه وتعلّمه وتشعر بمكانته وأهميته فيها يحقق نوع من التوازن والاستقرار[3]، أما الانفعالات فهي أحد المنظومات المكونة لبناء شخصية الفرد في مظهره الخارجي، وتعبّر عن مجموعة حدود النشاط المنظّم السّوي، وهذا يدل عليه لفظ(Emotion) ؛ أي الحركة التي تتعدى الحدود، وتكون أهم المظاهر الانفعالية قي سلوكات الفرد[4].

لذلك جاءت هذه الدراسة لمحاولة الكشف عن مدى مساهمة أنماط التعلق في التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة ولقد جاءت تساؤلات الدراسة على الشكل التالي :

هل تسهم أنماط التعلق في التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة ؟

التساؤلات الفرعية :

– هل توجد فروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في كل من أنماط التعلق؟

–هل توجد فروق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في الاتزان الانفعالي؟

فرضيات الدراسة:

– تسهم أنماط التعلق في التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة .

– توجد فروق دالة إحصائيا في أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة (ذكور/إناث).

– توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة(ذكور/إناث).

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن :

– مدى إسهام أنماط التعلق ومستوى الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة .

– الفروق في أنماط التعلق لطلبة الجامعة وفقا لمتغير الجنس.

– التنبؤ من خلال أنماط التعلق بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة

مفاهيم الدراسة

أنماط التعلق (Attachment Style)

التعلق هو رابط عاطفي عميق بين شخصين، كان "جون باولبي" هو من ابتكر الفكرة، بالإضافة إلى أفكار "ماري اينسورث" حول أنماط التعلق، ركزت في الغالب عن العلاقة بين الرضيع ومقدم الرعاية البالغ، منذ أن قدم "بولبي" هذا المفهوم، وسع علماء النفس أبحاث التعلق إلى مرحلة البلوغ، وأدى هذا البحث إلى تحديد أربعة أنماط من التعلق بالبالغين: آمن، وقلق منشغل، ومتجنب رافض، ومتجنب خائف[5].

أما إجرائيا: فهي تلك الخصائص أو السمات الشخصية و الروابط الانفعالية التي تؤثر بشكل كبير على الفرد في جميع مراحل حياته، ويقاس بالدرجة التي يتحصل عليها الطالب على مقياس أنماط تعلق الراشدين.

الاتزان الانفعالي(Emotional Stability)

هو عبارة عن حالة التروي و المرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد الذين يميلون لهذه الحالة الأكثر سعادة وهدوءا وتفاؤلا وثباتا للمزاج، وثقة في النفس[6].

ويعرف إجرائيا بأنه العملية التي تسعى فيها الشخصية باستمرار من أجل الإحساس بالصحة النفسية، سواء على المستوى الجسدي أو الداخلي ولقد تم التأكيد على أن الفرد المتزن انفعاليا لديه القدرة على تحمل التأثير في تلبية الحاجيات و القدرة على تحمل قدر معقول من الإحباط، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

الإطار النظري و الدراسات السابقة:

سيتم في هذا المبحث تناول الإطار النظري لأنماط التعلق و الاتزان الانفعالي واهم الدراسات التي تطرقت الى دراستهما.

المبحث الأول : الإطار النظري لأنماط التعلق و الاتزان الانفعالي

سيتم في هذا المبحث تناول الإطار النظري لأنماط التعلق و الاتزان الانفعالي واهم الدراسات التي تطرقت الى دراستهما.

المطلب الأول: الإطار النظري لأنماط التعلق و الاتزان الانفعالي

يتضمن هذا المطلب فرعين، فرع خاص بالإطار النظري لأنماط التعلق، يندرج تحته مفهومين للتعلق، تصنيف أنماط التعلق بالإضافة إلى النظريات المفسرة لأنماط التعلق، أما الفرع الثاني فقد تضمن الإطار النظري للاتزان الانفعالي، حيث يندرج تحته مفهوم للانفعال و الاتزان الانفعالي، بالإضافة إلى أهم النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي.

الفرع الأول: الإطار النظري لأنماط التعلق

أ – **التعلق(Attachment)**: هو عبارة عن نزعة موروثة لإقامة العلاقات الحميمية مع أشخاص معينين في محيطه الاجتماعي، وان هذه النزعة التي تظهر بشكل واضح في علاقة الطفل بالأم تظل فاعلة مدى الحياة[7].

وتضيف" أينزورث وبولبي" أن سلوك التعلق عبارة عن رابطة انفعالية قوية يكونها الطفل مع من يرعاه بصورة أساسية، لتصبح لاحقا أساسا لعلاقاته المستقبلية (Ainsoworth et Bowlby,1991).

تصنيف أنماط التعلق

تم تطويرها لأول مرة بواسطة Ainsworth et al .(1978) من حيث أربعة أنماط من التعلق:(الآمن –غير الآمن– المتصل– المنفصل).

– **التعلق الآمن(المنظم)**: هو شعور الفرد بالفهم و القبول و التقدير من خلال أرقام ارتباطه، فهو المقدرة على تطوير ثقة جيدة في نفسه وفي الآخر تقدير جيد للذات، و التحكم في العواطف جيدا مع تطوير قدرات تعاطفية جيدة، يمكن الفرد الاعتماد على الآباء الذين يتمتعون بالحساسية وسهولة الوصول و المرونة[8].

