

عنوان المداخلة: علاقة الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية بجامعة الوادي

إسم ولقب المؤلف الرئيسي: مروة مسعودي.

اسم ولقب المشارك في العمل: النوي بالطاهر.

البريد الإلكتروني: messaoudi-marwa@univ-eloued.dz

البريد الإلكتروني: Abo.aymen39203@gmail.com

مؤسسة الانتساب: جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي.

مؤسسة الانتساب: جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي - الجزائر.

1. ملخص الدراسة :

سعت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة وفقا لمتغير الجنس وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية من كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الوادي، وتم تطبيق الأدوات الخاصة بالدراسة والتي تتمثل في مقياس الثقة بالنفس ل(فريخ العنزي) ومقياس التفاؤل غير الواقعي ل(بدر الأنصاري) ومقياس الصحة النفسية ل (عماد عبد الأمير نصيف ونغم هادي حسين)، وتم التحقق من صدقهم وثباتهم في الدراسة الاستطلاعية، وقد جرت المعالجة الإحصائية للنتائج باستخدام البرنامج الإحصائي spss للإجابة على التساؤلات وللتحقق من صدق الفرضيات التي انطلق منها البحث، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى الثقة بالنفس لدى أفراد عينة الدراسة مرتفع.
 - مستوى التفاؤل غير الواقعي لدى عينة الدراسة ضعيف.
 - مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة متوسطة.
 - تساهم الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي في تفسير الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي.
 - وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس.
 - عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفاؤل غير واقعي.
 - عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الصحة النفسية.
- الكلمات المفتاحية: الثقة بالنفس التفاؤل غير الواقعي الصحة النفسية الطالب الجامعي

2. تقديم موضوع البحث:

الإشكالية :

تمثل الثقة بالنفس لدى الطلبة عاملا أساسيا في توافقهم وتقبلهم لذواتهم، فالإحساس بعدم الثقة بالنفس لدى الطالب الجامعي يعتبر مشكلة كبيرة، فالشخص الواصل بنفسه يميل إلى التفاؤل، وإلى التمسك بالنواحي السارة فقط عند التعامل مع الأشياء، إلا أن بعض الباحثين أطلقوا إشارات تحذير أسموه بالتفاؤل غير الواقعي باعتباره نزعة داخل الفرد غالبا لتوقع حدوث الأشياء الايجابية أكثر مما تحدث فعلا، وتوقع حدوث الأشياء السلبية أقل مما تحدث فعلا، مما قد يعرضه للإصابة بمشكلات نفسية.

فطلاب الجامعة أكثر استهدافا للمشكلات النفسية مقارنة بغيرهم من الدارسين لان المرحلة الجامعية مرحلة تحديد الأهداف والتخطيط للمستقبل، وحتى يقوم الطالب بذلك لا بد أن يكون متمتعاً بصحة نفسية عالية، لأن الطالب المصاب بخلل نفسي له أثر سلبي على ذاته وعلى الآخرين .

ومما سبق مع مراجعة البحوث والدراسات فانه تبين - في حدود علم الباحثة - عدم وجود أي دراسة تناولت متغيرات البحث الحالي لذا فقد اهتمت الدراسة الحالية بالكشف على مدى ارتباط الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي بالصحة النفسية لدى طلاب جامعة الوادي، وتحديدًا فإن الدراسة ستحاول الإجابة على السؤال التالي:

هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية؟ وهو ما سنحاول الإجابة عنه من خلال الدراسة الحالية، وعليه تسعى الدراسة إلى الإجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة؟
- ما مستوى التفاؤل غير الواقعي لدى طلبة الجامعة؟
- ما مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة بشكل أساسي إلى التأكد من وجود علاقة بين الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي والصحة لدى طلاب الجامعة ومعرفة مدى دلالة هذه العلاقة إحصائياً، ويمكن تلخيص الأهداف الجزئية في ما يلي:

- التعرف على مستوى كل من الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية طلبة جامعة الوادي.
- التعرف على ما مدى مساهمة الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي في تفسير الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي.
- التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة (الثقة بالنفس، التفاؤل غير الواقعي، الصحة النفسية).

التعريفات الإجرائية:

يمثل التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة، همزة وصل بين النظرية والواقع، فهو يجعل المفاهيم قابلة للقياس والاختبار وتوضح أهميته في البحث العلمي أنه ينطلق من واقع قد لا يعبر عن التعريفات النظرية بوضوح، ولهذا سيتم تعريف مفاهيم الدراسة الحالية تعريفاً إجرائياً كما يلي:

تعريف الثقة بالنفس: من الناحية النظرية يعرف العنزي (2001): الثقة بالنفس هي قدرة الفرد على أن يستجيب استجابات توافقية تجاه المثيرات التي تواجهه، وإدراكه تقبل الآخرين له وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة، ويمكن الإشارة إلى أن الثقة بالنفس ذات صلة بالتوافق النفسي والاجتماعي للفرد، فكل ما حصل على درجة مرتفعة على مقياس الثقة بالنفس ارتفعت درجته في التوافق.

