جودة المناخ الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بمدينة جدة

إعداد

د/ خديجة جميل حلواني

الأستاذ المساعد بقسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية

مجلة الدراسات التربوية والإنسانية. كلية التربية. جامعة دمنهور

المجلد السادس عشر، العدد الرابع (أكتوبر) - الجزء الثاني، لسنة 2024م

جودة المناخ الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بمدينة جدة

د/ خديجة جميل حلواني

الملخص

هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على لعلاقة بين جودة المناخ الاسري وكلا من الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى طالبات الصفوف العليا بمدارس المرحلة الابتدائية بمدينة جدة ،حيث تكونت العينة العشوائية من (113) طالبة من الصفي الخامس والسادس الابتدائي، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتم تحليل البيانات باستخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة المستويات لمحور الدراسة ومعامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين المتغيرات واختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين للكشف عن الفروق بين متوسطات الدرجات تبعا لمتغير الصف، وأسفرت النتائج عن أن الطالبات في صفوف المرحلة الابتدائية من الصفوف العليا يتمتعن بدرجة متوسطة على التوالي من جودة المناخ الاسري والحصانة النفسية والاتزان الانفعالي وأيضا وجود علاقة ارتباطية داله موجبة بين كلا من جودة المناخ الاسري والاتزان الانفعالي والحصانة النفسية وكانت فروق النتائج لصالح طالبات الصف السادس الابتدائي .

الكلمات المفتاحية: جودة المناخ الاسري، الاتزان الانفعالي، الحصانة النفسية.

The quality of family climate and its relation to the emotional balance and psychological immunity among the upper grades students at primary school girls in Jeddah.

Khadeja jamil halawani

Department of Psychology, College of Education, Umm Al-Qura University, KSA.
Email: Kjhalawani@uqu.edu.sa

Abstract:

The current study aimed to find the relationship between the quality of the family climate and both emotional balance and psychological immunity among female students in the upper grades in primary schools in the city of Jeddah, where the random sample consisted of (113) female students from the fifth and sixth grades of primary school, and the researcher used the comparative descriptive method, and as Arithmetic means and standard deviations were used in the analysis to determine The levels of the focus of the study, the Pearson correlation coefficient to find the relationship between the variables, and the t-test to detect differences between the average scores according to the grade variable. The results revealed that female students in the primary school classes from the upper grades enjoy an average degree, respectively, of the quality of the family climate, psychological immunity, and emotional balance, and there is also a correlational relationship. A positive function between the quality of the family climate and balance Emotional and psychological immunity. The differences in results were in favor of sixth-grade female students.

Keywords: quality of family climate, emotional balance, psychological immunity.

مقدمة:

منذ بداية النشأة يعيش الأبناء ضمن السياقات الاجتماعية المختلفة والمتعددة ، ويتميز السياق الأسري بالأهمية القصوى من بين هذه السياقات لما يحدث للإنسان فيه ، من خلال تأثره وتفاعله مع أفراد الأسرة وأفراد المجتمع، إذ أن ما يتعلمه داخل الأسرة يحكم سلوكياته وخياراته وتبني سمات شخصيته، فإما أن يجعله المناخ الأسري عرضة للمشكلات النفسية والسلوكية المختلفة والذي يقلل مستوى اتزانه الانفعالي، أو أن يؤثر عليه المناخ الأسري بشكل إيجابي في بناء حصناً نفسياً تجاه الأمراض المجتمعية والسلوكيات الخاطئة والتغيرات الفسيولوجية والنفسية التي تصحب مراحل نموه ليكون لديه نوعاً جيداً من التحصين النفسي، لذلك فالحصانة النفسية لدى الأبناء تنبع من الأسرة وبيئتها هي المناخ الأسري حيث تعد المسئول الأول عن بناء الطفل بشخصيته وسلوكه وتفاعلاته الاجتماعية. وتؤثر بطبيعتها إما في زيادة جودة حالته النفسية، بل وبناء حصناً نفسياً لديه أو تتأثر جميع هذه الأبعاد النفسية ببعضها البعض لأنها شبكة مترابطة تعبر عن مدى التماسك الأسري وفي تطور سلوكه وتحصينه نفسياً تجاه الأمراض المجتمعية المختلفة.

وينظر للمرحلة الابتدائية على أنها المرحلة الأساسية لتربية النشء وتأهيلهم للتوافق مع المجتمع والتفاعل معه، وتعتبر المرحلة الابتدائية الخطوة الأولى للمسار التعليمي والعلمي والفكري للتلميذ، إلا أن بعض المعلمين يواجهون في مدارسهم العديد من المشكلات السلوكية غير المقبولة ويرجع ذلك إلى أساليب تربية ومناخ أسري سلبي يعيشون فيه. (إسماعيل، 2016)

إن المناخ الأسري يعد المظلة الأساسية التي تساعد في نمو وتطور جوانب شخصية الفرد بما تمثله من مكونات وعناصر تؤثر في بناء هذه الشخصية والتي تشتمل مقومات التعاون والمحبة والألفة وإتاحة الفرص الإيجابية المناسبة التي تساعد في إشباع الحاجات والرغبات التي يحتاجها الفرد لتحقيق النمو السوي بمختلف الجوانب الاجتماعية، والجسمية، والتعليمية، والنفسية. فيتأثر ذلك بدرجة التماسك الأسري والعلاقات بين أفراد الأسرة ومستوى شعور أفراد الأسرة بالراحة في التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم الداخلية. (محيلية، 2015)

وللمناخ الأسري دور مؤثر في تربية الأبناء ويترك آثاراً في نموهم النفسي والعقلي والاجتماعي وهذه الآثار إما أن تكون سلبية أو إيجابية وفقاً للتنشئة الأسرية، فالمناخ الأسري السائد في الأسرة يحدد نمو شخصية الأبناء ومعالم تكوينهم وهذ المناخ هو جوهر التنشئة الاجتماعية وإن المعاملة التي تتلقاها الفتاة من الوالدين لها علاقة وثيقة بما ستكون عليه شخصيتها وسلوكها، وقيمها، وتوافقها النفسي، والاجتماعي. (الرويلي، 2015)

لذلك فإن المناخ الأسري غير السوي قد يؤدي إلى اختلال في الوظائف الوالدية ويولد الضغوط الأسرية وأحداث الحياة السلبية قد تؤدي إلى ظهور بعض المعوقات السيكولوجية وعدم القدرة على الاندماج في العلاقات الاجتماعية وتضاؤل فرص التفاعل بين أعضاء الأسرة وقد يؤدي إلى عدم توافر البيئة الأسرية الملائمة التي تؤهل الفرد للرغبة في الاستقلال وإقامة علاقات اجتماعية متوازنة، بل أن الاختلال الوظيفي لبنية المناخ الأسري قد يؤدي إلى سيطرة مشاعر الانطوائية وعدم توافر المقومات النفسية لدى الأبناء. (درغام، 2013)

لذلك ترى الباحثة ان أحد الخصائص البيئية الأسرية والتي تعد من الأبعاد الرئيسية وكقوة هامة في التأثير على سلوك الطالبات من خلال العلاقات السائدة بين أفراد الأسرة والتي يجب أن تكون بشكل إيجابي لإتاحة فرص النمو المستقبلي للفتيات القويم الاهتمام القوي بجودة المناخ الاسري الذي سيترتب عليه ارتفاع في مؤشرات الاتزان الانفعالي لديهم.

ويتضمن مصطلح الاتزان الانفعالي مفهومين مهمين من مفاهيم علم النفس هما الاتزان والانفعال ويعني مفهوم الاتزان أن الإنسان لدي قدر من الطاقة الثابتة بمقدار يميل إلى التوزيع بالتساوي داخل الكائن الحي وهذا المقدار الثابت يمثل الحالة المتوسطة للتوتر داخل الكائن الحي، والعودة إلى الحالة المتوسطة يمثل عملية الاتزان. (محمد، 2010)

ويعد الاتزان الانفعالي أحد المحددات المؤثرة في أنماط الشخصية وتحسين التوافق النفسي لدى الأبناء فهو الأساس أو المحور الذي تنتظم من خلاله جميع جوانب النشاط النفسي له وما يصدر عنه في النهاية هو شكل من أشكال الاتزان الانفعالي وواحداً من الجوانب الهامة لحياة الأبناء. (Janborhia, et. al, 2009)

وتشير النظرية الفسيولوجية أن الاتزان الانفعالي لدى الأبناء يرجع إلى سلامة الجهاز العصبي حيث إن وجود أي خلل أو عطب فيه وخاصة في القشرة الدماغية فيحدث الاضطراب الانفعالي، كما أن سيطرة المستويات العليا من الجهاز العصبي على نشاطات الأبناء يرجع إلى الاضطراب الانفعالي وسيطرة الأفعال المنعكسة، وهذا يقلل من مستوى الحصانة النفسية لديهم بسبب الإدراك الخاطئ للمواقف المختلفة. لذلك فإن ردود الفعل الموزونة تنم عن صحة نفسية سوية. (خليفة، 2012)

وهنا ترى الباحثة أن النظرية الفسيولوجية استطاعت تفسير الاتزان الانفعالي لدى الأبناء وبشكل تحليلي إذ أرجعت سوء الاتزان الانفعالي إلى مشاكل في القشرة الدماغية ونصت نتائجها أن الطفل الذي يعاني من مشاكل الاتزان الانفعالي لن ولم يتمتع بمستوى جيد من الحصانة النفسية.