يوجد الآن دليل واضح على أن التعلق الأمن يعزز تطوير استراتيجيات ايجابية للتعامل مع الضغوطات البيئية، وأن إنشاء مثل هذا الاتصال الآمن يميل إلى حمايتنا من مخاطر الحياة، فانه يوفر أيضا بيئة شفاء قوية عندما تتغلب علينا هذه المخاطر[9]

– **التعلق التجنبي(غير آمن)**: لنمط التعلق غير الآمن تأثيرات كبيرة على التعامل مع الضغط الذي ينطوي على سوء تنظيم العاطفة وعدم وجود وثيق، حتى في أوقات التهديد أو التحدي الذي تشكله أحداث الحياة السلبية، هؤلاء ذو الأسلوب غير الآمن هم أكثر عرضة للإصابة بالاضطراب العاطفي على سبيل المثال، هم غير قادرين على التماس أو الوصول إلى الدعم من الشخصيات المرفقة[10].

– **التعلق المتصل(ارتباط مؤمن)**: وينشأ هذا التعلق من الرفض و الصد المستمر للأم عند احتياج الطفل إليها، و الذي قد يؤدي عند الشدة إلى المرض أو الوفاة. وهنا يشب الطفل في عزلة عاطفية ونفسية وعدوانيا أو مضاد للمجتمع[11].

– **التعلق الانفصالي (غير منظم)**: هذا النوع من التعلق غير المنظم يكون متكررا في الأطفال ذوي الإعاقات الذهنية أو سوء المعاملة، هذا النوع من الأنماط متعامد مع الأنواع السابقة[12].

النظريات المفسرة لأنماط التعلق:

هناك مجموعة من النظريات التي حاولت تفسير التعلق منها :

– **نظرية جون بولبي (John Bowlby)** من خلال ملاحظاته للأطفال لدى انفصالهم عن الأم ومنطلقه هو كون الحاجة إلى الرعاية حاجة فطرية وان العلاقات التعلقية تقوم على أساسها االرعاية يستجيب الطفل لإشارات ويوفر له الرعاية و الأمن ويؤدي لنشوء تعلق آمن، أما أنماط التعلق القلقة أوالتجنبية فتنشا نتيجة لعدم توافر الرعاية من قبل المربين فهم يمارسون الرفض بدلا من التقبل و الشتم و التسلط بدلا من

الدعم العاطفي و الاجتماعي وبذلك سينشأ لدى الأطفال أنماط تعلق مضطربة وغير أمنة

- **نظرية ماري انبسورث في التعلق:** قدمت ماري انبسورث نظرية بعنوان 'تعلقات مابعد الرضاعة" تتناول فيها التعلق كسلوك يمتد عبر دورة الحياة يؤثر في أوجه النشاطات المختلفة فيما بعد، إذ تأتي هذه النظرية كامتداد طبيعي لتغيرات النمو المصاحب لتعلق الأطفال يراعيهم أو من يقوم مقامها خلال سنوات مابعد الرضاعة وكذلك التعرف على الروابط الوجدانية خلال حياة الفرد وتقوم هذه النظرية على أنظمة سلوكيات من خلالها وبهما يتم التفاعل و التعلق وهذه الأنظمة هي:

1- نظام الرعاية المقدمة عن طريق الوالدين بأبنائهم ومقارنة هذه الروابط بمدى تعلق الأبناء بوالديهم.

2- الروابط الزوجية ومايستتبعها من تناسل يهيئ الفرص لتعلق ناجح.

3- أشكال الصدقات في كلمن الطفولة والرشد و الأنظمة السلوكية التي تحكمها وكذلك الظروف التي تحكمها[13].

نظرية التحليل النفسي : يتكون التعلق بالآخرين في رأي (فرويد) من خلال طاقة الليبيدو، حيث يرى فرويد أن الطفل يقوم بتوظيف طاقة الليبيدو وتركيزها على شيء أو شخص معين، حيث يرى فرويد أن الطفل يوجه طاقته باتجاه الأم وذلك بغية هدفين الأول خفض التوتر و الثاني إشباع الحاجات الفيزيولوجية وبذلك يتكون التعلق في رأي فرويد[14].

الفرع الثاني: الإطار النظري للاتزان الانفعالي

يتضمن مفهوم الاتزان الانفعالي مفهومين من مفاهيم علم النفس وهما الانفعال و الاتزان الانفعالي، لذلك وجدت الباحثتان أهمية تسليط الضوء على المفهومين كلا على انفراد.

أولا: **الانفعال Emotion** :

الانفعال خبرة إنسانية عامة تحدث لنا يوميا، وتظهر من خلال مظاهر سلوكية، تعم آثارها الإنسان جسما ونفسا، وإن بدت ظاهرة عارضة[15].

الاتزان الانفعالي: هو قدرة الفرد وشعوره بانفعالاته بما يمكنه من التحكم بالنفس والسيطرة عليها في مختلف المواقف التي تواجهه و القدرة على التحكم في المواقف السلبية بعقلانية بعيدا عن التهور[16].

هو قدرة الفرد ووعيه لانفعالاته بما يمكنه من ضبط النفس و الثبات و الاستقرار و الصمود أمام مواقف الحياة المختلفة[17].

نظريات تناولت الاتزان الانفعالي:

– النظرية السلوكية:

وترى النظرية السلوكية أن الانفعال ينشا نتيجة الصراع الذي يتعرض له الفرد الذي يؤدي إلى القيام باستجابات، أو ردود فعل غير متوافقة، وقد تسهم في فقدان الفرد السيطرة على سلوكه، مما يفقده الاتزان الانفعالي، وبالتالي فان هذه النظرية ترى أن الانفعال ناتج عن الصراع الذي يتعرض له الفرد، مما يشير إلى أن أساس الانفعال هو الصراع الذي يتعرض له الفرد[18].

نظرية التحليل النفسي :

أسهم التحليل النفسي في توضيح جانب هام من مشكلة الانفعال الأمر الذي أغفلته أي من النظريات السابقة ألا وهو مصدر الانفعال وطاقته.

