

فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال

إعداد

د. نجلاء محمد علي إبراهيم^١

الملخص

يهدف البحث الحالي للكشف عن فعالية البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات كلية التربية قسم رياض الأطفال - بحفر الباطن، والتعرف على مستوى الثقة بالنفس لديهن، وكذلك الكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم على الاختبار البعدي للثقة بالنفس والأمن النفسي، والكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على الاختبار البعدي ومتوسط درجاتهم على الاختبار التتبعي لقياس الثقة بالنفس وأثر ذلك على تحسين الأمن النفسي وتحقيق الصحة النفسية للطلبات. وقد تم استخدام مقياس الثقة بالنفس لطلبات الجامعة (الباحثة)، مقياس الأمن النفسي لطلبات الجامعة (سلطان وقاسم ٢٠٠٨) بالإضافة للبرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس (الباحثة).

تكونت العينة من (٣٠) طالبة من طالبات كلية التربية قسم رياض الأطفال بجامعة حفر الباطن - المملكة العربية السعودية تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٣٥) سنة. كما تم استخدام المنهج شبه التجريبي. وتم التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي على مقياسي الثقة بالنفس والأمن النفسي، مما يعني فعالية البرنامج المقترح لتنمية الثقة بالنفس، في حين لم توجد تلك الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي؛ مما يعني استمرارية فعالية البرنامج المقترح بعد شهرين من تطبيقه. وقامت الباحثة بتقديم عدة توصيات ومنها ضرورة إنشاء وحدة للإرشاد الاجتماعي والنفسي، والاهتمام بالمزيد من البرامج التربوية والنفسية لطلبات الجامعة وأن يتم تبني البرنامج الحالي، وبعاد تطبيقه باستمرار على طالبات الجامعة.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الإرشادي، الثقة بالنفس، الأمن النفسي.

^١مدرس بقسم رياض الأطفال - كلية التربية النوعية جامعة بنها

Abstract

The effectiveness of a counseling program in developing self-confidence and psychological security among a sample of the students Kindergarten Department.

The study aims to investigate the effectiveness of a counseling program to develop self-confidence among the students of Kindergartens Department and to identify their level of self-confidence. It also investigate if there were statistically significant differences between the average scores of the experimental group on the pre-test and the average score on the post-test to measure the self-confidence and its impact on improving the psychological security. The self-confidence measure was used (the researcher), the psychological security measure for university students (Sultan and Qassem 2008) and the counseling program.

The study consisted of (30) female students in Hafr al-Batin region, Saudi Arabia, aged between (18 - 35) years. The semi-experimental approach was used. There were statistically significant differences between the pre-test and post-test measures on the dimensions of self-confidence and psychological security, which means the effectiveness of the program in developing self-confidence, while there were no differences between the post-test measures and follow-up test, which means the continuity of the effectiveness of the proposed program after two months of Apply it. The researcher presented several recommendations, including the need to establish a unit for social and psychological guidance, and drawing attention to the important of the educational and psychological programs for university students.

Keywords: counseling program, psychological security, self-confidence.

مقدمة:

يعتبر مفهوم الثقة بالنفس من المواضيع الأساسية التي لها علاقة مباشرة بشخصية الإنسان فهو يرتبط بنشاطات الإنسان اليومية في شتى مجالات الحياة، ويشير في أبسط معانيه إلى ذلك الإحساس الشخصي لدي الفرد بالنجاح والإيجابية والسعادة في حياته مع نفسه ومع الآخرين، وذلك من خلال شعور الفرد بالكفاءة الجسمية والنفسية والاجتماعية والأكاديمية، وبقدرته على اتخاذ قراراته بنفسه والإصرار على تنفيذها معتمداً في ذلك على نفسه وامتثالاً لمسؤولية قراراته.

مما يجعله يتقبل نفسه ويشعر بالرضا عن قدراته وإمكانياته التي منحها لها الله سبحانه وتعالى فيحظى بتقبل الآخرين له ويستطيع القيام بواجباته نحو الآخرين، ويتسم الشخص الواثق متنفسه بالسعادة والإيجابية والالتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي ويشعر بالرضا والقناعة عن واقعه وحياته، ويتمتع بالقدرة على مواجهة الأزمات بقدر من الاتزان والتفكير المنطقي الذي يستطيع من خلاله حل مشكلاته بطريقة سهلة.

وترى الباحثة أن الثقة بالنفس لا تأتي إلا من خلال الثقة بالله وحسن التوكل عليه وأن يكون الإنسان دائماً على يقين بأن الله بجانبه يساعده على إنجاز العديد والعديد من الأعمال وتحقيق الأهداف وذلك بمزيد من العزيمة وقوة الإرادة الموجودة بداخله، لأن الثقة تأتي من الداخل من خلال ثقة العبد بربه، فلقد خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان ومنحاه قدر لا محدود من الثقة بالنفس، فالإنسان بالفطرة لديه ثقة بالنفس لا نهائية وعندما يفقد الإنسان الثقة بالله هنا يفقد ثقته بنفسه وهنا يسلم أمره للآخرين ويستمتع دائماً لآرائهم فيه ونقدم لهم.

فبعد أن خلق الله سبحانه وتعالى جسد آدم بهذا الشكل، وسواه ونفخ فيه الروح، وذلك كما قال سبحانه وتعالى: "فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ"، (الحجر/٢٩)، فالفرد لديه الاستعداد لفعل أي شيء على وجه الأرض ولكن عندما تتدخل التربية السلبية ويأتي دورها في التأثير السلبي على الإنسان مرة تلو الأخرى يشعر الفرد بضعف الثقة بالنفس ويبدأ في تضخيم الفشل أما الواثق في نفسه لا يضخم محاولات الفشل بل يقلل منها ويستطيع توظيف قدراته للحصول على النجاح، فالثقة بالله تمنح الإنسان الثقة بالنفس والقدرة على فعل أي شيء مهما كانت صعوبته.

مما سبق نجد أن الثقة بالنفس لا تتكون لدي الفرد بين يوم وليلة ولكن يجني ثمارها على مدار السنوات وذلك من خلال التربية السليمة للأبناء وغرس ثقهم بأنفسهم منذ الصغر وهذا ما أشار إليه (راغب، ٢٠١٣: ١٠) أن سمة الثقة بالنفس ما هي إلا سمة مكتسبة منذ الصغر تتطور بتطور نمو الفرد كما أنها تمثل مظهراً من مظاهر الصحة النفسية للفرد وفقدانها أو نقصانها يؤدي بالفرد إلى سلوكيات انسحابية، ورغم ذلك وجدت الباحثة عدد ليس بقليل من الطالبات يفتقرن إلي الثقة بالنفس وعدم الاندماج مع الآخرين وعدم القدرة على التواصل الجيد معهم، كما أنها تمتنع عن المشاركة في أنشطة الجامعة المختلفة التي تظهر مواهبها وإبداعاتها الحقيقية كالأنشطة اللامنهجية والمؤتمرات الطلابية رغم تمتعها بالقدرات المختلفة التي تؤهلها للمشاركة.

ويرجع ذلك لخلجها أو نظرتها الدونية لنفسها أو لخوفها من الفشل ويكون ذلك عائق أمام الطالبة في الاعتماد على نفسها والقدرة على اتخاذ قراراتها وتحقيق أهدافها، وبالرجوع للدراسات السابقة وجدت الباحثة أن هناك العديد من الدراسات التي أثبتت نتائجها أن الإناث أقل ثقة بالنفس من الذكور كدراسة

كلاً من (المشعان، ١٩٩٩- العنزي، ٢٠٠١، سراية، ٢٠١٤، نجمة، ٢٠١٤) وقد يرجع ذلك إلى طريقة التربية وأساليب المعاملة الوالدية المستخدمة في تربية الأبناء لكلاً من الجنسين والتي ترتبط بالعادات والتقاليد السائدة في المجتمع التي تربي في الأنتى الاعتماد على الرجل وأن تكون خاضعة لتبعية الرجل في كثير من أمور الحياة .

ويتمثل أمن الطالبة النفسي في أنها آمنة ومطمئنة ومقبولة ومحبوبة، وهنا ستنشعر بالانتماء والحماية والرعاية والتوجيه والاهتمام والدعم والسند والتشجيع في مواجهة المواقف الحياتية الجامعية، مع إشباع الحاجات والدوافع داخل وخارج الجامعة. ولذا نجد أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين الثقة بالنفس والشعور بالأمن والطمأنينة النفسية، فليس من الممكن أن يشعر شخص بالطمأنينة إلا إذا توفرت لديه الثقة بالنفس وأكثر من هذا فإن الثقة بالنفس هي الدرع الواقي للطمأنينة فمن يفتقر إلى الثقة بالنفس يكون عرضة في أية لحظة للاضطراب والشعور بأن كل شيء يتربص به ويتآمر عليه ويتوعده. فالأمن يتضمن الثقة بالنفس والهدوء والطمأنينة النفسية.

مشكلة البحث:

أكد كلاً من (أقرع، ٢٠٠٥، سلطان وقاسم، ٢٠٠٨، عبد الله، ٢٠١٠، سامية، ٢٠١١، نعيصة، ٢٠١٢، أبوعميرة، ٢٠١٢، ومصطفى والشريفين، ٢٠١٣، والغامدي، ٢٠١٦) على ضرورة تدعيم الأمن النفسي لما له من أثر بالغ في سلوك طالبات كليات التربية، والتأكيد على الأمن النفسي في الفكر الإسلامي إذا يرتبط بحب الآخرين، والانتماء للجماعة، والاهتمام بالنشاطات الاجتماعية والرياضية والفنية التي تسهم في التعبير عن إمكانياتهم وقدراتهم، وأكدت (عقل، ٢٠٠٩) أن هناك علاقة إيجابية بين الأمن النفسي ومفهوم الذات.

ويرى (الطهرواي، ٢٠٠٧) أن الشخص الآمن نفسياً هو الذي يشعر أن حاجاته مشبعة، وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر. والإنسان الآمن نفسياً يكون في حالة توازن أو توافق أمني. كما يرى (الشريفين، ٢٠٠٨) أن فقدان الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعات قد يؤدي إلى مجموعة من الأعراض المرضية مثل التسلبية في التفكير والمواقف والسلوك، وفقدان الثقة بالنفس، والشك والخوف، وانعدام الثقة بالآخرين، والعدوانية، واللامبالاة، وغيرها من الأعراض التي قد تؤثر بشكل مباشر في الحالة النفسية للطالب.

كما أكد (أقرع، ٢٠٠٥ و زايد، ٢٠٠٧) أن مشكلة عدم الشعور بالأمن ترتبط بالأفراد الذين تسيطر عليهم مخاوف بدرجات مختلفة إضافة إلى عدم الشعور بالثقة بالنفس ولا شك بأن المشكلات عادة تبني على مواقف وخبرات سابقة.

ولقد أكدت دراسة كلاً من (أبو سيف، ٢٠١٣، ومحمود، ٢٠١٤، وشلهوب، ٢٠١٦) أن هناك علاقة إيجابية بين الأمن النفسي والثقة بالنفس، وهذا يدل على أن إدراك الطالبة لأمنها النفسي يرتبط بإدراكها للثقة بالنفس، وهذا يوضح الدور الذي تلعبه الجامعة في تلك العلاقة لتنمية الأمن النفسي مع الثقة بالنفس لتزيد من هذا الشعور الإيجابي لدى طلبتها.

