

جامعة قاصدي مرباح ورقلة
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
قسم علم النفس و علوم التربية



الميدان : العلوم الاجتماعية

الشعبة: علوم التربية

التخصص :علم النفس التربوي

مذكرة مقدمة لإستكمال متطلبات شهادة الماستر أكاديمي

اعداد الطالبتين:

سيليا حسيني

عائشة بن هلال

بغنوان:

إتجاهات الطلبة نحو الدراسة وعلاقتها بالإتزان الإنفعالي في ظل جائحة كورونا

دراسة ميدانية على طلبة ثانية ليسانس علوم تربية جامعة ورقلة

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الصفة
د. فاتح الدين شنين	أستاذ محاضر "أ"	مشرفا ومقرر
د. أحمد قندوز	أستاذ محاضر "أ"	رئيسا
د. مريامة بريشي	أستاذ محاضر "أ"	عضو مناقش

الموسم الجامعي
2021/2020

شكر وتقدير

نحمد الله حمداً كثيراً يليق بجلاله وكمال صفاته الذي وفقنا وأعاننا على
إتمام هذه الرسالة، ونصلي ونسلم على منلا

نبي بعده. أما بعد: ننحني إجلالاً وتقديراً إلى من لا يرضى القدير إلا
برضائهما "الوالدين الكريمين".

كما نتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى الأستاذ الفاضل الدكتور "فاتح
الدين شنين" الذي أسدى لنا النصح والإرشاد ولم يبخل بعلمه ووقته، ولم
يتوان لحظة واحدة في تقديم كل جهد لإتمام هذا العمل، فكان نعم الموجه
والمشرف، جزاه الله كل خير.

كما يطيب لنا أن نتقدم بالشكر والعرفان إلى الأساتذة اللذين أناروا لنا دروب
العلم والمعرفة طوال المشوار الدراسي .

ومن باب الاعتراف بالجميل لكل من مد لنا يد العون والمساعدة نتقدم له
بجزيل الشكر وعظيم الإمتنان

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة بين إتجاه الطلبة نحو الدراسة و الإلتزان الإنفعالي من جهة وبين ابعاد الإتجاهات نحو الدراسة (الحضورية ، عن بعد) والإلتزان الإنفعالي من جهة أخرى لدى طلبة سنة ثانية علوم التربية بالقطب الجامعي 2 لورقلة و لتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثتان بإستخدام المنهج الوصفي الإرتباطي ، حيث إعتمدنا على أداتان الأولى خاصة بالإتجاه نحو الدراسة لهشام احمد يوسف العشيري ، و الثانية خاصة بالإلتزان الإنفعالي لمحمد كمال محمد حمدان ، و بعد التأكد من الخصائص السيكمترية لهما تم التطبيق على عينة تكونت من 140 طالب و طالبة من تخصص علوم التربية سنة ثانية ، حيث تم توزيع الإستبيان ، و قد تمت المعالجة الإحصائية بإستخدام البرنامج الإحصائي SPSS نسخة 21 حيث اسفرت نتائج الدراسة على ما يلي :

- 1- لا توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة و الإلتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية .
- 2- لا توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة (الحضورية) و الإلتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية .
- 3- لا توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة (عن بعد) و الإلتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية .

Abstract :

The current study aimed to reveal the relationship between students' attitudes towards study and emotional balance among second year students of education sciences at University Pole 2 of Ouargla. With emotional equilibrium and after confirming the psychometric properties of them, it was applied to a sample of 140 male and female students from the education sciences major in the second year, where the questionnaire was distributed, and the statistical treatment was carried out using the SPSS statistical program, where the results of the study resulted in the following :

- 1- There is no relationship between students' attitudes towards study and emotional balance among second year students majoring in educational sciences.
- 2- There is no relationship between students' attitudes towards studying (attendance) and the emotional balance of second year students majoring in educational sciences.
- 3- There is no relationship between students' attitudes towards studying (from a distance) and the emotional balance of second year students majoring in educational sciences.