فعملية التحصين من المشكلات والضغوط النفسية تشبه عملية التحصين ضد الأمراض العامة، فالأطباء يجمعون على أن الإنسان لا يعيش حياة صحية وسليمة إلا بوجود قدرة لجسم الإنسان على مقاومة مسببات المرض أو حتى مهاجمة مسبباته والقضاء عليها، لذلك تتأكد الفكرة لدى علماء النفس حيث يؤكدون أن الحياة النفسية السوية لا تتم إلا من خلال تحسين نفسي للنفس البشرية وبطريقة فعالة. (زيدان، 2013)

ومن الأهداف الرئيسية للحصانة النفسية هي تحصين الفرد من الاضطرابات النفسية ومقاومة مسبباتها قبل حدوثها وإزالتها والعمل على ضبطها والتقليل من آثارها وبذلك يتحقق للفرد التوافق الذاتي والاجتماعي والنفسي الذي يتولد منه معرفة بالنفس والثقة بها وضبطها لذا يبدو واضحاً بأن الحصانة النفسية تهتم بالأفراد الأسوياء قبل اهتمامها بالأفراد الذين يعانون الاضطرابات بشتى أنواعها. (الدريج، 2008)

لذلك ترى الباحثة أن الحصانة النفسية بعد نفسي أصيل يجب أن يتمتع به طالبات المرحلة الابتدائية نظراً لكثرة المشكلات السلوكية التي يعانوا منها والتخبط في الحالة النفسية والتي تعمل وبشكل ديناميكي في الإخلال بالاتزان الانفعالي وسط مجموعة من المتغيرات النفسية والاجتماعية والتربوية والثقافية التي يتفاعلون معها داخل كيان الأسرة الواحدة والمجتمع

بصفة عامة مما قد يقلل من مستوى المناخ الأسري المطلوب لتحقيق معدل جيد من الحصانة النفسية لديهم.

وإشارة بالصلة لما سبق تؤكد إحدى مبادئ نظرية عالم النفس السويسري جان بياجيه في أن بعد مرحلة العمليات العيانيه والذي يمتد من سن السابعة إلى سن الحادية عشرة والتي تقابل المرحلة الابتدائية وذلك طبقاً للنظرية أكد على ضرورة مرور الطفل بإجراءات تربوية ونفسية سوية من قبل الوالدين في أبعاد التكيف والاتزان الانفعالي والعمليات العقلية والأنماط المنتظمة من السلوك والصحة النفسية وكل ذلك قائم على مناخ أسري قوي حتى يمر الطفل بفترة نمو سليم ويكون خالي من الاضطرابات النفسية ويكون لديه مستوى جيد من الحصانة النفسية. (الغامدي، 2011)

لذلك ترى الباحثة أن أولى مراحل النمو التي تمر بها طالبات المرحلة الابتدائية تتصل أتصال وثيق الصلة بنوعية وقوة وبيئة المناخ الأسري للطالبات داخل الأسرة، فالمناخ الأسري القائم على الإيجابية في القدرة على تماسك اجتماعي قوي وإقامة علاقات اجتماعية صحيحة يشكل قدرة كبيرة لدى الطالبات في تحسين صورتهم تجاه أنفسهم وتطور من شخصياتهم وسلوكهم وتعطيهم نوعاً من السواء النفسي الإيجابي وبالتالي يزيد مستوى الاتزان الانفعالي ومستوى الحصانة النفسية لديهم من المشكلات السلوكية والنفسية والأمراض المجتمعية التي يواجهها في الأسرة والمجتمع.

مشكلة الدراسة

من خلال إطلاع الباحثة على نتائج الدراسات السابقة والأدب التربوي تعتبر الدراسة الحالية من أولى الدراسات التي تحاول بحث جودة المناخ الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية، فبالرغم من اجتهادات الباحثين في كل متغير من هذه المتغيرات إلا أنه لم يركز الباحثون على استكشاف العلاقة بين المتغيرات المدروسة، مما حدا بالباحثة القيام بهذه الدراسة حتى تضيف إلى المكتبة العربية دراسة حول علاقة المناخ الأسري بكل من الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى الطلاب.

ومما يبرهن ذلك نتائج دراسة كل من (درغام، 2013) و سويعد (2013) والتي أظهرت أن البيئة الأسرية زادت الضغوط على الأبناء وجعلتهم عرضة لانخفاض جودة الحياة النفسية وحصانتهم النفسية كما أوضحت نتائج دراسة قشقوش (2015) أن النتائج الميدانية لتلك الأبعاد النفسية لم تتلاقى بشكل واضح في تعزيز شخصية وسلوك الأبناء من خلال معرفة مدى تأثر المناخ الأسري من ناحية وجودة الحياة النفسية من ناحية أخرى بمستوى الحصانة النفسية التي يتمتع بها الأبناء، لذلك أوصت كل دراسة بضرورة إجراء مزيداً من الدراسات حول تلك المتغيرات لما لهما من ارتباط واضح ببعضهما البعض.

وتشير نتائج دراسة (kara, L. E, Jessen, 2012) أن الاتزان الانفعالي يعد أحد السمات الأساسية للشخصية ويشير إلى الحالة المزاجية كما أن الأطفال الذين يتمتعون بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي تكون حالتهم المزاجية متقلبة ويعانون من القلق وعدم الشعور بالأمان وتزداد المشاكل والصراعات الداخلية لديهم وينخفض لديهم الحصانة من الاضطرابات النفسية المختلفة.

كما تشير نتائج دراسة (القاضي،2013) أن الأعراض النفسية المرضية كانخفاض الاتزان الانفعالي والحساسية والتفاعلية ومستوى الحصانة النفسية ضد الأمراض النفسية كان بسبب المناخ الأسري السلبي في تربية الأبناء بسبب العنف تجاه الأبناء.

ولاحظت الباحثة أن الفتيات من المرحلة العمرية (9 إلى 12) عام لا يتمتعن بمستوى جيد من الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية تجاه الأمراض المجتمعية المنتشرة كتعلم السلوكيات الخاطئة والانحراف والتشوه المعرفي والعزلة والانطواء وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي وذلك بسبب مناخ أسري غير سوي يعيشون فيه، تزعزعت لديهم مقومات الطمأنينة الداخلية والسلام وكل ذلك في خضم مناخ أسري سلبي لا يدرك الوالدان فيه أساليب التنشئة الأسرية الصحيحة وكيفية تربية أبنائهم على السلوكيات التي تعزز جودة الاتزان الانفعالي لديهم ولم توفر مستوى جيد من الحصانة النفسية تجاه الاضطرابات النفسية تجعلهم أكثر مقاومة تجاه الأمراض المجتمعية التي انتشرت في مجتمعنا الحالي.

