مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات

د. الصديق محمد المريمي

قسم التربية وعلم النفس – كلية الآداب

جامعة الزاوية

الملخَّص:

هدف البحث إلى التعرف على مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بالزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات ، وتكونت عينة البحث من (155) طالب وطالبة ، واتبع المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدم الاستبيان في جمع البيانات من عينة البحث.

وأسفر البحث عن النتائج الآتية:

–إن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بالزاوية كان متوسطا.

–وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بالزاوية يعزى (لمتغير النوع ولصالح الذكور – والتخصص العلمي ولصالح العلوم الانسانية).

الكلمات المفتاحية:

الاستقرار النفسي – طلبة كلية التربية العجيلات جامعة الزاوية.

Abstract;

The study aimed to identify the level of psychological stability among the students of the College of Education, Al-Ajeilat in Al-Zawia, and its relationship to some variables.

The study yielded the following results;

−The level of psychological stability among the students of the Faculty of Education, Al-Ajeilat in Al-Zawia was medium.

−There are statistically significant differences in the level of psychological stability among students of the College of Education, Al-Ajeilat in Al-Zawia, due to (the gender variable in favor of males - scientific specialization and in favor of human sciences.)

key words;

Psychological stability - students of the Faculty of Education, Al-Ajeilat, Al-Zawia University.

المقدمة:

يعد الاستقرار النفسي حالة إيجابية تعكس تمتع الفرد بالرضا عن نفسه وعن علاقاته بالآخرين مع شعوره بالثقة بالنفس والتفاؤل والاستقلال والحياة الهادفة ، ذلك أن الفرد غير المستقر نفسيا يشعر بأن بيئته مهددة وأنه سيلحق به الأذى في أي وقت ، كما أنه يشعر بالخوف من المستقبل ويتوقع حصول الخطر ويفقد الثقة بالآخرين ويتحفظ في علاقاته الاجتماعية ، ويتصف سلوكه بالانسحاب والتمرد.

ويعد الاستقرار النفسي حالة من التوازن العقلي والجسدي والعاطفي والروحي تمكن الفرد من إدارة أو قبول ظروف الحياة ، كما تعني حالة السلام الداخلي التي يمكن أن يعيشها الفرد بالرغم من تعرضه لظروف صعبة.

وشعور الفرد بالاستقرار النفسي يجعله قادرا على معرفه ذاته ، فهو لا يستطيع أن يعرف ذاته دون أن يحقق استقرارا نفسيا وإشباعا لحاجاته الضرورية والأساسية ، بالإضافة إلى قدرته في تحديد أهدافه الواقعية التي لا تبتعد عن حدود إمكانياته وقدراته ، والشخصية المستقرة نفسيا والمتوازنة هي التي تتوافق مكوناتها الأساسية بين السلوك والعقل ، كما تتوازن في التفاعلات الداخلية وتتكيف مع الظروف الخارجية والحاجات الأساسية لها ، ويتصف الفرد المستقر نفسيا بالنضج العاطفي وقدرته على التوازن النفسي والانفعالي وثقته بنفسه وبالآخرين.

ولعل حاجة الطالب إلى الاستقرار النفسي من أهم الحاجات في تكوين شخصيته وإمدادها بأنماط من القيم والمعايير والسلوك والاتجاهات السليمة السوية ، وهى من

أهم شروط الصحة النفسية ، ويعد الاستقرار النفسي المصدر الأول لإحساس الطالب بالثقة في ذاته وبمن حوله ، والوالدين هما المصدر الأساسي لإحساس بالأمن النفس.

أن فقدان الشعور بالاستقرار النفسي قد يشعر المرء بعدم الاطمئنان والخوف والشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس ، كما أنه يؤدى إلى الكراهية ، فمن خاف شيئاً كرهه ، والأثر التهذيبي للخوف في تقديم النفس المعوجة أثر طفيف وهو أثر سلبى في كل حال.

وأن حياة الإنسان المعاصرة بما ينطوي تحتها من متغيرات على مستوى الطموح والرغبات، ومن تعقد لأسباب المعيشة فيها والذي ينعكس على الحاجات والمتطلبات الإنسانية الآخذة بالتعقيد شيئاً فشيئا والتي تؤدي لافتقار الإنسان إلى حالة الاستقرار النفسي والذي ينعكس سلبا على شعوره بالأمان والاطمئنان ، الأمر الذي يكون بالنتيجة حافزاً يدفع المؤسسات التربوية ذات العلاقة بالبحث والتقصي في هذه المتغيرات من أجل مساعدة الفرد للوصول إلى حالة من التكيف والتوافق مع الوضع الجديد.

وتعد مشكلة الاستقرار النفسي من المشكلات الهامة التي تواجه الطلبة في مختلف المراحل الدراسية والتي بدورها تؤثر تأثيرا سلبيا على التحصيل العلمي والمعرفي وعلى سير الطالب في العملية التعليمية والتربوية بشكل سليم وبكفاءة عالية ، ومن القضايا الهامة التي دارت حولها الكثير من النقاشات والحوارات للعديد من الاختصاصيين والتربويين وعملت حولها العديد من الأبحاث لمحاولة إيجاد الحلول والمعالجات المناسبة للتخلص منها وعلاجها بشكل سريع وفاعل حتى لا تؤثر على الطالب في تحصيله العملي والمعرفي.