فهرس المحتويات

المحتوى	الصفحة
شكر وتقدير	أ
ملخص الدراسة باللغة العربية	ب
ملخص الدراسة باللغة لانجليزية	ج
فهرس المحتويات	د
مقدمة	1
الباب الأول	
الجانب النظري	
الفصل الأول : مشكلة الدراسة	
مشكلة الدراسة	1
تساؤلات الدراسة	6
فرضيات الدراسة	7
اهداف الدراسة	7

7	اهمية الدراسة
8	التعاريف الاجرائية
	الفصل الثاني: الإتجاه والتعليم الحضوري والتعليم عن بعد
10	مفاهيم الإتجاهات
10	مكونات الإتجاهات
10	خصائص الإتجاهات
11	تعريف التعليم الحضوري
12	سمات التعليم الحضوري
13	ايجابياته و سلبياته
14	مفاهيم التعليم عن بعد
15	اهمية التعليم عن بعد
15	خصائص التعليم عن بعد
16	مبادئ التعلم عن بعد
	الفصل الثالث: الإتزان الإنفعالي

18	تعريف الانفعال
18	تعريف الإلتزان الإنفعالي
19	سيمات الإلتزان الإنفعالي لدى الفرد
19	أهمية الإلتزان الإنفعالي
20	طبيعة الإلتزان الإنفعالي
20	الإسلام والإلتزان الإنفعالي
21	نظريات الانفعال
	الباب الثاني
	الجانب التطبيقي
	الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية
27	تمهيد
27	المنهج المعتمد في الدراسة
27	مجتمع الدراسة
28	ادوات جمع البيانات
30	الدراسة الاساسية
30	الأساليب الإحصائية
31	خلاصة الفصل

	الفصل الخامس :عرض ومناقشة نتائج الدراسة
33	تمهيد
33	عرض وتحليل و تفسير نتائج الفرضية العامة
34	عرض وتحليل و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى
34	عرض وتحليل و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية
35	الإستنتاج العام
36	الإقتراحات
38	المراجع
	الملاحق

مقدمة :

ان من بين ما يصنع الانسان اليوم هو علمه و مكانته العلمية وفي هذه المرحلة الحرجة التي يجدر بها العالم جراء جائحة كورونا تغيرت طرائق التعليم و اهتزت إتجاهات الطلبة نحو العلم والدراسة فقد ادت الجائحة إلى توقف كلي في الدراسة ومن بعد ذلك التوقف بدأ يتدارك العالم بإستخدام طريقة التعليم عن بعد وبعد ذلك تمت العودة للفصول الدراسية بإستخدام برتوكولات معينة و مدروسة وفق ما يتماش مع الوضع الصحي ومن هنا فهذا الموقف الاستثنائي في العالم أجمع قد أدى بالجهات الوصية العلمية إلى دراسة إتجاهات الطلبة نحو الدراسة سواء بالنسبة لنظام الدراسة عن بعد أو النظام الحضوري وكذا فقد زاد الإهتمام حول الإلتزان الإنفعالي للطلبة ففكرة الفرد في التحكم في إنفعالاته المختلفة و توجيهها بكل مرونة في المواقف التي تقابلة تساعده أو تعيقه في إتجاهه نحو الدراسة .

وفي هذه الدراسة تم الوقوف على العلاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة والإلتزان الإنفعالي وقد تم تقسيم الدراسة

إلى ما يلي:

الباب الأول : الجانب النظري تضمن ثلاثة فصول وهي :

الفصل الأول : يشمل إشكالية الدراسة وتساؤلاتها و فرضياتها أهدافها و أهميتها وتحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة وتحديد حدودها .

الفصل الثاني : وتضمن مفاهيم الإتجاهات ومكوناتها و خصائصها والنظريات المفسرة .

الفصل الثالث : تضمن تعريف الانفعال وتعريف الإلتزان الإنفعالي سيمات الإلتزان الإنفعالي لدى الفرد أهميته طبيعته و الإسلام والإلتزان الإنفعالي .