مما سبق نجد أن الأمن النفسي من المفاهيم الرئيسية في علم النفس، حيث أنه يعد من الحاجات الأساسية التي يعد إشباعها مطلباً رئيسياً لتوافق الفرد، في حين أن عدم إشباعها يشكل مصدراً لقلقه وسوء توافقه. كما يعاني بعض الأفراد من انخفاض في مستوى الثقة بالنفس بسبب عجزهم عن تحقيق أهدافهم

وأمالهم التي يتطلعون لتحقيقها، وأنها لا تسير كما خططوا لها فيتولد لديهم شعور بالنقص والدونية، ويأتي دور الثقة بالنفس حيث تكسبهم طاقة نفسية واجتماعية وانفعالية تساعدهم على ضبط أنفسهم كي يتوصلوا إلى الحلول الناجحة للمشكلات التي تواجههم. فالثقة بالنفس تكتسب وتتطور من خلال مراحل الحياة (شراب، ٢٠١٣: ١٥-١٦).

كما أوصت دراسة كلاً من دراسة (الطائي، ٢٠٠٦، حسيب، ٢٠٠٩، رجب، ٢٠٠٩، أبو سيف، ٢٠١٣، وشراب، ٢٠١٣، علوان والطلاع، ٢٠١٤، ومحمود، ٢٠١٤، وشلهوب، ٢٠١٦) بضرورة تدعيم وتعزيز مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة الكلية لذلك سعت الباحثة لتنمية ثقة الطالبات بأنفسهن من خلال برنامج مقترح تطبيقه في الدراسة الحالية، وذلك لأهمية هذان المتغيران.

وحيث أن هناك العديد من الدراسات التي قد تناولتها في علاقتهما بمتغيرات أخرى، مثل مفهوم الذات ودافعية الإنجاز والمسئولية الاجتماعية وتأثيرهما على السلوك الإنساني، ولكنها لم تعطي الاهتمام الكافي بالبرامج الإرشادية التي تتناول تنمية الثقة بالنفس وتحسين الأمن النفسي خاصة عند طالبات الجامعة - في حدود علم الباحثة- ومن هنا جاءت فكرة هذه البحث الحالية في إعداد وتطبيق برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال بكلية التربية. **وتحدد مشكلة البحث الحالي في السؤال التالي:**

ما مدى فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين الأمن النفسي لدي طالبات قسم رياض الأطفال بكلية التربية؟

وينبثق من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

- هل يوجد فرق دال إحصائياً بين درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التدريبي وبعد التطبيق على مقياس الثقة بالنفس لصالح التطبيق البعدي؟
- هل يوجد فرق دال إحصائياً بين درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التدريبي وبعد التطبيق على مقياس الأمن النفسي لصالح التطبيق البعدي؟
- هل يوجد فرق دال إحصائياً بين درجات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج ودرجاتهم بعد الانتهاء من التطبيق النهائي بشهرين (التتبعي) على مقياس الثقة بالنفس والأمن النفسي؟
- هل يوجد فرق دال إحصائياً بين الطالبات في درجاتهم على مقياس الثقة بالنفس والأمن النفسي حسب عدد سنوات العمر وعدد سنوات التخصص؟

أهداف البحث:

- يهدف البحث الحالي للتحقق من فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين الأمن النفسي لطالبات قسم رياض الأطفال بكلية التربية، وتعديل سلوكهم وتبصيرهن بالحلول البديلة التي تساعدهن على مواجهة مشكلاتهن وإيجاد الحلول المناسبة لها وتحقيق مستوى عالي من الثقة بالنفس والشعور بالأمن النفسي وتحقيق أعلى درجات التكيف والتوافق مع الذات والمجتمع وذلك من خلال:
- التعرف على درجة الثقة بالنفس والأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال.
 - معرفة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعد التطبيق على مقياس الثقة بالنفس والأمن النفسي.

- معرفة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج ودرجاتهم بعد الانتهاء من التطبيق النهائي بشهرين (التتبعي) على مقياس الثقة بالنفس والأمن النفسي.
- معرفة الفروق بين الطالبات في درجاتهن على مقياس الثقة بالنفس والأمن النفسي حسب عدد سنوات العمر وعدد سنوات التخصص.

أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث الحالي من خلال ما يلي:

(١) الأهمية النظرية: وتتمثل فيما يلي:

- الاهتمام بمرحلة الطفولة المبكرة الذي يعد استثماراً أمثل لبناء مستقبل أي أمة، وذلك من خلال الاهتمام بمعلماتهن وتنمية ثقتهن بأنفسهن وتعزيز شعورهن بالأمن النفسي مما ينعكس بشكل إيجابي على الأطفال.
- قلة وندرة الدراسات التي تتعلق بالثقة بالنفس والأمن النفسي لدى هذه الفئة- على حد علم الباحثة
- رغبة الباحثة في التعرف أكثر على موضوع الثقة بالنفس والوقوف على كثيراً من الأسباب الكامنة وراء ضعفها خاصة في مجتمعنا ولدى الإناث على وجه التحديد.
- كما تأتي أهمية البحث الحالية من تناولها موضوعاً هاماً وهو (الأمن النفسي) خاصة في عصر تفتت فيه الأمراض النفسية والاجتماعية التي يفتقد فيها الفرد الشعور بالأمن والطمأنينة.
- إصرار الباحثة على إجراء هذا البحث؛ نظراً للحاجة الماسة له؛ فمن خلال ملاحظتي وتعاملي واندماجي مع الطالبات في الحرم الجامعي، لاحظت كيف تمتنع الطالبة عن المشاركة في المحاضرات والأنشطة المختلفة مع العلم بأنها تمتلك المعلومات والمهارات التي تساعد على المشاركة والإبداع. والسبب في ذلك هو أنها تفقد الثقة بنفسها. وعليه فإن مبررات البحث تتمثل في حاجة طالبات الجامعة لمثل هذه البرامج الإرشادية.

(٢) الأهمية التطبيقية: تكمن هذه الأهمية فيما يلي:

- إعداد أداة لقياس الثقة بالنفس وأيضاً إعداد برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي الطالبات.
- قد تساعد نتائج وتوصيات البحث الحالية القائمين على تربية وتعليم الأجيال في تفعيل البيئة الجامعية في تنمية بعض السمات الإيجابية في نفوس الطلاب مثل الأمن النفسي والثقة بالنفس والمرونة والإيجابية وغيرها من السمات التي من شأنها دعم شخصية الفرد ومساعدته على أن يكون فعال وإيجابي.
- مساعدة أعضاء هيئة التدريس باستخدام فعاليات مختلفة لتنمية الثقة بالنفس والأمن النفسي من خلال البرامج الإرشادية والدورات والورش والندوات المختلفة.

مصطلحات البحث:

البرنامج الإرشادي Counseling Program:

تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه هو " مجموعة اللقاءات التي تتضمن مجموعة من الأنشطة والتدريبات الإرشادية المنظمة والمخطط لها على أسس علمية، والتمارين العملية المناسبة للفئة العمرية التي من شأنها تنمية الثقة بالنفس لتحسين الأمن النفسي لدى عينة تجريبية من طالبات قسم رياض الأطفال بكلية التربية - جامعة حفر الباطن خلال مدة زمنية قدرها (١٢) أسبوع بواقع (٢٤) لقاء، تتراوح المدة الزمنية للجلسة من (٤٥ - ٦٠) دقيقة، في قاعة ورش العمل".

الثقة بالنفس Self confidence:

تعرفها الباحثة إجرائياً بأنها " ذلك الشعور الذي يعطي للإنسان إحساس بالسعادة والإيجابية والتفاؤل، وتجعل الفرد معتمداً على نفسه، قادراً على اتخاذ قراراته متحملاً مسؤولياتها ولديه العزيمة والإصرار على تنفيذها، مدركاً لكفاءته الذاتية والاجتماعية والأكاديمية واستثمارها لكي يتفاعل بإيجابية في المواقف الحياتية المختلفة في ضوء ثقته بالله وتوكله عليه ."

وبالتالي فإن أبعاد الثقة بالنفس تتمحور في الآتي:

- **البعد الأول:** الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية " هو قيام الفرد بالمهام والأعمال التي تسند إليه بنفسه متحملاً مسؤولية ذلك فهو يعتمد على نفسه في القيام بأعماله واتخاذ قراراته، ولا يكون شخصاً متكالي يعتمد على غيره في تسهيل أمور حياته الشخصية والاجتماعية والمهنية وغيرها.
- **البعد الثاني:** الرضا عن المظهر الشخصي " هو شعور الفرد بالرضا عن مظهره وتقبله، وعدم الخجل منه، واستثمار القوى الجسمية على أحسن حال من خلال ممارسة بعض التمارين الرياضية والحرص على نظافة شكله الخارجي ليكون مرتباً ومهندماً، متمثلاً ذلك في اهتمام الفرد بمظهره الخارجي من نظافة الثوب وجمال المنظر وطيب الرائحة".
- **البعد الثالث:** القدرة على اتخاذ القرار والعزيمة على تنفيذه: " هو قدرة الفرد على اتخاذ القرار المناسب في كل موقف يواجهه في الحياة وتكون لديه العزيمة والهمة وبذل الجهد لتحقيق قراره".
- **البعد الرابع:** الإحساس بالكفاءة الذاتية والاجتماعية وحسن استغلالها: ويقصد بالكفاءة الذاتية هي " معرفة الفرد ما لديه من قدرات ومهارات ذاتية تميزه عن غيره ويستطيع توظيفها في أماكنها المناسبة للحصول على أفضل النتائج"، ويقصد بالكفاءة الاجتماعية معرفة الفرد ما لديه من قدرات وإمكانات في الجانب الاجتماعي من حيث القدرة على مخالطة الناس وسهولة الاندماج معهم".
- **البعد الخامس:** الأداء الأكاديمي: " هو قدرة الفرد على تحقيق الإنجاز في مجال الدراسة وذلك لأن الفرد يمتلك الطاقات والقدرات الأكاديمية ويستطيع توظيفها بشكل يناسب ظروفه وقدراته كما يمتلك قدراً من التحدي لقدرته ويقبل على تعلم مهارات جديدة تساعده على تحقيق النجاح والإنجاز مما يشعره بالرضا عن مستواه الأكاديمي والاندماج مع تخصصه الذي يدرسه".
- **البعد السادس:** الجانب الفسيولوجي: " هو مجموعة من العلامات والمظاهر الفسيولوجية الداخلية التي تحدث بداخل الفرد وتظهر عليه ويلاحظها الآخرون".
- **البعد السابع:** الثقة بالله والتوكل عليه: " هو حسن ثقة الفرد بربه والاعتماد عليه في جلب المنافع ودفع المضار والحصول على الرزق والنصر على الأعداء وشفاء المريض وغير ذلك من الأمور الحسنة التي تحدث للفرد وتساعده كالنجاح أو إنجاز بعض المهام وهذا كله بفضل الله".