ولا بد من معرفة مشكلات الطلاب المدرسية و الجامعية والعائلية والمالية والمجتمعية والتعرف على أنواعها وحجمها والعمل على مساعدة الطلاب على التبصير بتلك المشكلات وتحقيق أهدافهم المستقبلية ودراسة اتجاهات الطلاب وأنماط سلوكهم بغرض الوصول إلى تحقيق التوافق الدراسي والتوافق مع الحياة الدراسية والمجتمعية.

أولا- مشكلة البحث :

تعتبر المرحلة الجامعية من أهم مراحل حياة الفرد، التي ينشد فيها الاستقرار النفسي، ففيها تتشكل شخصيته ومن خلالها يكتشف ذاته وقدراته ويعمل على تطويرها، ومن خلال اختياره لتخصص يحدد مستقبله المهني، وأثناء المرحلة الجامعية يكتسب العديد من الخبرات الجديدة ويطلع على ثقافات مختلفة ينقلها إليه زملاؤه أو مدرسيه أو يتعرف عليها

هو بشكل شخصي من خلال التبادل الثقافي بين الجامعات، كل هذه التغيرات التي تحدث لديه تجعله يحتاج وبشكل كبير للاستقرار النفسي، والذي بدوره يحتاج لعوامل كثيرة كي يتحقق ، وتقع على عاتق الجامعة مهمة تزويد طلبتها بالمهارات اللازمة لضمان زيادة إنتاجيتهم أثناء تلقيهم للمعارف، ولمساعدتهم على تحديد أهدافهم وطموحاتهم التي يجب أن تتناسب مع قدراتهم وميولهم، مما يحقق لهم أيضاً الاستقرار النفسي والتفاعل الإيجابي مع الحياة.

وتمثل المرحلة الجامعية البيئة الخصبة لأسئله الطلبة التي تتوجه إلى المستقبل والمصير والقيم وغيرها من الموضوعات الشائكة ، كل ذلك من شأنه أن يخلق حالة من القلق والتوتر المستمر لديهم ، ومن جهة أخرى تزداد هذه المشكلة خطورة في مرحلة الدراسة الجامعية باعتبارها مرحلة انتقالية مهمة في حياة الطالب لما تحتاجه من قدرات نفسية وفكرية لمواجهة التوترات الطارئة أو القلق بسبب مجيئهم من بيئات مختلفة إلى مجتمع الجامعة وما يتطلبه هذا المجتمع الجديد من استعدادات وقدرات لتكوين صداقات جديدة واختلاط مع الجنس الآخر وطرائق دراسية مختلفة وتطلعات واسعة ، لذا يبرز الاستقرار النفسي كأهم حاجة للطلبة في جانبيها المادي والمعنوي فالطالب الجامعي بحاجة إلى منظومة تربوية توازن بين حاجاته وقدراته وخصوصيات واقع المرحلة الجديدة ، وتغذي كل جانب منه ، كي تجعل منه إنسانا مستقرا واثقا من قدراته وإمكانياته ولكي يكون قادرا على مواكبة التطورات والتغيرات السريعة ، عليه أن يتمتع بالاستقرار النفسي الذي يساعده على أداء الوظائف والمهام الفكرية بصورة منسقة ومنتظمة ويحقق الاستقرار لديه بقدر أفضل من النجاح في دراسته.

ثانيا–أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في الآتي:

الأهمية النظرية:

1–تبرز أهمية البحث الحالي في المرحلة العمرية التي تم تناولها وهي مرحلة الشباب والمتمثلة بطلبة الجامعة التي لها دور أساسي في بناء المجتمعات لذا يجب أن يتمتعوا بكل المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية.

2-بيان أهمية الاستقرار النفسي في التغلب على الصعوبات التي يواجهها الطلبة الجامعيين عند حدوث أمور طارئة.

3-إرشاد القائمين على تصميم المناهج الدراسية لأهمية الاستقرار النفسي في التغلب على الصعوبات التي قد تواجه الطلبة.

الأهمية التطبيقية:

1-يمكن اعتبار هذا البحث إضافة كمية تفيد المهتمين والتربويين في دراسة المشكلة وإيجاد الحلول المناسبة لها ورفع مستوى العملية التعليمية والتربوية لدى الطلبة.

2-تنبثق أهمية البحث في جانبه الوقائي لمعرفة الاستقرار النفسي وآثارها على الطلاب في حياتهم التعليمية والأسرية.

ثالثا-أهداف البحث:

1-التعرف على مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات.

2-البحث عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير (النوع).

3-البحث عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير (التخصص العلمي).

رابعا- تساؤلات البحث:

1-ما مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات؟

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير (النوع)؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير (التخصص العلمي)؟

خامسا–حدود البحث:

–**الحدود الموضوعية:** اقتصر البحث على مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة الزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات.

–**الحدود المكانية:** اقتصرت على طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية.

–**الحدود الزمانية:** اقتصر البحث حدوده الزمنية خلال عام 2023م.

–**الحدود البشرية:** اقتصرت على طلبة كلية التربية العجيلات.

سادسا– مفاهيم البحث:

تكتسب عملية تحديد المفاهيم أهمية كبيرة في الدراسة لأنها عن طريقها يمكن إزالة الكثير من الغموض الذي يكتنف الموضوع بالنسبة للباحث وللقارئ معا، فتعريف المفاهيم من الخطوات الأساسية في أي دراسة ولذلك فقد تم تحديد وتعريف المفاهيم الأساسية لموضوع الدراسة على النحو الآتي:

1–**الإستقرار النفسي:** يعرف بأنه شعور الفرد بقيمته الشخصية واطمئنانه إلى وضعه وثقته بنفسه[1].