الباب الثاني : الجانب التطبيقي يتضمن فصلين :

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة المنهج المتبع ،مجتمع الدراسة أدوات جمع البيانات الدراسة الإستطلاعية و

الأساسية و الأساليب الإحصائية المتبعة

الفصل الخامس :وشمل عرض ومناقشة الفرضية العامة والجزئية الأولى والفرضية الجزئية الثانية واستنتاج عام

لِلدراسة و إقتراحات وتوصيات

الجانب النظري

الفصل الأول :مشكلة الدراسة

- 1- مشكلة الدراسة.
- 2-تساؤلات الدراسة .
- 3-فرضيات الدراسة .
- 4-اهداف الدراسة .
- 5-اهمية الدراسة .
- 6-التعاريف الاجرائية.

1- مشكلة الدراسة :

منذ الأمد القديم قام الانسان بعدة ثورات متسلسلة قصد التطور انطلاقا من الثورة الزراعية وصولا إلى الثورة الرقمية، حيث انتشر استخدام التكنولوجيا الرقمية في كل مجال من مجالات الحياة، واصبحت المعلومة الرقمية تحيط بنا من كل جانب ونتيجة لهذا التطور تغيرت اهداف التربية وكذا شكل مؤسساتها التعليمية ، فأصبحت تسعى إلى تحقيق الأهداف التي تساعد الفرد على التكيف والتجاوب مع متطلبات العصر (بتصرف لكل بن شريف 2013ص1) ، وهذا ما اكدته دراسة عبد الحميد عبد الخالق محمد سنة 2009-2010 تحت عنوان الإتجاه نحو الدراسة وعلاقته بعادات الإستذكار لدى طلاب الثانويات التخصصية ، والتي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الإتجاهات نحو الدراسة وعلاقتها بعادات الاستذكار لدى عينة الدراسة. وكذا معرفة الفروق وفقا للنوع (ذكور-إناث) في مستوى عادات الاستذكار لدى عينة الدراسة ، اضافة إلى معرفة الفروق وفقا للتخصص (علمي-ادبي) في مستوي الإتجاهات نحو الدراسة لدى عينة الدراسة ، وتمثلت عينتها في 165 طالبا وطالبة من عدد المجتمع الاصلي الذي بلغ (3200) طالبا وطالبة وتمثلت ادوات الدراسة في مقياس الإتجاهات نحو الدراسة فانت عبد الفتاح ومقياس الفرماوي لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي الارتباطي وكان من ابرز نتائجها انه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإتجاهات نحو الدراسة وعادات الاستذكار وفقا للنوع (ذكور-إناث) وكذلك لدى طلاب القسم الأدبي في حين كانت العلاقة قوية ودالة عند طلاب القسم العلمي ، وتوصلت ايضا إلى انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الإتجاهات نحو الدراسة وكذا افرزت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية وفقا للتخصص في الإتجاهات نحو الدراسة لصالح التخصص العلمي اي ان طلاب وطالبات المسار العلمي يتفوقون على طلاب المسار الأدبي في الإتجاهات نحو الدراسة، فالإتجاهات على وجه العموم تشكل بعدا اساسيا من ابعاد الشخصية الانسانية ويقع قسم كبير من تكوينها واكتسابها تعديلها على عاتق كل من البيت والمدرسة ، ومما لاشك فيه ان إتجاهات الفرد وميوله لها دور كبير في التعليم والتأثير على مشاعر الطلبة و إتجاهاتهم نحو المادة الدراسية ونحو معلمه وكذا تؤثر في ادائه للمهام التعليمية وعلى تحقيق الاهداف المرغوب فيها .

(بتصرف عبد الحميد 2009\2010ص16)

وحسب مؤتمر اللغة العربية الاستثنائي عن بعد بالشارقة فانه ليس بالأمر الخفي على احد ماشهده العالم من اقبال كبير في الأونة الاخيرة من توظيف للتقنية بصورة عامة في التعليم الإلكتروني المتزامن أو والغير المتزامن ، سواء على منصات

رسمية مثل البلاك بود أو من خلال وسائل التواصل الاجتماعي مثل الواتس أب أو الفايسبوك أو التليجرام وذلك كله جعل من الضروري وضع معيار لتوظيف هذه التقنية في مجال التعلم (2020ص12).