الأمن النفسي Psychological Security :

يعرفه (Kerns, et al,2001) بأنه هو " شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول من قبل الآخرين، وندرة شعوره بالخطر والتهديد، وإدراكه بأن الآخرين الذين لهم أهمية نفسية في حياته ولا سيما الوالدين موجودين معه جسماً ونفسياً لرعايته وحمايته ومساندته وقت الأزمات.

ويعرفه (عاشور، ٢٠٠٣: ١٨) بأنه هو " شعور الفرد بالطمأنينة النفسية، من خلال شعوره بالكفاءة والثقة بالنفس، والرضا عن الذات وتقبلها، والقناعة بإشباع القدر الكافي من الحاجات العضوية والنفسية

المختلفة، والتحرر من الآلام النفسية، وتحقيق القدر الكافي من التوافق مع الذات والبيئة المحيطة، ومقدار سكينه النفس عند تعرضها للأزمات والقدرة على مواجهة تلك الأزمات. ويرى (Wang & Zhang, 2011) بأنه " حالة من الانسجام والتوافق بين الفرد وبيئته المادية والاجتماعية، وهي حالة تظهر في مقدرة الفرد على تحقيق بعض حاجاته وحل ما يواجهه من مشكلات يومية متنوعة ومختلفة حلا منطقيًا، وباستجابة مرضية لمتطلبات بيئته المحيطة".

٤- طالبات قسم رياض الأطفال:

هن مجموعة من الطالبات الملتحقات بقسم رياض الأطفال - كلية التربية بحفر الباطن للفصل الدراسي الأول للعام ١٤٣٨هـ - ٢٠١٧ م

الإطار النظري:

أولاً: الثقة بالنفس:

لقد تناول الكثير من الباحثين والمتخصصين مفهوم الثقة بالنفس من زوايا مختلفة فلقد عرفها (Hanton, 2007, 478) بأنها " الحزم والإصرار والحماس والاستقلالية والنضج الانفعالي، والقدرة على التعامل مع النقد ". وتعرفها (الطائي، ٢٠٠٧: ٢٩٨) بأنها " سمة شخصية تتمثل باتجاه الفرد نحو الذات والآخرين وإيمانه بقابليته الخاصة لدعم مكانته الاجتماعية وشعوره بالسعادة والطمأنينة. ويعرفها (سراية، ٢٠١٤: ١٦٤) بأنها مدى إدراك الفرد لكفاءته ومهاراته وقدراته الجسمية والنفسية والاجتماعية واللغوية التي من خلالها يتفاعل بفعالية مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها في الحياة. ويعرفها (علوان والطلاح، ٢٠١٤: ١٨١) بأنها " عبارة عن الإحساس بالكفاءة الذاتية والاجتماعية، والالتزان الانفعالي، وتقبل الواقع، والقدرة على التعامل معه بعقلانية، وعرفتها (محمود، ٢٠١٤: ١٤٣) بأنها " شعور الفرد بكفاءته الجسمية والنفسية، وقدرته على عمل ما يريد وإدراكه لتقدير الآخرين له، وتدني شعوره بالنقص أو الخوف، متضمنة الأبعاد التالية: (التحدث مع الآخرين، المظهر الجسمي، الإيجابية والتفاؤل، التفاعل الاجتماعي، الاستقلالية، الأداء الأكاديمي).

وتري الباحثة أنه رغم تباين المفاهيم حول الثقة بالنفس إلا أنه يوجد اتفاق كونها متغيراً من متغيرات الشخصية التي تلعب دوراً هاماً في مساعدة الفرد على مواجهة تحديات الحياة والتكيف مع المواقف الجديدة من خلال ما تقوم به الثقة بالنفس؛ من مساعدة الفرد على اتخاذ القرار والقدرة على التعبير عن الذات، ولذلك فهي مفتاح النجاح في العديد من المجالات كالعمل والدراسة والعلاقات الاجتماعية. ووفقاً لما يذكره باجري وماكس (Baggerly & Max, ٢٠٠٥) فإن (باك براون وآخرون. Pach-Brown et al) يرون أنه يوجد خمس مكونات للثقة بالنفس هي:

- النظر إلى الذات على أنها قادرة والإيمان بقدرتها على عمل الأشياء كالأخرين.
 - الشعور بالانتماء والإيمان بأنه جزء متكامل مع الآخرين.
 - التفاؤل بالمستقبل والنظرة الإيجابية للحياة.
 - مواجهة الفشل من خلال النظر إلى خبرات الفشل على أنها فرصة للتعلم والنمو في الحياة
 - امتلاك مصادر مناسبة من التعزيز من خلال نماذج الدور.
- وعن أهمية الثقة بالنفس في مجال التعليم والتحصيل فنجد دراسة قام بها (Tavani & Losh, 2003) أسفرت عن أهمية الثقة بالنفس في التنبؤ بالأداء الأكاديمي للطالب كما أنها تمنحه السعادة وهذا ما أثبتته

دراسة (Hoffman, 2006). فلا يختلف اثنان على ما للثقة بالنفس من أهمية في قدرة الإنسان على شق طريقه في الحياة وإحراز النجاح فيما تمتد إليه يده من أعمال، فالثقة بالنفس مهمة في مواجهة المشكلات، فالشخص الواثق من نفسه يستطيع أن يكيف ظروفه مع المشاكل والصعاب والمصائب، قد يتأثر تأثيراً موقفياً، ولكن لا تتحطم ثقته الأصلية (شراب، ٢٠١٣: ١٩).

وقد أوضح تايلور (Taylor, 2007: 1-5) أن الثقة بالنفس تعتمد على بعض العوامل أهمها:

- مجموعة الخبرات المتراكمة التي يستخدمها الفرد لبناء مجموعة من المهارات.
- التعامل مع مجموعة من الأفراد يتمتعون بمستوى مرتفع من الثقة بالنفس.
- الاتجاهات الإيجابية من الآخرين - ذو الأهمية- نحو الفرد وتعليقاتهم بشأنه.
- مواجهة المواقف الصعبة التي يستطيع الفرد التغلب عليها ويشعر بعدها بالراحة.
- اعتدالية مستوى القلق بعيداً عن القلق المرتفع أو القلق المنخفض.
- الوضع الاجتماعي للفرد والاستمتاع بالحياة الاجتماعية.
- قيمة الاحترام التي يتمتع بها من جانب الآخرين.
- الاعتقاد النابع من الذات باتجاه الفرد نحو أفكاره ووجهات نظره الخاصة.
- التمتع بقدر من النجاح في الحياة العملية.
- القدرة على مضاعفة الشعور بالثقة بالنفس عند الحاجة (حسيب، ٢٠٠٧: ٩٢٩).
- ويذكر (كارول، ٢٠٠٩) أن هناك خمس طرق لتحقيق المزيد من الثقة بالنفس وهي:
- أن يركز الفرد على نقاط القوة في شخصيته.
- أن يضع الفرد لنفسه أهدافاً واضحة يسعى لتحقيقها.
- أن يبتسم الفرد، فالابتسام يمنح الفرد الثقة بالنفس ويقاوم الاجتهاد والتوتر.
- أن يعدل الفرد من جلسته لأن ذلك يغير من الحالة النفسية للفرد.
- أن يكون الفرد شكوراً.

ثانياً: الأمن النفسي:

مما لا شك فيه أن الأمن النفسي أحد أهم محركات العالم الحديث؛ حيث ازدادت البحوث التي تناولته لأهميته وتأثيره في كثير من الجوانب السياسية والاقتصادية والنفسية ولا سيما عند شريحة طلبة الجامعة الذين يعدون من أهم الشرائح التي لها دور مهم في بناء أي مجتمع، فالإنسان الآمن هو الشخص القادر على الإنتاج ومحصن ضد الهزات النفسية وقادر أيضاً على إقامة علاقات ناجحة مع الآخرين، وفهم شخصية طالب الجامعة يكمن في تقدير مدي دافعيته والتي يعد الأمن أهم محركاتها، إذ يعد مطلباً رئيسياً للتوافق (مجيد وآخرون، ٢٠١٦: ١٧٩).

ويري (الصنيع، ١٩٩٣: ٣٦ - ٣٨) أن هناك ستة عناصر أساسية تشكل مفهوم الأمن النفسي، وأن

- عدم وجودها أو تدنيها يعد مؤشراً إلى عدم الشعور بالأمن النفسي، وهي:
- تقبل الذات.
- العلاقات الإيجابية مع الآخرين.
- الاستقلالية.
- السيطرة على البيئة الذاتية.
- الحياة ذات أهداف.
- التطور الذاتي.

- ويشير كلاً من (مصطفى والشريفين، ٢٠١٣: ١٤٦) إلى مكونات الأمن النفسي وهي:
- الشعور بالأمن، وتشير إلى إدراك الفرد للبيئة المحيطة بأنها ودودة وغير محبطة يشعر بها بندرة الخطر والتهديد والقلق.
 - الشعور بالانتماء، وهو إشارة إلى الاستمتاع بالتعاون أو التبادل مع الآخرين في البيئة المحيطة.
 - الشعور بالحب وتعني إحساس الفرد بأنه مقبل من الآخرين، وله مكانة بينهم

ثالثاً: البرنامج:

- عرفه (زهرا، ٢٠٠٢: ٤٩٩) بأنه "برنامج مخطط منظم في ضوء أسس عملية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي".
- **أهمية البرنامج:** انطلاقاً مما أشارت إليه الدراسات السابقة مثل دراسة كلاً من (حسيب، ٢٠٠٩) و(رجب، ٢٠٠٩) و (الغامدي، ٢٠٠٩) و(العنزي، ٢٠١٢) و(شراب، ٢٠١٣) من أنه لابد من تنمية الثقة بالنفس لأن ذلك ينعكس إيجابياً على شخصية الفرد جاءت أهمية تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس لدى الفئة المستهدفة.
 - **الطريقة التي يقوم عليها البرنامج:** يقوم البرنامج على إتباع طريقة الإرشاد الجماعي، لما له من مزايا وفوائد تبعاً لما تقضيه طبيعة الدراسة الحالية، من حيث استفادة أكبر عدد من الطالبات من البرنامج مع توفير الوقت والجهد علاوة على قيامه على أسس فلسفية ونفسية واجتماعية وتربوية؛ أهمها:
 - يستمد البرنامج الحالي أصوله الفلسفية من المنحني السلوكي المتطور لتعديل السلوك عن طريق الاشتراط الإجرائي والذي يقوم على أساس أن السلوك هو "حصيلة ما يؤدي إليه من نتائج أي تقوية جوانب معينة من السلوك تتوقف على ما يتبع السلوك من نتائج إيجابية كالتدعيم أو المكافأة.
 - أن الإنسان كائن اجتماعي، لديه حاجات نفسية واجتماعية لابد من إشباعها في إطار اجتماعي؛ مثل الحاجة للحب والأمن والنجاح وغيرها.
 - تتحكم المعايير الاجتماعية التي تحدد الأدوار الاجتماعية في سلوك الفرد، وتخضعه للضغوط الاجتماعية.
 - تعتمد الحياة في العصر الحالي على العمل في جماعات، وتتطلب ممارسة أساليب التفاعل الاجتماعي السوي، واكتساب مهارات التعامل مع الجماعة.
 - يعتبر تحقيق التوافق الاجتماعي هدفاً هاماً من أهداف الإرشاد النفسي (زهرا، ٢٠٠٢).
- كما راعت الباحثة في البرنامج الإرشادي الحالي ما يلي:**
- تهيئة جو من الألفة والثقة والمحبة بينها وبين الطالبات عينة البحث أثناء التطبيق.
 - توفير بيئة نفسية واجتماعية آمنة تساعد الطالبة على تحقيق النمو النفسي والاجتماعي.
 - استثمار إمكانيات الطالبة وقدراتها بشكل أفضل لتحقيق الهدف من البرنامج.
 - استخدام فنيات واستراتيجيات تعديل سلوك مناسبة للطالبة للوصول إلى النتائج المطلوبة منها (الحوار والنقاش - الاسترخاء والتأمل - التفرغ الانفعالي والحديث عن النفس - الواجبات المنزلية - المحاضرة - لعب الأدوار - الرسم - عروض Power point - عروض ترفيهية - القصص).