كما أن من المشكلات الأساسية التي ألغت تمتع الطالبات بجودة اتزان انفعالي وحصانة نفسية جيدة تجاه العوارض السلوكية، هو التفكك الأسري الواضح الذي أصبح متفشياً في العديد من الأسرة وعدم الاهتمام بتقويم سلوكيات الأبناء وأن فترة الطفولة من أكثر الفترات التي تكون هامة في النمو الصحيح ولم تكترث بعض الأسر إلى هذا التغير، مما جعل الأمر أكثر كارثية وأخرج إلينا صوراً من الانحراف السلوكي والجنوح والبعد عن القيم الدينية وظهور سمات شخصية تتصف بالعدائية والانطواء وتشوه الحالة النفسية فأصبحوا في عرضة كبيرة لأي انحراف مجتمعي وبشكل كبير، لذلك نحن في حاجة ماسة إلى تنمية مقومات الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى الطالبات من خلال مناخ أسري قادر على تقويم سلوكهم وتعزيز سمات الشخصية الإيجابية حتى يحصل الطالبات على مستوى جيد من الصحة النفسية لذلك تطرح الدراسة تساؤلاً رئيسياً وهو:

ما علاقة جودة المناخ الأسري بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بنات بمدينة جدة؟

•أسئلة الدراسة

ينبثق من التساؤل الرئيسي عدة تساؤلات فرعية وهي:

1. ما مستوى جودة المناخ الاسري، والاتزان الانفعالي، والحصانة النفسية لدى طالبات الصفوف العليا بالمرحلة الابتدائية ؟
2. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المناخ الاسري والاتزان الانفعالي لدى عينة من طالبات الصفوف العليا؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المناخ الأسري والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا؟
4. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بنات بمدينة جدة؟

5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة المناخ الاسري و الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بنات بمدينة جدة تعزي لمتغير (الصف الدراسي)؟

أهداف الدراسة

1. التعرف على مستوى جودة المناخ الأسري والاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بنات بمدينة جدة.

2. التعرف على درجة تحقق الاتزان الانفعالي لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بنات.

3. التعرف تحقق الحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية.

4. معرفة الاسباب التي تحول دون تحقيق جودة المناخ الأسري والتي تؤثر على الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى عينة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بنات.

أهمية الدراسة

تنقسم أهمية الدراسة إلى:

أ- الأهمية النظرية:

1. يُعد موضوع الدراسة من الموضوعات المهمة والتي لم تتحدث عنه المكتبة العربية– في حدود ما اطلعت عليه الباحثة – بالشكل المطلوب وذلك بسبب كثرة المشكلات النفسية التي يعاني منها الأبناء سواء كانت مشكلات تخص ذواتهم أو مشكلات جراء تفاعلهم داخل الأسرة مع انخفاض واضح في مستوى الصحة النفسية لديهم.

2. إمكانية تحسين عملية الإرشاد النفسي من خلال فهم أبعاد شخصية الأبناء والأسباب التي أدت إلى انخفاض مستوى الحصانة النفسية لديهم والأسباب الجوهرية التي أدت إلى زعزعة المناخ الأسري السوي داخل الأسرة.

3. المعاناة الواضحة التي يشعر بها الأبناء داخل الأوساط الاجتماعية والتربوية نتيجة عدم استقرار حالتهم النفسية والذي يؤثر بشكل بالغ على صحتهم النفسية وأدائهم الأكاديمي.

4. قد تكون الدراسة الحالية بداية لإجراء مزيداً من الدراسات المستقبلية حول أثر جودة المناخ الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية.

ب- الأهمية التطبيقية:

1. يمكن أن تسهم نتائج الدراسة في مساعدة المعلمات في تحسين الصحة النفسية لدى الطالبات من خلال تحقيق الاتزان الانفعالي المنشود والحصول على حصانة نفسية من المشكلات التي يواجهونها.

2. قد تفيد نتائج الدراسة في مساعدة المرشدين النفسيين في ضبط جودة المناخ الأسري لدى الأبناء داخل الأوساط التربوية من خلال الحفاظ على مناخ أسري جيد وتنمية مستوى الحصانة النفسية لديهم.

3. يمكن أن تسهم نتائج الدراسة في مساعدة المسئولين في إعداد نموذج تربوي نفسي لتحسين الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لدى طالبات المرحلة الابتدائية.

4. يمكن أن تسهم نتائج الدراسة في وضع برنامج تربوي يمكن من خلاله ضبط الحالة النفسية لدى الأبناء الذين يعانون من مشكلات تخص زعزعة الاستقرار وانخفاض المناخ الأسري الجيد لديهم.

•مصطلحات الدراسة

1. المناخ الأسري:

"مجموعة التفاعلات القائمة بين أفراد الكيان الأسري في البيئة التي يعيش فيها الفرد وتؤثر في سلوكه وتكيفه وتمتعه بصحة نفسية سليمة من خلال طبيعة العلاقات وأسلوب إشباع الحاجات الإنسانية وطبيعة حل النزاعات التي تحدث بين الأفراد في الأسرة الواحدة". (العزام، 2010م: ص28)

شبكة من الناس في المجال النفسي الحالي للفرد ويشمل الأعضاء الذين يعيشون في المنزل بالإضافة لأشخاص آخرين يعيشون مهم ويلعبون دوراً هاماً في حياة هؤلاء الأعضاء مثل: الجدة والجد وقد يتصف المناخ الأسري بالسلبية وبالإيجابية.(cart, 2006: p120)

الطابع العام للحياة الأسرية التي تتضمن أشكال الضبط والسيطرة، وتحديد الأدوار والمسئوليات وطبيعة العلاقات الأسرية ودرجة الاتصال والتواصل بين أفراد الأسرة ومستوى الدعم الأسري الذي يحصل عليه كل فرد من أفراد الأسرة لمساعدته على تحقيق أهدافه الشخصية. (Hartwig, 2003: p8)

تعرفها الباحثة إجرائياً: "الظروف المحيطة بالطالبة داخل المنزل والتي تؤثر بشكل كبير في حالتها النفسية وشخصيتها وسلوكها، إما أن يكون مناخ أسري سوي إيجابي أو سلبي، ويتحدد ذلك بالدرجة التي ستحصل عليها الطالبة على مقياس المناخ الأسري".

2.الاتزان الانفعالي

"القدرة على السيطرة على الانفعالات وتوجيهها بالشكل الأمثل وهذا نابع من تطور منظومته المعرفية والعقلية في المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعله يميل إلى الهدوء ويكون أكثر تفاؤلاً وثباتاً للمزاج وثقة في النفس". (الكعبي، 2015م: ص572)

"قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته وتقديره لذاته بطريقة تمكنه من إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين وتوجيه أموره وحل مشكلاته دون الاعتماد على الآخرين ومواجهة الفشل والنكسات بأقل قدر من الانزعاج والإحباط". (عبد الفتاح، 2010م: ص28)

"حالة من التروي والمرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد الذين يمليون لهذه الحالة الأكثر سعادة وهدوءاً وتفاؤلاً وثباتاً للمزاج وثقة في النفس، أما الأفراد الذين يعزفون عن هذه الحالة فلديهم مشاعر دونية وتسهل آثارتهم ويشعرون بالانقباض والكآبة والتشاؤم ومزاجهم متقلب". (ريان، 2006م: ص9)

تعرفه الباحثة إجرائياً: "قدرة الطالبة على السيطرة والضبط لانفعالاته وامتلاكها لوجوداً أصيلاً مع الآخرين قائماً على الحب والتفاعل الذي لا يلغي خصوصيتها وتفردها معهم. ويقاس بالدرجة التي ستحصل عليها الباحثة على مقياس الاتزان الانفعالي".

3. الحصانة النفسية:

"امتلاك الفرد القدرة على مواجهة الأزمات والضغوط النفسية وتحمل المصاعب والمتاعب ومقاومة ما ينتج عنها من مشاعر وأحاسيس وأفكار تجعله في مأمن مما يعاني منه أقرانه ممن واجهوا نفس الظروف والأحداث". (ختاتنة، أبو أسعد، 2010م: ص271).

"تمتع الفرد بخصائص وسمات تجعله قادراً على تحمل ومواجهة الظروف والأحداث الضاغطة التي يمر بها". (سويعد، 2016م: ص8)

واحدة من أهم الصفات لتطوير علاقات العمل، والحفاظ على الطمأنينة الداخلية لدينا، والحصانة هي أن كل واحد فينا يخلق له واقعه الخاص ومشاعره الخاصة ولنبقى محصنين يجب ألا نسمح لأي شخص أو وضع خارجي للتأثير على الطمأنينة الداخلية والسلام الداخلي داخلنا. (excelsias, 2011: p21)

مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط والإنهاك النفسية ودمج كافة الخبرات المكتسبة منها لاستخدامها في المواقف المشابهة حيث ينتج عنها أجسام مضادة نفسية تحمي الفرد من التأثيرات البيئية. (albert, 2012: p104)

تعرفها الباحثة إجرائياً: "تمتع الطالبات بخصائص وسمات تجعلهم قادرات على تحمل ومواجهة الظروف والأحداث الضاغطة التي تمر بها، وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الحصانة النفسية".

