

## تأكيد الذات وعلاقته بالأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دمشق

الدكتورة صباح السقا\*

منى عاكوب\*\*

(تاريخ الإيداع 5 / 3 / 2018. قبل للنشر في 22 / 4 / 2018)

### □ ملخص □

هدف البحث التعرف إلى مستوى كل من تأكيد الذات والأمن النفسي لدى أفراد عينة البحث وتعرف العلاقة الارتباطية بين تأكيد الذات والأمن النفسي، ومعرفة الفروق بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس تأكيد الذات والأمن النفسي تبعاً لمتغير التخصص (التطبيقي، الإنساني)، تكونت عينة البحث من (665) طالباً وطالبة في جامعة دمشق، وطبق عليهم مقياس تأكيد الذات من إعداد الباحث ومقياس الأمن النفسي من إعداد (العوض، 2013) وذلك بعد التحقق من صدقهما وثباتهما.

وأشارت النتائج إلى ما يلي:

- مستوى تأكيد الذات لدى أفراد عينة البحث منخفض.
- مستوى الأمن النفسي لدى أفراد عينة البحث منخفض.
- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس تأكيد الذات ودرجاتهم على مقياس الأمن النفسي.
- وجود فروق بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس تأكيد الذات لصالح طلبة التخصصات الإنسانية.
- عدم وجود فروق بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس الأمن النفسي تبعاً لمتغير التخصص (تطبيقي، إنساني).

**الكلمات المفتاحية:** تأكيد الذات، الأمن النفسي، طلبة جامعة دمشق.

\* أستاذ مساعد، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سورية.

\*\* طالبة دراسات عليا (دكتوراه)، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سورية.

## Self-assertion and its Relationship to Emotional Security Among Sample of Students From Damascus University

Dr. Sabah AL-Saka\*  
Muna Agoub\*\*

(Received 5 / 3 / 2018. Accepted 22 / 4 / 2018)

### □ ABSTRACT □

This research aims at present to detective level of Self-assertion and Psychological Security among sample of research ,and the correlation between Self-assertion and its relationship to Psychological Security, as well as to detect differences between the average scores students at the scale Self-assertion and Psychological Security among faculty members according to the following change (specialization of academic ) among the students of the Damascus university. To achieve this goal has been to use the following tools: Questionnaire to measure the of Psychological Security the preparation alawad,2013. And a questionnaire to measure of Self-assertion of the preparation of researcher. The study sample consists of (665) male and female students from Damascus university.

The most important findings of Search:

-Level of Self-assertion was Low.

-Level of Psychological Security was Low.

-There are correlation statistically significant between the scores of students on a scale of Self-assertion and grades on a scale of Psychological Security.

-There are differences between the mean scores of students on a scale of Self-assertion due to the variable specialization of academic favor theory colleges.

-There aren't differences between the mean scores of students on a scale of Psychological Security due to the variable specialization of academic.

**Keywords:** Self- assertion, Psychological Security, students from Damascus University.

---

\*Associate Professor-Faculty of Education Damascus University-Damascus-Syria.

\*\*Postgraduate Student-Faculty of Education Damascus University-Damascus-Syria.

## مقدمة:

إن ضغوط الحياة وأحداثها الحرجة هي من طبيعة الوجود الإنساني، وتزداد هذه الضغوط كما وكيفاً مع تعقد الحضارة وتسارع إيقاع العصر وتحدياته وقد تصل لحد استهداف الصحة النفسية للإنسان، إلا أن ذلك قد لا يحدث عند كل الأفراد، فمعظم الأفراد يحتفظون بمستوى عالٍ من الأمن النفسي والصحة البدنية، ولا يصيبهم المرض بالرغم من تعرضهم لأحداث حياتية ضاغطة الأمر الذي يعطي دوراً هاماً لشخصية الفرد بكل جوانبها (المفرجي والشهري، 2008، 155)؛ حيث تشير نتائج الأبحاث أن وجود الضغوط لا يؤدي بشكل حتمي إلى المعاناة من الضغوط النفسية بسبب العديد من العوامل، ووفقاً لآراء لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman, 1984) فإن احتمالية أن تؤثر الضغوط بشكل سلبي على أداء الفرد يعتمد على بعض خصائصه الشخصية (Hartney, 2008, p. 1) وأظهرت العديد من الأبحاث أن الناس الذين يشعرون بدرجات عالية من الضغط و يبقون أصحاء يمتلكون بناءً مختلفاً للشخصية مقارنة بأولئك الذين يمرضون تحت تأثير الضغوط (London, 2014, p. 81)، وهذه النتيجة دفعت العديد من علماء النفس لدراسة الخصائص والسمات الشخصية التي لها دور في مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة والمواقف المؤلمة والتي تحسن من الصحة والأداء والتكيف (Rice, 2000, p.245)، ومن بين تلك العوامل التي حظيت حديثاً باهتمام كثير من الباحثين عامل تأكيد الذات باعتباره سمة هامة من سمات الشخصية والتي تساعد الأفراد على التوافق مع الأحداث الضاغطة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية، ولا يصيبهم المحن النفسية والأمراض بأشكالها المختلفة (الشناوي، وعبد الرحمن، 1998)، ويعتبر تأكيد الذات من الجوانب الشخصية التي تبين ارتباطها بالنجاح أو الفشل في العلاقات الاجتماعية ويسمى أيضاً بالتوكيدية "Assertiveness" أو توكيد الذات أو حرية التعبير عن المشاعر ويشير إلى خاصية تميز الأشخاص الناجحين من وجهتي نظر الصحة النفسية والفاعلية في العلاقات الاجتماعية (ابراهيم، 1998، 257)، ويعتبر تأكيد الذات أسلوباً من أساليب السلوك الشخصي والتواصل والذي يعبر عن الأمور التي تهتم الفرد ويحترم في الوقت ذاته الأمور التي تهتم الآخرين، والأشخاص المؤكدون لديهم إحساس قوي بتقييم ذاتهم والذي يسمح لهم بحماية حقوقهم ويتواصلون مع الآخرين بصدق ووضوح، وعندما يشعرون بالانزعاج أو يواجهون مصادر ازعاجهم بطرق فعالة، وهم يظهرون أنفسهم أمام الآخرين ويتحملون مسؤولية قراراتهم ويعترفون بأخطائهم وهم يحسبون بحذر للمخاطر والمجازفات التي يقدمون عليها (Phillips, 2002, p. 3)، وتشير نتائج الأبحاث أن التواصل مع الآخرين يتطلب حذراً معقولاً من الشعور بالأمان والعيش في عالم جدير بالنقمة، وتلعب الافتراضات التي يكونها الفرد عن ذاته والعالم دوراً في كيفية تفسير تصرفات الآخرين تجاهه ف رؤية الآخرين بنظرة عدائية سيؤدي إلى تفسير بعض التصرفات الصادرة من قبلهم على أنها مهددة، ومن هنا توجد حاجة أساسية لدى الفرد للحصول على الأمن النفسي لتحقيق نظرة إيجابية للذات وللمجموعة التي ينتمي إليها (Staub, 1989, p. 64)، وينشأ الأمن النفسي لدى الإنسان نتيجة تعامله مع البيئة المحيطة من خلال الخبرات التي يمر بها، وتختلف مصادر الأمن النفسي لدى الفرد حسب مراحل نموه وهو من المطالب الأساسية للناس جميعهم في فئات المجتمع كلها على اختلاف خصائصهم، ويشكل طلاب الجامعة جزءاً مهماً من المجتمع، وقد أدى التقدم العلمي والتكنولوجي وتعدد أساليب العيش إلى معاناة كبيرة ألفت بظلالها على المنظومة النفسية والاجتماعية لطلاب الجامعة وتحصيلهم، فإحساس طلاب الجامعة بفقدان الأمن النفسي يؤدي إلى إصابتهم إلى العديد من الاضطرابات النفسية لأنهم يرون في تلك الظروف الحياتية المتغيرة تهديداً لمستقبلهم ولأمنهم النفسي (الزعيبي، 2015، 12).