- التقييم الدقيق لقدرات الطالبة وذلك بهدف تحديد نواحي القوة والضعف لديها.
- اهتمت باستخدام الطرق التربوية المعاصرة والمناسبة لطبيعة الطالبة وخصائصها في هذه المرحلة بحيث يقوم البرنامج على تشجيع الطالبة في المشاركة في أنشطة البرنامج وإعطائها فرصة لإبداء الرأي وطرح الأسئلة وأن تتسم الأنشطة بالمرونة والتجديد.
- **الهدف العام للبرنامج:** يهدف البرنامج تنمية الثقة بالنفس لدي عينة من طالبات قسم رياض الأطفال وذلك لتحسين الأمن النفسي لديهن.
- **مدة البرنامج:** يستغرق تنفيذ البرنامج (١٢) أسبوع بواقع (٢٤) لقاء موزع كالتالي: -
- **لقاء خاص :** للقياس القبلي ويتم فيها تطبيق مقياس الثقة بالنفس والأمن النفسي وتقيف الطالبات بالبرنامج وأهميته والهدف منه وكيفية حضور اللقاءات والاستفادة منها وطريقة عمل الواجبات المنزلية.
- **اثنان وعشرون لقاء:** تتراوح مدة كل لقاء ما بين (٤٥-٦٠) دقيقة بواقع لقاءين أسبوعيا لمدة أحدى عشر أسبوع.
- **لقاء خاص:** لختام البرنامج والقياس البعدي.

الدراسات السابقة:

أولاً: دراسات تناولت الثقة بالنفس:

دراسة(العزى،٢٠٠١) هدفت إلى التعرف على الشعور بالسعادة وعلاقتها بالثقة بالنفس والتفاؤل، تكونت عينة الدراسة من(٤١٠) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، وتوصلت الدراسة إلي وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس فقط لصالح الذكور في حين لم تظهر أي فروق جوهريّة بين الجنسين فيما يتعلق بالرضا عن الحياة والتفاؤل والوجدان الإيجابي والسلبى، وكذلك وجود ارتباط إيجابي بين الرضا عن الحياة وكل من الثقة بالنفس والتفاؤل والوجدان الإيجابي.

كما أكدت دراسة (الطائي، ٢٠٠٦) إلى التعرف على مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل وعلاقتها بدافعية الإنجاز الدراسي والتعرف على العلاقة بينهما في الثقة بالنفس وفق المتغيرات (الجنس، الصف، التخصص). تكونت العينة من (٢٠٠) طالباً وطالبة، أظهرت النتائج أن الطلبة يتمتعون بمستوى جيد من الثقة بالنفس وكذلك وجود علاقة بين الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز الدراسي ولم تظهر فروق معنوية في الثقة بالنفس وفقاً لمتغيرات (الجنس، الصف، التخصص).

كما تناولت دراسة ماريا (Mariem,2009) نموذج لدراسة أثر تنوع الخبرات في الثقة بالنفس الأكاديمية لدي طلاب جامعة لاتينا. هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الخبرات المتنوعة في زيادة الثقة بالنفس الأكاديمية، وتكونت العينة من (٥٠) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج إلي وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الخبرة والثقة بالنفس، كما توجد فروق في الثقة بالنفس بين لصالح طلبة الكليات النظرية.

كما هدفت دراسة (رجب،٢٠٠٩) إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، تكونت العينة من (١٧) طالبة، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي، مما يعنى فعالية البرنامج، ولا توجد فروق بين القياسين البعدي والتتبعي بعد شهرين من تطبيقه.

كما هدفت دراسة (شراب،٢٠١٣) إلي التعرف على درجة كلاً من الثقة بالنفس والمسؤولية الاجتماعية والتحقق من فعالية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية

لدي طلاب المرحلة الثانوية، تكونت العينة من (٣٢) طالباً من الصف الأول الثانوي، وتوصلت النتائج إلي أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في الثقة بالنفس ، والمسؤولية الاجتماعية لصالح التجريبية، كما أظهرت أن هناك فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي على درجات أفراد المجموعة التجريبية في الثقة بالنفس والمسؤولية الاجتماعية بين القياسين البعدي والتبقي.

كما هدفت دراسة (علوان، والطلاق، ٢٠١٤) إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وأثره في زيادة المرونة الإيجابية، تكونت العينة من (٣٦) شرطياً من العاملين بجهاز الشرطة الفلسطينية، أوضحت النتائج أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح التجريبية، كما أوضحت أن هناك فروقاً دالة إحصائية في القياسات القبلي والبعدي لدي أفراد المجموعة التجريبية على مقياسي الثقة بالنفس والمرونة الإيجابية لصالح القياسات البعدي.

كما هدفت دراسة (سراية، ٢٠١٤) للكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس والتكيف المدرسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي وفقاً لمتغيرين هما (الجنس- التخصص الدراسي)، تكونت عينة الدراسة من ٨٥٤ تلميذ، وقد توصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى الثقة بالنفس لدى أفراد عينة الدراسة، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الثقة بالنفس والتكيف المدرسي والدافعية للإنجاز، وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس لصالح الذكور، و وجود فروق دالة إحصائية بين العلميين و الأدبيين في الثقة بالنفس.

كما هدفت لدراسة موهان (Mohan,2014) لدراسة الثقة بالنفس في علاقتها بدافعية الإنجاز لطلبة التعليم، بالإضافة لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث في مستوى الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز تبعاً لمتغيري الجنس - العمر، تكونت عينة الدراسة من (٢٥٠) طالبا وطالبة من الطلاب المعلمين، وتوصلت الدراسة إلي أنه توجد فروق بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز تبعاً لمتغيري الجنس والعمر.

كما هدفت دراسة (نجمة، ٢٠١٤) لدراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني والثقة بالنفس لدي طلبة الجامعتين، والتي يمكن أن تُعزي إلي نوع الجنس، أو التخصص، تكونت العينة من (٤٥٠) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج إلي أن هناك ارتباط دالة إحصائية بين الذكاء الوجداني والثقة بالنفس لدى الطلبة في الجامعتين، وتوجد فروق بين الذكور والإناث في متغير الثقة بالنفس لصالح الذكور، توجد فروق بين الذكور والإناث في متغير الذكاء الوجداني لصالح الإناث، لا توجد فروق دالة بين الطلبة ذوي التخصص العلمي والإنساني في الذكاء الوجداني، توجد فروق دالة إحصائية بين التخصص العلمي للطلبة والإنساني في الثقة بالنفس لصالح الطلبة ذوي التخصص العلمي.

كما هدفت دراسة (الشريفة، ٢٠١٦) إلي معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية ومعرفة الدور التي تقوم به الثقة بالنفس في تعديل العلاقة بين الرضا عن الحياة والتوافق مع الحياة الجامعية ومعرفة القدرة التنبؤية للثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية على التنبؤ بالرضا عن الحياة ، تكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالبة من كلية التربية - جامعة القصيم، وتوصلت النتائج إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا عن الحياة والثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية، كما توصلت إلي أن الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة لديهم قدرة تنبؤية بالرضا عن الحياة .

كما هدفت دراسة (عاتكة، ٢٠١٦) للكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس والدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة، حيث تكونت عينة الدراسة من ١٥٥ طالب وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الثقة بالنفس والدافعية للإنجاز، وعدم فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الثقة بالنفس.

كما هدفت دراسة (الأحمد وياسين، ٢٠١٨) هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين التسويق الأكاديمي والثقة بالنفس، لمتغيري السنة الدراسية والجنس. تكونت العينة من (١١٨) طالب وطالبة، من طلبة السنتين الدراسيتين الأولى والرابعة، أظهرت نتائج الدراسة ما يلي: كان مستوى التسويق الأكاديمي والثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث بدرجة متوسطة، وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التسويق الأكاديمي والثقة بالنفس لدى أفراد عينة البحث، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء الطلبة على مقياس التسويق الأكاديمي تعزى لمتغير السنة الدراسية لصالح طلاب السنة الرابعة، ولمتغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء الطلبة على مقياس الثقة بالنفس تعزى لمتغيري السنة الدراسية والجنس.

ثانياً: دراسات تناولت الأمن النفسي:

دراسة (أقرع، ٢٠٠٥) هدفت هذه الدراسة التعرف إلى الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كما هدفت إلى التحقق من دور متغيرات الدراسة، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠٢) طالبا من طلاب الجامعة، وأظهرت النتائج أن الشعور بالأمن النفسي حصل على تقدير منخفض بالنسبة لتساؤل الدراسة، ولا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، تعزى لمتغير الجنس، والكلية، ومكان السكن، والمعدل التراكمي (التقدير)، والمستوى التعليمي، والتفاعل بين متغير الجنس مع بقية المتغيرات.

كما هدفت دراسة (سامية، ٢٠١١) إلى الكشف عن مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى المراهقين ومدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالأمن النفسي بين الذكور والإناث منهم، تكونت العينة من (١٨٦) طالباً وطالبة في السنة الثانية ثانوي في ولاية تبسة، وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى منخفض من الأمن النفسي للمراهقين، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى المراهقين تُعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

كما هدفت دراسة (مصطفى والشريفين، ٢٠١٣) إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من الطلبة الوافدين الدارسين في جامعة اليرموك، و تكونت عينة الدراسة من (١٥٨) طالبا وطالبة، أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة الوافدين كان متوسطاً، وأن معاملات الارتباط جميعها بين المقياسين كانت دالة إحصائياً باستثناء بعد المشاعر الذاتية مع مقياس الأمن النفسي وأبعاده وذات اتجاه سلبي (عكسي)، وأظهرت أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية ككل، وفي مجالي العلاقات الأسرية والمشاعر الذاتية تعزى للجنس ولصالح الإناث، ووجدت كذلك فروق في مستوى الوحدة النفسية تعزى للمستوى التحصيلي، ولصالح ذوي التحصيل الممتاز وذوي التحصيل المتدني (المقبول)، إضافة إلى وجود فرق في مستوى الشعور بالأمن النفسي على المقياس ككل وعلى مجالاته جميعها تعزى للجنس ولصالح الذكور.