•حدود الدراسة:

1. **الحدود الموضوعية:** سوف يركز موضوع الدراسة على تناول جودة المناخ الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية.
2. **الحدود البشرية:** يتم تطبيق الدراسة الحالية على عينة من طالبات الصفوف العليا بالمرحلة الابتدائية.
3. **الحدود المكانية:** مدارس المرحلة الابتدائية بنات بمحافظة جدة.
4. **الحدود الزمانية:** العام الجامعي 2024.

5. **الحدود الادائية:** استبانة من تصميم الباحثة بالمحاور الثلاثة (جودة المناخ الاسري–الاتزان الانفعالي–الحصانة النفسية).

ثانياً: الدراسات السابقة

سوف تستعرض الباحثة مجموعة من الدراسات السابقة حول موضوع الدراسة، والتي ستقسمها إلى الآتي: الدراسات التي تناولت المناخ الأسري والدراسات التي تناولت الاتزان الانفعالي والدراسات التي تناولت الحصانة النفسية وإليكم الآتي:

أولاً: دراسات تناولت المناخ الأسري وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة حميد (2017) إلى استكشاف مدى إمكانية التنبؤ باتخاذ القرار لدى طلاب جامعة مصراته من خلال أنماط المناخ الأسري وسمات الشخصية لديهم، وتكونت عينة الدراسة من (261) طالب وطالبة من طلاب جامعة مصراته، وقامت الباحثة بإعداد مقياس المناخ الأسري، وتوصلت الباحثة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن التفتح على الخبرات والتعامل الأسري والتقلبية من العوامل التي تسهم في اتخاذ القرار، كما لا توجد فروق بين الذكور والإناث في المناخ الأسري وسمات الشخصية لديهم.

كما أجرى قمر (2017) دراسة هدفت إلى التعرف على المناخ الأسري وعلاقته بالصحة النفسية والشعور بالذنب لدى طلبة جامعة دنقلا، وتكونت عينة الدراسة من (108) طالب، وطور الباحث مقياس المناخ الأسري، والصحة النفسية والشعر بالذنب، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى عالي من المناخ الأسري والصحة النفسية وانخفاض مستوى الشعور بالذنب لديهم، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين المناخ الأسري والصحة النفسية وانخفاض مستوى الشعور بالذنب لديهم، وأن المناخ الأسري منبىء بالصحة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

أجرت محيلية (2015) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين المناخ الأسري والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قضاء الناصرة، في ضوء متغيري الجنس والصف المدرسي، وتكونت العينة من (183) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقام الباحث بتطوير مقياس المناخ الأسري ومقياس الكفاءة الذاتية المدركة، وتوصل الباحث إلى

مجموعة من النتائج أهمها: أن المناخ الأسري السائد لدى طلبة المرحلة الثانوية في قضاء الناصرة هو المناخ الأسري الإيجابي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في المناخ الأسري تعزي للجنس والصف الدراسي.

وأجرى مودري وآخرون (moddry, et al, 2007) دراسة هدفت إلى التعرف على علاقة المناخ الأسري العاطفي وعلاقة الإخوة وتأثيرها في الضغط النفسي لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (150) طالب وطالبة في الفترة العمرية في سن (14–17) عام، وتم تحديد الأشقاء المشاركين والعلاقة بينهم للتنبؤ بتوافقهم وكذلك تحديد خصائص الأسرة في التعبير العاطفي وتعرض الطالب للصراع واتفاق الوالدين في التربية، وتوصل الباحثون إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن العلاقة الدافئة بين الطالب وإخوته والتعبير العاطفي واتفاق الوالدين في التربية أسهمت بشكل كبير في تحقيق مناخ أسري جيد وخففت من الضغط النفسي الذي يتعرض له.

ثانياً: دراسات تناولت الاتزان الانفعالي وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

أجرى أبو يونس (2016) دراسة هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتفكير الناقد لدى طلبة المرحلة الثانوية في سخنين بالأردن، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة، منهم (99) ذكور، و (101) إناث، أعدت الباحثة مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس التفكير الناقد، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن مستوى الاتزان الانفعالي ومستوى التفكير الناقد جاء بمستوى متوسط لدى طلبة المرحلة الثانوية في سخنين، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي تعزي إلى متغير الجنس، وجاءت الفروق لصالح الإناث وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي تعزي إلى متغير التخصص الأكاديمي.

كما أجرى إسماعيل (2016) دراسة هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين السلوك الفوضوي وبين الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية المتفوقين والمتأخرين دراسياً، وتكونت عينة الدراسة من (100) تلميذ وتلميذة تتراوح أعمارهم بين (10–11) سنة، منهم (50) تلميذ متفوق، و (50) تلميذ متأخر دراسياً، مقسمين بالتساوي على الذكور والإناث، واستخدم الباحث مقياس السلوك الفوضوي ومقياس الاتزان الانفعالي، وتوصل الباحث إلى مجموعة من

النتائج أهمها: أن مستوى الاتزان الانفعالي للتلاميذ المتفوقين دراسياً أعلى من مستواه لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً والتلميذات المتأخرات دراسياً، وتختلف درجة الاتزان الانفعالي للتلاميذ والتلميذات تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية (النوع، المستوى، التعليم للأم والأب).

وقام الربيع وعطية (2016) بدراسة هدفت إلى إلى الكشف عن الاتزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك، استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي في الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (749) طالب وطالبة من طلبة جامعة اليرموك، وقام الباحثان باستخدام مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس ضبط الذات، وتوصل الباحثان إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن مستوى ضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة، ووجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاتزان الانفعالي ومستوى ضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك.

وأجرى كومار (Kumar, 2013) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى الطلبة الذين يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية والخاصة، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى الطلبة الذين يدرسون في المدارس الحكومية والخاصة، ووجود فروق في المعدل العام للوضع الاجتماعي والاقتصادي للطلبة تبعاً للاتزان الانفعالي الذين يتميزون به، كما أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة كان متوسطاً.

وقام نيكوليتا وفيتاليا (nicoleta & viralia, 2013) بدراسة هدفت إلى الكشف عن تأثير الخبرات على الاتزان الانفعالي، كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن طرق تنمية سمات الشخصية التي من شأنها تعزيز الاتزان الانفعالي لدى الطلبة، وتكونت عينة الدراسة من (10) طلاب من طلبة الجامعة تخصص علم النفس، تراوحت أعمارهم بين (20–21) عام والذين شاركوا في برنامج تنمية سمات الشخصية، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: وجود أثر إيجابي دال إحصائياً لبرنامج تنمية سمات الشخصية على الطلاب بشكل يسمح بخلق

الانسجام والتفاعل والتكامل سواء على مستوى الأفراد أو بينهم مما يؤدي إلى رفع مستوى الاتزان الانفعالي لديهم.

كما قام القرجتاني (2012) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى النمو الأخلاقي ومستوى الاتزان الانفعالي لدى المراهقين المحرومين وغير المحرومين من الوالدين، وتكونت عينة الدراسة من (500) طالب وطالبة منهم (214) ذكور و (286) إناث، واستخدم الباحث مقياساً للنمو الأخلاقي ومقياساً للاتزان الانفعالي، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمو الأخلاقي والاتزان الانفعالي لدى عينة الدراسة، وأن الاتزان الانفعالي يؤدي إلى نمو أخلاقي لدى الفرد، كما أن الاتزان الانفعالي يساعد الطلبة على تأدية الوظائف العقلية بأسلوب منتظم ومنسق تمهد لتغلب العقل والمنطق في السيطرة على النزوات وكبح جماح النفس والحد من انحرافها مما يجعل الطالب أكثر قدرة على التفكير والنشاط وأكثر قبولاً من قبل الجماعة.

وأجرى مبارك (2008) بدراسة هدفت إلى قياس الاتزان الانفعالي ومفهوم الذات لدى الطلبة المتميزين وأقرانهم العاديين، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من المتميزين والعاديين بالتساوي، واستخدم مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس مفهوم الذات، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: تمتع عينة البحث بالاتزان الانفعالي ومفهوم ذات عالي، كما أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين مفهوم الاتزان الانفعالي ومفهوم الذات لدى الطلبة المتميزين والعاديين، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الاتزان الانفعالي وفقاً لمتغير الجنس

ثالثاً: دراسات تناولت الحصانة النفسية وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة خوجة (2019) الى التعرف على العلاقة بين درجات الحصانة النفسية والمناخ الاسري لدى عينة من المراهقات بجدة وفقا للمرحلة الدراسية والحالة الاجتماعية للوالدين وبلغت العينة (302)طالبة ، استخدمت مقياس(سويعد ، 2016) للحصانة النفسية ومقياس (خليل ،2000) للمناخ الاسري كأدوات للدراسة وخلصت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة

احصائيا بين كلا من الحصانة والمناخ الاسري وفقا للمرحة الدراسية للمدارس المتوسطة عدا ذلك لا توجد فروق تعزا الى الحالة الاجتماعية.