2–ويعرف أيضا: بأنه قدرة الفرد على التوفيق بين متطلبات الذات والبيئة بما يحقق له التوازن النفسي والشعور بالاطمئنان[2].

ويعرف إجرائيا: بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته على فقرات مقياس الاستقرار النفسي.

ولتحقيق الأهداف السالفة الذكر قسمت الورقة البحثية إلى المحاور الرئيسة الآتية:

أولا–ماهية الاستقرار النفسي:

يعد الاستقرار النفسي من السمات الشخصية التي يجب أن تتوفر لدى الفرد لما له من دور فعال وكبير في التعامل مع ما يتعرض له من ضغوطات نفسية تؤثر في مستوى أدائه[3].

والاستقرار النفسي هو تلك الحالة التي يستطيع فيها الفرد من إدراك الجوانب المختلفة التي تواجهه ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح والفشل تساعده على تحديد نوع الاستجابة وطبيعتها التي تتفق مع مقتضيات

الموقف الراهن وتسمح بتكيف استجابته تكيفا ملائما ينتهي بالفرد إلى التوافق مع البيئة والإسهام بشكل إيجابي في نشاطها في الوقت نفسه ينتهي إلى حالة من الشعور بالرضا والسعادة[4].

وعرف: بأنه حالة نفسية يتسم فيها الفرد بالهدوء والثبات الانفعالي إذ تظهر عليه علامات قليلة من التهيج الانفعالي إزاء المواقف التي تستدعي الغضب وحساسية ضعيفة تجاه الآخرين إلى جانب كونه شخصا قادرا على ضبط نفسه[5].

وعرف أيضا: بأنه قدرة الفرد على التوفيق بين متطلبات الذات والبيئة بما يحقق له التوازن النفسي والشعور بالاطمئنان[6].

ويعرف أيضا: بأنه حالة من الاتزان الانفعالي لدى الفرد عن تمتعه بالصحة النفسية التي تعينه على الأداء بشكل أفضل ، فضلا عن السكينة والاطمئنان في بيئته الاجتماعية[7].

كما عرف بأنه: " تلبية الاحتياجات النفسية للفرد ، والتي تشمل الحاجة إلى الأمن والحاجة إلى الحب والإشباع العاطفي ، والحاجة إلى النجاح والتقدير ، وكذلك الحاجة إلى الخصوصية والحاجة للانتماء وغيرها من الحاجات النفسية[8].

وكذلك عرف بأنه: وصول الفرد إلى حالة من الطمأنينة والسلام من خلال تواجد الفرد في مجتمع آمن يحكمه النظام ، وحصوله على عمل يشعر معه بالاستقرار ، وإيمانه بالقيم الروحية ، فضلا عن تقبل الذات وتقبل الآخرين ، والبساطة والتلقائية وشعوره بالصحة الجسدية والنفسية ، وهو حالة الاطمئنان ، والارتياح النفسي الذي يعيشه الفرد[9].

مما سبق يتضح أن مفهوم الاستقرار النفسي بأنه حالة ، وقدرة ، ورغبة ، وتلبية ، وشعور بالطمأنينة والسلام والتوافق بين متطلبات الذات والبيئة الاجتماعية ، لكي يصل إلى الراحة والسكينة والاتزان وصولا إلى الصحة النفسية بشكل نسبي ، وهو أيضا قدرة الفرد للتعبير عن ذاته ، والقيام بمسئولياته ومهامه وأدواره بهدف تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته ، وشعوره بالرضا عن وسائل الراحة والسلامة وإشباع الحاجات الأساسية وترقب المستقبل الجيد ، وهو قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته الناجمة عن الضغوط التي تواجهه في الحياة اليومية والتعامل معها بلباقة والتقدير والاحترام من قبل المحيطين.

ثانيا– أهمية الاستقرار النفسي:

يتعرض الفرد بشكل عام إلى مواقف عديدة عند ممارسة أي نشاط ، وتتباين هذه المواقف في شدتها وتأثيرها من نشاط لأخر ، ولا سيما عندما تكون المنافسة شديدة ، وقد لا يختلف اثنان في أن الفرد قد يتعرض إلى الكثير من الحالات والمواقف النفسية المختلفة ، والتي غالبا ما تكون مصحوبة بالإثارة والانفعال[10].

لذلك فالاستقرار النفسي يساعد على أداء الوظائف والمهام العقلية بصورة منتظمة ، وبذلك يحقق الاستقرار للفرد أفضل قدر من النجاح في حياته وأعماله [11].

لذا يبرز الاستقرار النفسي كأهم حاجة للفرد في جانبيها المادي والمعنوي ، فهو بحاجة إلى منظومة توازن بين حاجاته وقدراته وخصوصياته ، وتغذي كل جانب منه ، كي تجعل منه فردا مستقرا واثقا من قدراته ، وإمكانياته ، ولكي يكون قادرا على مواكبة التطورات والتغيرات السريعة ، عليه أن يتمتع بالاستقرار النفسي الذي يساعده على أداء الوظائف والمهام الفكرية بصورة منسقة ومنتظمة ، ويحقق الاستقرار لديه بقدر أفضل من النجاح في حياته[12].