كما هدفت دراسة (الغامدي، ٢٠١٦) إلى التعرف على الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة كلية التربية بالدمام ومدى وجود فروق في الأمن النفسي تبعاً لمتغير (الجنس). تكونت العينة من (١٠٠) طالب وطالبة بكلية التربية بجامعة الدمام وتوصلت الدراسة إلي: تمتع طلبة جامعة الدمام بمستوى عالي من الأمن النفسي ووجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى الأمن النفسي ومستوى جودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة الدمام، كما يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس الأمن لصالح الذكور.

ثالثاً: دراسات تناولت الثقة بالنفس والأمن النفسي:

ومنها على سبيل المثال دراسة (أبو سيف، ٢٠١٢) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي وكل من: التواد، والثقة بالنفس لدى مجموعة من الأطفال والمراهقين، كما هدفت الدراسة إلى استكشاف دور كل من: التواد، والثقة بالنفس كمنبئات بالأمن النفسي لدى أفراد العينة. تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) مفردة قسموا إلى (٥٠) من الأطفال تراوحت أعمارهم من (٩-١٤) سنة، و(٥٠) من المراهقين تراوحت أعمارهم من ١٧-٢٠ سنة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة بين الأمن النفسي وكل من: التواد، والثقة بالنفس لدي عيني الدراسة من الأطفال والمراهقين، كما وجدت فروق دالة بين الأطفال والمراهقين في الأمن النفسي لصالح الأطفال، أخيراً أثبتت الدراسة أنه يمكن التنبؤ بالأمن النفسي من خلال متغيري التواد، والثقة بالنفس.

كما هدفت دراسة (محمود، ٢٠١٤) إلى دراسة الأمن النفسي وعلاقته بكل من الكفاءة الاجتماعية والثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية، تكونت عينة البحث من (٩٢) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية في جامعة الإسكندرية تتراوح أعمارهم ما بين (١٨ : ٢١) عاماً، وقد أتضح من نتائج الدراسة أنه توجد علاقة موجبة دالة بين الأمن النفسي للطلبة والكفاءة الاجتماعية، وتوجد علاقة موجبة دالة بين الأمن النفسي للطلبة والثقة بالنفس، وتوجد علاقة موجبة دالة بين الكفاءة الاجتماعية للطلبة والثقة بالنفس، وأنه يمكن التنبؤ بالأمن النفسي في ضوء متغيري الثقة بالنفس والكفاءة الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية.

كما هدفت دراسة (شلهوب، ٢٠١٦) إلى التعرف على طبيعية العلاقة بين الأمن النفسي والثقة بالنفس لدي عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق، حسب متغيرات (الجنس- التخصص الدراسي) تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالباً وطالبة وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه بين الأمن النفسي والثقة بالنفس لدي أفراد العينة، ولا توجد فروق في الجنس والتخصص الدراسي في الأمن النفسي والثقة بالنفس.

تعقيب عام على الدراسات السابقة:

لقد تناولت العديد منها الثقة بالنفس وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى كالدافعية للإنجاز والسعادة والكفاءة الاجتماعية وغيرها؛ حيث أكدت على ضرورة تمتع الفرد بالثقة بالنفس ليكون شخص ناجح وقادر على الإنتاج، كما أكدت على ضرورة القيام بالبرامج الإرشادية التي من شأنها تنمية الثقة بالنفس لفئات عمرية مختلفة ، كما توصلت بعضها إلي أن الذكور يتقون بأنفسهم أكثر من الإناث وهناك دراسات تناولت العلاقة بين الأمن النفسي وغيره من المتغيرات كالذكاء الوجداني والرضا عن الحياة وغيره من المتغيرات التي أكدت نتائجها على ضرورة تمتع الفرد بالأمن النفسي. لكن ذلك يؤثر إيجابياً على حياته، وهناك أيضاً دراسات تناولت العلاقة بين الثقة بالنفس والأمن النفسي والتي أكدت نتائجها على وجود

علاقة ارتباطيه موجبة بين الأمن النفسي والثقة بالنفس، كما أنه يمكن التنبؤ بالثقة بالنفس في ضوء الأمن النفسي للفرد، وقد أوصيت الدراسات بضرورة دراسة هذان المتغيران وتنميتهم وتعزيز الشعور بالأمن لدى الطلاب من خلال برامج تسهم في زيادة ثقتهم بأنفسهم خصوصاً عند تلك الفئة العمرية لما لها من خصوصية تحتاج لتنمية مثل هذه المتغيرات وتعزيزها.

فروض البحث:

بناء على الإطار النظري والدراسات السابقة يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي:

- يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس لدى طالبات قسم رياض الأطفال.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي لمقياس الثقة بالنفس لدى طالبات قسم رياض الأطفال.
- يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي لمقياس الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب طالبات قسم رياض الأطفال في التطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس في ضوء متغيري السن وعدد سنوات التخصص.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب طالبات قسم رياض الأطفال في التطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي في ضوء متغيري السن وعدد سنوات التخصص.

إجراءات البحث:

- **المنهج:** استخدمت الدراسة الحالية المنهج شبه التجريبي باعتبارها دراسة شبه تجريبية تهدف إلى تنمية الثقة بالنفس لطالبات قسم رياض الأطفال، حيث يعد هو أقرب مناهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العلمية؛ ذلك لأنه يعتمد على إجراء التجربة والسيطرة على العوامل المختلفة التي تؤثر على الظاهرة السلوكية موضوع البحث. من أجل فحص فروض البحث ويقرر علاقة بين متغيرين، كما أنه أقرب للموضوعية (زهران، ٢٠٠٥: ٤٢).
- **العينة:** تكونت عينة البحث الحالية من (٣٠) طالبة الذين تتراوح أعمارهم بين (١٨-٣٥) سنة الملحقات بقسم رياض الأطفال بكلية التربية بجامعة حفر الباطن بالمملكة العربية السعودية.
- **الأدوات:** استخدمت البحث الحالية الأدوات الآتية:
 - مقياس الثقة بالنفس لطالبات الجامعة (الباحثة).

*** وصف المقياس.**

يتكون المقياس من (٧٠) عبارة تقيس مستوى الثقة بالنفس لدى الطالبة بأبعادها المختلفة مصممة باستخدام مقياس (ليكرت) الثلاثي ويطلب من الطالبة تحديد درجة موافقته مع العبارة أو عدم موافقته معها باستخدام مقياس (ليكرت) المكون من ثلاث مستويات متدرجة من (دائماً) إلى (أحياناً) إلى (أبداً)، ويعتبر رقم (٣) أعلى درجة ويقابل (دائماً) ويمثل مستوى عالي من الثقة بالنفس ورقم (٢) يقابل (أحياناً) ويمثل مستوى متوسط من الثقة بالنفس، ورقم (١) أقل درجة ويقابل (أبداً) ويمثل مستوى متدني من الثقة بالنفس

هذا المقياس خاص بقياس سبعة أبعاد من أبعاد الثقة بالنفس وهي: (الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية - الرضا عن المظهر الخارجي - القدرة على اتخاذ القرار والعزيمة على تنفيذه - الإحساس بالكفاءة الذاتية والاجتماعية - الأداء الأكاديمي - الجانب الفسيولوجي - الثقة بالله والتوكل عليه).

أولاً : ثبات وصدق مقياس الثقة بالنفس

١- ثبات مقياس الثقة بالنفس:

يقصد بالثبات أن يعطى المقياس نفس النتائج إذا ما أعيد تطبيقه على نفس الأفراد في نفس الظروف. والهدف من قياس ثبات المقياس هو معرفة مدى خلوها من الأخطاء التي قد تغير من أداء الفرد من وقت لآخر على نفس المقياس. وقد قامت الباحثة بحساب معامل الثبات على العينة الاستطلاعية التي بلغ عددهم (٦٠) طالبات ، حيث رصدت نتائجهم، وقد استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية لكل من سبيرمان (Spearman) وجتمان (Guttman) باستخدام برنامج (SPSS18) .

أ- طريقة ألفا كرونباخ :

تم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام برنامج (SSPS) وتم الحصول على معامل ثبات (٩٤,٦٪) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات عالية. أما على مستوى الأبعاد فقد توصلت الباحثة إلى النتائج التالية :

جدول (١) يوضح حساب الثبات لأبعاد مقياس الثقة بالنفس باستخدام معامل ألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	البعد	ألفا كرونباخ	البعد
٧٥,٨٪	٢- الرضا عن المظهر الشخصي	٧٣,٩٪	١- الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية
٧٥٪	٤- الإحساس بالكفاءة الذاتية والاجتماعية وحسن استغلالها	٧٤,١٪	٣- القدرة على اتخاذ القرار والعزيمة على تنفيذه
٧٨,٦٪	٦- الجانب الفسيولوجي	٨٧,٧٪	٥- الأداء الأكاديمي
		٨٠,٢٪	٧- الثقة بالله والتوكل عليه

ب- طريقة التجزئة النصفية :

حيث تعمل تلك الطريقة على حساب معامل الارتباط بين درجات نصفى المقياس، حيث يتم تجزئة المقياس إلى نصفين متكافئين، يتضمن القسم الأول مجموع درجات الطالبات في الأسئلة الفردية ، ويتضمن القسم الثاني مجموع درجات الطالبات في الأسئلة الزوجية ، ثم حساب معامل الارتباط بينهما ، وتوصلت الباحثة إلى الجدول التالي :

جدول (٢) يوضح حساب الثبات لأبعاد مقياس الثقة بالنفس باستخدام طريقة التجزئة النصفية

المفردات	العدد	معامل الارتباط	معامل الثبات لسبيرمان براون	معامل الثبات لجتمان
الجزء الأول	٣٥	٠,٨١٨	٠,٩٠٠	٠,٨٨٧
الجزء الثاني	٣٥			

يتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس يساوى (٨٨,٧٪)، وهو معامل ثبات يشير إلى أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وهو يعطى درجة من الثقة عند استخدام المقياس كأداة للقياس في البحث الحالي، وهو يعد مؤشراً على أن المقياس يمكن أن يعطى النتائج نفسها إذا ما أعيد تطبيقه على العينة وفى الظروف التطبيق نفسها

٢- صدق مقياس الثقة بالنفس

ويقصد بالصدق "مدى استطاعة الأداة أو إجراءات القياس، قياس ما هو مطلوب قياسه" وكان الصدق على النحو التالي :

أ- الصدق الداخلي :

يحسب الصدق الداخلي بالجزر التربيعي لمعامل الثبات (السيد، ١٩٧٩: ٥٥٣) وبالتالي فإن الصدق الداخلي للمقياس هو (٩٧،٢٦٪) وهي نسبة عالية تجعل المقياس صالح لقياس ما وضع لقياسه .