وقد أوضح فرويد أن الطاقة الجنسية (الليبيدو) عندما تعاق عن بلوغ هدفها تتحول إلى شحنة انفعالية تبغي التصريف وتتحين الفرص للانطلاق، وفي مرحلة الطفولة تتركز الليبيدو على الجسم وهي ما أطلق عليها فرويد(الليبيدو النرجسي) ونتيجة احتكاك الطفل بالعالم الخارجي وتزيد وعيه فيتحول إلى الليبيدو الموضوعي[19].

المطلب الثاني: الدراسات السابقة

يتضمن هذا المطلب الدراسات السابقة التي تناولت موضوعي أنماط التعلق و الاتزان الانفعالي، بالإضافة إلى التعقيب عليهما، حيث تم تقسيمه إلى فرعين: الفرع الأول خاص بالدراسات المتعلقة بأنماط التعلق و الفرع الثاني الدراسات المتعلقة بالاتزان الانفعالي مع التعقيب على كل دراسة.

الفرع الأول: الدراسات السابقة المتعلقة بأنماط التعلق

1- دراسة لوزاني (2018) هدفت إلى تقصي أثر أنماط التعلق على الدافعية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة. ولتحقيق غرض الدراسة اتبعت الباحثة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 152طالبا جامعيا من طلبة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة، حيث طبق عليهم كل من مقياس فاليراند وبليس وبريار وبلتيبي (1989) للدافعية الأكاديمية ومقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين لأبو غزال وجرادات(2009)، وقد كشفت نتائج الدراسة أن نمط التعلق المنشغل– القلق لا يسهم في التنبؤ بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، وأن نمط التعلق التجنبي ونمط التعلق الآمن يرتبطان بشكل إيجابي مع الدافعية الأكاديمية، وأن نمط التعلق التجنبي هو الأكثر مساهمة في التنبؤ بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة .

2- في دراسة حسن أبو هلال(2020) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أنماط التعلق والتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق في أنماط التعلق والتشوهات المعرفية تعزى لمتغيرات: الجنس والترتيب الولادي، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وللوصول إلى نتائج الدراسة تم تطبيق مقياس أنماط التعلق، ومقياس التشوهات المعرفية على عينة مكونة من(280) طالبا وطالبة من جامعة النجاح الوطنية، في حين أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين النمط القلق و التشوهات المعرفية.

وعلاقة ارتباطية سلبية بين النمط الآمن و التشوهات المعرفية، وإلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط التجنبي والتشوهات المعرفية .كما أشارت إلى وجود فروق في النمط القلق تعزى إلى الجنس لصالح الذكور.

3–دراسة مباركي(2017) كان هدف هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين أنماط التعلق و المهارات الاجتماعية لدى طلبة السنة الأولى جامعي علوم اجتماعية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط، تكونت عينة الدراسة من (385)طالبا، اتبعت الباحثة المنهج الوصفي و المنهج العيادي، مستخدمة في ذلك مقياس أنماط تعلق الراشدين من(إعداد: الباحثة)، ومقياس المهارات الاجتماعية ل (Riggio,1991) بالإضافة إلى اختبار تفهم الموضوع(TAT) والمقابلة العيادية نصف موجهة وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن النمط السائد لدى الطلبة الجامعيين في السنة الأولى جامعي هو النمط الآمن ثم النمط المتناقض، ثم التجنبي، وفي الأخير النمط المنفصل، وأظهرت النتائج أيضا إلى عدم وجود فروق في الأنماط التعلقية << الآمن، المتناقض، التجنبي، المنفصل >> بين الطلبة إناثا وذكورا .

الفرع الثاني: الدراسات السابقة المتعلقة بالاتزان الانفعالي

1 – دراسة حسين الزهراني (2020) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الاتزان الانفعالي وأسلوب قضاء وقت الفراغ لدى الجانحين وغير الجانحين من طلاب المرحلة الثانوية في مدينة جدة ، حيث اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم الباحث: مقياس الاتزان الانفعالي واستمارة بيانات حول أسلوب قضاء وقت الفراغ (من إعداد الباحث) ، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أبرزها :وجود علاقة ارتباطية ضعيفة دالة إحصائيا عند مستوى معين 0.01 بين الاتزان وأسلوب قضاء وقت الفراغ لدى الطلاب الجانحين في المرحلة الثانوية بمدينة جدة، كما أن هناك علاقة ارتباطية متوسطة دالة إحصائيا بين الاتزان الانفعالي وأسلوب قضاء وقت الفراغ لدى الطلاب غير الجانحين في المرحلة الثانوية بمدينة جدة.

2- دراسة مالك يوسف، ألاء عثمان (2021) بعنوان الاتزان الانفعالي لدى الطلبة الموهوبين بالمرحلة الثانوية بولاية الخرطوم ، حيث هدفت إلى معرفة مستوى الاتزان الانفعالي لدى عينة الدراسة التي بلغ عددها(250)طالب وطالبة، ولتحقيق ذلك اتبع الباحثان المنهج الوصفي التحليلي ، وتم تطبيق مقياس الاتزان الانفعالي من(إعداد: الباحثان)، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى ارتفاع نسبة الاتزان الانفعالي لدى الطلبة الموهوبين بولاية الخرطوم ، بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى الطلبة الموهوبين .

3- دراسة عادل بن عبد الله علي(2021) درست العلاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، حيث تكونت عينة الدراسة من (128)من طلاب الجامعة، متبعة المنهج الوصفي الارتباطي، استخدم الباحث مقاييس لكل متغيرات الدراسة مقياس الاتزان الانفعالي من إعداد(عطية،2014) ومقياس التدفق النفسي لـ(الموسمي،2015)وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية في كل من الاتزان الانفعالي و التدفق النفسي لدى طلاب جامعة أم القرى.