## مشكلة البحث ومسوغاته:

تعتبر مسألة ارتباط الصحة النفسية بالنجاح في العلاقات الاجتماعية مسألة قديمة وحديثة معاً، فمنذ قرون طوال اهتم العلماء اليونانيون والمسلمون بأهمية تكوين علاقات آمنة مع الآخرين وما تتركه من آثار إيجابية في الصحة الجسمية والنفسية للفرد، وفي العصر الحديث يعالج خبراء الصحة النفسية والعقلية مشكلة التفاعل الاجتماعي بصفتها من المشكلات التي تعتبر مصدراً من مصادر الضغط والتوتر والتي يرتبط النجاح في معالجتها بالصحة النفسية والفاعلية الشخصية، لهذا نجد علماء النفس يفردون لهذا الجانب اهتماماً خاصاً في علاجاتهم النفسية والاجتماعية لمعالجة التوترات والضغوط النفسية التي تنتج مباشرة عن الاضطراب في علاقاتهم الاجتماعية (إبراهيم، 1998، 132)، ويرى مايهيو (Mayhew) أن الأفراد ذوي المهارات الاجتماعية هم أولئك الذين يؤثران في علاقاتهم بطريقة مقبولة، لإرضاء رغبات الانتماء وعلى الرغم من تعدد الدراسات التي سعت للتوصل إلى المكونات الفرعية للمهارات الاجتماعية فإنها أجمعت على أن المهارات التوكيدية والاتصالية هي من أهمها والتي تساعد الفرد على التكيف ومواجهة الصعاب وتدل على تفاعله الكفء في المواقف الاجتماعية المختلفة والقدرة على التعبير عن مشاعره الإيجابية والسلبية (فرج، 2003، 78)، وتعتبر القدرة على التواصل مع الآخرين من خلال تأكيد الذات مرتبطة بشكل كبير بالثقة بالنفس والتقييم الإيجابي للذات معتمداً على استجابة أنا بخير، أنت بخير (Hopkins, 2018, p. 57)، ويعتبر نقص التوكيد من السلوكيات الخطيرة التي تصيب الإنسان وتسبب في انطوائه ويصبح الفرد كثير التردد، سريع الارتباك يلزمه الخوف دائماً، لأنه لا يتحلى بشخصية توكيدية قادرة على صد الضغوط الاجتماعية أثناء المواقف الاتصالية الاجتماعية (حلاسة 1، 2016، 19)، وتشير الأبحاث أن الشعور بالتهديد يمكن أن يكون له مصادر نفسية داخلية واجتماعية بدون وجود خطر خارجي حقيقي (Staub, 1989, p. 64)، ومن جهة أخرى هناك العديد من العوامل البيئية والمادية التي تهدد حياة الإنسان والتي تتمثل في بعض الظواهر الطبيعية كالعواصف والبراكين والزلازل، كذلك بعض عناصر البيئة الاقتصادية والسياسية كما هو الحال في الحروب وعدم الاستقرار الاقتصادي وتزايد احتمالات التعرض للأخطار والحوادث والإجرام والفوضى والانهايار الاجتماعي التي قد تتعرض لها بعض المجتمعات في بعض الظروف (الحفني، 1999، 23)، ويرى بعض الباحثين أن تشكل الأمن النفسي سوف يكون صعباً إذا كان الفرد غير راضٍ عن مكونات البيئة المحيطة، خاصة ما يتعلق بدرجة حل التناقض بين حاجات الفرد ومطالبه وتلك الشروط المحيطة به وهذا يعتمد بشكل أساسي على درجة التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية (Voskoboynikov, 2017, p. 71-72)، والمرحلة الجامعية هي من المراحل الهامة في حياة الشباب والتي تفرض عليهم مطالب وتحديات يؤدي الفشل في مواجهتها إلى اضطراب في توافق الفرد على المستوى النفسي والاجتماعي والأكاديمي (زهران، 2002، 466)، فالشباب الجامعي الذي دخل تجربة جديدة في ميدان الحياة قد يواجه صعوبات كثيرة توقع على الجامعة مسؤوليات مهمة في تأهيلهم لمواجهتها من خلال تنمية قدراتهم على التفاعل وهذا يتطلب توفير الأمن الاقتصادي والاجتماعي (الكبيسي والحياوي، 2012، 146)، وهذا ما أدى بالباحث إلى الاحساس بمشكلة البحث الحالي؛ حيث لاحظ أن طلاب الجامعة يظهرون ضعفاً في الشعور بالانتماء وقلة روح المشاركة والود مع الآخرين، كما لاحظ وجود طلاب آخرين هدفهم إرضاء الغير ويحتفظون بأرائهم ومشاعرهم لأنفسهم، وقد يؤدي النقص في تأكيد الذات لدى طلبة الجامعة إلى ضعف قدرتهم في مواجهة المواقف الصعبة وخاصة في ظل الأزمات كما هو الحال في الأزمة التي يعيشها أبناء الشعب السوري عموماً والشباب خصوصاً وما سببته من انتشار الخوف والهلع بينهم ذلك أن العديد من الدراسات أكدت أن الحروب من أشد مهددات الأمن النفسي منها دراسة (الموسوي، 1994)، ولعل الأزمة في سورية

قد خلقت العديد العوامل والأسباب المهيأة للشعور بالخوف والتهديد لدى عدد كبير من طلبة الجامعة مثل: "تأخر سن الزواج، دراسة تخصص غير مرغوب فيه، زيادة الأعباء المادية، وفقدان أشخاص مهمين في حياته، تغيير مكان السكن"، كل ذلك وغيرها من العوامل من الممكن أن تعرض الأمن النفسي للخطر لدى الأفراد في المجتمع عامة وطلبة الجامعة خاصة مما قد يؤثر سلباً على تحصيلهم الدراسي وبالتالي دافعيتهم نحو تحقيق النجاح في كافة مجالات الحياة لذلك يتوقف مدى قدرته في التغلب عليها على ما يمتلكه من سمات شخصية ويعتبر تأكيد الذات واحداً من أهمها، فكلما كان مفهوم الذات أكثر إيجاباً لدى الفرد كلما زاد لديه الشعور بالأمن والطمأنينة، وهذا ما شارته إليه نتائج دراسة (حسن، 1985) أن ذوي الدرجات المرتفعة في مفهوم الذات يكونون أكثر شعوراً بالأمن النفسي من ذوي الدرجات المنخفضة أو المتوسطة (السوريكي، 2013، 33)، كما أشارت دراسات أخرى أن تأكيد الذات يعمل على إقصاء المخاوف وجعل العلاقات أكثر أماناً (Garner, 2012, p.14)، كل ما سبق دفع الباحث لدراسة العلاقة بين تأكيد الذات والأمن النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة في ظل الأزمة السورية، وفي ضوء ما تقدم يمكن تحديد مشكلة البحث من خلال الإجابة على السؤال التالي: ما هي العلاقة بين تأكيد الذات والأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة دمشق؟

#### أهمية البحث وأهدافه:

#### أهمية البحث:

##### - الأهمية النظرية للبحث:

- أهمية العينة التي يتناولها البحث وهم طلبة الجامعة الذين يمثلون شريحة مهمة من شرائح المجتمع ويعشون منعطفاً هاماً في حياتهم من خلال تحصيلهم الدراسي.
- قد يسهم البحث في معرفة مستوى كل من تأكيد الذات والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة وتقديم معلومات مفيدة حول هذه الفئة التي تعتبر جديرة بالاهتمام.
- يمكن أن تفيد نتائج البحث المختصين في مجال الإرشاد والعلاج النفسي لتصميم برامج إرشادية لرفع مستوى الأمن النفسي وتأكيد الذات لدى طلبة الجامعة مما ينعكس إيجابياً على تحصيلهم الدراسي وتوافقهم النفسي وبالتالي زيادة إنتاجيتهم في المجتمع.
- يمكن أن يسهم البحث في فتح المجال أمام الباحثين لعمل دراسات حول تأكيد الذات والأمن النفسي لكافة الفئات العمرية، وفي مجالات متعددة، باعتبارهما من المتغيرات الهامة للصحة النفسية.

##### - الأهمية التطبيقية للبحث:

- يمكن أن يقدم البحث معلومات مفيدة للقائمين والمهتمين بطلبة الجامعة لتقديم الخدمات والحاجات العملية اللازمة لهؤلاء الطلاب واتخاذ إجراءات عملية لرفع مستوى الأمن النفسي وتأكيد الذات لديهم.
- قد يساعد البحث المختصين في مجال الإرشاد والعلاج النفسي مساعدة الأفراد الذين يتعرضون باستمرار لأحداث سلبية ضاغطة تؤثر على أمنهم النفسي وتوافقهم المهني والاجتماعي والأسري، وذلك بوضع خطط وبرامج إرشادية تستند إلى ما لديهم من مصادر قوة بهدف تطويرها إلى أعلى مستوى ممكن وتوظيفها توظيفاً هادفاً من أجل رفع قدراتهم الشخصية في مواجهة الأحداث الضاغطة التي تواجههم.

**- أهداف البحث:**

- معرفة مستوى تأكيد الذات لدى الطلبة أفراد عينة البحث.
- معرفة مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة أفراد عينة البحث.
- معرفة طبيعة العلاقة بين تأكيد الذات والأمن النفسي لدى الطلبة أفراد عينة البحث.
- معرفة الفروق في المتوسطات على مقياس تأكيد الذات وفق متغير التخصص (تطبيقي ، إنساني).
- معرفة الفروق في المتوسطات على مقياس الأمن النفسي وفق متغير التخصص (تطبيقي ، إنساني).

**فرضيات البحث:**

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس تأكيد الذات والمتوسط الفرضي للمجتمع.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الأمن النفسي والمتوسط الفرضي للمجتمع.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلبة عينة البحث على مقياس تأكيد الذات ودرجاتهم على مقياس الأمن النفسي.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس تأكيد الذات تبعاً لمتغير التخصص (تطبيقي ، إنساني).
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الأمن النفسي تبعاً لمتغير التخصص (تطبيقي ، إنساني).
- حدود البحث:**
- الحدود المكانية: بعض من الكليات التطبيقية (الهندسة الزراعية، الهندسة المعلوماتية) وبعض من الكليات الإنسانية (التربية، الإعلام) في جامعة دمشق.
- الحدود الزمنية: الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2016-2017.
- الحدود البشرية: عينة من طلبة جامعة دمشق والبالغ عددهم (665) طالباً وطالبة.
- **مصطلحات البحث:**

**1- تأكيد الذات Self-assertion :**

يعرّف (فرج، 1998، 142) تأكيد الذات بأنه: مهارات سلوكية لفظية وغير لفظية، نوعية موقفية متعلمة ذات فعالية نسبية تتضمن تعبير الفرد عن مشاعره الإيجابية (تقدير - ثناء) والسلبية (غضب - احتجاج) بصورة ملائمة، ومقاومة الضغوط التي يمارسها الآخرون على إتيان ما لا يرغبه الفرد أو الكف عن فعل ما يرغبه والمبادرة ببدء أو الاستمرار أو إنهاء التفاعلات الاجتماعية والدفاع عن حقوقه ضد من يحاول انتهاكها شريطة ألا ينتهك حقوق الآخرين. ويعرّف ويليامس (Williams, 2001, p. 3) تأكيد الذات على أنه: أن يكون الفرد قادراً على النهوض بنفسه والتأكد من آرائه ومشاعره وعدم السماح لأشخاص آخرين على أن يوجهوه على طريقتهم وهذا لا يعني العدوانية بحيث يمكن للفرد أن يكون حازماً بدون أن يكون عنيفاً أو وقحاً. ويعرّف الباحث تأكيد الذات إجرائياً: بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس تأكيد الذات المستخدم في البحث الحالي.