ب- الصدق باستخدام الاتساق الداخلي :

جدول (٣) يوضح حساب الصدق لأبعاد مقياس الثقة بالنفس باستخدام الاتساق الداخلي

المفردات	معامل الارتباط						
البعد الأول							
١	**،٧٦٧	٢٠	**،٤١٥	٣٧	**،٤٤٥	٥٥	**،٤٤٧
٢	**،٦٠٣	البعد الثالث		٣٨	**،٥٧٨	٥٦	**،٦١٥
٣	**،٦٦٨	٢١	**،٧٧٧	٣٩	**،٤٩٠	٥٧	**،٦٥٥
٤	**،٧٦١	٢٢	**،٥٩٢	٤٠	**،٤٥٥	٥٨	**،٣٨٢
٥	**،٥٢٧	٢٣	**،٦٨٣	البعد الخامس		٥٩	**،٧٠٨
٦	**،٦٢١	٢٤	**،٧١٤	٤١	**،٨٠١	٦٠	**،٣٤٨
٧	**،٢٨٣	٢٥	**،٥٣٣	٤٢	**،٦٥٦	البعد السابع	
٨	**،٤٤١	٢٦	**،٥٥١	٤٣	**،٨٠٥	٦١	**،٣١٧
٩	**،٦٣٠	٢٧	**،٢٩٣	٤٤	**،٤٩٥	٦٢	**،٨٤٥
١٠	**،٣٧٨	٢٨	**،٤٤٢	٤٥	**،٦٦٤	٦٣	**،٥٩٢
البعد الثاني							
١١	**،٧٢٩	٢٩	**،٦٢٤	٤٦	**،٧٧٢	٦٤	**،٨١٤
١٢	**،٧٢٣	٣٠	**،٤٦٦	٤٧	**،٤٧٩	٦٥	**،٨٦٩
١٣	**،٤١٧	البعد الرابع		٤٨	**،٨٢٣	٦٦	**،٨٤٣
١٤	**،٣٦٨	٣١	**،٦٩٤	٤٩	**،٧٨٥	٦٧	**،٣١٨
١٥	**،٥١٦	٣٢	**،٧١٣	٥٠	**،٦٣٦	٦٨	**،٤٥٩
١٦	**،٧٤٧	البعد السادس		٥١	**،٧٤٢	٦٩	**،٥٨٧
١٧	**،٤٠٠	٣٣	**،٤٠٦	٥٢	**،٦٢٥	٧٠	**،٥٧٤
١٨	**،٥٩٥	٣٤	**،٦٧٣	٥٣	**،٧٥١		
		٣٥	**،٤٠٤	٥٤	**،٧٢٩		
		٣٦	**،٧٢٨				

* مفردات دالة عند مستوى (٠,٠٥)

** مفردات دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط بين كل من العبارات والأبعاد جميعها دالة، حيث أنه توجد (٦٥) مفردة دالة عند مستوى (٠,٠١) و(٥) مفردات دالة عند مستوى (٠,٠٥) ، مما يدل على وجود اتساق داخلي مرتفع بين كل من العبارات والأبعاد، ومنها فإن المقياس على درجة عالية من الصدق. أما على مستوى الاتساق الداخلي بين الأبعاد الرئيسية وإجمالي المقياس، فقد توصلت الباحثة إلى النتائج التالية :

جدول (٤) يوضح حساب الصدق لأبعاد الاتساق الداخلي لإجمالي المقياس

معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط	البعد
**٠,٨٦٠	٢- الرضا عن المظهر الشخصي	**٠,٩٣٣	١- الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية
**٠,٨٥٣	٤- الإحساس بالكفاءة الذاتية والاجتماعية وحسن استغلالها	**٠,٨٤٣	٣- القدرة على اتخاذ القرار والعزيمة على تنفيذه
**٠,٩١٣	٦- الجانب الفسيولوجي	**٠,٦٥٦	٥- الأداء الأكاديمي
		**٠,٤١١	٧- الثقة بالله والتوكل عليه

** مفردات دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط بين الأبعاد الرئيسية وإجمالي المقياس جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على وجود اتساق داخلي مرتفع بين الأبعاد الرئيسية وإجمالي المقياس، ومنها فإن المقياس على درجة عالية من الصدق.

الأساليب الإحصائية: استخدمت الباحثة ما يلي (اختبار " ت " لحساب فروق المتوسطات - اختبار كروسكال - والس ((Kruskal-Wallis Test)).

نتائج البحث ومناقشتها:

يتناول هذا الجزء عرض النتائج التي توصل إليها البحث، وذلك من خلال عرض لفروض البحث وتناولها بالتحليل والتحقق منها، بالإضافة لتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة، والإطار النظري، ونتائج البحث الميدانية.

الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه " يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس لدى طالبات قسم رياض الأطفال". وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث وبعد رصد النتائج وتحليلها باستخدام (Paired-Samples T Test) (بما يتفق مع العينات المتصلة ذات المجموعة الواحدة التي عدد أفراد عيناتها أكبر من ٣٠ فرد) عن طريق برنامج (SPSS) توصلت الباحثة إلى:

جدول رقم (٥) يوضح الفرق بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس

التطبيق	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	د.ح	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
القبلي	٣٠	١٥٣,٨٧	٧,٠٦٥	٢٩	١٠,٣٠٩	٠,٠٠٠٠	دالة عند مستوى (٠,٠١)
البعدي	٣٠	١٧١,١٧	٦,١٥٩				

ويتضح من الجدول السابق أن مستوى الدلالة مساوياً (٠,٠٠) ، وهذا يدل على وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق القبلي ومتوسطي درجات التطبيق البعدي في مقياس الثقة بالنفس عند مستوى الدلالة (٠,٠٠١)، حيث جاء متوسط درجات التطبيق القبلي مساوياً (١٥٣,٨٧) ومتوسط درجات التطبيق البعدي مساوياً (١٧١,١٧) .

ومن النتائج السابقة تم قبول الفرض ويوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس لدى طالبات قسم رياض الأطفال، مما يعنى ذلك فعالية البرنامج الإرشادي المقترح، وتفسر الباحثة هذه الفروق إلى كون المجموعة التجريبية قد تلقت جلسات البرنامج الإرشادية بطريقة ممتازة وذلك من خلال النقاشات بينها وبين الطالبات التي تمكنت الباحثة من خلالها مساعدة المتدربات في التعرف بشكل دقيق على أسباب تدني الثقة بالنفس لديهن وقامت باستخدام العديد من الفنيات والأنشطة والعروض التي قامت الباحثة بإعدادها على أسس علمية هادفة لتنمية الثقة بالنفس لديهن ولذلك أوصيت الباحثة بضرورة الاهتمام بالثقة بالنفس وتنميتها لدى الطالبات وتكرار تطبيق جلسات البرنامج من وقت لآخر. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (الطائي، ٢٠٠٦، حسيب، ٢٠٠٩، رجب، ٢٠٠٩، شراب، ٢٠١٣، علوان والطلاق، ٢٠١٤) الذي أوصيت بضرورة تدعيم وتعزيز مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة الكلية.

واتفقت أيضاً مع ما توصلت إليه دراسة (دواد، ٢٠١٥) حيث أثبتت نتائجها أن الثقة بالنفس تلعب دوراً بارزاً في التغلب على كثير من الجوانب التي تعيق التحصيل العام، مما تساعد الفرد على رفع كفاءته وذلك بالاعتماد على نفسه، وفي اتخاذ قرار سليم في مختلف المواقف ومواجهة المشكلات التي تعترضه وذلك بإيجاد حل لها، وعلى الجانب الآخر فإن انعدام الثقة بالنفس للفرد يؤثر عليه سلبياً حيث وجد العديد من الباحثين أن فقدان الثقة بالنفس يؤدي إلى شعور الفرد بالدونية لعدم قدرة الفرد على الاعتماد على النفس وإنجاز مهامه واختيار حاجاته وأخذ قراراته بنفسه ولكن دائماً يعتمد على الآخرين، حيث توصلت دراسة (الشبؤون، ٢٠١٢) إلى أن فقدان الثقة بالنفس يؤدي إلى شعور الفرد بالذنب وارتفاع مستوى القلق لديه، كما أن فاقد الثقة في نفسه يعجز عن التعبير عن ذاته أو الإفصاح عن رأيه ولا يميل إلى مخالطة الآخرين ومشاركتهم في المناسبات المختلفة لشعوره بالنقص، بل أنه يعجز عن التعبير عن قدراته ومواهبه.

وهذا ما أثبتته دراسة كلاً من (حسيب، ٢٠٠٩، الغامدي، ٢٠٠٩) أن فاقد الثقة بالنفس لديه اضطرابات في الكلام ويعاني من اضطراب اللجاجة ونجده متعثر في التعبير عن انفعالاته وحاجاته وإظهار مواهبه الإبداعية الكامنة. ويشعر بأنه أقل من أقرانه مما يسبب ضعف للثقة بالنفس لديه مما يجعله يشعر بالخجل والقلق. وهذا ما أكدته نتائج الدراسة الحالية أن فقدان الثقة بالنفس يؤدي إلى شعور الطالبات بالشك في أنفسهن، وفي نوايا الآخرين من حولهن، كما أنها تعجز في التعبير عن نفسها أو الإفصاح عن رأيها بل أنها يعجز عن التعبير عن قدراتها ومواهبها وخبراتها الحقيقية، فتمنع نفسها عن المشاركة في العديد من الأنشطة والمناسبات الاجتماعية مما يجعلها منعزلة عن الآخرين ويزيد من شعورها بالنقص والدونية ويعيقها عن النجاح.

الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتطبيق التبعي لمقياس الثقة بالنفس لدى طالبات قسم رياض الأطفال". للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث وبعد رصد النتائج وتحليلها باستخدام (Paired-Samples T Test) (بما يتفق مع العينات المتصلة ذات المجموعة الواحدة التي عدد أفراد عيناتها أكبر من ٣٠ فرد) عن طريق برنامج (SPSS) توصلت الباحثة إلى:

جدول رقم (٦) يوضح الفرق بين التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي لمقياس الثقة بالنفس

التطبيق	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	د.ح	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
البعدي	٣٠	١٧١,١٧	٦,١٥٩	٢٩	٠,٩٩٠	٠,٣٣٠	غير دالة
التتبعي	٣٠	١٧٢,١٠	٥,١٢٨				

ويتضح من الجدول السابق أن مستوى الدلالة مساوياً (٠,٣٣٠)، وهذا يدل على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات التطبيق البعدي ومتوسطى درجات التطبيق التتبعي فى مقياس الثقة بالنفس، حيث جاء متوسط درجات التطبيق البعدي مساوياً (١٧١,١٧) ومتوسط درجات التطبيق التتبعي مساوياً (١٧٢,١٠) .

ومن النتائج السابقة تم قبول الفرض ولا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية فى التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي لمقياس الثقة بالنفس لدى طالبات قسم رياض الأطفال، مما يؤكد ذلك على فعالية البرنامج الإرشادي المقترح في تنمية الثقة بالنفس للطلبات.

الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه " يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية فى التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال " . للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث وبعد رصد النتائج وتحليلها باستخدام (Paired-Samples T Test) (بما يتفق مع العينات المتصلة ذات المجموعة الواحدة التي عدد أفراد عيناتها أكبر من ٣٠ فرد) عن طريق برنامج (SPSS) توصلت الباحثة إلى:

جدول رقم (٧) يوضح الفرق بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي

التطبيق	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	د.ح	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
القبلي	٣٠	٩٦,٩٠	٦,١٤٤	٢٩	١٢,٧٤٩	٠,٠٠٠	دالة عند مستوى (٠,٠١)
البعدي	٣٠	١٠٩,٦٣	٥,٩٣٣				

ويتضح من الجدول السابق أن مستوى الدلالة مساوياً (٠,٠٠٠) ، وهذا يدل على وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات التطبيق القبلي ومتوسطى درجات التطبيق البعدي فى مقياس الأمن النفسي عند مستوى الدلالة (٠,٠٠١)، حيث جاء متوسط درجات التطبيق القبلي مساوياً (٩٦,٩٠) ومتوسط درجات التطبيق البعدي مساوياً (١٠٩,٦٣) .

ومن النتائج السابقة تم قبول الفرض ويوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية فى التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال، وتفسر الباحثة هذه الفروق إلى كون المجموعة التجريبية قد تلقت جلسات البرنامج الإرشادية التي هدفت لتنمية الثقة بالنفس والمشملة على العديد من الفنيات والفعاليات الهادفة لتحسين وتعزيز الأمن النفسي للطلبات وذلك من خلال ارتفاع ثقتهن بأنفسهن حيث نجد أن هناك علاقة وثيقة الصلة بين الثقة بالنفس والأمن النفسي والتي توصلت إليها الدراسة الحالية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة

كلاً (الرديني، ٢٠٠٤- الطائي، ٢٠٠٦- ديهوم، ٢٠٠٦- الوشلي، ٢٠٠٧- شراب، ٢٠١٣، سراية، ٢٠١٤- علوان والطلاع، ٢٠١٤ - نجمة، ٢٠١٤، شلهوب، ٢٠١٦، عاتكة، ٢٠١٦) حيث أثبتت نتائجها أن هناك علاقة إيجابية بين الثقة بالنفس وكلاً من المتغيرات التالية (مصدر الضبط- التوافق النفسي والاجتماعي ودافعية الإنجاز الدراسي- الذكاء الوجداني- أساليب المعاملة الوالدية الإيجابية كالتقبل والتسامح- الانبساط- التكيف - الطيبة - يقظة الضمير- التكيف المدرسي والدافعية للإنجاز- المرونة- المسؤولية الاجتماعية) وأوضحت أيضاً دراسة (المشعان، ٢٠٠٠) أن الثقة بالنفس دليل التوافق الحسن السوي، والمرتبطة بالصحة النفسية، والأداء والأصالة والواقعية في التفكير والشعور بالكفاءة والحيوية والنشاط، والقدرة على تحمل الأزمات وحسن التصرف فيها.

وانتقلت أيضاً مع ما أكدته دراسة كلاً من (أبوسيف، ٢٠١٢ ومحمود، ٢٠١٤، وشلهوب، ٢٠١٦) أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من الأمن النفسي وأن تحقيق الأمن النفسي ضرورة لكل فرد، ليعيش حياة فيها التوازن الانفعالي والتوافق النفسي والصحة النفسية، بالتالي الوصول لدرجة جيدة من الثقة بالنفس وبالظروف المحيطة بالشخص.

كما توصي الدراسة الحالية بضرورة تدعيم وتعزيز الأمن النفسي في نفوس الطالبات وهذا يتفق مع كلاً من دراسة (أقرع، ٢٠٠٥، قاسم وسلطان، ٢٠٠٨، الشريفين، ٢٠٠٨، عبد الله، ٢٠١٠، نعيصة، ٢٠١٢، أبوعميرة، ٢٠١٢) والذين أكدوا على ضرورة تدعيم الأمن النفسي .

الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتطبيق التبعي لمقياس الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال". وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث وبعد رصد النتائج وتحليلها باستخدام (Paired-Samples T Test) (بما يتفق مع العينات المتصلة ذات المجموعة الواحدة التي عدد أفراد عيناتها أكبر من ٣٠ فرد) عن طريق برنامج (SPSS) توصلت الباحثة إلى:

جدول رقم (٨) يوضح الفرق بين التطبيق البعدي والتطبيق التبعي لمقياس الأمن النفسي

التطبيق	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	د.ح	قيمة "ت"	الدلالة	مستوى الدلالة
البعدي	٣٠	١٠٩,٦٣	٥,٩٣٣	٢٩	٠,١٤٤	٠,٨٨٦	غير دالة
التبعي	٣٠	١٠٩,٧٧	٤,٥٩١				

ويتضح من الجدول السابق أن مستوى الدلالة مساوياً (٠,٨٨٦)، وهذا يدل على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات التطبيق البعدي ومتوسطي درجات التطبيق التبعي في مقياس الأمن النفسي، حيث جاء متوسط درجات التطبيق البعدي مساوياً (١٠٩,٦٣) ومتوسط درجات التطبيق التبعي مساوياً (١٠٩,٧٧) .

ومن النتائج السابقة تم قبول الفرض ولا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي لمقياس الأمن النفسي لدى طالبات قسم رياض الأطفال، مما يعني استمرار فعالية البرنامج الإرشادي المقترح بالبحث الحالي بعد شهرين من انتهاء تطبيقه ويرجع ذلك إلى فعالية الجلسات واعتماد فنياته على أسس علمية مناسبة لطبيعية عينة البحث الحالية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من كلاً من (الشعراوي، ٢٠٠٣، رجب، ٢٠٠٩، نعيمة، ٢٠١٢، شراب، ٢٠١٣).

الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب طالبات قسم رياض الأطفال في التطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس في ضوء متغيري السن وعدد سنوات التخصص"، للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث وبعد رصد النتائج وتحليلها باستخدام اختبار كروسكال - والس (Kruskal-Wallis Test) (كأسلوب لابارامترى يتفق مع حجم العينة أقل من ٣٠ فرد وأكثر من متغيرين وهو أسلوب إحصائي بديل لتحليل التباين الأحادي في الإحصاء البارامترى) من خلال استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

٥- أ- نتائج الفرض في ضوء متغير السن:

جدول (٩) يوضح الفرق بين أعمار الطالبات في التطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس

المجموعة	العدد	المتوسط الرتبي	قيمة كا ^٢	درجة الحرية	الدلالة	مستوى الدلالة
٢٥-٢٠	١٥	١٣,٣٠	٢٠,١١	٢	٠,٣٦٦	غير دالة
٣٠-٢٦	٨	١٦,٩٤				
٣٥-٣١	٧	١٨,٥٧				

ويتضح من الجدول السابق أن قيمة (كا^٢) جاءت مساوية (٢٠,١١) وهي غير دالة إحصائياً وهذا يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب بين الأعمار المختلفة. لذلك يؤكد الفرض الأول على فعالية البرنامج الإرشادي على الثقة بالنفس لطالبات قسم رياض الأطفال، ولكن يؤكد الفرض الخامس على أن الفاعلية جاءت بين الطالبات في ضوء السن دون وجود فروق.

٥- ب- نتائج الفرض في ضوء متغير عدد سنوات التخصص:

جدول (١٠) يوضح الفرق بين أعمار الطالبات في التطبيق البعدي لمقياس الثقة بالنفس

المجموعة	العدد	المتوسط الرتبي	قيمة كا ^٢	درجة الحرية	الدلالة	مستوى الدلالة
سنتين	١٠	١,٥٥	٥,٤٢٣	٢	٠,٠٦٦	غير دالة
٣ سنوات	٨	٩,٣١				
٤ سنوات	١٢	١,٩٢				

ويتضح من الجدول السابق أن قيمة (كا^٢) جاءت مساوية (٥،٤٢٣) وهي غير دالة إحصائياً وهذا يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب بين عدد سنوات التخصص المختلفة. لذلك يؤكد الفرض الأول على فاعلية البرنامج الإرشادي على الثقة بالنفس لطالبات قسم رياض الأطفال، ولكن يؤكد الفرض الخامس على أن الفاعلية جاءت بين الطالبات في ضوء سنوات التخصص دون وجود فروق. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الطائي، ٢٠٠٦) التي أوضحت نتائجها عدم وجود فروق معنوية في الثقة بالنفس وفقاً لمتغيرات (الصف، التخصص)

الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على أنه " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب طالبات قسم رياض الأطفال في التطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي في ضوء متغيري السن وعدد سنوات التخصص"، للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث وبعد رصد النتائج وتحليلها باستخدام اختبار كروسكال - والس (Kruskal-Wallis Test) (كأسلوب لابارامترى يتفق مع حجم العينة أقل من ٣٠ فرد وأكثر من متغيرين وهو أسلوب إحصائي بديل لتحليل التباين الأحادي في الإحصاء البارامترى) من خلال استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

٦- أ- نتائج الفرض في ضوء متغير السن :

جدول (١١) يوضح الفرق بين أعمار الطالبات في التطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي

المجموعة	العدد	المتوسط الرتبى	قيمة كا ^٢	درجة الحرية	الدلالة	مستوى الدلالة
٢٥-٢٠	١٥	١٨،٦٣	٣،٨٥٦	٢	٠،١٤٥	غير دالة
٣٠-٢٦	٨	١٢،٧٥				
٣٥-٣١	٧	١١،٩٣				

ويتضح من الجدول السابق أن قيمة (كا^٢) جاءت مساوية (٣،٨٥٦) وهي غير دالة إحصائياً وهذا يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب بين الأعمار المختلفة. لذلك يؤكد الفرض الأول على فاعلية البرنامج الإرشادي على تنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين الأمن النفسي لطالبات قسم رياض الأطفال، ولكن يؤكد الفرض السادس على أن الفاعلية جاءت بين الطالبات في ضوء السن دون وجود فروق .

٦- ب- نتائج الفرض فى ضوء متغير عدد سنوات التخصص:

جدول (١٢) يوضح الفرق بين أعمار الطالبات فى التطبيق البعدى لمقياس الأمن النفسى

المجموعة	العدد	المتوسط الرتبى	قيمة كا ^٢	درجة الحرية	الدلالة	مستوى الدلالة
سنتين	١٠	١٥،٤٥	١،٥٣٢	٢	٠،٤٦٥	غير دالة
٣ سنوات	٨	١٨،٥٠				
٤ سنوات	١٢	١٣،٥٤				

ويتضح من الجدول السابق أن قيمة (كا^٢) جاءت مساوية (١،٥٣٢) وهى غير دالة إحصائياً وهذا يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب بين عدد سنوات التخصص المختلفة. لذلك يؤكد الفرض الأول على فاعلية البرنامج الإرشادى فى تنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين على الأمن النفسى لطالبات قسم رياض الأطفال، ولكن يؤكد الفرض السادس على أن الفاعلية جاءت بين الطالبات فى ضوء سنوات التخصص دون وجود فروق.