ومما ذكر في دراسة فيصل خليل الربيع ورمزي محمد عطية 2014 تحت عنوان الإلتزان الإنفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك والتي هدفت للكشف عن مستوياإلتزان لدى طلبة جامعة اليرموك وكذا الكشف عن وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوياإلتزان الإنفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك تبعا للاختلاف متغيرات المستوى الدراسي والتخصص والجنس ، حيث شملت العينة على 749 طالبا وطالبة من طلبة جامعة اليرموك ولتحقيق اهداف الدراسة تم استخدام مقياس الإلتزان الإنفعالي المكون من 54 فقرة موزع على مجالين والثاني مقياس ضبط الذات المكون من 35 فقرة وتم التحقق من مؤشرات صدقهما وثباتهما ولجمع البيانات تم استخدام المنهج الوصفي المسحي ،وأظهرت النتائج أن الدراسة على مستوياإلتزان عند طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة ، كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإلتزان الإنفعالي ككل وفي مجال المرونة في التعامل مع المواقف والاحداث تعزى لاختلاف متغير الجنس لصالح الذكور وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإلتزان الإنفعالي ككل وتعزى لإختلاف المستوى الدراسي والتخصص ومما لاشك فيه بانه ليس هناك حياة خالية من الانفعالات حتى تلك الانفعالات القوية ، ولكن الاهم هنا هو النضج الإنفعالي وهو ان يتعلم الفرد كيف يتكيف مع هاته الانفعالات بلا اضطرابات بل القدرة على توجيهها نحو الاهداف المتكاملة (د وفاء سيد محمد حسن 2017 يتصرف) ويشير الإلتزان الإنفعالي إلى ان الفرد الهادئ الذي يتسم بالإلتزان انفعالي وتظهر عليه علامات قليلة من التهيج ازاء اي نوع من المعارض والغضب يكون واقعا في الحياه منضبطا ذاتي.

(فيصل ورمزي, 2014)

وبسبب ما أوجدته جائحة كوفيد 19 من اكبر انقطاع في نظام التعليم في التاريخ وهوما تضرر منه نحو 1.6مليون من طالبي العلم في اكثر من 190 بلدا في جميع القارات واثرت عملية اغلاق المدارس و غيرها من اماكن تعلم على 93 في المئة من طلاب العالم وهي نسبة ترتفع لتصل إلى 99 في المئة في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل من الشريحة الدنيا من جهة اخريقد حفزت هاته الجائحة للابتكار داخل قطاع التعلم وذلك من خلال اتباع نهج داعم لإستمرار التعلم من خلال الاذاعة والتلفزيون إلى الحزم التعليمية المنزلية وذلك بإشتراك كل من الحكومات والشركاء بما في ذلك التحالف العالمي للتعلم الذي دعت إليه اليونسكو .

ومع بداية الإنتشار الواسع للجائحة كلف المعلمون بتطبيق طرائق التعلم عن بعد من دون توجيهات أو تدريب أو حتي توفر موارد كافية مما جعل المعلمون امام تحديات تفوق قدراتهم وكان المعلمون حول العالم غير جاهزين إلى حد بعيد لدعم استمرارية التعلم والتكيف مع منهجيات التدريس الجديدة وفي افريقيا جنوب الصحراء الكبرى لم يتلقى سوى 63 في المئة من معلمي المرحلة الثانوية الحد الأدنى من التدريب وفي الغالب لا يشمل المهارات الرقمية الاساسية .