**2- الأمن النفسي psychological security:**

يعرّف (زهران، 1989، 296) الأمن النفسي على أنه: الطمأنينة الانفعالية والنفسية، وهو الأمن الشخصي، وهو حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر، وأحياناً يكون إشباع الحاجات بدون مجهود وأحياناً يحتاج إلى السعي وبذل الجهد لتحقيقه، وترتبط الحاجة إلى الأمن ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء. ويعرّف أدلر Adler الأمن النفسي بأنه: الوضعية التي يكون فيها الفرد آمناً ومتحرراً من التهديد والخطر في الحياة، بالشكل الذي يمكنه من الوجود بوضعية قوية دون وجود التحديات (Patil & Reddy, 1985, p. 12). ويعرّف الباحث الأمن النفسي إجرائياً: بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس الأمن النفسي المستخدم في البحث الحالي.

**الدراسات السابقة:**

من خلال اطلاع الباحث على الدراسات العربية والأجنبية التي تتناول العلاقة بين تأكيد الذات والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة لاحظ الباحث عدم وجود أي دراسة - في حدود علمها - تتناول متغيرات البحث الحالي، لذلك حاول عرض بعض الدراسات التي تناولت متغيرات البحث الحالية وأقربها للبحث أهمًا:

**- الدراسات العربية:**

- دراسة الطيار، (2016)، سورية، بعنوان: الأمن النفسي وعلاقته بالسلوك التوكيدي لدى عينة من طلبة جامعة البعث. هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الأمن النفسي والسلوك التوكيدي، ومعرفة الفروق بين متوسط درجات طلبة الجامعة على مقياس الأمن النفسي والسلوك التوكيدي تبعاً لمتغير السنة الدراسية، وتكونت عينة البحث من (353) طالباً وطالبة من طلبة جامعة البعث، وطبق عليهم مقياس الأمن النفسي وهو من إعداد الباحثة، ومقياس راثوس (Rathus, 1978) للسلوك التوكيدي، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة على مقياس الأمن النفسي ودرجاتهم على مقياس السلوك التوكيدي، ولم تظهر فروق بين متوسط درجات الطلبة على مقياس الأمن النفسي تبعاً لمتغير السنة الدراسية، كما تبين وجود فروق بين متوسط درجات الطلبة على مقياس السلوك التوكيدي تبعاً لمتغير السنة الدراسية لصالح طلبة السنة الرابعة.

- دراسة سعد (1999)، سورية، بعنوان: مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي - بحث ميداني عبر حضاري مقارنة. هدفت للتعرف على العلاقة بين الأمن النفسي والتفوق الدراسي لدى عينة من طلبة جامعة دمشق والتي بلغت (39) متفوقاً و(34) متفوقة و(80) طالب غير متفوق و(92) طالبة غير متفوقة بكلية العلوم التطبيقية، الهندسية، والانسانية في جامعة دمشق، استخدم الباحث اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي والذي قام بتعريبه، وأظهرت النتائج: وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي والتفوق التحصيلي، ووجود فروق ضعيفة في مستويات الأمن النفسي بين المتفوقين وغير المتفوقين حسب الاختصاص والجنس ولا يمكن الدلالة بها.

- دراسة حافظ وراضي (2010)، العراق، بعنوان: قياس الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة بابل. هدفت إلى قياس مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة بابل، والتعرف على دلالة الفروق في الأمن النفسي لدى الطلبة وفق متغيري النوع والتخصص الدراسي، واعتمد الباحث مقياس ماسلو للشعور - عدم الشعور بالأمن النفسي، وبلغت عينة الدراسة (380) طالب وطالبة في جامعة بابل، وقد أظهرت نتائج البحث: ارتفاع مستوى الشعور بالأمن النفسي

لدى الطلبة الجامعيين، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً وفق متغير التخصص (علوم صرفة، علوم إنسانية) في الشعور بالأمن النفسي، ووجود فروق دالة إحصائياً وفق متغير النوع (ذكور، إناث) في الشعور بالأمن النفسي ولصالح الذكور. - دراسة كاظم وآخرون (2017)، العراق، بعنوان: تأكيد الذات لدى طلبة كلية التربية. هدفت إلى التعرف على مستوى تأكيد الذات لدى عينة من طلبة الجامعة، وإيجاد الفرق في تأكيد الذات لدى الطلبة وفق متغيرات الجنس والاختصاص، وبلغت العينة "100" طالب وطالبة من كلية التربية، وتم استخدام مقياس (خالدي، 2002) لقياس تأكيد الذات، وقد أظهرت النتائج أن عينة الطلبة يتمتعون بتأكيد ذات جيد، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في مستوى تأكيد الذات، وعدم وجود فروق في مستوى تأكيد الذات وفق متغير الاختصاص.

- دراسة السعدي، (2004)، العراق، بعنوان: الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة تحت ظروف الاحتلال. هدفت إلى التعرف على مستوى كل من الأمن النفسي والتوافق الاجتماعي لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة ديالى، والتعرف إلى الفروق في مستوى كل من الأمن النفسي ومستوى التوافق الاجتماعي وفق متغيرات (الجنس، السكن)، ومعرفة العلاقة بين الأمن النفسي والتوافق الاجتماعي لدى العينة تحت ظروف الاحتلال، وبلغت العينة (267) طالباً وطالبة للمرحلة الأولى و (133) طالباً وطالبة للمرحلة الثالثة من سكنة الريف والحضر، استخدم الباحث "مقياس الأمن النفسي" (مطلبك، 1994) و"مقياس التوافق الاجتماعي" من إعداد الباحث، وبينت النتائج: أن مستوى الشعور بالأمن النفسي منخفض لدى طلبة الجامعة في ظروف الاحتلال، وظهرت فروق دالة إحصائياً في مستوى الأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الأمن النفسي تبعاً لمتغير السكن لصالح الريف، ووجود مستوى متوسط في التوافق الاجتماعي لدى العينة، وعدم وجود فروق في التوافق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس والسكن، وأن العلاقة بين الأمن النفسي والتوافق الاجتماعي علاقة دالة إحصائياً وهي علاقة موجبة وقوية.

- دراسة أقرع (2005). فلسطين، بعنوان: الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. هدفت للتعرف إلى الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كما هدفت إلى التحقق من دور هذه المتغيرات، وقد تكونت عينة الدراسة من (1002) طالباً من طلبة الجامع، واستخدم الباحث مقياس ماسلو للشعور بالأمن النفسي، وقد أظهرت نتائج البحث أن الشعور بالأمن النفسي حصل على تقدير منخفض لدى عينة البحث، كما تبين أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى العينة من طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس، والكلية، ومكان السكن، والمعدل التراكمي (التقدير)، والمستوى التعليمي، والتفاعل بين متغير الجنس مع بقية المتغيرات.

- الدراسات الأجنبية:

- دراسة باتي وكيدي (patil & Keddy, 1985)، الهند، بعنوان: دراسة الشعور بالأمن النفسي - وعدم الشعور بالأمن النفسي بين الطلاب المهنيين وغير المهنيين في مدينة غلبارغا. هدفت إلى قياس مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة، والتعرف على دلالة الفروق بين الطلبة المهنيين وغير المهنيين في الأمن النفسي في ضوء متغيري النوع والحالة الاجتماعية، وبلغت العينة (30) طالب وطالبة، وأظهرت النتائج أن الطلبة المهنيين أكثر شعوراً بالأمن النفسي من غير المهنيين، وأن الذكور أكثر شعوراً بالأمن النفسي من الإناث.

- دراسة مینون وآخرون (Mueen B., et, 2006)، باكستان، بعنوان: العلاقة بين الاكتئاب وتأثير الذات لدى الأفراد الطبيعيين والأفراد المكتئبين. هدفت إلى معرفة العلاقة بين تأكيد الذات والاكتئاب لدى عينة من الأفراد

الطبيعيين والمكتئبين، وتكونت العينة من ( 100 ) من الأفراد من الجنسين من المرضى والطبيعيين ومن مستويات تعليمية متنوعة وتراوحت أعمارهم من ( 15-55 ) سنة، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاكتئاب وتأكيد الذات وتبين أن الذكور هم أكثر توكيداً للذات من الإناث، والأشخاص الأقل تعليماً كانوا مكتئبين وغير توكيديين.

- دراسة الحربي (2017, Allahyari1)، الأردن، بعنوان: الأمن النفسي وفعالية الذات بين الطلاب اللاجئين السوريين داخل وخارج المخيمات . هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة الأمن النفسي وفعالية الذات بين الطلاب السوريين اللاجئين داخل وخارج المخيمات في الأردن، وتألقت العينة من ( 600 ) طالب من اللاجئين السوريين داخل وخارج المخيمات، وتم استخدام مقياس ماسلو للأمن النفسي (Maslow, 1983)، ومقياس فعالية الذات لأبو غزال وعلواني (Abu Ghazal & Alawneh, 2010)، وأشارت النتائج إلى درجة منخفضة من الأمن النفسي للطلاب السوريين اللاجئين داخل المخيمات ولكن درجة معتدلة لأولئك خارج المخيمات، كما أظهرت النتائج أيضاً درجة منخفضة من فعالية الذات بين الطلاب السوريين اللاجئين داخل وخارج المخيمات، وظهر أيضاً وجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين الأمن النفسي والكفاءة الذاتية.

#### - تعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي عرضها الباحث أنها تنوعت في عدة جوانب، فمن حيث الأهداف بعضها هدفت لمعرفة مستوى تأكيد الذات كدراسة (كاظم وآخرون، 2017)، وهدفت أخرى لدراسة العلاقة بين الأمن النفسي ومتغيرات عدة كالسلوك التوكيدي (الطيّار، 2016)، أو فعالية الذات (Allahyari1, 2017)، كما هدفت بعضها الآخر لقياس مستوى الأمن النفسي كدراسة (سعد، 1999) ودراسة (حافظ وراضي، 2010)، وقد تباينت الدراسات في الأدوات التي استخدمتها، أما بالنسبة للعينة المستهدفة في الدراسات السابقة أغلبها استهدفت طلبة الجامعة عدا دراسة دراسة مينون وآخرون (Mueen B., at,el,2006)، تناولت الأفراد الطبيعيين والأفراد المكتئبين من مستويات تعليمية متنوعة، ويلاحظ من الدراسات السابقة عدم وجود دراسة محلية تناولت العلاقة بين تأكيد الذات والأمن النفسي وإنما كانت هناك دراسة قريبة وهي دراسة (الطيّار، 2016)، وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة من حيث اختيار الأدوات المناسبة للبحث الحالي وفي تفسير النتائج وذلك بمقارنة نتائج البحث الحالي بنتائج تلك الدراسات السابقة.

#### الجانب النظري للبحث:

#### 1- مفهوم تأكيد الذات:

يشير مفهوم تأكيد الذات إلى خاصية تبيّن أنها تميز الأشخاص الناجحين من وجهتي نظر الصحة النفسية والفاعلية في العلاقات الاجتماعية، وقد كان سالتر (salter, 1949) أول من قدم مفهوم تأكيد الذات والذي بيّن أن هذا المفهوم يمثل خاصية أو سمة شخصية عامة (مثلها مثل الانطواء والانبساط) أي أنها تتوفر لدى بعض الأفراد فيكون توكيدياً في مختلف المواقف ولا تتوفر لدى البعض الآخر فيصبح سلبياً وعاجزاً عن توكيد نفسه في المواقف الاجتماعية المختلفة (أبو أسعد، 2009، 139)، ومن ثمّ جاء بعده وولبي (Wolpe, 1958) الذي أعاد صياغة هذه الخاصية بحيث تشير إلى قدرة يمكن التدريب عليها كأحد إجراءات العلاج بالكف المتبادل لتعديل العديد من المشكلات السلوكية كالعدوانية، الكحولية، القلق الاجتماعي، (Thase et al., 1990. P. 78)، ويتضمن تأكيد الذات رغبة الفرد في تطوير وإظهار القيم والمعتقدات الشخصية والتصورات، وأن يعيش الفرد بصدق ووضوح بدون إخفاء الذكاء وقناعاته

القيمة (Lee, 2009, p. 151)، ومن ثم جاء لازاروس (Lazaru, 1966) والذي أشار إلى أسلوب تأكيد الذات على أنه حرية الفرد في التعبير الانفعالي وحرية في العمل سواء كان ذلك في الاتجاه الإيجابي (التعبير عن الأفعال الإيجابية الدالة على الاستحسان، والاهتمام، والحب، والمشاركة)، أو في الاتجاه السلبي (التعبير عن الأفعال الدالة على الرفض والغضب، والحزن، والشك) (عرافي، 2013، 35).

ويظهر تأكيد الذات في أشكال مختلفة (كلامي، كتابي، ذهني، بدني، فني) ويختاره الفرد بحرية بحسب هويته ونموذجه الوحيد والشخصي وبالتالي يكون تأكيد الذات بصورة ما تقديراً لها من خلال الفعل (ديكلو، 2016، 31)، ويعتبر تأكيد الذات قابلاً للتطبيق على مجموعة متنوعة من المواقف الحياتية ويتم استبدال المعتقدات أو الحقائق المترتبة والثابتة بأخرى منفتحة وممكنة (Garner, 2012, p. 13-14)، وتظهر أهمية تأكيد الذات بشكل خاص في حماية الفرد من التعرض للكثير من الاحباطات في مجال العلاقات الاجتماعية وخاصة تلك التي تتجم عن نوع من العلاقات التي يسميها علماء النفس "العلاقات المسمومة" "toxicating relationships" وهي العلاقات التي يقوم الفرد من خلالها بالمجادلة وتسفيه الآخرين وبناء نجاحه على النقد والمنافسة وهدم جهود الآخرين، وإذا كان الشخص مدرباً على التعبير عن مشاعره الإيجابية والسلبية فإنه لن يقع ضحية لمثل هذا النوع من العلاقات المسمومة (ابراهيم، 1989، 268)، وفي المجال التحصيلي يشير تأكيد الذات إلى القدرة الأفضل على التأقلم مع التحديات المرتبطة بالتعلم والخبرة خاصة في التعليم المتقدم؛ حيث يزيد تأكيد الذات من قابلية الفرد في أن يصبح أفضل في التفكير النقدي الذي جوهر تحقيق الإنجاز في التعليم العالي (Moon, 2009, p. 11-12).

وتعتبر الاستجابات التوكيدية وغير التوكيدية والعدوانية لدى الفرد استجابات متعلمة عن طريق مشاهدة الفرد وتقليده لنماذج يتصرفون بتلك الاستجابات وعن طريق التعزيز والعقاب (كماش، 2018، 70-71).

## 2- خصائص الشخص التوكيدي:

- يكون صادقاً، منفتحاً ذو قيمة أمام نفسه والآخرين، يرفض أن يُهدد أو يتم تخويفه أو إرهابه، يتساوى مع الآخرين بينما يحافظ على التفرد لنفسه، ويستمتع للآخرين ويظهر التفهم لهم (Garner, 2012, p. 12-13).

- يدرك حدوده الذاتية ولديه القدرة على إيقاف الأمور قبل أن تصل لحد الاحتراق أو التأذي يدرك أن حاجاته ليست أكثر أو أقل أهمية من حاجات الآخرين بل تتساوى معها، ويعطي لنفسه وقتاً للراحة وتجديد طاقاته (Phillips, 2002, p. 3).

- يدافع عن حقوقه بطريقة لا ينتهك فيها حقوق الآخرين، ويشرح وجهة نظره بشكل مباشر وبدون تلاعب أو احتيال، ويسعى لفهم الآخرين والانخراط معهم بطريقة متبادلة حقيقية (Potts & Potts, 2013, p. 4).

## 3- التوكيدية تعني:

- قول ما يريده الفرد بدون اللجوء إلى الغضب أو التلاعب، وتقبل الفرد لمشاعره الإيجابية والسلبية.

- أن يكون الشخص أكثر تسامحاً وأقل تسرعاً في الحكم، وتحمل الفرد المسؤوليات تجاه الذات ومعرفة حاجاته الشخصية، وعدم الاعتمادية على الآخرين، ووضع القيود والحدود الشخصية، والطلب المباشر والدفاع عن النفس واحترام الناس (Phillips, 2002, p. 5).

- التوافق بين السلوك الظاهري من أقوال وأفعال مع السلوك الباطني من مشاعر ورغبات وأفكار، والوسطية بين الإذعان للآخرين والتسلط والاعتداء عليهم، والوسطية في مراعاة الفرد لمشاعر الآخرين وحقوق الذات (كماش، 2018، 71).

- القدرة على إبداء الرغبات والآراء بوضوح، والرفض والطلب والتواصل مع الآخرين بأسلوب لبق، والشجاعة وعدم الخوف من الشعور الحقيقي لدى الفرد بما في ذلك القدرة على رفض الطلبات غير المعقولة أو الضارة بسمعة الإنسان أو مصالحه أو صحته (حلاسة، 2016، 37-38).

- التركيز على القيم، الهدوء، الصراحة، وبناء العلاقات مع الآخرين والتواصل بطريقة لا يُساء استخدامها (Garner, 2012, p. 13).

- الثقة بالقدرة على الدفاع عن الذات دون قلق وتوتر غير مبرر، واستجابة الفرد التوكيدية هي استجابة صادقة وتتفق مع ثقافة المجتمع والموقف الذي يعيشه الفرد والناس من حوله (الخطيب، 1989، 63).

#### 4- التوكيدية لا تعني:

- التسلبية، أو المقاومة ولا هي الشعور بالخضوع الإجباري للآخرين، ولا تعني أن يصبح الفرد انفعالياً أو غاضباً، ولا تعني إجبار وجهات نظره على الآخرين (Garner, 2012, 12).

- كما لا تعني أن يقدم الفرد مشاعر ورغبات الآخرين على رغباته ومشاعره دائماً، ولا تعني التصرف بأنانية، ولا تعني عدم إزعاج مشاعر الآخرين أبداً أو جرحها بإبداء الفرد لمشاعره وآرائه وطلباته، ولا تعني أن يكون الفرد محبوباً من الجميع مقبولاً عندهم معروفاً باللطافة والدمائة (حلاسة، 2016، 37-38).