وبناء على النتائج التى توصلت إليها الباحثة فى البحث الحالى فإنها خرجت بعدة توصيات من أهمها ما يلى:

- أن يتم إنشاء وحدة للإرشاد الاجتماعى والنفسى، والاهتمام بالمزيد من البرامج التربوية والنفسية لطالبات الجامعة وأن تتبنى البرنامج الحالى، وأن يعاد تطبيقه باستمرار على طالبات الجامعة.
- الاهتمام أكثر بالمشاكل الطلابية ومحاولة مساعدة الطالبات فى إيجاد بدائل وحلول تعينهن على تخطي العقبات التى تعترضهن.
- الاهتمام بتنمية الثقة بالنفس وتعزيزها داخل نفوس الطالبات من خلال العديد من المحاضرات وورش العمل، وذلك من خلال المحاضرات التى تتلقاها الطالبة.

المراجع

- أبو سيف، حسام أحمد محمد. (٢٠١٢). الأمن النفسي وعلاقته بكل من التواد الثقة بالنفس لدي عينة من الأطفال والمراهقين، مجلة دراسات عربية، مج ١١، ع ٤٤، ص ص ٦١٩-٦٦٠.
- أبو عمرة، عبد المجيد عواد. (٢٠١٢). الأمن النفسي وعلاقته بمستوي الطموح والتحصيل الدراسي لدي طلبة الثانوية العامة "دراسة مقارنة بين أبناء الشهداء وأقرانهم العاديين في محافظة غزة"، ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر بغزة.
- الأحمد، أمل وياسين، فداء. (٢٠١٨). التسوييف الأكاديمي وعلاقته بالثقة بالنفس لدي عينة من طلبة قسم علم النفس في كلية التربية بجامعة دمشق، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، مج ١٦، ع ١، ص ص ١٣-٥٦.
- أقرع، أياد محمد نادي. (٢٠٠٥). الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدي طلبة جامعة النجاح الوطنية. ماجستير في الإدارة التربوية بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية. في نابلس، فلسطين.
- حسيب، حسيب محمد. (٢٠٠٩): فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وخفض اضطراب اللجلجة في الكلام لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية. موقع المركز القومي للامتحانات والتقييم التربوي. www.nceee.edu.eg
- حسين، طه. (٢٠٠٤). الإرشاد النفسي، النظرية - التطبيق - التكنولوجيا. عمان: دار الفكر.
- الخصري، جهاد عاشور. (٢٠٠٣): الأمن النفسي لدى العاملين بمراكز الإسعاف بمحافظة غزة وعلاقته ببعض سمات الشخصية ومتغيرات أخرى. ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.
- دواد، شفيقة (٢٠١٥): العوامل المؤثرة على مستوى الثقة بالنفس لدى المراهق المتمدرس جامعة أبو القاسم سعد الله الجزائر ٢، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية. جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي العدد ١٢ سبتمبر، ص ص ١١٤ - ١٢٩.
- الدوسري، عبد الرحمن علي. (٢٠١١). كيف نزرع الثقة في أنفسنا وفيمن حولنا. الرياض: دار الحضارة للنشر والتوزيع.
- ديهوم، سالمة أنصير. (٢٠٠٦). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدي طلبة الجامعة. ماجستير، جامعة زليتن، الأردن.
- رجب، سمية مصطفى. (٢٠٠٩). فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.
- الرديني، آلاء محمد علي. (٢٠٠٤). الثقة بالنفس وعلاقتها بمصدر الضبط (داخلي - خارجي) والتوافق النفسي والاجتماعي لدي طلبة الشهادة العامة بشعبية المرقب - دراسة أمبيريقية. ماجستير، جامعة المرقب - كلية الآداب والعلوم، قسم التربية وعلم النفس.
- زغير، لمياء ياسين. (٢٠٠٧). الثقة بالنفس وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية لطلبة الجامعة، مجلة مركز البحوث التربوية والنفسية، العدد الثاني عشر. جامعة المستنصرية.

- زهران، حامد. (٢٠٠٢). التوجيه والإرشاد النفسي. القاهرة: عالم الكتب، ط٣.
- سامية، إبراهيم. (٢٠١١). الأمن النفسي لدى المراهقين (دراسة ميدانية على عينة من طلبة المرحلة الثانوية بولاية تبسه)، مجلة دراسات تربوية ونفسية، ع٦، ص ص ٢٥٠ - ٢٧٩.
- سراية، الهادي. (٢٠١٤). الثقة بالنفس وعلاقتها بالتكيف المدرسي والدافعية للإنجاز دراسة ميدانية على عينة من طلبة السنة الثالثة ثانوي بمدينة ورقلة، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد (١٥) ص ص ١٦١ - ١٧٢.
- سلطان، أحمد عامر وقاسم، أزهار يحيى. (٢٠٠٨). الأمن النفسي لدى طالبات كلية التربية للبنات في ضوء القرآن الكريم. مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد (٨)، العدد (١)، جامعة الموصل، ص ص ٢٢-١.
- سلطان، المشعان عويد. (٢٠٠٠). دافع الإنجاز وعلاقته بالقلق والاكتئاب والثقة بالنفس لدى الموظفين الكويتيين وغير الكويتيين في القطاع الحكومي، حوليات الآداب والعلوم الاجتماعية، حولية (٢٠) الرسالة (١٣٩).
- شُرَّاب، عبد الله عادل راغب. (٢٠١٣). فعالية برنامج لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة دكتوراه، علم نفس تعليمي، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.
- السيد، فؤاد البيهي (١٩٧٩). علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري. القاهرة: دار الفكر العربى
- الشريدة، أمل صالح سليمان. (٢٠١٦). الثقة بالنفس والتوافق مع الحياة الجامعية كمنبئات بالرضا عن الحياة لدى طالبات كلية التربية جامعة القصيم، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)، ع (٧٦)، أغسطس، ص ص ٢٨١-٣٠٢.
- الشريفين، أحمد. (٢٠٠٨). قدرة بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية على التنبؤ بالميل للعنف لدى طلبة الجامعات الأردنية، رسالة دكتوراه، جامعة اليرموك.
- شلهوب، دعاء. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة السنة الثالثة في كلية التربية بجامعة دمشق. مجلة جامعة البحث، المجلد (٣٨)، العدد (٤)، ص ص ٧٥-١٠٣.
- الشهري، عبدا الله. (٢٠٠٩). إساءة المعاملة المدرسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدعينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الطائف، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- صالح، عايدة شعبان والسميري، نجاح عواد. (٢٠٠٩). قلق الانفصال وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الأطفال المحرومين من الأب بمحافظة غزة. كلية التربية. جامعة الأقصى.
- الطائي، أنوار غانم. (٢٠٠٧). الثقة بالنفس وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل، مجلة التربية والعلم، المجلد، ع(١٤) (١) ص ص ٢٩٣ : ٣١٢.

- عاتكة، غرغوط. (٢٠١٦). الثقة بالنفس وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة- جامعة حمه لخضر بالوادي أنموذج، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية- جامعة الشهيد حمة لخضر-الوادي. العدد (١٥) مارس، ص ص ٨٤-٩١.
- عقل، وفاء علي سليمان. (٢٠٠٩). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدي المعاقين بصرياً. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بعزة.
- علوان، نعمات شعبان والطلاح عبد الرؤوف. (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وأثره في زيادة المرونة الإيجابية "دراسة على عينة من أفراد الشرطة الفلسطينية". مجلة جامعة الأقصى، سلسلة العلوم الإنسانية مج ١٨، ع ٢، ص ص ٢١١-١٧٥ يونيو.
- العنزي، فريح عويد. (٢٠٠١). المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل دراسة ارتباطية عاملية، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ع (٣)، مج (٢٩)، ص ص ٤٧-٧٧.
- الغامدي، صالح يحي. (٢٠٠٩). اضطرابات الكلام وعلاقتها بالثقة بالنفس وتقدير الذات لدي عينة من طلاب المرحلة المتوسطة. رسالة دكتوراه، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- الغامدي، محمد عبد الله. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدي عينة من طلبة جامعة الدمام، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، مج ٢٧، ع ١٠٨، الجزء الأول، ص ص ١٨٣-٢٣٦.
- كارول، أرنولد. (٢٠٠٩). قوة الثقة بالنفس، مكتبة الهلال: القاهرة.
- مجيد، عبد المحسن رزوقي والقرشي، أثير عداي سلمان وخضير، حيدر لازم. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الجامعي لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية، مجلة الأستاذ، العدد (٢١٨) المجلد (٢)، ص ص ١٧٩-٢٠٢.
- محمود، جيهان عثمان. (٢٠١٤). الأمن النفسي وعلاقته بكل من الكفاءة الاجتماعية والثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية، مجلة دراسات عربية، مج ١٣، ع ٢، ص ص ١٣٣-١٦٧.
- مصطفى، منار سعيد والشريفين، أحمد عبد الله. (٢٠١٣). الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي والعلاقة بينهما لدى عينة الوافدين في جامعة اليرموك، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مج ٩، ع ٢، ص ص ١٤١-١٦٢.
- مظلوم، مصطفى على رمضان. (٢٠١٤). العلاقة بين الأمن النفسي والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق. مج (٢٩) ع (٣)، يوليو، ص ص ٣٨٨-٤٢٠.
- نجمة، بلال. (٢٠١٤). الذكاء الوجداني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلاب القطب الجامعي -تامدة- بجامعة تيزي وزو، رسالة ماجستير، قسم علوم التربية، كلية العلوم والإنسانية الاجتماعية، جامعة معمرى - تيزي وزو.
- الوشلي، وداد أحمد محمد ناصر. (٢٠٠٧). الثقة بالنفس وبعض سمات الشخصية لدى عينة من الطالبات المتفوقات دراسياً والعاديات في المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة. ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى.

- Baggerly, J. & Max, P. (2005). "Child- centered group play with African American boys at the elementary school level". Journal of Counseling & Development. 83(4). 387- 396.
- http://en.cnki.com.cn/Article_en/CJFDTTotalAGDX201103016.htm.
- Hanton.S. and Mellalieu, S,d.(2007): Self-Confidence in decision making Psychology of Sport and Exercise 4,p.p.477-495.
- Hoffman, R. (2006). "How Is Gender Self-Confidence Related to Subjective Well-Being?" Journal of Humanistic Counseling Education & Development. 45(2). 186-197.
- Kerns, K, Aspelmeier, J.,Gentzler,A.& Grabill, C.(2001):Parent-Child attachment and monitoring in middle childhood. Journal of Family Psychology. 9(1), 201-210.
- Mariam A, (2009): Modeling the Effect of Diversity Experiences and Multiple Capitals on Latina College Students "Academic Self- Confidence. Journal of Hispanic Higher Education, April, V8 p179- 196.
- Mohan,M.(2014).A study of Self Confidence in Relation to Achievement Motivation of D.Ed. Students, Journal For Research Analysis X102,3(8),August..
- Mulyadi, S. (2010). Effect of psychological security and psychological freedom on verbal creativity of Indonesia homeschooling students. New York, USA: Centre for Promoting Idea. Available online at: ww.ijbssnet.com. (pp72, 79).
- Tavani, C. & Losh, F. (2003): "Motivation, self- confidence, and expectations as predictors of the academic performances among our high school students". Child Study Journal. 33(3)141-151.
- Zhang, J.; Wang, H. (2011). Survey and analysis of college students' psychological security and its affecting factors, journal of Anhui radio