هدفت دراسة سويعد (2016م) إلى التعرف على العلاقة بين كل من الحصانة النفسية وقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب من نزلاء مراكز الإيواء في قطاع غزة والتعرف على الفروق الفردية بين أفراد العينة في مستوى الحصانة النفسية ومستوى قلق المستقبل ومستوى جودة الحياة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (368) فرد من نزلاء مراكز الإيواء في شرق غزة وبيت حانون من فئة الشباب العمرية (20–30) عام، واستخدم الباحث مقياس الحصانة النفسية ومقياس جودة الحياة ومقياس قلق المستقبل في الدراسة، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: مستوى الحصانة النفسية وجودة الحياة مرتفعان لدى الشباب من نزلاء مراكز الإيواء، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الحصانة النفسية في كافة أبعادها لدى عينة الدراسة تعزي للحالة الاجتماعية، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة في كافة أبعادها لدى عينة الدراسة تعزي للعمر والجنس والحالة الاجتماعية، فيما توجد فروق تعزي للمنطقة الجغرافية.

وهدفت دراسة لورنكز وآخرون (lorincz, et al, 2011) إلى التعرف على العلاقة بين سمات نظام الحصانة النفسية والمزاج العاطفي للشخصية لدى المراهقين ولتحديد تأثير الحصانة النفسية على المزاج العاطفي للشخصية، وتكونت العينة من (599) مراهق بمتوسط عمري 16،7 عام، وقام الباحثون بإعداد الاستبانة لجمع المعلومات حول عينة الدراسة وتوصل الباحثون إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن علاقة ارتباطية بين دور تأثير الحصانة النفسية والمزاج العاطفي للشخصية وأن التفكير الإيجابي والتفاؤل ومشاعر الضبط كل ذلك يساعد في تدفق الخبرات في أنشطة الفرد والتحكم العاطفي وأن التنظيم الذاتي يساعد على ذلك التدفق أثناء الأنشطة المدرسية والأنشطة مع الأصدقاء.

وقام لابسلي وهيا (Lapsley & hill, 2011) بدراسة هدفت إلى تقييم العلاقة بين الحصانة النفسية الذاتية والتفاؤل والتكيف في مرحلة البلوغ المبكرة وارتباطهم بسلوكيات المخاطرة، وتكونت عينة الدراسة من (350) طالب وطالبة من أوروبا وأمريكا متوسط أعمارهم

بين 17 إلى 20 عام، وتم قياس الحصانة الذاتية بمقياس الحصانة لدى المراهقين، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن المقاييس الفرعية لمقياس الحصانة أظهر اتساقاً داخلياً قوياً، وأن الحصانة الذاتية والتفاؤل لهم ارتباط كبير مع التكيف وتنبؤ المخاطر وأن الحصانة الذاتية مرتبطة بسلوكيات المخاطرة أكثر من التفاؤل، كما أن الحصانة النفسية كانت مرتبطة عكسياً بالاكتئاب والثقة بالذات والمشاكل الشخصية.

وأجرى باتريك (Patrick, 2010) بدراسة هدفت إلى التعرف على الآثار النفسية الإيجابية والسلبية للشعور بالحصانة النفسية على صغار السن المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (250) مراهق ومراهقة، وتم تطبيق مياس الحصانة النفسية للمراهقين عليهم، وتوصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن الشعور بالتحصن النفسي ضد الاكتئاب واحترام الذات وغيرها من القضايا هي بمثابة ضمانات لصحة المراهقين العاطفية خلال سنوات المراهقة المضطربة وربما خلال مرحلة البلوغ، كما أن نسبة مستوى الحصانة النفسية أعلى من مستوى السلوكيات غير الداعمة للتأقلم، كما أن الحصانة النفسية هي في مصلحة المراهقين لأنها تشجع على التكيف الإيجابي والتكيف أثناء العناء والصراع مع الأنا وتشكيل الهوية لدى المراهقين.

التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد استعراض الدراسات السابقة وجدت أن الدراسات قد تناولت الأبعاد النفسية لمجموعة من السمات الشخصية التي يجب أن يتمتع بها الأبناء، إما من خلال التحلي بمستوى مرتفع من الحصانة النفسية لمقاومة الأمراض السلوكية المتفشية في المجتمع، أو محاولات في التوصل إلى اتزان انفعالي قوي، أو من خلال إيضاح دور المناخ الأسري في إرساء صحة نفسية سوية لدى الأبناء. ومن العرض السابق يمكن أن نستدل على الآتي:

بالنسبة للمنهج: استخدمت معظم الدراسات السابقة المنهج الوصفي (الارتباطي \المقارن) في الدراسة.

بالنسبة للعينة: معظم العينات التي أجريت عليها البحث كانت متفاوتة في الاعمار مما يؤكد على أهمية الموضوع لجميع الفئات العمرية.

بالنسبة للأدوات: اعتمد معظم الباحثين على إعداد مقياس المناخ الأسري ومقياس الحصانة النفسية ومقياس الاتزان الانفعالي مع اللجوء إلى بعض الدراسات في الاستفادة من مقاييسهم. بدون اللجوء إلى أي برامج علاجية أو إرشادية.

وبالنسبة للنتائج: أكدت معظم الدراسات على وجود مشكلات تتعلق بانخفاض مستوى الحصانة النفسية لدى عينة الدراسة ووجود مستوى متوسط من الاتزان الانفعالي، بينما ارتفع مستوى المناخ الأسري في العديد منها. وقد اتفقت الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (خوجة ،2016) في دراسة متغيري المناخ الاسري والحصانة النفسية، واتفقت أيضا مع دراسة سويعد (2016) في أنهما ناقشا في علاقة الحصانة النفسية بجودة الحياة لدى الأبناء، كما اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (lorincz, et al, 2011) ودراسة (Lapsley & hill, 2011) ودراسة (Patrick, 2010) ودراسة محيلية (2015) ودراسة (moddry, et al, 2007) في أنهم ركزوا على عملية النمو في دراستهم وأثر الحصانة النفسية والمناخ الأسري على سمات وخصائص شخصية الأبناء. واختلفت الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (خوج ،2019)، وحميد (2017) ونتائج دراسة قمر (2017) في أنهم قد تعرضوا لبحث المناخ الأسري على فئة طلاب الجامعة والمراهقين وليس الطلاب ما دون ذلك كمرحلة عمرية تعبر عن فترة الطفولة.

وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في أنها تحاول بحث علاقة المناخ الاسري بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية وهو لم تتطرق إليه الدراسات السابقة بأي طريقة مجتمعة معاً، كما ترغب الباحثة في الخروج بتصور نظري قائم على تحسين المناخ الأسري لدى الطالبات لتحسين الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية لديهم باعتبار أن الحصانة النفسية يمكن أن يكون عاملاً هاماً في تحسين حالتهم النفسية ومقاومتهم للأمراض المجتمعية ويمكن أن يؤثروا وبشكل إيجابي في تحقيق مناخ أسري إيجابي داخل الأسرة.

- **ثالثاً: الإجراءات المنهجية:**
- **منهج الدراسة:**

•استخدمت الباحثة المنهج الوصفي: الارتباطي المقارن وهو احد أنواع مناهج البحث العلمي الوصفية، والتي يتم استخدامه في المقارنة بين ظاهرتين او اكثر ، ويهدف الى تحديد ما اذا كانت العلاقة بين هذه العلاقة بين هذه المتغيرات سلبية ام إيجابية ام صفرية ، ومن ثم يقوم بإعطائها قيمة رقمية ، وسمي بالمقارن أيضا لمقارنة طبيعة العلاقة بين مختلف المتغيرات ودراسة تأثيرها.

عينة الدراسة

العينة الاستطلاعية:

وهي العينة التي تم استخدامها لتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث ومدى صلاحيتها لتحقيق اهداف البحث، وتكونت هذه العينة من 50طالبة من طالبات الصفوف العليا لمدارس المرحلة الابتدائية بمدينة جدة.