#### 5- علامات ضعف توكيد الذات:

- مجاملة الآخرين والاستجابة لرغباتهم والسعي لإرضائهم ولو على حساب الشخص ووقته وماله وسمعته.  
- الإكثار من الموافقة الظاهرية من خلال قول نعم، حاضر، وتقديم مشاعر الآخرين على مشاعره وحقوقه، وكثرة الاعتذار للآخرين عن أمور لا تدعو للاعتذار، وضعف القدرة على التعبير عن المشاعر والانفعالات والرغبات، وضعف القدرة على إظهار وجهات نظر تخالف آراء الآخرين ورغباتهم، وضعف الحزم في اتخاذ القرارات والمضي فيها وتحمل تبعاتها، وضعف التواصل البصري بدرجة كبيرة (كماش، 2018، 72)

#### 6- عواقب ضعف تأكيد الذات:

- تختلف العواقب من شخص لآخر باختلاف الظروف ولكن كثيراً ما يصاب هؤلاء بالاكنتاب، القلق، الرهاب الاجتماعي، إضافة إلى المضاعفات الاجتماعية والوظيفية والتعليمية (كماش، 2018، 72).  
- ينتهي المطاف بالفرد إلى الشعور بأنه عالق في المواقف بحيث يشعر بعدم السعادة أو عدم الراحة، ويخشى الفرد من العواقب إذا تجرأ على ذكر ما يشعر به، وينتهي به الأمر كثيراً إلى قول نعم بسهولة جداً مما قد يؤدي إلى شعوره بالغضب فيما بعد، والفرد سوف يذعن حتى مع السلوكيات غير اللائقة، الخدمات السيئة، الغذاء غير الجيد، السلع المعيبة لأنه لا يريد أن يسبب ضجة أو يخلق صراعات (Carr, 2012, p. 11).

#### - الأمن النفسي:

#### 1- مفهوم الأمن النفسي:

الأمن لغةً هو نقيض الخوف وأصل الأمن في اللغة طمأنينة النفس وزوال الخوف، ولا يكون الإنسان آمناً حتى يستقر الأمن في قلبه، كما وردت الكلمة الإنكليزية "Security" بمعنى أمن وطمأنينة وسلام وهي الحالة التي تكون فيها حراً آمناً من شر مرتقب، واثقاً من الأمان حراً من الخطر والمخاطرة (الخطيب، 2016، 131)، ويقوم الأمن النفسي على أساس المعنى الذي يقول أن الفرد حينما يقدم نفسه للآخرين فإنه يعتقد أن قيمه وانطباعاته ومهنته لا تخضع للإدراك السلبي من قبل الآخرين من حوله (Liu, 2017, p. 36)، ويؤكد أريكسون (Erikson, 1980) أن

الشعور بالأمن النفسي هو حجر الزاوية في الشخصية السوية والذي ينشأ في الأساس من إشباع حاجات الطفل الأساسية (فرغلي، 2012، 59)، ويعتبر الأمن النفسي حاجة غريزية لدى الإنسان وكل ما يقوم به من أفعال في حياته تهدف لزيادة شعوره بالأمان، ففي كل يوم قد يواجه الإنسان مخاطر عدة في بيئته الخارجية كالتعرض للحوادث أو فقدان العمل أو الفقر أو الكوارث الطبيعية ومن أجل أن يعيش بهدوء وطمأنينة فهو يحتاج إلى حد أدنى من الأمن النفسي، وقدرة الفرد على مواجهة عوامل الخطورة تعتمد على خصائصه الفطرية وتنشئته الاجتماعية أيضاً وبالتالي يختلف الأفراد في قدرتهم على مقاومة عوامل الخطورة وتحقيق الأمن النفسي (Dimitriadis, 2017 , p. 183-186)، ويُشار للأمن النفسي على أنه عكس الخوف والقلق، ويرى عالم النفس فروم أن الحاجة للأمن النفسي هي قاعدة الحاجات وأهمها ويتطلب اشباعها منذ الطفولة (الأحمد، 2004، 164)؛ ويعد العالم ماسلو (Maslow, 1943) أبرز من تحدث عن الأمن النفسي في نظريته للحاجات، وقد احتلت الحاجة للأمن النفسي المرتبة الثانية في هرم ماسلو Maslow للحاجات والذي يلي الحاجات البيولوجية من حيث الأهمية، وقد أظهر ماسلو هذا المفهوم بشكل شمولي متكامل تتضمن مؤشرات تظهر في نوعين هما ( الإحساس بالأمن مقابل عدم الإحساس بالأمن) تتوسطهما مؤشرات تنحو نحو الوسط (الكبيسي والحياني، 2012، 144).

## 2- الحاجة إلى الأمن النفسي:

صنف علماء النفس الحاجات الإنسانية إلى أساسية وثنائية، وتعتبر الحاجة إلى الأمن النفسي من الحاجات الأساسية، ويحصل الإنسان على الأمن النفسي عندما يكون مطمئناً على صحته وعمله ومستقبله وأولاده وحقوقه ومركزه الاجتماعي، فإن حدث ما يهدد هذه الخصوصيات أو الأشخاص أو إن توقع الفرد هذا التهديد فقد إحساسه بالأمن، ومن أجل إشباع هذه الحاجة يتعين على الفرد من ناحية أن يكسب محبة الناس ومساندتهم له، والشعور بالأمن النفسي شرط ضروري من شروط الصحة النفسية السليمة بينما يعتبر الخوف مصدراً للكثير من الاضطرابات النفسية (موسى، 2010، 23)، وأشار ماسلو (Maslow, 1970, P. 49) إلى أهمية الشعور بالأمن النفسي في هذا العالم الذي يتصف بالحروب والكوارث والأزمات الاقتصادية وانتشار البطالة والخوف من المستقبل، ويعتبر إشباع الحاجة إلى الأمن والطمأنينة في جميع مراحل الحياة ضروري للنمو النفسي السوي والتمتع بالصحة النفسية فقد بينت دراسات كثيرة أن الأشخاص الأمنين متفانلون، متوافقون مع مجتمعهم، مبدعون في أعمالهم، ناجحون في حياتهم، بينما الأشخاص غير الأمنين، قلقون، متشائمون، معرضون للانحرافات النفسية والأمراض السيكوسوماتية (السويركي، 2013، 13)، والحاجة إلى الأمن النفسي ترتبط ارتباطاً بغيرية المحافظة على البقاء، وتتضمن حاجة الفرد إلى الشعور بأنه يعيش في بيئة صديقة مشبعة للحاجات وأنه مستقر وصحيح جسدياً ونفسياً، وأمن الفرد له مظهران الأول مادي حيث يعيش الفرد مستقراً سكيناً ورزقاً ومتوافقاً مع الآخرين دون خوف أو تهديد على نفسه أو ماله أو ذويه، والثاني معنوي وهو شعور الفرد بقيمته وأهميته داخل مجتمعه (الخطيب، 2016، 133)، كما تتضمن الحاجة إلى الأمن الحاجة إلى الشفاء من المرض أو الجرح، والحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة، والحاجة إلى الحماية ضد الحرمان من إشباع الدوافع، والحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية (زهران، 1977، 401)، ويتضح مما سبق أن الأمن النفسي هو من الحاجات النفسية الأساسية لتحقيق النمو النفسي والاجتماعي للأفراد في جميع فئات المجتمع وباختلاف اختصاصاتهم وتمتد جذوره منذ الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة وخلال مراحل العمر المختلفة، وهو ضروري لهم للتمتع بقدر كافٍ من الصحة النفسية، إذ لا يمكن فهم الكثير من حاجات الفرد بمعزل عن شعوره بالأمن النفسي (الزعبي، 2015، 23).

## 3- الأمن النفسي والتوافق الاجتماعي:

يتحدد الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية وحسن أساليبها من تسامح وديمقراطية، ويرتبط بالتفاعل الاجتماعي الناجح والبيئة المتوافقة، وكلما يهدد أمن الفرد سيكون سبباً في زعزعة أمن الأسرة والتي هي جزء من المجتمع (الخطيب، 2016، 135)، كما يرى علماء الصحة النفسية أن الصحة النفسية تتطلب توافقاً إيجابياً مع المحيط الاجتماعي (نعيسة، 2014، 96)، ومنذ القدم أشار الفلاسفة الأبيقوريين إلى أهمية توفير حد أدنى من شروط السلامة البدنية والدفاعات النفسية والتي يمكن تقويتها من خلال علاقات التضامن مع الآخرين ، والأمن النفسي هو القابلية للشعور بالطمأنينة من داخل أنفسنا بالاعتماد على قدراتنا في حماية الذات، وفقدان القدرة على الحماية الذاتية يعرض الفرد للهجوم من الآخرين كالسخرية، الازدراء، ونبرات الصوت السلبية من قبل الآخرين، الظلم، الاتهامات والتشهير وبالتالي فإن الأمن النفسي لدى الفرد يتأذى بدرجة كبيرة جداً، مما يؤدي إلى إحياء الشعور بالخوف، وإذا لم يتم تطوير مهاراته لمواجهة مواقف مشابهة عند ظهورها من جديد فإنه سوف يختبرها مجدداً بنفس الدرجة من الأذى النفسي، ومن هنا يجب على الفرد أن يقوي مهارات تأكيد الذات لديه من أجل السيطرة على أفكاره ومشاعره وتصرفاته، فكلما شعر الفرد بالأمن النفسي مع ذاته كلما سهل ذلك عليه إنجاز أهدافه وكلما زاد استمتاعه بحياته ( Dimitriadis, 183-186 p. , 2017)، وقد ربط ماسلو بين الحاجة للأمان والتفاعل مع الآخرين؛ و يرى أن الحاجة للحماية ترتبط بالشعور بالانتماء إلى العائلة والمجتمع والمودة مع الآخرين واحترام الذات ( Maslow, 2000 , p. 40)، كما يؤكد ماسلو أن أكثر مكان وضوحاً للبحث عن أفراد محرومين من الأمن الحقيقي هو العودة إلى المستضعفين اجتماعياً واقتصادياً (White & Staveren , 2010, p. 10)، ومن هنا فإن خبرة عدم الشعور بالأمن النفسي لا تحدث فقط من التهديدات الحقيقية وإنما أيضاً من الاتصالات مع الآخرين لذلك فإن قيام الفرد ببناء هويته كفرد وكعضو ضمن جماعة (Staub, 1989, p. 64)، ويفسر وولبي (Wolppe, 1980) الأمن النفسي معرفياً بأن كل موقف نتعرض له في حياتنا يُفسر تحت ما نطلق عليه النماذج المعرفية أو التصورية "Cognitive Models"، وهذه النماذج تمثل مخططات "Schema" نستقبل بها المعلومات الواردة إلينا من البيئة عبر أعضاء الحس والتي تحدد تصوراتنا عن أنفسنا والعالم والآخرين وهي تكوينات منظمة "Organizational Construct" تتكون من خلال التفاعل مع الوالدين والآخرين ويتم دمج الخبرات الجديدة فيها وتعمل هذه النماذج بطريقة لاشعورية تلقائية كقواعد لتنظيم الذات والعلاقات الاجتماعية والاستراتيجيات لمواجهة الضغوط المختلفة؛ فإذا تكونت لدى الفرد نماذج معرفية إيجابية عن الذات -من خلال التنشئة الوالدية السوية- ساهم ذلك في الشعور بقيمة الذات وتكون تصور لدى الفرد عن الآخرين أنه يحبونه ويمكنه الوثوق بهم ويشعر بالتفاؤل حول المستقبل، أما إذا تكونت لدى الفرد نماذج معرفية سلبية فإنه يكون تصوراً عن ذاته بأنه غير محبوب، وليست له قيمة، وبالتالي يتوجس من الآخرين ويشعر بالتهديد منهم ويتشائم من المستقبل (فرغلي، 2012، 59).