التعقيب على الدراسات السابقة:

المبحث الثاني: إجراءات الدراسة الميدانية

سوف نتناول في هذا المبحث إجراءات الدراسة الميدانية، حيث تم تقسيمه الى مطلبين: المطلب الأول يتضمن منهج و مجتمع وعينة الدراسة وأدواتها، أما المطلب الثاني فيتمثل في الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة بيانات الدراسة بالإضافة إلى عرض نتائج الدراسة ومناقشتها.

المطلب الأول:منهج ومجتمع وعينة الدراسة وأدواتها

لقد تم تقسيم هذا المطلب إلى ثلاث فروع ، فرع خاص بمنهج الدراسة وفرع يتضمن مجتمع وعينة الدراسة، وفرع خاص بأدوات الدراسة التي تم من خلالها جمع البيانات .

الفرع الأول: منهج الدراسة

– المنهج المعتمد: تم استخدام المنهج الوصفي الذي يبحث في العلاقة بين متغيرات الدراسة وذلك لملائمته لها.

الفرع الثاني: مجتمع وعينة الدراسة

مجتمع الدراسة : مجتمع دراستنا هو طالب وطالبة بجامعة الجيلالي بونعامة –خميس مليانة – وهم موزعين كالتالي:

جدول رقم(01): توزيع مجتمع الدراسة .

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكور	160	%28
إناث	408	%72
المجموع	568	%100

اخترنا من إجمالي طلبة السنة الأولى علوم اجتماعية و الذي بلغ عددهم 568 طالب و *طالبة من طلبة جامعة الجيلالي بونعامة* خميس مليانة وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية منتظمة، وهي تعني اختيار عينة من بين مفردات المجتمع الأصلي بطريقة منتظمة، ويتم ذلك عن طريق قسمة عدد أفراد المجتمع على العدد المطلوب للعينة، حيث أن ناتج هذه القسمة يسمى مدى العينة، وفي دراستنا هذه بلغ عدد أفراد العينة (104)، حيث تم حساب مداها نتيجة حاصل قسمة 568/104 ليصبح الناتج (5). ثم قمنا باختيار عشوائي لرقم أصغر من الرقم (5) وكان الرقم (2) (وهذا هو أول مفردة في العينة). ثم قمنا بعد ذلك بتحديد ثاني مفردة عن طريق جمع 2+5=7، حيث أن (5)هو مدى العينة، ورقم (7)هو تسلسل ثاني مفردة .

جدول رقم(02): توزيع أفراد العينة

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكور	***44***	**%42.3**
إناث	***60***	**%57.69**
المجموع	***104***	***%100***

الفرع الثالث: أدوات الدراسة

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياسين بالتطبيق على عينة من طلبة جامعة الجيلالي بونعامة –خميس مليانة– قوامها 30 طالب وطالبة.

1– مقياس أنماط التعلق:

الصدق: تم الاعتماد على طريقتي الاتساق الداخلي والمقارنة الطرفية كمؤشرين للتحقق من صدق المقياس.

صدق الاتساق الداخلي:

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أنماط التعلق ودرجاتهم الكلية على المقياس، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (02): قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أنماط التعلق ودرجاتهم الكلية على المقياس

الأبعاد	نمط التعلق الآمن	نمط التعلق التجنبي	نمط التعلق المتصل	نمط التعلق الانفصالي
الدرجات الكلية لمقياس أنماط التعلق	0.92**	0.91**	0.93**	0.89**

** مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول السابق: أن قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أنماط التعلق ودرجاتهم الكلية على المقياس دالة إحصائيا عند مستوى 0.01، وقد تراوحت ما بين 0.89 كأدنى قيمة و0.93 كأعلى قيمة، وهي تعطي مؤشرا للاتساق الداخلي للمقياس، ما يعتبر دليلا على أن بنود المقياس تقيس ما وضع لقياسه، وهو ما يشير إلى صدق المقياس.

- **الصدق بطريقة المقارنة الطرفية:**

قمنا بمقارنة متوسطات درجات أفراد العينة الاستطلاعية ممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات العليا وممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات الدنيا على المقياس، وهذا لاختبار قدرة المقياس على التمييز بين المستويات المختلفة من أنماط التعلق لدى أفراد العينة وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (03) : دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الطرفيتين على مقياس أنماط التعلق

العينة / المقياس	المجموعة الدنيا ن = 8		المجموعة العليا ن= 8		قيمة "ت"	القيمة الاحتمالية Sig	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع			
أنماط التعلق	12.53	1.91	16.22	0.55	10.43	0.00	0.01

يتبين من الجدول رقم (03) أن : قيمة " ت "والتي بلغت 10.43 دالة إحصائيا عند مستوى 0.01، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين الطرفيتين ما يعتبر مؤشرا على صدقه.

الثبات: تم الاعتماد على معامل ألفا لكرونباخ للتحقق من ثبات المقياس.

معامل ثبات ألفا لكرونباخ:

تم اختيار هذه المعادلة نظرا لأن استجابات الأفراد على عبارات المقياس وفق مقياس خماسي التدريج، والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات للمقياس.

الجدول رقم (04) : معامل ثبات ألفا لكرونباخ لمقياس أنماط التعلق

الدرجات الكلية لمقياس أنماط التعلق	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
	80	0.91

بلغت قيمة معامل ألفا لكرونباخ للمقياس ككل 0.91، حيث يمكن القول أن المقياس على درجة جيدة من الثبات.