مما سبق يتضح أن الاستقرار النفسي يعتبر عاملا مهما للفرد ، فهو يضمن له النجاح وتحقيق الأهداف ، كما أن للاستقرار أهمية كبيرة حيث تساعد الفرد في تهيئة الأجواء النفسية والاجتماعية السليمة التي تحقق أهدافه من خلال تنمية وتطوير سماته النفسية وزيادة ثقته بنفسه والتركيز في أداء مهامه.

ثالثا–أبعاد الاستقرار النفسي:

يشمل الاستقرار النفسي على الأبعاد التالية:

1–**الحاجة إلى الأمن:** تمثل درجة توفر وسائل الراحة المصاحبة للأعضاء العاملين في المنظمة عن طريق التأمين الصحي ، وتأمين الدخل المناسب.

2–**تحقيق الذات:** تمثل درجة شعور الأعضاء العاملين في المنظمة بالراحة لتحقيق المهام الصعبة ، لرفع مستوى أدائهم ومستوى أداء المنظمة التي ينتمون إليها.

3–**الحاجة إلى الاحترام:** وتمثل درجة تقدير واحترام الرؤساء والزملاء في العمل ، لتحسين المكانة الوظيفية مما ينعكس إيجابا على الأداء.

4-**الحاجات الاجتماعية:** وتمثل درجة شعور الفرد بأن هناك من يهتم به اهتماما عميقا ، ويقدره ، ويوفر له الحب والرعاية وإحساسه بأنه يرتبط مع مجموعة اجتماعية يكون موضع تقدير بالنسبة لهم ، وتوفر له مساعدات في المعلومات والتغذية الراجعة ، والعواطف والمواساة ، والطمأنينة عند الحاجة لها ، مما يسهم في تخفيف الضغوط النفسية والفسيولوجية لديه[13].

5-**المقبولية الاجتماعية:** وهي قدرة الشخص على التأثير الإيجابي في الآخرين ، وعليه يكون محبوبا لديهم ، من خلال امتلاكه لست خصال هامة هي: المظهر البدني العام ، والثبات الانفعالي ، والتواصل مع الآخرين ، والاعتماد والاستقلال المعرفي ، التنافس ، والطاقة الفكرية.

6-**الطمأنينة والأمن:** وهي شعور الفرد بالتقبل والانتماء والأمن والطمأنينة والرضا والقناعة بحياته وتطلعاته ورؤيته للمستقبل.

7-**الاتزان الانفعالي:** تعني سيطرة الفرد على انفعالاته ومشاعره ودوافعه والتحكم بها ، وأخذ الأمور بصبر وتعقل ، ومواجهة المواقف الحياتية بنشاط وحسن سلوك ، وهو القدرة على الاحتفاظ بالاتزان أثناء تصرفاته في المواقف المختلفة[14].

مما سبق نجد أن أبعاد الاستقرار النفسي متعددة ومتنوعة ، وهي تعمل بشكل متكامل على تحقيق الراحة والاتزان الانفعالي ، وتعمل على إحساس الفرد بالتعاون والمساعدة مع الآخرين ، وتشعره بقيمته من خلال الوصول إلى تحقيق أفضل النتائج.

رابعا-العوائق التي تحول دون تحقيق الاستقرار النفسي:

هناك العديد من العوائق التي تقف في وجه تحقيق الفرد لأهدافه وإشباع حاجاته ، وتحقيق الاستقرار ، ومن هذه العوائق ما هو داخلي ، وما هو خارجي ، إضافة إلى جملة من العوامل البيئية ، ومن أهم هذه العوائق التي تحول دون تحقيق الاستقرار وإشباع الحاجات هي:

1-**العوائق الجسمية:** ويقصد بها بعض التشوهات ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه فتشعره بالنقص وتجعله نابذا لذاته ، غير قادر على تحقيق وجوده.

2-**العوائق النفسية:** ويقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس حركية أو خلل في نمو الشخصية والذي قد يعوق الشخص تحقيق أهدافه بإضافة إلى

عوامل أخرى تتمثل في الفراغ النفسي الذي ينشأ من تناقض أو تعارض أهداف الفرد وعدم قدرته على المفاضلة بينها ، واختيار رأي منها في الوقت المناسب.

3-**العوائق المادية الاقتصادية:** يعتبر نقص المال ، وعدم توفر الإمكانات المادية ، عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافها في الحياة ، وقد يسبب له شعورا بالإحباط ، إضافة إلى أن المشاكل المادية تمنع الكثير من الشباب من تحقيق أهدافه في التعليم والزواج والعمل أو الحصول على ضروريات الحياة الكريمة فيه.

4-**العوائق الاجتماعية:** ويقصد بها تلك القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات ، والتي تعوق الشخص عن تحقيق بعض من أهدافه ، ومن هذه العوائق من الوالدين كمنع إشباع بعض رغبات أبنائهم تأديبا وتربية ، ومنع الطالب من الالتحاق بالتخصص الذي يرغب به[15].

خامسا-الدراسات السابقة:

تعتبر مرحلة مراجعة الدراسات السابقة من مراحل البحث العلمي ذات الأهمية لتوفير الإجابات العلمية لبعض الأسئلة التي تعد أساسية في وضع الدراسات السابقة الحالية في مكانها الملائم في إطار التراكم المعرفي ،وتوفر للباحث إمكانية توجيه جهوده العلمية بالبدء من حيث انتهى منه غيره من خلال تحديد ما تم بحثه وما لم يبحث بعد من جوانب مشكلة البحث ، كما أن الدراسات السابقة تنجز في إطار مراجعة نقدية ، لتحديد نقاط القوة ونقاط الضعف والأساليب والمناهج العلمية التي استخدمت في تلك الدراسات .