## - إجراءات البحث:

- 1- منهج البحث: يعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي التحليلي الذي يحاول "وصف طبيعة الظاهرة موضع وع البحث، وتفسير الظواهر التربوية والنفسية والاجتماعية، وتفسير العلاقات بينها، ويساعد في الحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات حول هذه الظواهر استناداً إلى حقائق الواقع" (عودة وملكاوي، 2002).
- 2- مجتمع البحث: يتكون المجتمع الأصلي للبحث من طلبة جامعة دمشق للعام الدراسي (2016-2017)، وقد بلغ العدد الكلي لأفراد المجتمع الأصلي (22166) طالباً وطالبة، وقد تم الحصول على أعداد الطلبة من خلال الرجوع إلى

مركز الإحصاء التابع لجامعة دمشق استناداً إلى أعداد طلبة جامعة دمشق للعام الدراسي (2016)، واعتمد الباحث التقسيم الصادر في وزارة التعليم العالي ورئاسة الجامعة في تقسيمه المجتمع الأصلي إلى كليات "تطبيقية" و "إنسانية"، وتم اختيار أفراد عينة البحث بطريقة عشوائية من (الهندسة الزراعية، الهندسة المعلوماتية) ممثلةً للكليات التطبيقية، و(التربية، الإعلام) ممثلةً للكليات الإنسانية كما هو موضح في الجدول رقم (1):

الجدول (1) يبين حجم المجتمع الأصلي لأفراد عينة البحث تبعاً لمتغير التخصص، والجنس.

النسبة المئوية	المجموع	إناث	ذكور	التخصص	النسبة المئوية	المجموع	إناث	ذكور	التخصص
75,52%	8457	6301	2156	التربية	55,82%	6123	2145	3978	الزراعة
24,48%	2741	1907	834	الإعلام	44,17%	4845	1687	3158	المعلوماتية
100%	11198	8208	2990	المجموع	100%	10968	3832	7136	المجموع

3- **عينة البحث:** بلغ عدد أفراد عينة البحث الحالي (665) طالباً وطالبة، وتم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية بينهم (320) من الكليات التطبيقية، (345) من الكليات الإنسانية، وتمثل نسبة (3%) للمجتمع الأصلي.

4- **أدوات البحث وصدقها وثباتها:**

4-1 **مقياس تأكيد الذات:**

- **إعداد المقياس:** تم إعداد المقياس بعد الاطلاع على البحوث والدراسات المتعلقة بموضوع البحث الحالي والاطلاع على بعض أدوات ومقاييس متخصصة بتوكيد الذات منها (فرج، 1998)، (شعبان وعلي، 2003)، و(الحلاق، 2007)، وبناء على ذلك أعد الباحث مقياس تأكيد الذات مؤلفاً من (41) عبارة.

- **صدق الاتساق الداخلي:** تم سحب عينة بلغت (38) طالباً وطالبة، وهي من خارج عينة الدراسة الأساسية للتحقق من الاتساق الداخلي لعبارات المقياس، وكانت معاملات الارتباط كلها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) وتراوح بين (0.46-0.82) هذا يعني أن المقياس يتصف باتساق داخلي، مما يدل على صدقه البنيوي.

- **الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:** تم حساب معامل الاتساق الداخلي للعينة نفسها بطريقة ألفا كرونباخ، وفيما يلي يبين الجدول (2) نتائج معاملات الثبات:

الجدول رقم (2) يبين معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس تأكيد الذات

ألفا كرونباخ	الثبات بالإعادة	مقياس تأكيد الذات
0.77	0.85**	الدرجة الكلية

(\*\*) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يُلاحظ من الجدول السابق أن معاملات الثبات بالإعادة قد بلغت (\*\* 0.85) في الدرجة الكلية للمقياس، وهذه المعاملات تعتبر جيدة ومقبولة لأغراض الدراسة، وبلغ معامل الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ (0.77) وهي معاملات ثبات جيدة ومقبولة لأغراض الدراسة، ويتضح مما سبق أن مقياس تأكيد الذات يتصف بدرجة جيدة من الصدق والثبات، وبناءً على ذلك يمكن الاعتماد عليه والوثوق به كأداة للبحث الحالي.

- **تصحيح المقياس:** تكون المقياس في صورته النهائية من (38) عبارة، وتم تدريج عبارات المقياس وفق البدائل التالية (دائماً، قليلاً، أبداً)، وتمت الإجابة على المقياس باختيار بديل واحد من ثلاثة بدائل ويتم التصحيح بإعطاء الدرجات (3-2-1) لكافة بنود المقياس، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (38-114) وبذلك تكون أدنى درجة

يحصل عليها المفحوص عند إجابته على جميع بنود المقياس (38) وأعلى درجة يحصل عليها المفحوص عند إجابته على جميع بنود المقياس (114).

#### 11-4-2- مقياس الأمن النفسي:

- إعداد المقياس: بعد الاطلاع على دراسات متعددة واستعرض أدوات قياس الأمن النفسي: (العقيلي، 2004)، (أفرع، 2005)، و(العوض، 2013)، وقع اختيار الباحث على مقياس (العوض، 2013) والمكون من (30) بند لقياس مستوى الأمن النفسي ولقد قام الباحث بإجراء الدراسة السيكومترية لهذا المقياس كما يلي:
- صدق الاتساق الداخلي: جرى التأكد من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس، وكانت معامل الارتباط كلها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,01) وتراوحت بين (0,51-0,90) وهذا يعني أن المقياس يتصف باتساق داخلي، مما يدل على صدقه البنوي.
- الثبات بطريقة ألفا كرونباخ: تم حساب معامل الاتساق الداخلي للعينة نفسها بطريقة ألفا كرونباخ، ويبين الجدول (3) نتائج معاملات الثبات:

الجدول رقم (3) يبين معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الأمن النفسي

الأمن النفسي	الثبات بالإعادة	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية	0.77**	0.78

(\*\*) دال عند مستوى دلالة (0.01)

يُلاحظ من الجدول السابق أن معاملات ثبات الإعادة قد بلغت (\*\*0.77) في الدرجة الكلية للمقياس، ومعامل الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ قد بلغت (0.78) وهي معاملات ثبات جيدة ومقبولة لأغراض الدراسة، ويتضح مما سبق أن مقياس الأمن النفسي يتصف بدرجة جيدة من الصدق والثبات، وبناءً على ذلك يمكن الاعتماد عليه والوثوق به كأداة للبحث الحالي.

#### - تصحيح مقياس الأمن النفسي:

تتم الإجابة على عبارات المقياس بوحدة من الإجابات الثلاثة التالية: (نعم، أحياناً، لا). فالعبارات إيجابية الصيغة تُعطى درجاتها وبالترتيب السابق (3-2-1)، أما العبارات سلبية الصيغة تُعطى درجاتها وبالترتيب السابق (1-2-3)، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (30-90) درجة وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المفحوص هي (90)، وأقل درجة هي (30) درجة.

#### - نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها:

1- الفرضية الأولى: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس تأكيد الذات والمتوسط الفرضي للمجتمع، تم استخدام اختبار t ستودنت لحساب الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي للمجتمع الذي تم حسابه عن طريق (ضرب عدد البنود ب2) كما هو موضح في الجدول (4):

الجدول رقم (4) يبين الفروق (t-test) بين متوسط درجات تأكيد الذات للعينة والمتوسط الفرضي للمجتمع

متوسط درجات تأكيد الذات للعينة	المتوسط الفرضي للمجتمع	الانحراف المعياري	ن	درجات الحرية	ت المحسوبة	قيمة sig	القرار
69.85	72	15.064	665	664	-3.679	0.000	دال

يُلاحظ من الجدول السابق أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس تأكيد الذات وبين المتوسط الفرضي للمجتمع والفروق لصالح المتوسط الفرضي مما يشير إلى انخفاض مستوى تأكيد الذات لدى عينة البحث الحالية؛ ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة الجامعة تعرضوا للعديد من ضغوطات الحياة بكافة مجالاتها وخبروا مواقف الفشل والحرمان على الصعيد الشخصي والاجتماعي والاقتصادي والصحي بسبب الأحداث التي مرت بها سورية بدءاً من العام (2011)، مما ترك أثراً سلبياً على وتطور شخصياتهم بالشكل السليم، وأدى إلى افتقاد الطلبة السمات الشخصية والآليات التي تؤهلهم لمواجهة صعوبات الحياة وضغوطاتها خاصة وأن المستقبل بات مجهولاً بالنسبة لهم ومحفوفاً بالمخاطر، كل ذلك أدى إلى فقدان الثقة بالنفس وبالظروف المحيطة والنظرة السلبية للحياة بسبب عدم تحقيق طموحاتهم مما شكل انخفاضاً في مستوى تأكيد الذات، وتختلف النتيجة الحالية مع نتائج دراسة (كاظم وآخرون، 2017) والتي أظهرت درجة جيدة من تأكيد الذات لدى طلبة الجامعة ترجع إلى وعيهم الثقافي ومرتبطة إيجابياً بدافع الإنجاز والتحصيل الدراسي لديهم.