2- مقياس الاتزان الانفعالي:

الصدق: تم الاعتماد على طريقتي الاتساق الداخلي والمقارنة الطرفية كمؤشرين للتحقق من صدق المقياس.

صدق الاتساق الداخلي:

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد الاتزان الانفعالي ودرجاتهم الكلية على المقياس، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (05): قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الاتزان الانفعالي ودرجاتهم الكلية على المقياس

الأبعاد	تقدير الذات	السعادة	القلق	الوسواس	الاستقلالية	الشعور بالذنب

الدرجات الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي	**0.69	**0.76	**0.82	**0.26	**0.27	**0.56

** مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول السابق: أن قيم معامل الارتباط بين درجات الأفراد على أبعاد الاتزان الانفعالي ودرجاتهم الكلية على المقياس دالة إحصائيا عند مستوى 0.01، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين 0.26 كأدنى قيمة و0.82 كأعلى قيمة، وهذه الدلالة الإحصائية تعطي مؤشرا للاتساق الداخلي للمقياس، ما يعتبر دليلا على أن بنود المقياس تقيس ما وضع لقياسه، وهو ما يشير إلى صدق المقياس.

- **الصدق بطريقة المقارنة الطرفية:**

قمنا بمقارنة متوسطات درجات أفراد العينة الاستطلاعية ممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات العليا وممن تمثل درجاتهم 27% من الدرجات الدنيا على المقياس، وهذا لاختبار قدرة المقياس على التمييز بين المستويات المختلفة من الاتزان الانفعالي لدى أفراد العينة وكانت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (06) : دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الطرفيتين على مقياس الاتزان الانفعالي

العينة / المقياس	المجموعة الدنيا ن = 8		المجموعة العليا ن= 8		قيمة "ت"	القيمة الاحتمالية Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع				
الاتزان الانفعالي	19.31	1.22	23.38	0.58	16.93	0.00	62	0.01

يتبين من الجدول رقم (06) أن : قيمة " ت "والتي بلغت 16.93 دالة إحصائيا عند مستوى 0.01، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين الطرفيتين ما يعتبر مؤشرا على صدقه.

الثبات: تم الاعتماد على معامل ألفا لكرونباخ للتحقق من ثبات المقياس.

معامل ثبات ألفا لكرونباخ:

تم اختيار هذه المعادلة نظرا لأن استجابات الأفراد على عبارات المقياس وفق مقياس خماسي التدريج، والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات للمقياس.

الجدول رقم (07) : معامل ثبات ألفا لكرونباخ لمقياس الاتزان الانفعالي

الدرجات الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
	58	0.72

بلغت قيمة معامل ألفا لكرونباخ للمقياس ككل 0.72، حيث يمكن القول أن المقياس على درجة جيدة من الثبات.

نستنتج من خلال ما توصلنا إليه من نتائج تتعلق بالخصائص السيكومترية أن مقياسي أنماط التعلق والاتزان الانفعالي صالحان ومناسبان للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية حيث يمكن أن نثق في النتائج التي سنتحصل عليها.

المطلب الثاني: الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة بيانات الدراسة وعرض نتائجها ومناقشتها.

لقد تم تقسيم هذا المطلب إلى فرعين، الفرع الأول تناولنا فيه الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة بيانات الدراسة، أما الفرع الثاني فتطرقنا فيه إلى عرض نتائج الدراسة ومناقشتها.

الفرع الأول: الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة بيانات الدراسة

تمثلت الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات في: تحليل الانحدار الخطي التدريجي، واختبار T- test للعينات المستقلة .

الفرع الثاني: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

قامت الباحثة برصد الدرجات الخام للأدوات، وتبويب النتائج؛ باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS22 ؛ وذلك لعمل المعالجات الإحصائية المناسبة لمتغيرات الدراسة. وقد تطلب هذا الكشف عن مدى اعتدالية توزيع الدرجات؛ فتم حساب الإحصاءات الوصفية، والجدول (08) يوضح التالي:

الجدول رقم (08)

الإحصاء الوصفي، واعتدالية التوزيع، لمتغيرات الدراسة ن=(104)

البيانات الإحصائية / متغيرات الدراسة	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الخطأ المعياري	معامل التفلطح	الخطأ المعياري
نمط التعلق الآمن	3.70	.377	-.218-	.237	-.400-	.469
نمط التعلق التجنبي	3.79	.276	-.049-	.237	.010	.469
نمط التعلق المتصل	3.75	.363	-.309-	.237	.065	.469
نمط التعلق الانفصالي	3.78	.290	.011	.237	-.028-	.469
الدرجة الكلية لأنماط التعلق	15.0202	1.07952	-.157-	.237	.291	.469
تقدير الذات	3.62	.403	-.315-	.237	-.028-	.469
السعادة	3.83	.322	.082	.237	-.386-	.469
القلق	3.88	.421	-.598-	.237	.960	.469
الوسواس	3.74	.376	.068	.237	-.095-	.469
الاستقلالية	3.61	.430	-.017-	.237	-.125-	.469

الذنب	3.43	.416	.242	.237	-.160-	.469
الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي	22.1078	1.16342	-.092-	.237	-.406-	.469

يتضح من الجدول (08) وجود الاعتدالية في توزيع درجات متغيرات الدراسة، حيث أن معامل الالتواء والتفلطح محصوران بين (±1)، وعليه تم استخدام الإحصاء البارامتري في المعالجة الإحصائية.

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

تنص الفرضية الأولى على أنه " تسهم أنماط التعلق في التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة" وللتحقق من صحة هذا للتحقق من إمكانية استخدام Stepwise Regression Analysis الفرضية تم حساب تحليل الانحدار الخطي التدريجي للتنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة و الجداول التالية توضح النتائج .