العينة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة من (113) طالبة من طالبات الصفوف العليا بمدارس المرحلة الابتدائية بنات بمنطقة جدة. وتم اختيارها بالطريقة العشوائية، والجدول التالي يوضح خصائص العينة:

جدول (1) خصائص عينة الدراسة النهائية تبعا للصف والعمر والحالة الاجتماعية

المتغير	الفئات	العدد	النسبة
الصف	الخامس	53	46.9
	السادس	60	53.1
العمر	11 عام	67	59.3
	12 عام	39	34.5
	13عام	7	6.2
الحالة الاجتماعية	أعيش مع الوالدين	107	84.7
	أعيش مع أحد الوالدين	6	5.3

- **أدوات الدراسة**

اعدت الباحثة استبانة تشمل محاور الدراسة على النحو التالي :

1. محور جودة المناخ الأسري: يتكون المحور من 18 عبارة منها 12 عبارة موجبة ،و 6 عبارات سالبة .
2. محور الاتزان الانفعالي: يتكون من 9 عبارات منها 6 عبارات موجبة ،3 عبارات سالبة .
3. محور الحصانة النفسية: يتكون من 13 عبارة منها 6 عبارات موجبة و4 عبارات سالبة ، والجدول التالي يوضح الصورة الأولية لاداة الدراسة :

جدول (2) الصورة الأولية لأداة الدراسة

المحور	عدد العبارات	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
جودة المناخ الاسري	18	12-1	18-13
الاتزان الانفعالي	9	6-1	9-7
الحصانة النفسية	13	9-1	13-10

تصحيح الأداة:

وضعت ثلاثة بدائل أمام كل عبارة، وهي (نعم، أحيانا، لا)، وأعطيت لهذه البدائل الدرجات (3, 2, 1) للعبارات الموجبة، و(1 ,2, 3) للعبارات السالبة.

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

1- صدق الأداة :validity

لأجل التأكد من صدق أداة الدراسة، تم استخدام صدق الاتساق الداخلي، وقد تم التحقق من الصدق الداخلي للاستبانة من خلال حساب ما يلي:

معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات أداة البحث ودرجة المحور الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية للأداة، ويوضح جدول (3) نتائج ذلك:

جدول (3) **معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات أداة البحث ودرجة المحور الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية للأداة (ن=50)**

العبارة	معامل الارتباط بالمحور	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	العبارة	معامل الارتباط بالمحور	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
محور جودة المناخ الاسري					
1	**0.575	**0.547	10	**0.382	*0.327
2	**0.510	**0.486	11	**0.511	**0.606

العبارة	معامل الارتباط بالمحور	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	العبارة	معامل الارتباط بالمحور	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
3	**0.532	**0.453	12	**0.559	**0.545
4	0.271	0.170	13	*0.317	**0.399
5	**0.629	**0.565	14	*0.353	**0.391
6	**0.648	**0.525	15	**0.703	**0.692
7	**0.540	**0.504	16	**0.643	**0.541
8	**0.690	**0.639	17	**0.653	**0.644
9	**0.736	**0.628	18	**0.544	**0.524
محور/ الاتزان الانفعالي					
1	**0.371	*0.303	6	**0.639	**0.615
2	*0.330	*0.310	7	**0.654	**0.620
3	**0.425	*0.325	8	**0.484	**0.420
4	*0.355	*0.285	9	**0.698	**0.621
5	**0.540	**0.366			
محور / الحصانة النفسية					
1	0.169	0.123	8	0.167	0.125
2	**0.457	**0.617	9	**0.559	**0.492
3	0.086	0.119	10	**0.695	**0.590
4	**0.634	**0.579	11	**0.566	**0.390
5	**0.539	**0.522	12	**0.643	**0.536
6	**0.488	**0.428	13	**0.523	**0.422
7	**0.458	**0.479			

*دالة عند مستوى دلالة (0.05)

** دالة عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول (3) بالنسبة لمحور جودة المناخ كانت معاملات الارتباط جميعها جاءت موجبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) و(0.05) ماعدا الفقرة رقم (4) كان معامل ارتباطها غير دال احصائيا لذلك تم حذفها. أما بالنسبة لمحور الاتزان الانفعالي جاءت معاملات ارتباط موجبة ودالة احصائيا بين جميع العبارات ودرجة المحور والدرجة الكلية للأداة،

بينما محور الحصانة النفسية فقد تم حذف العبارات أرقام(1, 3, 8) لأن معاملات ارتباطها كانت غير دالة احصائيا , وتم الإبقاء على باقي عبارات المحور

2– **معاملات الارتباط بين محاور أداة البحث مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للأداة، ويوضح جدول (4) نتائج ذلك.**

جدول (4) معاملات ارتباط محاو أداة البحث مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للاستبانة ن(50)

المحور	جودة المناخ الاسري	الاتزان الانفعالي	الحصانة النفسية
جودة المناخ الاسري	**1**		
الاتزان الانفعالي	****0.569**	**1**	
الحصانة النفسية	****0.761**	****0.581**	**1**
الدرجة الكلية	****0.942**	****0.759**	****0.888**

** دالة عند مستوى (0.01)

يتضح من جدول (4) أن معاملات الارتباط جميعها جاءت موجبة وذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01)، بين محاور أداة البحث بعضها بعضا وبينها وبين الدرجة الكلية ، بما يدل على تميزها بالاتساق الداخلي .

ثبات أداة البحث:

وللتأكد من ثبات أداة البحث تم حساب الثبات باستخدام طريقه ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية ومعامل ثبات اوميجا على العينة الاستطلاعية والجدول (6) التالي يوضح ذلك:

جدول (6):يوضح قيم معاملات ثبات أداة البحث بطريقة الاتساق الداخلي (آلفا كرونباخ) والتجزئة النصفية ومعامل ثبات اوميجا (ن=50)

م	المحور	ثبات ألفا كرونباخ	ثبات أوميجا	التجزئة النصفية بطريقة جتمان
1	جودة المناخ الاسري	0.862	0.864	0.786
2	الاتزان الانفعالي	0.637	0.627	0.508
3	الحصانة النفسية	0.769	0.720	0.610
الدرجة الكلية		0.906	0.906	0.845

تشير النتائج الموضحة في الجدول (6) أن معاملات ثبات الاستبانة بطريقة ألفا كرونباخ بلغت على الترتيب (0.862 – 0.637 – 0.769 – 0.906) ، وبلغت قيمة معامل ثبات أوميجا (0.864 – 0.627 – 0.720 – 0.906) بينما بلغت معاملات الثبات باستجدام طريقة جتمان للتجزئة النصفية (0.786 – 0.508 – 0.610 – 0.845) وهي معاملات ثبات مقبولة؛ مما يشير إلى ثبات الاستبانة وإمكانية الوثوق في النتائج التي يمكن التوصل إليها من خلال تطبيقها على عينة البحث.

وبشكل عام تشير النتائج السابقة إلى أن أداة البحث تتمتع بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الاتساق الداخلي، الصدق، الثبات، مما يعطي الثقة على تطبيقها واستخدامها على العينة الأساسية لتحقيق أهداف البحث حيث أشار (Kline،1999) أنه على الرغم من أن القيمة المقبولة لمعامل ثبات ألفا هي 0.80 للاختبارات المعرفية مثل اختبارات الذكاء ، لذا فمعامل ثبات 0.7 هو مناسب أيضا ،كما أن أدوات علم النفس التي تعكس قيم ثبات أقل من 0.70 هي مقبولة أيضا خاصة عند الأخذ في الاعتبار تنوع المجالات التي يقيسها المقياس ، كما ذكر (Nunnaly,1978) أن معامل ثبات 0.5 بطريقة سبيرمان براون يعد مقبولا وخاصة إذا كان البحث في مراحله الأولى .

الصورة النهائية لأداة البحث:

تكونت أداة البحث في صورتها النهائية من (36) عبارة، كما هو موضح في الجدول (7) التالي:

جدول (7) الصورة النهائية لأداة البحث

المحور	عدد العبارات	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
جودة المناخ الاسري	17	11-1	17-12
الاتزان الانفعالي	9	6-1	9-7
الحصانة النفسية	10	7-1	10-7

وضعت ثلاثة بدائل أمام كل عبارة، وهي (نعم، أحيانا، لا)، وأعطيت لهذه البدائل الدرجات (3, 2, 1) للعبارات الموجبة، و(1 ,2, 3) للعبارات السالبة.

خامسا: الأساليب الإحصائية المستخدمة:

1-المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة مستوى جودة المناخ الاسري، والاتزان الانفعالي، والحصانة النفسية التي يتمتع بها افراد عينة البحث

2-معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين درجات افراد العينة على جودة المناخ الاسري، والاتزان الانفعالي، والحصانة النفسية

3-اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في كل من جودة المناخ الاسري، والاتزان الانفعالي، والحصانة النفسية تبعا لمتغير الصف.