**2- الفرضية الثانية:** توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الأمن النفسي والمتوسط الفرضي للمجتمع، قام الباحث باستخدام اختبار  $t$  ستودنت لحساب الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي للمجتمع الذي تم حسابه عن طريق (ضرب عدد البنود ب2) موضعاً في الجدول (5):

جدول رقم (5) يبين الفروق (t-test) بين متوسط الأمن النفسي لعينة البحث والمتوسط الفرضي للمجتمع

متوسط درجات الأمن النفسي للعينة	المتوسط الفرضي للمجتمع	الانحراف المعياري	ن	درجات الحرية	ت المحسوبة	قيمة sig	القرار
54.26	60	12.416	665	664	-11.912	0.000	دال

يُلاحظ من الجدول السابق أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الأمن النفسي وبين المتوسط الفرضي للمجتمع والفروق لصالح المتوسط الفرضي مما يشير إلى انخفاض مستوى الأمن النفسي لدى عينة البحث الحالية؛ ويعزو الباحث سبب هذه النتيجة إلى أن طلبة الجامعة وغيرهم من شرائح المجتمع بات غير مطمئناً على نفسه وعلى نويه بسبب ما تمر به البلاد من حرب مميّنة، فقد عاش الشباب الجامعي في ظل الأزمة السورية في بيئة لا تلبّي مطالبه على كافة الأصعدة وحدث خلل في العلاقات الاجتماعية التي باتت تفتقد للصدق والأمانة والنزاهة، كما أنه رأى مشاهد مروعة ومؤلمة ويات مهدداً بفقدان حياته أو التعرض لمشكلات صحية أو اقتصادية أو اجتماعية كل ذلك يمكن أن يكون قد ساهم في انخفاض درجة الأمن النفسي لدى الطلبة عينة البحث، ويمكن أن يكون لذلك نتائج سلبية على الطلاب بعدم القدرة على القيام بما يطلب منهم من واجبات لعدم شعورهم بالطمأنينة والراحة النفسية، وتتفق نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة (السعدي، 2004)، ودراسة (أقرع، 2005)، ودراسة الحربي (Allahyari1, 2017) وقد أشارت كلها إلى انخفاض مستوى الأمن النفسي لدى طلبة الجامعة في ظل الاحتلال والحرب والنزوح بسبب غياب شروط الأمن على كافة الأصعدة، في حين تختلف نتيجة البحث الحالي مع نتائج دراسة (حافظ وراضي، 2010) والتي أشارت إلى ارتفاع درجة الأمن النفسي لدى الطلبة الجامعيين وربما يعود ذلك إلى تهيئة البيئة المساعدة لتحقيق الأمن النفسي لدى طلبة الجامعة.

**3- الفرضية الثالثة:** توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلبة عينة البحث على مقياس تأكيد الذات ودرجاتهم على مقياس الأمن النفسي، قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة على مقياس تأكيد الذات والأمن النفسي، والجدول (6) يوضح ذلك:

الجدول رقم (6) نتائج معامل الارتباط لدرجات أفراد العينة بين مقياس تأكيد الذات والأمن النفسي

تأكيد الذات / الأمن النفسي	ن	معامل الارتباط	قيمة sig	القرار
	665	0.72	0.000	دال

يُلاحظ من الجدول السابق أن معامل الارتباط دال عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي تُقبل الفرضية أي توجد علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس تأكيد الذات ودرجاتهم على مقياس الأمن النفسي؛ ويرى الباحث أن هذه النتيجة منطقية ومتوقعة لأنه عندما يتمتع الفرد بتأكيد الذات فإنه سوف يتمتع بالهدوء والطمأنينة والارتياح وبالتالي يشعر بالأمن النفسي فهو يستطيع التعبير عن مشاعره وآرائه لأنه لا يشعر بالخوف أو التهديد، بينما الشخص الذي يعاني من تأكيد الذات المنخفض يشعر بعدم الهدوء والطمأنينة النفسية ويصبح فريسة للقلق وانعدام الثقة والتعبية والهروب من المسؤولية، وقد يفقد الأمان إلى اللجوء إلى الأفكار الانتحارية أو الإدمان، والإحساس بالأسى والحزن والاستسلام، فالشخص الذي لديه تأكيد ذات مرتفع يستطيع التعبير عن مشاعره وآرائه مما يجعله في مأمن وراحة تامتين والعكس بالعكس، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (الطيّار، 2016) والتي أشارت إلى وجود علاقة دالة وموجبة بين الأمن النفسي والسلوك التوكيدي.

**4- الفرضية الرابعة:** توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلبة عينة البحث على مقياس تأكيد الذات تبعاً لمتغير التخصص، قام الباحث بحساب الفروق باستخدام اختبار ت ستودنت يوضحه الجدول (7):

جدول رقم (7) نتائج اختبار (t-test) لدلالة الفروق على متغير تأكيد الذات وفق متغير التخصص

المتغير	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف	درجات الحرية	ت المحسوبة	قيمة sig	القرار
تأكيد الذات	إنساني	345	70.24	14.717	663	0.649	0.002	دال
	تطبيقي	320	69.49	15.393				

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيمة الدلالة الإحصائية 0.002 هي أصغر من مستوى الدلالة 0.05 وبالتالي تُقبل الفرضية القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث من الطلبة على مقياس تأكيد الذات لصالح الكليات الإنسانية؛ ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن طلاب الكليات الإنسانية تتميز طبيعياً بعمل طلابها بإلقاء المحاضرات (حلقات البحث) واستخدام الأسلوب الخطابى جهرًا والتعبير عن آرائهم أمام زملائهم في القاعة الصفية مما يكسبهم ثقة بالنفس ومستوى مرتفع من تأكيد الذات ناتج عن التكرار والمران ناهيك عن معرفة طلاب كلية التربية بأسلوب الإرشاد النفسي وعلم النفس إلى حد ما ساهم في تعرف أساليب مواجهة الضغوطات من خلال التعبير عن الانفعالات والتعامل مع هذه المواقف بالمحافظة على الاستقرار والضبط النفسي مما يسهم في ارتفاع مستوى تأكيد الذات لديهم، وتختلف نتيجة البحث الحالي عن نتائج دراسة (كاظم وآخرون، 2017) والتي أظهرت عدم وجود فروق في مستوى تأكيد الذات لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير التخصص، وربما يعود ذلك إلى اختلاف بيئة الدراسة والمقاييس المستخدمة.

5- الفرضية الخامسة : توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الأمن النفسي تبعاً لمتغير التخصص، تم حساب الفروق باستخدام اختبار ت ستودنت يوضحه الجدول (8):

الجدول رقم (8) نتائج اختبار (t-test) لدلالة الفروق على متغير الأمن النفسي وفق متغير التخصص

المتغير	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف	درجات الحرية	ت المحسوبة	قيمة sig	القرار
الأمن النفسي	إنساني	345	54.19	11.960	663	-0.144	0.886	غير دال
	تطبيقي	320	54.33	12.845				

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيمة sig بلغت (0,886) أكبر من (0,05) وبالتالي تُرفض الفرضية القائلة

بوجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلبة عينة البحث على مقياس الأمن النفسي تبعاً إلى متغير التخصص؛ وربما يُعزى السبب في ذلك إلى أن طلبة الكليات التطبيقية كانت أم الإنسانية عندهم تصور للحياة من حيث فرص العمل وطبيعة التخصصات التي تحتاج إلى جهد وممارسة لبناء وتحديد المستقبل ولكن كما ذكر الباحث في إطار مناقشته للسؤال الثاني فالأزمة الحالية بما فيها من ظروف سلبية خارجة عن سيطرة الفرد والتي خلفت شعوراً بالتهديد لدى أغلب الأفراد أينما كانوا وأينما توجهوا وانتابهم اليأس من تحقيق الطموحات سواء طلاب الجامعة أو غيرهم لأنهم غير مطمئنين على حياتهم في ظل ما تعانيه البلاد من فوضى ونقص في الاحتياجات ومنها الجامعية لدى كافة الطلبة مما جعل مستوى الأمن النفسي منخفضاً بشكل متساوٍ لدى أفراد عينة البحث بصرف النظر عن تخصصهم، وتتفق نتيجة البحث الحالي هذه مع دراسة (سعد، 1999)، ودراسة (أقرع، 2005) والتي أظهرت عدم وجود فروق في مستويات الأمن لدى الطالب الجامعي بحسب متغير التخصص أو الكلية.