أنماط التعلق

الجدول رقم (09): تحليل الانحدار الخطي المتعدد التدريجي لأنماط التعلق مع الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة

النموذج	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
نمط التعلق الانفصالي	الانحدار	66.397	1	66.397	92.75	0,01
	البواقي	73.017	102	0.7160		
	المجموع	139.414	103			
نمط التعلق الانفصالي نمط التعلق الآمن	الانحدار	73.962	2	36.981	57.05	0,01
	البواقي	65.452	101	0.6480		
	المجموع	139.414	103			

يتضح من نتائج الجدول السابق ما يلي:

وجود دلالة تنبؤية لنموذج الانحدار، الذي يتضمن أنماط التعلق (نمط التعلق الانفصالي، ونمط التعلق الآمن) كمتغيرات مستقلة، والاتزان الانفعالي كمتغير تابع، حيث بلغت قيمة (ف) لتحليل التباين للنموذجين الأول الذي يضم نمط التعلق الانفصالي والثاني الذي يضم نمطي التعلق الانفصالي والآمن على التوالي (57.065و،92,753)، وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة0.01، مما يشير إلى وجود علاقة تنبؤية بين متغيرات الدراسة.

كما أن نمطي التعلق (المتصل، والتجنبي) غير دالين إحصائيًا في التنبؤ بالاتزان الانفعالي، حيث أن قيمة الاحتمال أكبر من مستوى الدلالة المقبولة.

الجدول رقم (10): الإسهام النسبي لأنماط التعلق في التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة

النموذج		قيمة A	الخطأ المعياري	معامل الارتباط المتعدد	مربع معامل الارتباط المعدل R^2	قيمة بيتا Beta	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
1	الثابت	11.643	1.090	0.69	0.471	0.69	10.685	0,01
	نمط التعلق الانفصالي	2.770	0.288				9.631	0,01
2	الثابت	10.169	1.123	0.72	0.521	0.59	9.056	0,01

	نمط التعلق الانفصالي نمط التعلق الآمن	2.403 0.772	0.294			0.25	8.177 3.416	0,01

نلاحظ من خلال الجدول أن: (نمط التعلق الآمن، ونمط التعلق الانفصالي) معًا هما أفضل المنبئات بالاتزان الانفعالي لدى أفراد
عينة الدراسة، حيث يفسران معا ما نسبته (52.1%) من تباين درجات أفراد عينة الدراسة في الاتزان الانفعالي، وهو مقدار دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.001).
كما أن (نمط التعلق الانفصالي)يفسر لوحده مابنسبته (47.1%) من تباين درجات أفراد عينة الدراسة في الاتزان الانفعالي، وهو مقدار دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0.001.

بناءً على النتائج السابقة يمكن صياغة معادلة التنبؤ على النحو الآتي:
الاتزان الانفعالي =10.169 + 2.403 x نمط التعلق الانفصالي + 0.772 x نمط التعلق الآمن وهذا يعني انه كلما زادت درجة نمط التعلق الانفصالي بمقدار درجة واحدة، فإننا نتوقع أن الاتزان الانفعالي سيزداد بمقدار (2.403)، وأيضا كلما زادت درجة نمط التعلق الآمن بمقدار درجة واحدة، فإننا نتوقع أن الاتزان الانفعالي سيزداد بمقدار (0.772).

وفي ضوء هذه النتيجة يمكن القول بأنه يمكن التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة من خلال أنماط التعلق (نمط التعلق الانفصالي، نمط التعلق الآمن).

ج. الفرض الثاني:

تنص الفرضية الثانية على أنه " **توجد فروق دالة إحصائيًا في أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة "(ذكور/ إناث")**

وللتحقق من صحة هذا الفرضية قمنا بحساب قيمة (ت) T-Test للعينات المستقلة (Independent Sample T Test) لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة من الذكور و الإناث في أنماط التعلق، و الجداول التالية توضح قيمة "ت"لدلالة الفروق كما يلي :

الجدول رقم (11): دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في أنماط التعلق

المتغير	الذكور n=44		الإناث n=60		اختبار "ت"	القيمة الاحتمالية Sig	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
نمط التعلق الآمن	3.71	0.40	3.70	0.36	0.03	0.97	102	غير دال إحصائيا
نمط التعلق التجنبي	3.80	0.26	3.78	0.28	0.44	0.66	102	غير دال إحصائيا
نمط التعلق المتصل	3.75	0.38	64.35	3.75	0.06	0.95	102	غير دال إحصائيا
نمط التعلق الانفصالي	3.80	0.27	3.76	0.30	0.56	0.57	102	غير دال إحصائيا

يتضح من الجدول السابق أن قيم "ت" لأنماط التعلق(نمط التعلق الآمن، نمط التعلق التجنبي، نمط التعلق الانفصالي، نمط التعلق المتصل) غير دالة إحصائيًا، وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في أنماط التعلق، أي أن أنماط التعلق لا تختلف باختلاف الجنس.

د. الفرض الثالث:

تنص الفرضية الثالثة على أنه " **توجد فروق دالة إحصائيًا في الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة (ذكور/ إناث)"**

وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا بحساب قيمة(ت) T- Test للعينات المستقلة (Independent Sample T Test)لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة من الذكور و الإناث في الاتزان الانفعالي، و الجداول التالية توضح قيمة "ت" لدلالة الفروق كمايلي:

الجدول رقم (12): دلالة الفرق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الاتزان الانفعالي

الاتزان الانفعالي	الذكور n=44		الإناث n=60		اختبار "ت"	القيمة الاحتمالية Sig	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
	22.10	1.13	22.11	1.19	-0.03	0.96	102	غير دال

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" غير دالة إحصائيًا، وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في الاتزان الانفعالي، أي أن الاتزان الانفعالي لا يختلف باختلاف الجنس.

مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج وجود دلالة تنبؤية بين متغيرات الدراسة، وعليه نستنتج أنه يمكن التنبؤ بنمطي التعلق(الآمن والمنفصل)بالاتزان الانفعالي، تفسر هذه النتيجة إلى أن نمطي التعلق الانفصالي والآمن يعتبران على نطاق واسع مفاهيم مميزة يرتبطان بشكل كبير بمستويات أعلى لتحقيق التوازن النفسي، إذ أن نمط التعلق يؤمن للفرد حاجاته المختلفة بما فيها الحاجات الانفعالية، فاكتساب الفرد في صغره نمط التعلق الآمن سيسمح له بالبحث عن استقلاليته والسير في ذلك عبر مختلف جوانب حياته، وتمكين الأفراد من التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ومواجهة التحديات بمستوى مرتفع من الوعي و التنظيم الانفعالي، وتتفق هذه النتيجة إلى حد ما مع نتائج الدراسة التي قامت بها (مباركي، 2017) التي أظهرت بأن نمط التعلق الآمن هو النمط السائد لدى الطلبة الجامعيين، يأتي في المرتبة الثانية النمط المتناقض، التجنبي، وفي الأخير النمط المنفصل.

كما أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن نمطي التعلق (المتصل، والتجنبي)غير دالين إحصائيا في التنبؤ بالاتزان الانفعالي، وعليه نستنتج أنه لا يمكن التنبؤ بنمطي التعلق(المتصل، والتجنبي) بالاتزان الانفعالي ويمكن تفسير ذلك أن الأفراد الذين تبنوا تعلق تجنبي فغالبا ما تكون لديهم صعوبات و مشاكل داخل الأسرة (اضطراب العلاقة بين الوالدين والأبناء)، إذ لابد من تعزيز أنماط التعلق الآمنة لتحقيق التوازن الانفعالي للأفراد كون أن طفل الحاضر يشكل أب وأم المستقبل، فإذا اكتسب أنماط تعلق غير أمنة فذلك سيؤدي إلى المعاناة من حالات اللاتوازن و القمع الانفعالي.

خاتمة:

بعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في أنماط التعلق والاتزان الانفعالي، يمكن تفسير ذلك أن عينة الدراسة هم في مرحلة البحث عن الاستقلالية أكثر بعد اكتساب مختلف المهارات التي تؤهلهم للخوض في الحياة بمختلف جوانبها .

توصيات الدراسة:

في ضوء ماتوصلت إليه الدراسة من نتائج، يمكن تقديم التوصيات التالية:

– وضع برامج تقوم على الإرشاد الأسري لتوعية الوالدين والأبناء بأنماط التعلق، وإعادة بناء وزيادة التواصل بينهما، مما يساعد على زيادة روابط التعلق الأمن وزيادة الوعي بفوائد التعلق الأمن.

– إعداد برامج إرشادية للطلبة لتعزيز التعلق الآمن وبناء الثقة بالنفس وبالآخرين.

– ضرورة تبصير الطلبة بأهمية علم النفس الايجابي ومتغيراته في حياة الأفراد بصفة عامة، وتوظيفها في المجال الأسري، ومن هذه المتغيرات: الاتزان الانفعالي .

– عقد دورات تدريبية وتثقيفية لمساعدة الطالب الجامعي على مواجهة الضغوط واتخاذ القرار الصحيح وتحقيق التوافق الدراسي والتوازن الانفعالي.

– الاهتمام بالأنشطة الجماعية، وتوفير البرامج والفعاليات التعليمية و الترفيهية في الجامعات والتي تساعد على التواصل وتقوية العلاقات مع الزملاء و الأساتذة لدعم التوافق الدراسي للطلبة .

الهوامش:

[1] – بزوبيري كمال (2022): الصّمود النفسي في ضوء التفسيرات العلمية الحديثة، مجلة قبس للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 06، العدد02، ص ص 603-617

[2] – حباب عبد الحي محمد عثمان، وآخرون (2021): الاتزان الانفعالي للمرأة في أسر التعدد والتوجيهات القرآنية، مجلة كلية الدراسات الإسلامية و العربية للبنات بدمنهور، العدد6، ص202

[3]- جديدي عفيفة(2019): التوافق النفسي عند الطفولة المسعفة، مجلة قبس للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 3، العدد02، ص ص 613-632

[4] – سليمان محمد سناء (2006): سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها ، عالم الكتب للنشر و التوزيع والطباعة، ط1، جامعة عين شمس ، القاهرة

[5] – عايش صباح(2021): أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة، جامعة الفتح، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، المؤتمر العلمي ، ص225.

[6] – محمد ريان(2006): الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية و التفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظات غزة، رسالة ماجستير منشورة (في علم النفس وعلوم التربية)، جامعة الأزهر. فلسطين. ، ص9.

[7] – حداد ياسمين(2001): أنماط التعلق وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي اليومي و التكيف النفسي للطلبة الجامعيين، العلوم التربوية. المجلد28، العدد2، مجلة دراسات، الأردن، ص456.

[8] – Michel delage(2013):la vie des émotions et l'attachment dans la famille,odile Jacob,15,Rue soufflot, paris,p21.

[9] – leslie Atkinson.Susan Goldberj(2004):Attachment issues in psychopathology and intervention,lawrence erlbaum associates publishers .mahwah. new jersey.london p208،

[10] – Nor Ba'yah Abdul kadir(2017):Insecure Attachement university kebangsaa Malaysia.10.1007,p3.