فيمكن أن تعرف الثقة بالنفس إجرائياً في الدراسة الحالية بأنها: مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطلاب والطالبات (أفراد العينة) بعد الإجابة على بنود مقياس الثقة بالنفس، المستخدم في الدراسة الحالية والذي أعده الباحث فريح العنزي، الذي يضم (25) بنداً، مقسماً إلى (4) أبعاد، وهي على التوالي: الإرادة، الثقة في المواقف الاجتماعية، وتشير الدرجة

المرتفعة في المقياس إلى تمتع الفرد بمستوى عالي من الثقة بالنفس، أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى انخفاض مستوى الثقة بالنفس.

تعريف التفاؤل غير الواقعي: من الناحية النظرية يعرف بدر الأنصاري (2001): التفاؤل غير الواقعي بأنه اعتقاد الفرد بقدرته على التفاؤل إزاء دون مبررات منطقية أو وقائع تؤدي إلى هذا المعتقد، حيث يتوقع الفرد غالبا حدوث الأشياء الايجابية أكثر مما تحدث في الواقع، ويتوقع حدوث الأشياء السلبية أقل مما تحدث في الواقع، مما قد يتسبب أحيانا في حدوث نتائج غير متوقعة، والتي قد تعرضه بدورها إلى مخاطر عدة أهمها المخاطر الصحة

فيمكن أن يعرف التفاؤل غير الواقعي إجرائيا في الدراسة الحالية بأنه: مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطلاب والطالبات (أفراد العينة) بعد الإجابة على بنود مقياس التفاؤل غير الواقعي، المستخدم في الدراسة الحالية والذي أعده الباحث بدر محمد الأنصاري، والذي يضم (24) بنداً، مقسماً إلى بعدين، وهي: الأحداث السارة و الأحداث المفجعة.

تعريف الصحة النفسية: من الناحية النظرية يعرف الباحثان عماد عبد الأمير نصيف ونغم هادي حسين (2007): الصحة النفسية بأنها تكامل شخصية الفرد نفسياً وعقلياً وجسدياً واجتماعياً بالشكل الذي حقق له التوافق مع نفسه ومع الآخرين ويشعره بالسعادة والراحة النفسية.

فيمكن أن تعرف الصحة النفسية إجرائياً في الدراسة الحالية بأنها: مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطلاب والطالبات (أفراد العينة) بعد الإجابة على بنود مقياس الصحة النفسية، المستخدم في الدراسة الحالية والذي أعده الباحثان عماد عبد الأمير نصيف ونغم هادي حسين، والذي يضم (27) بنداً كلها تنتمي إلى بعد واحد.

الطالب الجامعي: يقصد بطلبة الجامعة في هذه الدراسة عينة من الطلبة والطالبات الذين يزاولون الدراسة بقسم العلوم الاجتماعية بجامعة الشهيد حمة لخضر، ويتراوح سنهم بين 19 و 26 سنة.

3. الإجراءات المنهجية:

منهج الدراسة: إن نوع المنهج الذي يتبعه الباحث في دراسته، يتوقف على نوع المشكلة التي يريد دراستها. والمنهج بصفة عامة هو: الطريق المؤدي إلى الكشف عن حقيقة بواسطة مجموعة من القواعد، لتحديد العمليات والوصول إلى نتيجة محددة. (فوزي، 2007، 76)

ولما كانت الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة طبيعة العلاقة بين متغيراتها (الثقة بالنفس، التفاؤل غير الواقعي، الصحة النفسية) فإن المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لهذه الدراسة.

عينة الدراسة: بعد زيارة قسم العلوم الاجتماعية طبقنا الطريقة العشوائية الطبقية في اختيار العينة التي تعبر عن مجتمع البحث فكانت النتيجة حصولنا على عينة الدراسة تتكون من (200) طالب وطالبة من القسم بنسبة (10 %) وقع عليها الاختيار بالطريقة العشوائية الطبقية، قد كان عدد الذكور (45) طالب وعدد الإناث (155) طالبة.

أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية:

ثبات المقياس:

تم استخراج معامل الثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة جتمان ومعادلة سبيرمان وبراون، والاتساق الداخلي باستخدام معادلة α لكرونباخ، فكانت النتائج موضحة في الجدول كالتالي:

معاملات الثبات لمقاييس الدراسة بطريقتي التجزئة النصفية والاتساق الداخلي								
مقياس الصحة النفسية			مقياس التفاؤل غير الواقعي			مقياس الثقة بالنفس		
التجزئة النصفية		α كرونباخ	التجزئة النصفية		α كرونباخ	التجزئة النصفية		α كرونباخ
جيتمان	سبيرمان		جيتمان	سبيرمان		جيتمان	سبيرمان	
0.83	0.84	0.72	0.51	0.52	0.73	0.73	0.73	0.70