(موجز سياسي أغسطس 2020 التعليم أثناء الجائحة كوفيد-19 وما بعد الجائحة الامم المتحدة)

كما تجدر الإشارة إلى ان اتجاه الطلبة نحو الدراسة عن بعد له علاقة ببعض مكونات الشخصية لدى الطالب السوي كالإتزان الإنفعالي ونحن هنا في دراستنا سنحاول فهم طبيعة العلاقة بين اتجاه الطلبة نحو الدراسة عن بعد وبين الإتزان الإنفعالي لد بطلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية بكلية العلوم الاجتماعية جامعة قاصدي مرباح بورقلة . وعليه يتمخض عن هذا طرح مشكلة هذه الدراسة

2- تساؤلات الدراسة:

1-2 التساؤل العام للدراسة:

- هل توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة والإتزان الإنفعالي في ظل جائحة كورونا لدى طلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية ؟

2-2 التساؤلات الجزئية للدراسة:

- هل توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة (الحضورية) والإتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية؟

- هل توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة (عن بعد) والإتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية؟

3- فرضيات الدراسة:

1-3 الفرضية العامة للدراسة:

- توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة والإلتزان الإنفعالي في ظل جائحة كورونا لدى طلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية .

3-2 الفرضيات الجزئية للدراسة :

-توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة(الحضورية) والإلتزان الإنفعالي في ظل جائحة كورونا لدى طلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية .

- توجد علاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة(عن بعد) والإلتزان الإنفعالي في ظل جائحة كورونا لدى طلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية

4-أهمية الدراسة :

- قلة وندرة الدراسات والبحوث حول الموضوع .
- يسلط البحث الضوء على أهم المواضيع في الوقت الراهن بالنسبة للمنظومة التربوية عامة ومؤسسات التعليم العالي خاصة
- التنبؤ بمدى نجاح أو فشل نظام التدريس عن بعد في المؤسسات الجامعية .
- معرفة مدى تأثير الجائحة على توجه التلاميذ نحو الدراسة .

5- أهداف الدراسة:

- التعرف على العلاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة عن بعد والإلتزان الإنفعالي في ظل جائحة كورونا.
- الكشف عن مدى أثر انخفاض وارتفاع الإلتزان الإنفعالي في توجه الطلبة نحو الدراسة في ظل جائحة كورونا .
- تقديم حلول لمساعدة الغير متزئين إنفعاليا في الإتجاه نحو الدراسة في ظل جائحة كورونا .

6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

❖ **اتجاه الطلبة نحو الدراسة عن بعد :** يقصد به درجة الميل أو الاستعداد الادائي التي يمتلكها الطالب نحو

تفضيل أو تجنب الاقبال على الدراسة عن بعد .

❖ **الإلتزان الإنفعالي :**هو قدرة الفرد .في التحكم في انفعالاته المختلفة وتوجيهها بكل مرونة في المواقف التي تقابله .

❖ **جائحة كورونا :** هي مجموعة من الفيروسات سريعة الانتشار تنتقل في الهواء تصيب الجهاز التنفسي معدية

بصفة كبيرة ظهرت عام 2019 في الصين ثم انتشرت في كل انحاء العالم ولا تزال لحد الساعة وقد سببت اضطرابا

كبير في مختلف انحاء القطاعات وخاصة القطاع التعليمي .

7- حدود الدراسة :

- **الحدود البشرية:** استهدفت هاذة الدراسة طلبة سنة ثانية ليسانس تخصص علوم تربية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة.

- **الحدود الزمانية :** اجريت هاذة الدراسة من جانفي 2021 إلى جوان 2021 .

- **الحدود المكانية:** اجريت هاذة الدراسة بجامعة قاصدي مرياح ورقلة وتحديدا بالقطب الجامعي رقم (02) كلية العلوم

الإنسانية و الإجتماعية .

الفصل الثاني:الاتجاه والتعليم الحضوري والتعليم عن بعد

- 1 مفاهيم الإتجاهات
- 2 مكونات الإتجاهات
- 3 خصائص الإتجاهات
- 4 تعريف التعليم الحضوري
- 5 سمات التعليم الحضوري
- 6 ايجابياته و سلبياته
- 7 مفاهيم التعليم عن بعد
- 8 اهمية التعليم عن بعد
- 9 خصائص التعليم عن بعد
- 10 مبادئ التعلم عن بعد

1/ مفهوم الإتجاه لغة : ورد في معجم مصطلحات التربية لفظا واصطلاحا يقصد بيه الوجهة الذي تقصدها .