1-دراسة آمال إسماعيل حسين ، بعنوان: علاقة تسامي الذات بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة المستنصرية ، 2021م[16].

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من : تسامي الذات والاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة ، ثم البحث عن فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تسامي الذات والاستقرار النفسي تعزى لمتغيري (النوع ، التخصص العلمي) ، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة ، واتبعت المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدمت الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

-إن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة المستنصرية كان مرتفعا.

–وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير النوع ولصالح الإناث.

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير التخصص العلمي ولصالح العلوم الانسانية.

2–دراسة محمد المصري ، بعنوان: الحاجات النفسية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة جامعة الأزهر ، 2017م[17].

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الحاجات النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة وعلاقتها بالاستقرار النفسي في ضوء كل من (النوع ، التخصص العلمي) ، وتكونت عينة الدراسة من (379) طالب وطالبة ، واتبع المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدم الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

–إن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة جامعة الأزهر جاء متوسطا.

–وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة جامعة الأزهر يعزى لمتغير النوع.

–عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة جامعة الأزهر يعزى لمتغير التخصص العلمي.

3–دراسة عفراء خليل إبراهيم العبيدي ، بعنوان: الكمالية العصابية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة ، 2015م[18].

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (370) طالبا وطالبة ، واتبعت المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدمت الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

–إن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة كان متوسطا.

–وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة تعزى (لمتغير النوع ولصالح الذكور – وللتخصص العلمي ولصالح العلوم الانسانية).

4-دراسة أمل كاظم ميرة ، بعنوان: الاستقرار النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة ، 2012م[19].

هدفت الدراسة إلى التعرف على الاستقرار النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالبا وطالبة ، واتبعت المنهج الوصفي التحليلي ، واستخدمت الاستبيان في جمع البيانات من عينة الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

-إن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة كان متوسطا.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير النوع ولصالح الذكور.

سادسا-الإجراءات المنهجية في الدراسة الميدانية:

1-منهج البحث:

يعد المسح الاجتماعي من أكثر الطرق تماشيا وملائمة واستخداما لهذا النوع من الدراسات الوصفية ، إذ يتيح هذا المسح القدرة على جمع أكبر قدر من البيانات الميدانية عن الموضوع أو الظاهرة المراد دراستها ، كما أن الباحثين عادة ما يلجئون إلى إجراء مسح بالعينة للمجتمع الأصلي للبحث ، للخروج بنتائج يمكن أن تفيد في فهم صحيح للظاهرة المدروسة .

2-مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث في طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية والبالغ عددهم (1720) ، اختيرت منها عينة طبقية نسبية حسب النوع بحجم (155) طالب وطالبة بنسبة (9%) وذلك حسب إحصائية 2023م .

الدراسة الاستطلاعية : تكونت من (30) طالب وطالبة ، وذلك لتقنين أداة البحث من خلال الصدق والثبات بالطرق المناسبة.

الخصائص العامة لعينة البحث :

جدول (1) التوزيع التكراري لأفراد عينة البحث حسب النوع

النوع	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	11	7.1
أنثى	144	92.9
المجموع	155	100.0

من خلال بيانات الجدول (1) نلاحظ أن نسبة 92.9% من مجموع أفراد عينة البحث من (الإناث) ، في حين أن نسبة 7.1% من مجموع أفراد عينة البحث من (الذكور).

جدول (2) التوزيع التكراري لأفراد عينة البحث حسب التخصص العلمي

التخصص العلمي	التكرار	النسبة المئوية
علوم إنسانية	90	58.1
علوم تطبيقية	65	41.9
المجموع	155	100.0

من خلال الجدول (2) نلاحظ أن نسبة 58.1% من مجموع أفراد عينة البحث تخصصهم العلمي (علوم إنسانية) ، في حين أن نسبة 41.9% من مجموع أفراد عينة البحث تخصصهم العلمي (علوم تطبيقية) .

3. أداة البحث: بعد الاطلاع على الأدب السيكولوجي والدراسات السابقة ، تم بناء إستبيان وفقا للخطوات الآتية :

- تحديد الفقرات الرئيسة للاستبيان .
- صياغة فقرات الإستبيان حسب انتمائه لبعدها .

4. صدق الإستبيان :

أ. صدق المحكمين :

للتحقق من صدق الاستبيان تم عرضه على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (6) محكمين ، من ذوي الخبرة و الاختصاص وذلك لإبداء ملاحظاتهم وآرائهم حول سلامة اللغة ووضوحها وملائمة العبارات لأغراض البحث ، وقد تم الأخذ بملاحظات

المحكمين ، فحذفت بعض عبارات وأصبح الاستبيان في صورته النهائية مكونة من (10) فقرات ، علما بأن بدائل الإجابة عن فقراته تنحصر في (دائما ، أحيانا ، أبدا).

ب. صدق الاتساق الداخلي :

تم القيام بحساب صدق الاتساق الداخلي بإستخدام مصفوفة الارتباط البسيط بيرسون

جدول (3) يبين ارتباط فقرات استبيان مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات وعلاقته ببعض المتغيرات مع الدرجة الكلية للاستبيان

البعد	معامل الارتباط
مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات	0.883**

يتضح من بيانات الواردة بالجدول السابق أن جميع قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجات فقرات الاستبيان والدرجة الكلية كانت دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) الأمر الذي يؤكد صدق الاتساق الداخلي للفقرات بالدرجة الكلية للاستبيان ، ومن ثم الوثوق فيه للاستخدام والتطبيق .