### الاستنتاجات والتوصيات:

- 1- تسليط الضوء على أهمية الأمن النفسي في حياة الفرد عامة وحياة الطالب الجامعي خاصة من خلال عمل محاضرات وندوات في الجامعة وغيرها من الأماكن التثقيفية.
- 2- إجراء المزيد من البحوث والدراسات التي تتعلق بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة لما لهذه الفئة من أهمية في المجتمع لأنهم يمثلون فئة الشباب والتي تمثل القوة الانتاجية للمجتمع على كافة الأصعدة.
- 3- الاهتمام ببناء برامج إرشادية لإكساب طلبة الجامعة أساليب تساعد على رفع مستوى تأكيد الذات لديهم.
- 3- ضرورة تقديم الجامعة إجراءات وقائية وعلاجية لدعم الأمن النفسي لدى الطالب الجامعي لما له من عائد على صحته النفسية وتحصيله الدراسي.
- 4- تأسيس وحدات إرشادية لمساعدة الطلبة الجامعيين لإكسابهم أساليب مواجهة الصعوبات الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية أو التوافق معها وخاصة في ظل الأزمة السورية.
- 5- العمل على تطوير وعي القائمين بعملهم في الجامعة بأهمية موضوع الأمن النفسي للطالب، وذلك من خلال إقامة دورات تأهيلية في هذا المجال تنشر الوعي بأهمية تحقيق الطمأنينة النفسية للطالب.

## المراجع:

- المراجع العربية:
- إبراهيم، عبد الستار. (1994). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، القاهرة: دار الفجر.
- إبراهيم، عبد الستار. (1998). الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليبه علاجه. مجلة عالم المعرفة، ع 239، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2009). دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية. عمان: مركز دبيونو للتفكير.
- الأحمد، أمل. (2004). مشكلات وقضايا نفسية (ط 1). بيروت: مؤسسة للطباعة والنشر والتوزيع.
- أفرح، محمد نادي (2005). الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. رسالة ماجستير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
- حافظ، هاشم، و راضي، أحمد ابراهيم (2010). قياس الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة بابل. مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، 13(4)، 301-325.
- الحفني، عبد المنعم (1994). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي (ط. 4)، القاهرة: مكتبة مدبولي.
- حلالة 1، فايزة. (2016). أثر برنامج تدريبي قائم على السلوك التوكيدي في رفع كل من مصدر الضبط ومهارات الاتصال لدى عينة من المراهقين المتدربين. عمان: دار من المحيط إلى الخليج.
- حلالة 2، فايزة. (2016). الدليل العملي للتدريب على تنمية السلوك التوكيدي. عمان: دار خالد اللحاني.
- الحلاق إقبال. (2007). توكيد الذات وأثره في التكيف الاجتماعي. رسالة ماجستير، كلية التربية، دمشق.
- الخطيب، جهاد. (1998). الشخصية بين التدهيم وعدمه. عمان: منشورات وزارة التربية.
- الخطيب، أماني. (2016). جريمة اغتصاب الأطفال ودور الصحافة في مكافحتها. الأردن: دار الجنان.
- ديكلو، جيرمان. (2016). تقدير الذات: جواز سفر مدى الحياة (مصطفى الرقة وبسام الكردي: مترجم). بيروت: دار القلم للطباعة والنشر.
- الزعبي، أحمد محمد. (2015). الأمن النفسي وعلاقته بفاعلية الأنا لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 13(4). 10-42.
- زهران، عبد السلام. (1977). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. (ط. 4)، القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، حامد. (1989). الأمن النفسي دعامة للأمن القومي العربي، مجلة دراسات تربوية، 4 (19)، 71-104.
- زهران، حامد عبد السلام. (2002). علم نفس النمو: الطفولة والمراهقة. القاهرة: عالم الكتب.
- سعد، علي. (1999). مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي - بحث ميداني عبر حضاري مقارنة. مجلة جامعة دمشق، 15(1). 52.
- السعدي، إياد هاشم محمد. (2004). الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة تحت ظروف الاحتلال. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، العراق.
- السويركي، رمزي شحدة سعيد. (2013). الأمن النفسي وعلاقته بالاستقلال/الاعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصرياً بمحافظة غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

- شعبان، محمد ورجب، علي. (2003). التدريب التوكيدي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لطلاب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي*، 17(4)، 196-221.
- الطيار، يمام. (2016). الأمن النفسي وعلاقته بالسلوك التوكيدي لدى عينة من طلبة جامعة البعث. *مجلة جامعة البعث*، 38(13)، 41، 70.
- عبد الرحمن، محمد السيد، والشناوي، محمد محروس. (1998). *العلاج السلوكي الحديث: أسسه وتطبيقاته*. القاهرة: دار قباء.
- عرافي، أحمد محمد. (2013). *أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بتأكيد الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة مهد الذهب*. رسالة ماجستير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- العقيلي، عادل. (2004). *الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي*. رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
- عودة، أحمد سليمان وملكاوي، فتحي حسن. (2002). *أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية*. منشورات كلية التربية، الأردن: جامعة اليرموك.
- العوض مهدي. (2013). *الصلابة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي*. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، 14(3)، 113-139.
- فرج، شوقي طريف. (1998). *توكيد الذات مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية*. القاهرة: دار الغريب.
- فرج، شوقي طريف. (2003). *المهارات الاجتماعية والاتصالية: دراسات وبحوث نفسية*. القاهرة: دار الغريب.
- فرغلي، رضوى. (2012). *أطفال الشوارع: الجنس العدوانية (ط. 1)*. القاهرة: مكتبة الدار العربية.
- كاظم، كاظم، عباس، كرار وفنغش كاظم. (2017) *تأكيد الذات لدى طلبة كلية التربية*. بحث مقدم لصالح كلية التربية، جامعة القادسية، العراق.
- الكبيسي، عبد الواحد حميد، والحيايبي صبري بردان. (2012). *الإرشاد و التوجيه التربوي: دراسات وبحوث (ط. 1)*. عمان: مركز دبيونو لتعليم التفكير.
- كماش، يوسف، وحسان، عبد الكاظم. (2018). *سيكولوجية التعلم والتعليم (ط. 1)*. عمان: دار الخليج.
- المفرجي، سالم والشهري، عبدالله. (2008). *الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى، مجلة علم النفس المعاصر*، 19(1)، 149-206.
- موسى، فتحي محمد. (2010). *العلاقات الإنسانية في المؤسسات الصناعية (ط. 1)*. عمان: دار زهران.
- الموسوي، محمد صادق. (1994، 10-15 تشرين الأول) *المنحنى الاجتماعي في بحوث اضطرابات الضغوط*. بحث مقدم لهكتب الإنماء الاجتماعي، الحلقة النقاشية السابعة، دولة الكويت: ديوان الأميري.
- نعيسة، رغداء. (2014). *مستوى الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي "دراسة ميدانية على عينة من الأحداث المقيمين في دار خالد بن الوليد للإصلاح في منطقة قدسيا بمحافظة دمشق*. *مجلة جامعة دمشق*، 30(2)، 81-125.
- المراجع الأجنبية:
- ALharbi, Bassam H. M. (2017). Psychological Security and Self-Efficacy among Syrian Refugee Students inside and outside the Camps. *The Hashemite University, Journal of International Education Research*, 13(2).59-68.

- Carr., L.D. (2012). *Brilliant Assertiveness: What the most assertive people know, do and say*. New York: Pearson.
- Dimitriadis, H. (1017). *Epicurus and the Pleasant Life*. U.S.A: Author publisher.
- Garner, C. (2012). *Assertiveness*. London: Ventus Publishing.
- Hartney, E. (2008). *Stress Management for Teachers*. London: Continuum international publishing.
- Hopkins, C. (2018). *The Communication Works Book1: Self Communication & Assertiveness*. Warrington: Ball Ltd.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, And Coping*. New York: Springer.
- Lee., S. I. (2009). *Passage to the Real Self: the Development of Self Integration for Asian American Women*. United Kingdom: University Press of America, Inc.
- Liu, L. (2017). *Humanity And Social Science*. China: World Scientific.
- London, M. (2014). *Career Barriers: How People Experience, Overcome, and Avoid Failure*. New York: Psychology Press.
- Maslow, A. (2000). *The Maslow Business Reader*. Canada: John Wiley & Sons Inc.
- Moon, J. (2009). *Achieving Success Through Academic Assertiveness: Real Life Strategies for Today's Higher Education Students*. New York: Routledge published.
- Mueen, B., Khurshid, M., & Hassan, I. (2006). *Relationship of Depression and Assertiveness in normal population and depressed individuals*, *International Journal of Medical Update*, 1(2), 10-17.
- Patil, R. V., Keddy, A.N. (1985), Study of feeling of security–insecurity among professional and non-professional students of Gulbarga City. *Indian psychological review*, 29 (Special Issue), 12-17.
- Phillips, A. (2002). *Assertiveness and the Manager's Job*. United Kingdom: Radcliffe Medical Press.
- Potts, C., Potts, S. (2013). *Assertiveness: How to be Strong in every Situation*. United Kingdom: Capstone Publishing Ltd.
- Rice, H., V. (2000). *Handbook of Stress, Coping, and Health: Implications for Nursing Research, Theory, and Practice*. New Delhi: Sage Publication Ltd.
- Staub, E. (1989). *The Roots of Evil: The Origins of Genocide and Other Group Violence*. U. S. A: Cambridge University Press.
- Thase., E. M. Edelstein., A. B. & Hersen, M. (1990). *Handbook of Outpatient Treatment of Adults: Nonpsychotic Mental Disorders*. New York: Springer.
- Voskoboynikov, F. (2017). *The Psychology of Effective Management: Strategies for Relationship Building*. New York: Routledge.
- White, M.D., Staveren, I.V. (2010). *Ethics and Economics*. New York: Routledge.
- Williams. C. (2001). *Overcoming Depression: A Five Areas Approach*. London: Taylor & Francis Inc.