[11] – مدوري، يمينة: إشكالية التعلق لدى الطفل .مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمه لخضر،(2015) الوادي، العدد14/13 ديسمبر 2015. ، ص73 ص –74.

[12] – - Karine durand(2014): Le développement psychologique du bébé(0-2ans),Dunod,paris,2005, pour l'ancienne présentation. p115

[13] – رضوان، فوقية حسن عبد الحميد(1998): علاقة بعض المتغيرات الأسرية وسلوك التعلق بالاستقلال النفسي عن الوالدين لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، المجلد 6، العدد 8، جامعة عين شمس، ص26

[14] – عبد الرحمن، محمد السيد(1998): نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة و النشر و التوزيع، القاهرة، مصر، ص43.

[15] – — علاء الدين كفافي، مايسة أحمد النيال(2008): ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر .كفافي، النيال، ص7.

[16] – جيهان عبد حداد القيسي (2019): المسايرة والمغايرة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.30.(4) ، ص246.

[17] – سليمان محمد سناء (2006): سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها ، عالم الكتب للنشر و التوزيع والطباعة، ط1، جامعة عين شمس ، القاهرة، ص70.

[18] – السيد مرتجع سابق ذكره،1998

[19] – ضحيك، محمد سلمان(2004): القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظات غزة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي — رسالة ماجستير— الجامعة الإسلامية —غزة ص33.

قائمة المراجع باللغة العربية

– سليمان محمد سناء (2006): سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها ، عالم الكتب للنشر و التوزيع والطباعة، ط1، جامعة عين شمس ، القاهرة .

– – يوسف مراد (1948): مبادئ علم النفس العام، دار المعارف للطباعة و النشر، ط1، القاهرة ، مصر

— علاء الدين كفافي، مايسة أحمد النيال(2008): ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر .

–عبد الرحمن، محمد السيد(1998): نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة و النشر و التوزيع، القاهرة، مصر.

كاملة الفرخ شعبان، عبد الجابر تيم(1999): النّمو الانفعالي عند الطفل، الطبعة1، دار صفاء للنشر و التوزيع، عمان، الاردن

مباركي خديجة(2017): أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية، أطروحة دكتوراه، جامعة عمار ثليجي بالاغواط.

أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات و الشعور بالوحدة، معاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد5، عدد1، 2009.

– محمد ريان(2006): الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية و التفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظات غزة، رسالة ماجستير منشورة (في علم النفس وعلوم التربية)، جامعة الأزهر. فلسطين.

– مدوري، يمينة(2015): إشكالية التعلق لدى الطفل .مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمه لخضر، الوادي، العدد14/13 ديسمبر 2015.

–ضحيك، محمد سلمان(2004): القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظات غزة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي – رسالة ماجستير– الجامعة الإسلامية –غزة .

– جيهان عبد حداد القيسي (2019): المسايرة والمغايرة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.30.(4).

– سليمان، سعيد مبارك(2008): الاتزان الانفعالي وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة المتميزين وأقرانهم العاديين، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد7، العدد2 ص70.

– حداد ياسمين(2001): أنماط التعلق وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي اليومي و التكيف النفسي للطلبة الجامعيين، العلوم التربوية. المجلد28، العدد2، مجلة دراسات، الأردن.

– رضوان، فوقية حسن عبد الحميد(1998): علاقة بعض المتغيرات الأسرية وسلوك التعلق بالاستقلال النفسي عن الوالدين لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، المجلد 6، العدد 8، جامعة عين شمس.

– باجابر، عادل بن عبد الله علي(2021): الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتدفق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، مجلة كلية التربية بالاسماعلية ، العدد51،

– لوزاني فاطمة الزهراء(2018): أنماط التعلق المتنبئة بالدافعية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد14، عدد4.

– عايش صباح(2021): أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة، جامعة الفتح، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، المؤتمر العلمي .

– مالك يوسف بخيت، آلاء عثمان كمبال عثمان (2021): الاتزان الانفعالي لدى الطلبة الموهوبين بالمرحلة الثانوية، مجلة مدرات للعلوم الاجتماعية و الإنسانية تصدر عن المركز الجامعي، غليزان، الجزائر، العدد1 .

– حسين بن أحمد بن حسين الزهراني(2020): الاتزان الانفعالي وعلاقته بأسلوب قضاء وقت الفراغ لدى الطلاب الجانحين وغير الجانحين في مدينة جدة، مجلة كلية التربية، العدد110.

– حباب عبد الحي محمد عثمان، وآخرون (2021): الاتزان الانفعالي للمرأة في أسر التعدد و التوجيهات القرآنية، مجلة كلية الدراسات الإسلامية و العربية للبنات بدمنهور، العدد6، الجزء الثاني.

– قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

-Nor Ba'yah Abdul kadir(2017):Insecure Attachement university kebangsaa Malaysia.10.1007.
- Michel delage(2013):la vie des émotions et l'attachment dans la famille,odile Jacob,15,Rue soufflot, paris.
- Karine durand(2014): Le développement psychologique du bébé(0-2ans),Dunod,paris,2005, pour l'ancienne présentation.ض
-Ainsworth,M,et Bowlby J,(1991) An ethological approoch to personality development, American psychologist 46-333-341.
-Davies,p.t; Harold,G.T;Goeke.Morey; c. et cummings,e.M(2002): child Emotional security and interparental conflict. Monographs of the society for Research in child Development; v67n 3p115.
-leslie Atkinson، .leslie Atkinson.Susan Goldberj(2004):Attachment issues in psychopathology and intervention,lawrence erlbaum associates publishers .mahwah. new jersey.london.
-soloves,p., et Mayer,J.d.(1990).Emotional intelligence imagination, cognition, and personality 9,185.211

-

-