5. ثبات الإستبيان :

تم حساب ثبات الإستبيان بإستخدام اختبار ألفا كرو نباخ .

جدول (4) معامل ثبات استبيان مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات وعلاقته ببعض المتغيرات مع الدرجة الكلية للاستبيان باستخدام طريقة ألفا كرونباخ

البعد	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
مستوى الاستقرار النفسي	10	891.0

يتضح من الجدول (4) أن جميع قيم معاملات الثبات عالية ، حيث بلغ معامل الثبات الكلي (0.891) ، وتشير هذه القيم العالية من معاملات الثبات إلى صلاحية الاستبيان للتطبيق وإمكانية الإعتماد على نتائجها والوثوق بها .

7- التصميم والمعالجة الإحصائية للبيانات :

ولإعادة ترميز استبيان مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات فقد وزعت الدرجات من 1- 3 على النحو التالي :

تعطى الدرجة (3) للاستجابة (دائما) .

تعطى الدرجة (2) للاستجابة (أحيانا) .

تعطى الدرجة (1) للاستجابة (أبدا) .

نتائج تتعلق بالإجابة عن التساؤل الأول : ما مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات ؟

جدول (5) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وترتيب الفقرات والدرجة في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية وعلاقته ببعض المتغيرات.

ت	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الدرجة
1-	تشعر بالراحة والأمان عندما تخرج من البيت	0323.2	0.69711	6	متوسطة
2-	تعتقد أنك قادر على تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين	1613.2	76857.0	4	متوسطة
3-	تتقبل نقد أفراد أسرتك وأصدقائك دون أن تشعر بالانزعاج	0968.2	73656.0	5	متوسطة
4-	تفضل البساطة في المظهر والملبس	4194.2	55679.0	1	عالية
5-	تتعامل مع الناس ببساطة ودون تكلف	4194.2	55679.0	1	عالية
6-	تنام نوما عميقا خال من الكوابيس الليلية	2903.2	52183.0	3	متوسطة
7-	تشعر بالتفاؤل عندما تفكر في المستقبل	0968.2	73656.0	5	متوسطة
8-	تفضل عدم التأخر في تقديم العون للآخرين	2903.2	52183.0	3	متوسطة
9-	تشعر أن تخصصك لا يتناسب وطموحاتك	2903.2	52183.0	3	متوسطة
10-	تتمسك بآرائك التي تعتقد بصحتها	3548.2	**65209.0**	2	عالية
	المقياس ككل	**2451.2**	**60077.0**	**متوسطة**	

يتضح من الجدول (5) أن الفقرتين (4 ، 5) والتي نصت على (تفضل البساطة في المظهر والملبس ، تتعامل مع الناس ببساطة ودون تكلف) احتلت المرتبة الأولى بنفس المتوسط الحسابي (2.4194) وانحراف معياري (0.55679) ، ويليها من حيث الأهمية الفقرة (10) فقد احتلت المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (2.3548) وانحراف معياري (0.65209) وهي تنص على (تتمسك بآرائك التي تعتقد بصحتها) ، بينما احتلت الفقرات ذات أرقام (6 ، 8 ، 9) المرتبة الثالثة بنفس المتوسط الحسابي (2.2903) وانحراف معياري (0.52183) وهي تنص على (تنام نوما عميقا خال من الكوابيس الليلية ، تفضل عدم التأخر في تقديم العون للآخرين ، تشعر أن تخصصك لا يتناسب وطموحاتك) جاءت

بدرجات متوسطة. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من : (محمد المصري ، 2017م) ودراسة (عفراء العبيدي ، 2015م) ودراسة (أمل ميرة ، 2012م) حيث توصلت نتائجهم إن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة كان متوسطا ، باستثناء دراسة (آمال حسين ، 2021م) والتي توصلت نتائجها بأن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة كان مرتفعا.

يعزى ذلك: أن الاستقرار النفسي يتطلب من الفرد التعلم الجيد، وقدراً من التركيز والثبات الانفعالي والهدوء النفسي، والخلو من الاضطرابات النفسية والشخصية، وأن مثل هذه الأمور تتوفر لدى الأفراد الأسوياء المتمتعين باستقرار نفسي جيد، فهؤلاء هم أكثر من غيرهم قدرة على التعلم واكتساب الخبرات في حين أن الإنسان المضطرب نفسيا وانفعاليا حتى لو كان على درجة من الذكاء تكون قدرته على التحصيل العلمي قليلة بسبب هذه الاضطرابات، إذ إن بعض الطلاب من ذوي الذكاء المرتفع انخفض تحصيلهم كثيراً بسبب اضطراباتهم النفسية ،والاستقرار النفسي للفرد يكمن في (قوة الأنا) وقدرتها على القيام بوظائفه، وتوحيد خبرات الفرد وسلوكه بصيغة تكيفية، وهي منظم نفسي داخلي يقوم بحماية الفرد، وتوفير الأمن النفسي وتخليصه من الضغوط، وأن التوازن النفسي دال على قوة الاستقرار النفسي، وهو يعتمد على الطريقة التي يحل بها الفرد الأزمات التي يتعرض لها، ذلك أن تعدد الأزمات نقطة تحول مهمة في حياة الفرد، فإذا عولج الصراع وحلت الأزمة بطريقة مرضية تنشأ المركبات النفسية الإيجابية، مثل: الثقة بالنفس والاستقلالية والهوية والشعور بالأمن النفسي، فتنمو الذات ويتمتع الفرد بالاستقرار النفسي الحسن، أما إذا استمر الصراع أو حل بطريقة غير مرضية، فإن ذلك سيؤثر على نمو الذات بطريقة سلبية، ويترتب عليه نشوء المركبات النفسية السلبية، مثل: عدم الثقة بالنفس، والخجل، وافتقار الهوية، وانعدام الشعور بالأمن النفسي، مما يؤدي إلى اضطراب التوازن النفسي للفرد.