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

نتائج السؤال الأول: ما مستوى جودة المناخ الاسري، والاتزان الانفعالي، والحصانة النفسية لدى عينة البحث؟

للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات العينة على محاور أداة البحث، وقد تم تحديد مستوى الطلاب بناء على المعيار التالي.

من 1 – 1.66 مستوى منخفض.

من 1.66 – 2.33 مستوى متوسط

من 2.34–3 مستوى مرتفع.

جدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور أداة البحث

أداة البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب البعد	درجة الموافقة
المناخ الأسري	2.01	0.33	1	متوسطة
الاتزان الانفعالي	1.73	0.34	3	متوسطة
الحصانة النفسية	1.96	0.38	2	متوسطة

يتضح من الجدول السابق: أن مستوى كل من جودة المناخ الأسري , الاتزان الانفعالي , والحصانة النفسية لدى عينة الدراسة جاء بدرجة متوسطة ؛حيث بلغت قيمة المتوسطات الحسابية (2.01 – 1.73 – 1.96) على التوالي ، وهذا بدورة له علاقة كبيرة بالنمو النفسي والاجتماعي لدى الطالبات في هذا السن بالإضافة الى حسن التصرف في المواقف المختلفة

داخل محيط المدرسة و اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (lorincz, et al, 2011) ودراسة (Lapsley & hill, 2011) ودراسة (Patrick, 2010) ودراسة محيلية (2015) ودراسة (moddry, et al, 2007) في أنهم ركزوا على عملية النمو في دراستهم وأثر المناخ الأسري على سمات وخصائص نمو شخصية الأطفال في هذه المرحلة وكيفية تكيفهم والتنبؤ برادات الأفعال مهما اختلفت المواقف .

نتائج السؤال الثاني: هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجات الطالبات على محور جودة المناخ الأسري ودرجاتهم على محور الاتزان الانفعالي؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين جودة المناخ الاسري والاتزان الانفعالي لدى عينة البحث وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول (9) التالي:

جدول (9) معامل الارتباط بين درجات جودة المناخ الأسري ودرجات محور الاتزان الانفعالي

المحور	الاتزان الانفعالي
جودة المناخ الاسري	0.495**

يتضح من الجدول (9) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين درجات عينة البحث على محور جودة المناخ الاسري ودرجاتهم على الاتزان الانفعالي حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.495، تتفق الدراسة الحالية مع دراسة كلا من (القرجتاني ،2012 : الربيع وعطية ،2016: إسماعيل ،Kumar, 2013:2016 :مبارك ،nicoleta & viralia, 2013:2008) بوجود علاقة بين مستوى المناخ الاسري الجيد والاتزان الانفعالي لدى الافراد وهذا مايفسر حقائق النمو المرتبطة بالمرحلة .

نتائج السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات الطالبات على محور جودة المناخ الأسري ودرجاتهم على محور الحصانة النفسية؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين درجات الطالبات على محور جودة المناخ الأسري ودرجاتهم على محور الحصانة النفسية وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول (10) التالي:

جدول (10) معامل الارتباط بين درجات جودة المناخ الأسري ودرجات محور الحصانة النفسية

المحور	الحصانة النفسية
جودة المناخ الاسري	0.617**

يتضح من الجدول (10) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين درجات عينة البحث على محور جودة المناخ الاسري ودرجاتهم على محور الحصانة النفسية حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.617، وهذا يتفق مع دراسة كلا من (خوجة ،2019: سويعد ،206: lorincz, et al, 2011 : Lapsley & hill, 2011: Patrick, 2010)

ان شعور التحصن النفسي في المواقف الاجتماعية داخل المدرسة لها الدور الكبير في التنشئة والمناخ الاسري الإيجابي مما ينعكس على تكيفهم بطريقة تضح وتترجم من خلال السلوكيات داخل حدود الفصل والفناء المدرسي وكيفية حل الازمات والمشكلات بطريقة صحيحة في اطارها وأن التفكير الإيجابي والتفاؤل ومشاعر الضبط كل ذلك يساعد في تدفق الخبرات في أنشطة الفرد والتحكم العاطفي ويساعد ذلك على التدفق أثناء الأنشطة المدرسية والأنشطة مع الأصدقاء.

نتائج السؤال الرابع: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين درجات الطالبات على محور الاتزان الانفعالي ودرجاتهم على محور الحصانة النفسية؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين درجات الطالبات على محور الاتزان الانفعالي ودرجاتهم على محور الحصانة النفسية وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول (11) التالي:

جدول (11) معامل الارتباط بين درجات الطالبات على محور الاتزان الانفعالي ودرجاتهم على محور الحصانة النفسية

المحور	الحصانة النفسية
الاتزان الانفعالي	0.567**

يتضح من الجدول (11) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين درجات عينة البحث على محور الاتزان الانفعالي ودرجاتهم على محور الحصانة النفسية حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.567 ، هناك دائما علاقة وثيقة تربط الاتزان الانفعالي بالحصانة النفسية ، حيث ان الاتزان الانفعالي يساعدهم على تأدية الوظائف العقلية بأسلوب منتظم ومنسق تمهد لتغلب العقل والمنطق في السيطرة على النزوات وكبح التصرفات الانفعالية والغضب والحد من انحرافها مما يجعل الطالبات أكثر قدرة على التفكير والنشاط وأكثر قبولاً من قبل الجماعة واكثر إدارة بكل ضبط للمشاعر ضد المؤثرات السلبية وهذا يتفق مع دراسة (القرجتاني ،2012) ودراسة (مبارك،2008)و (الربيع وعطية ،2016) ودراسة (إسماعيل،2016).

نتائج السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة المناخ الأسري و والاتزان الانفعالي، والحصانة النفسية تعزى لمتغير الصف الدراسي ؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول (12) التالي:

جدول (12) نتائج اختبار ت للكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى جودة المناخ، الاتزان الانفعالي، الحصانة النفسية تعزى لمتغير الصف

المتغير التابع	المتغير المستقل	اختبار ليفين		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
		قيمة ف	مستوى الدلالة				
جودة المناخ الاسري	الصف الخامس	**2.832**	**0.095**	**1.44**	**0.30**	**2.228**	**0.05**
	الصف السادس			**1.58**	**0.35**		
الاتزان الانفعالي	الصف الخامس	**0.024**	**0.879**	**1.28**	**0.34**	**1.44**	**0.151 غير دال**
	الصف السادس			**1.37**	**0.33**		
الحصانة النفسية	الصف الخامس	**1.842**	**0.177**	1.35	0.40	**2.835**	**0.05**
	الصف السادس			1.55	0.34		

تشير نتائج اختبار "ت" في الجدول السابق الى:

–وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات عينة الدراسة في جودة المناخ الاسري تعزى لمتغير الصف حيث بلغت قيمة "ت" –2.228 وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 وبمعاينة قيم المتوسطات الحسابية يتضح ان الفروق كانت لصالح الصف السادس

–عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات عينة الدراسة في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الصف حيث بلغت قيمة "ت" –1.44 وهي قيمة غير دالة احصائيا.

–وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات عينة الدراسة في الحصانة النفسية تعزى لمتغير الصف حيث بلغت قيمة "ت" –2.835 وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.05 وبمعاينة قيم المتوسطات الحسابية يتضح ان الفروق كانت لصالح الصف السادس.

ترجع الباحثة نتائج الدراسة الى ان المرحلة النمائية للصف السادس تقترب من مرحلة البلوغ وبداية المراهقة المبكرة وهذا ما يترجم انعكاس جودة المناخ الاسري على الاتزان المشاعر وضبط الانفعالات وتكوين جماعة الرفاق داخل الصف الواحد وداخل المدرسة وهذا ما يؤثر على الحصانة النفسية بدورة في معرفة إدارة المواقف والتوافق فيها بحلها بطريقة تميز كل طالبة عن الأخرى وهذا ما اتفقت علية اغلب نتائج الدراسات كدراسة (خوجة ،2016: سويعد ،2016: محيلية ،2015: Patrick, 2010 :Lapsley & hill, 2011 : lorincz, et al, 2011 (moddry, et al, 2007

بناء على النتائج والتجربة الميدانية مع الطالبات اوصت الباحثة بتكثيف الدراسات على المرحلة النمائية للصفوف العليا وتقديم لرائدات الفصول والامهات دورات تطبيقية وارشادية عن أهمية التكوين النفسي والنمائي في هذه المرحلة العمرية وعلاقتها بالبناء العقلي وإدارة المشاعر والسلوك بطريقة صحيحة ، اشراك الفريق الارشادي في المدرسة بصلاحيات تعديل وتوجيه السلوك من خلال الأنشطة والمهارات اليدوية والحركية التي تميز كل طالبه وانعكاسها الإيجابي على الاتزان الانفعالي لديهم .

التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي:

- ضرورة الاهتمام بالمناخ الأسري لما له من دور كبير في تعزيز الاتزان الانفعالي والحصانة النفسية.
- عقد لقاءات ودورات تدريبية للآباء والأمهات للتوعية بالمناخ الأسري وكيفية توفير مناخ أسرى ذا جودة عالية بما يسهم في تنمية قدرات الأبناء.
- عقد دورات تدريبية لتنمية الحصانة النفسية والاتزان الانفعالي لدى طالبات المرحلة الابتدائية لما في ذلك دور كبير في تحسين جودة الحياة لديهن.

دراسات مقترحة:

- إجراء نفس الدراسة على مراحل التعليم المتوسط والثانوي.
- دراسة الاسهام النسبي لجودة المناخ الأسري في التنبؤ بالاتزان الانفعالي والحصانة النفسية.
- البنية العاملية للمناخ الأسري لدى طلاب وطالبات المرحلة الابتدائية.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية

أبو يونس، مرفت عثمان، (2016م)، الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتفكير الناقد لدى طلبة المرحلة الثانوية في سخنين، رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.

إسماعيل، هبة حسين، (2016م)، السلوك الفوضوي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية المتفوقين والمتأخرين دراسياً: دراسة مقارنة، مجلة البحث العلمي في التربية، مصر، ع17، ج2.

حميد، فاطمة مختار عمر، (2017م)، أنماط المناخ الأسري وسمات الشخصية وعلاقتهما باتخاذ القرار لدى طلاب جامعة مصراته: دراسة تنبئوية، مجلة كلية الآداب، ع8، جامعة مصراته، ليبيا.

ختاتنة، سامي وأبو أسعد، أحمد، (2010م)، علم النفس الإعلامي، الطبعة الأولى، دار المسيرة، الأردن.

خليفة، سهام محمد عبد الفتاح، (2012م)، الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من أساليب مواجهة الضغط والرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، مصر، ع13، ج3.

خليفة ، سهام محمد عبدالفتاح (2010م)، التعليم الجامعي كمتغير وسيط للاتزان الانفعالي وبعض المتغيرات المعرفية لدى عينة من طالبات الجامعة، رسالة ماجستير، كلية البنات، جامعة عين شمس.

خوجة، انهار فؤاد(2019)، الحصانة النفسية وعلاقتها بالمناخ الأسري لدى عينة من المراهقات بجدة، مجلة جامعة الملك عبدالعزيز – الآداب والعلوم الإنسانية،مج27،ع141،6-156.

درغام، ناصر الدين إبراهيم مصطفى، (2013م)، المناخ الأسري لدى الفتيات الجانحات وعلاقته بالتشوه المعرفي، دراسات تربوية واجتماعية، مج19، ع4، مصر.

الدريج، محمد، (2008م)، التربية الوالدية والتحصين النفسي للتلاميذ مشروع برنامج الإصلاح السيكولوجي/ الأخلاقي في منظومة التعليم، بحث مقدم لمشروع برنامج الإصلاح السيكولوجي الأخلاقي في المنظومة التربوية العربية. http://moaalim.blogspot.com/2012/12/blog-post_8534.html.com

الربيع، فيصل خليل. وعطية، رمزي محمد حسن، (2016م)، الاتزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك، دراسات العلوم التربوية، مج 43، الأردن.

ريان، محمود إسماعيل محمد، (2006م)، الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الاتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة.

الرويلي، جميلة خلف قريطع، (2015م)، المناخ الأسري وعلاقته باساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية في مدينة عرعر، مجلة كلية التربية بأسيوط، مج31، ع4، مصر.

زيدان، عصام، (2013م)، المناعة النفسية: مفهومها وأبعادها وقياسها، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، العدد (51).

سويعد، ميرفت ياسر، (2016م)، الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء في قطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.

العزام، عبد الناصر أحمد محمد، (2010م)، المناخ الأسري وعلاقته بدافعية الإنجاز والتكيف الأكاديمي لدى الطلبة المغتربين في جامعة اليرموك، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

الغامدي، علي عوض محمد، (2011م)، نظرية بياجية وتطبيقاتها التربوية النظرية البنائية، مجلة عالم التربية، مصر، مج12، ع36.

القاضي، بيان أكرم، (2013م)، الأعراض النفسية المرضية والمناخ الأسري والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة اليرموك.

القرجتاني، كريم شريف عبد الله، (2012م)، النمو الأخلاقي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى المراهقين المحرومين وغير المحرومين من الوالدين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، العراق، ع89.

قشقوش، إبراهيم زكي علي، (2015م)، التوجهات البحثية في مجال جودة الحياة لدى أبناء المناطق العشوائية: دراسة نظرية، مجلة كلية التربية، عين شمس، ع 39، ج4، مصر.

قمر، مجذوب أحمد محمد أحمد، (2017م)، المناخ الأسري وعلاقته بالصحة النفسية والشعور بالذنب: دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية جامعة دنقلا السودان، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مج5، ع17، فلسطين.

الكعبي، كاظم محسن كوبطع، (2015م)، الانهماك الديني وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية الآداب، جامعة بغداد، العراق، ع114.

مبارك، سليمان سعيد، (2008م)، الاتزان الانفعالي وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة المتميزين وأقرانهم العاديين، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، العراق، مج7، ع2.

محمد، فضيلة عرفات، (2010م)، قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين والمعلمات الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم والتفتيش والاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي وأقرانهم الذين لم يتعرضوا لها، دراسة مقارنة، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة الموصل، العراق.

محيلية، أحمد سليمان سالم، (2015م)، العلاقة بين المناخ الأسري والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قضاء الناصرة، رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.

ثانياً: قائمة المراجع الأجنبية

Albert-Lőrincz, E., Albert-Lőrincz, M., Kadar, A., Krizbai, T., & Marton, R. (2012). Relationship between the characteristics of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. The New Education Review, 23(1), 103- 115.

Cart, B. Family counseling in modern, Ph.D (2006),120-134, California State University Bakers field,USA.

Excelsias, Gloria and David Stone, Joshua. (2011). The Importance of Developing Psychological Invulnerability. Retrieved 13/07/2015, from: www.IAMUniversity.org

Hartwig, Holly (2003). The relationship among individual factors of wellness, family environment, and delinquency in adolescent females. A Dissertation Submitted to the Faculty of the Graduate School at The University of North Carolina at Greensboro in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Doctor of Philosophy.

Janbozorgi, M, zahirodin, A, norri, N, ghafarsamar, R, and shms, j, (2009), providing emotional stabiltly through relaxtion training, eastern Mediterranean health journal, 15, (3).

Kara, L. E. Jessen (2012) : The Role of Emotional Stability and Parental Behavioral Control, Master Psychology, University Utrecht, the Netherlands

Kline, P. (1999) A Handbook of Psychological Testing, 2 nd edn. London: Routledge

Kumar, p, (2013), a study of emotional stability and socio- economic status of students studying in secondary schools, international journal of education and information studies, 3 (1).

Lapsley, Daniel K, and Hill, Patrick L. (2010). Subjective Invulnerability, Optimism Bias and Adjustment in Emerging Adulthood. Journal of Youth & Adolescence. Aug2010, Vol. 39 Issue8, p847-857.

Lorincz Albert, Kadar Marton, Lukacs-Marton Timea. (2011). Relationship between the Characteristics of the Psychological Immune System and the Emotional Tone of Personality in Adolescents. New Educational Review. Vol. 23 Issue 1

Moddry, et, al, (2007), Cognitive in the psychopathology of youth and implications for treatment, Cognitive Therapy and Research ,Volume, 12 .

Nicoleta, R, & vitalia, (2013), the influence of experiential analysis on the emotional stability in the unifying experiential groups, journal of experiential psychotherapy, 16 (1).

Nunnally, J. C. and Bernstein, I. H. (1978) Psychometric Theory, 3 rd edn. New York: McGraw-Hill.

Patrick, Hill. (2012). Young people's feeling of invulnerability has drawbacks - and benefits. Journal of Early Adolescence University of Illinois. Retrieved August, 15, 2015 from: http://medicalxpress.com/news/2012-08-young-peopleinvulnerability-drawbacks-.html