يتضح من الجدول أعلاه بالنسبة لمقياس الثقة بالنفس أن قيمة معامل α لكرونباخ تقدر ب (0.70)، والتجزئة النصفية بمعادلتها سبيرمان براون (0.73) وجيتمان (0.73)، ومنه نستطيع القول أن المقياس يتمتع بدرجات مقبولة من الثبات، أما مقياس التفاؤل غير الواقعي أن قيمة معامل α لكرونباخ تقدر ب (0.73)، والتجزئة النصفية بمعادلتها سبيرمان وبراون (0.52) وجيتمان (0.51)، ومنه نستطيع القول أن المقياس التفاؤل يتمتع بدرجات مقبولة من الثبات، في حين مقياس الصحة النفسية، أن قيمة معامل α لكرونباخ تقدر ب (0.72)، والتجزئة النصفية بمعادلتها سبيرمان وبراون (0.84) وجيتمان (0.83)، ومنه نستطيع القول أن المقياس يتمتع بدرجات مرتفعة من الثبات.

صدق المقياس:

تم حساب معامل الصدق بطريقة الاتساق الداخلي، حيث تم حساب الارتباطات بين بنود المقياس ودرجات الأبعاد، وبين البنود بعضها ببعض، وكذلك الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون.

مقياس الثقة بالنفس:

يتضح أن قيم ارتباط بنود الأبعاد المكونة للمقياس بعضها ببعض وارتباطها بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين البنود بالبعد الذي تنتمي إليه بين (0.33 و 0.71)، أما قيم معاملات الارتباط بين بنود البعد الواحد بعضها ببعض فقد تراوحت بين (0.23 و 0.75)، ومعظم هذه القيم دالة عند (0.01) والأخرى دالة عند (0.05).

أما الأبعاد المكونة للمقياس ترتبط بالدرجة الكلية ارتباطاً دالاً يمتد ما بين (0.58 و 0.71)، وفي ذلك دلالة على أن أبعاد مقياس الثقة بالنفس الأربعة متسقة مع الدرجة الكلية.

مقياس التفاؤل غير الواقعي:

يتضح أن قيم ارتباط بنود الأبعاد المكونة للمقياس بعضها ببعض وارتباطها بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين البنود بالبعد الذي تنتمي إليه بين (0.31 و 0.86)، أما قيم

معاملات الارتباط بين بنود البعد الواحد بعضها ببعض فقد تراوحت بين (0.18 و 0.69)، ومعظم هذه القيم دالة عند (0.01) والأخرى دالة عند (0.05).

أما الأبعاد المكونة للمقياس ترتبط بالدرجة الكلية ارتباطاً دالاً، وسجل معامل الارتباط بين البعد الأول والدرجة الكلية بواقع (0.68)، والارتباط بين البعد الثاني والدرجة الكلية (0.57)، وفي ذلك دلالة على أن بعدي مقياس التفاؤل غير الواقعي متسقة مع الدرجة الكلية.
صدق مقياس الصحة النفسية:

بما أن مقياس الصحة النفسية عبارة على بعد واحد فإن يتضح أن معامل الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.21 – 0.82) وهي معظمها دالة عند مستوى الدلالة (0.05) والباقي دال عند مستوى دلالة (0.01) أما البندين رقم (01) ورقم (02) فهما غير دالين وبالتالي يتم حذفهما، ليصبح المقياس مكون من 25 بند.

4. خلاصة النتائج:

تعد الدراسة التي تم انجازها من المساهمات التي تناولت موضوع علاقة الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي والصحة النفسية، وبناءً على المعالجات الإحصائية التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق أدوات البحث، يتبين ما يلي:

- تمتع عينة الدراسة بمستوى عالي من الثقة بالنفس.
- مستوى التفاؤل غير الواقعي لدى عينة الدراسة ضعيف.
- مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة متوسطة.
- تساهم الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي في تفسير الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي.
- وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس.
- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفاؤل غير واقعي.
- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الصحة النفسية.

5. المراجع:

- فوزي، عبد الخالق (2007). طرق البحث العلمي: المفاهيم والمنهجيات. الاسكندرية- مصر: مؤسسة شباب الجامعة.
- العنزي عويد فريح (2001). المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل دراسة ارتباطية عاملية، العلوم الإجتماعية. 02(32).
- الانصاري، بدر محمد(2001). اعداد مقياس التفاؤل غير الواقعي لدى عينة من الطلبة والطالبات في الكويت، دراسات نفسية. 11(2). 194-243.
- نصيف، عماد عبد الأمير وحسين نغم هادي (2007). الإسناد الاجتماعي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة جامعة القادسية. القادسية في الأدب والعلوم التربوية. 8(2). 221-250.
- العنزي؛ فريح (2000). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالإضطرابات النفسية والجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلاب الجامعة، دراسات نفسية. 10(3). 505 – 532.