ويتضح من النتائج الواردة بالجدول أن الفقرة رقم (1) جاءت بدرجة متوسطة والتي تنص على (تشعر بالراحة والأمان عندما تخرج من البيت) ولكنها حظيت باستجابة أقل من المبحوثين حولها فقد احتلت المرتبة السادسة من حيث أهميتها ضمن فقرات مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية بمتوسط حسابي (2.0323) وانحراف المعياري (0.69711).

نتائج تتعلق بالإجابة عن التساؤل الثاني : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير النوع.

جدول (6) يبين نتائج اختبار (ت) بين متوسطي عينة البحث في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية عن الفقرات والدرجة الكلية وفقا لمتغير النوع.

البعد	النوع	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات	ذكر	11	30.0000	0.00000	4.597	0.000
	أنثى	144	21.8750			

يتبين من الجدول (6) أن أفراد العينة (الذكور) سجلوا متوسطا حسابيا أعلى من المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث (الإناث) ، حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة (الذكور) (30.0000) بينما كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة (الإناث) (21.8750) وكانت قيمة اختبار (ت) للفرق بين المتوسطي (4.597) وهي قيمة دالة إحصائيا لأن مستوى دلالتها (0.000) أقل من مستوى (0.05) . وبذلك يمكن القول بوجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير النوع ولصالح أفراد العينة الذكور. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: (آمال حسين ، 2021م) ودراسة (عفراء العبيدي ، 2015م) ودراسة (أمل ميرة ، 2012م) ودراسة (محمد المصري ، 2017م) والذين توصلت نتائجهم بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير النوع .

ويعزو ذلك إلى طبيعة البنية النفسية للذكور والقدرة على المواجهة والتحمل والتأقلم مع الواقع والترفيه عن النفس والخروج من البيت والتفريغ عن النفس وبالعكس مقارنة بالأنثى التي تقع على عاتقها المسؤوليات المنزلية والتربية للأبناء وضعف مشاعرها.

نتائج تتعلق بالإجابة عن التساؤل الثالث : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير التخصص العلمي.

جدول (7) يبين نتائج اختبار (ت) بين متوسطي عينة البحث في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية عن الفقرات والدرجة الكلية وفقا لمتغير التخصص العلمي.

البعد	التخصص العلمي	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات	علوم إنسانية	90	26.4444	3.91227	15.652	0.000
	علوم تطبيقية	65	16.9231			

يتبين من الجدول (7) أن أفراد العينة الذين تخصصهم العلمي (علوم إنسانية) سجلوا متوسطا حسابيا أعلى من المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث الذين تخصصهم العلمي (علوم تطبيقية) ، حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة الذين تخصصهم العلمي (علوم إنسانية) (26.4444) بينما كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة الذين تخصصهم العلمي (علوم تطبيقية) (16.9231) وكانت قيمة اختبار (ت) للفرق بين المتوسطي (15.652) وهي قيمة دالة إحصائيا لأن مستوى دلالتها (0.000) أقل من مستوى (0.05) . وبذلك يمكن القول بوجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير التخصص العلمي ولصالح أفراد العينة الذين تخصصهم علوم إنسانية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: (آمال حسين ، 2021م) ودراسة (عفراء العبيدي ، 2015م) والتي توصلت نتائجهم بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة تعزى للتخصص العلمي ولصالح العلوم الانسانية . وتختلف مع دراسة (محمد المصري ، 2017م) والتي ترى بعدم وجود فروق في مستوى الاستقرار النفسي والتخصص العلمي.

ملخص النتائج:

1-أشارت نتائج البحث أن مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية جاء بدرجة متوسطة ، حيث احتلت الفقرتين (4 ، 5) والتي نصت على (تفضل البساطة في المظهر والملبس ، تتعامل مع الناس ببساطة ودون تكلف) المرتبة الأولى بنفس المتوسط الحسابي (2.4194) وانحراف معياري (0.55679) ، ويليها من حيث الأهمية الفقرة (10) فقد احتلت المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (2.3548) وانحراف معياري (0.65209) وهي تنص على (تتمسك بآرائك التي تعتقد بصحتها) ، بينما

احتلت الفقرات ذات أرقام (6 ، 8 ، 9) المرتبة الثالثة بنفس المتوسط الحسابي (2.2903) وانحراف معياري (0.52183) وهي تنص على (تنام نوما عميقا خال من الكوابيس الليلية ، تفضل عدم التأخر في تقديم العون للآخرين ، تشعر أن تخصصك لا يتناسب وطموحاتك) جاءت بدرجات متوسطة.

2-أظهرت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير النوع ولصالح أفراد العينة الذكور.

3-أكدت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية العجيلات بجامعة الزاوية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية ولصالح أفراد العينة الذين تخصصهم العلمي علوم إنسانية.

التوصيات:

1-عقد ورش عمل تثقيفية لتوعية الطلبة لتعزيز الاستقرار النفسي من أجل مواجهة المشكلات والضغوط النفسية التي تواجه الطلبة للوصول إلى صحة نفسية أفضل وانعكاس ذلك على أدائهم التحصيلي.

2-تعزيز دور المؤسسات التعليمية والمجتمعية في زيادة ما من شأنه ترسيخ الاستقرار النفسي لدى الطلبة ابتداء بالأسرة مرورا بالمدرسة والجامعة وغيرها من المؤسسات التربوية الأخرى.

3-تقديم الدعم الإيجابي للطلبة من خلال تقبلهم لجميع الإمكانيات لديهم وعدم مطالبتهم بما لا يستطيعون به من أعمال.

4-توفير الظروف النفسية المريحة للطلبة داخل البيت والجامعة ، لكي يشعروا بالراحة والاستقرار النفسي ، لكي ينعكس ذلك على أدائهم التحصيلي.

5-إعداد برامج نفسية للمحافظة على المهارات النفسية وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة والتأكيد على الاهتمام بالجانب النفسي كي يرفع مستوى استقرارهم النفسي مما ينعكس على مستوى أدائهم التحصيلي.

الهوامش:

1-خليل علي أبو جراد ، واقع البطالة في المخيمات الفلسطينية وتأثيرها على الاستقرار النفسي لدى عينة من الشباب الخريجين ، مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، المركز الجامعي بلحاج بو شعيب ، 2 (2) ، 2018م ، ص 168.

2-عبدالودود أحمد ومهند الحسن ، قوة الأنا وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى لاعبي منتخبات الجامعات العراقية بكرة السلة ، المجلة الثقافية الرياضية ، جامعة تكريت ، 2013م ، ص 44.

3-كوثر البدر ورواء شاكر ، الاستقرار النفسي لدى طلبة كلية التربية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة القادسية ، العراق ، 2017م ، ص 65 .

4-سالم حميد عبيد ، فاعلية الذات وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى المرشدين التربويين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، 2006م ، ص 42 .

5-أسعد رشيد هفن ، الاستقرار النفسي لدى طلبة جامعة دهوك ، مجلة أبحاث كلية التربية الإسلامية ، جامعة دهوك ، العراق ، 2010م ، ص 35 .

6-سناء الخزرجي ومحمد صاحب ، القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، العراق ، 2006م ، ص 63 .

7-كريم حسين الجميلي ، الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية ، 2004م ، ص 99 .

8-أدهم إسماعيل خديدا إسماعيل ، الاستقرار النفسي لدى تدريسي جامعة الموصل ، كلية التربية ، جامعة الموصل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، 2006م ، ص 64 .

9-كفاح سعيد غانم الدبعي ، الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي وعلاقتهما بالتصنيف الاجتماعي لدى الموظفين والموظفات بدوائر الدولة الحكومية بأمانة العاصمة صنعاء ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد ، 2003م ، ص 112 .

10-حيدر ناجي حبش ، الاستقرار النفسي وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم للطلاب ، مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية ، جامعة الكوفة ، 12 (23) ، 2018م ، ص 472 .

11-محمد حوزة ، مدى توافر الاستقرار النفسي والمادي للموظف وأثره في الحد من الدوران الوظيفي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة مؤتة ، الأردن ، 2010م ، ص 140 .

12-رافع عبد الغفور ، دراسة مقارنة في الاستقرار النفسي لدى لاعبي منتخبات الجامعات العراقية بكرة اليد للمنطقة الشمالية ، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية ، جامعة الموصل ، العراق ، (64) 20 ، 2014م ، ص 180 .

13-شهاب أحمد عكاب ومها صبري حسن ، الاستقرار النفسي وعلاقته بمستوى أداء مهارتي اللف والوثب على جهاز عارضة التوازن للطالبات ، مجلة الفتح ، جامعة ديالي ، (37) 4 ، 2008م ، ص 271 .

14-وفاء تركي العزيري وفاضل كردي الشمري ، الاستقرار النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى لاعبي كرة اليد في العراق ، مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية ، جامعة الكوفة ، (9) 5 ، 2011م ، ص 131 .

15-قاسم خلف كجوان ، الاستقرار النفسي لدى مدرسي المرحلة الثانوية ، مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية ، جامعة تكريت ، (10) 23 ، 2016م ، ص 382 .

16-آمال إسماعيل حسين ، علاقة تسامي الذات بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة المستنصرية ، مجلة كلية التربية ، جامعة واسط ، ع (44) ، ج (2) ، 2021م ، ص 89 .

17-محمد المصري ، الحاجات النفسية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة جامعة الأزهر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، غزة ، 2017م.

18-عفراء خليل إبراهيم العبيدي ، الكمالية العصابية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة ، مجلة علوم الإنسان والمجتمع ، ع (14) ، جامعة بغداد ، العراق ، 2015م ، ص 73 .

19-أمل كاظم ميرة ، الاستقرار النفسي وعلاقته بمستوى الطموح ، مجلة كلية التربية للبنات ، مج (23) ، ع (2) ، 2012م ، ص 117 .