يقول ترستون 1948 وهو رائد في مجال قياس الإتجاهات النفسية بان الإتجاه هو تعميم إستجابات الفرد تعميما يدفع بسلوكه

بعيدا وقريبا . (عبد الحميد ، 2010، ص33)

2- مكونات الإتجاهات :

كان الاعتقاد السائد ولفترة طويلة ان الإتجاه ذو طبيعة بسيطة، وانه ذو بعد واحد غير ان هذا الاعتقاد تغير الان بعد الدارسات الكثيرة التي اجريت حول هذا المفهوم، واكدت نتائجها ان الإتجاه ذو بناء مركب من ثلاثة عناصر أو مكونات متناسقة فيما بينها لتحقيق نوع من التوازن الشخصي للفرد أو الجماعة على حد سواء وهي كالاتي:

المكون المعرفي : ويتكون من مجموعة من الافكار ، المعتقدات ، والحقائق الموضوعية ، والعمليات الادراكية التي تتعلق بموضوع الإتجاه ، والتي على اساسها يتحدد موقف الفرد ورأيه نحوه.

المكون العاطفي: يشير إلى مشاعر الحب والكراهية التي يوجهها الفرد نحو موضوع الإتجاه، فقد يحب الفرد

موضوعا ما فيندفع نحوه ، فيستجيب له على نحو ايجابي وقد يكره موضوعا اخر فينفر منه ويستجيب له على نحو سلبي .

المكون السلوكي: يتجلى في استجابة العملية نحو موضوع الإتجاه ،اذ ان الإتجاهات تعمل كموجه لسلوك الانسان ،

فهي تدفعه للعمل على نحو سلبي عندما يمتلك إتجاهات سلبية نحو موضوع الإتجاه ، أو تدفعه للعمل على نحو ايجابي عندما يمتلك إتجاهات إيجابية نحو موضوع الإتجاه . (شريف، 2013، ص19)

3- خصائص الإتجاه :

- **الإتجاهات مكتسبة :** اذ يكتسب الفرد إتجاهاته من خلال التنشئة الاجتماعية وعن طريق عملية التعلم .

- **الإتجاهات تكوينات افتراضية :** اذ يمكن الاستدلال على الإتجاهات من خلال السلوكيات الظاهرة للفرد حيث تتم

عملية ربط بين افكار الفرد و سلوكياته .

- **للإتجاهات صفة الثبات النسبي :** حيث ان كلما تعلم الفرد للإتجاهات في مرحلة عمرية مبكرة ازدادت ثباتا فتصبح

اقل عرضة للتعديل ومع تقدم العمر تصبح هذه الإتجاهات قابلة للتعديل والتغير في قوتها وتبائها وذلك في ضوء المتغيرات والظروف التي تحيط بالفرد ويتأثر بها .

- **للإتجاهات اهمية اجتماعية :** ان العلاقة التبادلية بين الفرد و الاخرين تشير إلى قوة الإتجاه ونوعه فكلما كانت

العلاقة حميمة بينهما كانت الإتجاهات إيجابية بينهما ويسلك سلوكيات مقبولة يرضى عنها كما ان الافراد يعدلون من هذه

السلوكيات والمشاعر لتتسجم مع تلك الإتجاهات .

-ان رضا الفرد عن موضوع ما أو فكرة معينة يمثل اتجاها إيجابيا في سلوكياته في حين يكون رفضه لموضوع

أو فكرة ما اتجاها سلبيا ونظرا لأهمية الإتجاهات في حياة الفرد فإنها تحدد انواع السلوك الذي يمارسه .

-إتجاهات قوية وضعيفة : فالإتجاهات القوية تكون شحنتها الانفعالية كبيرة وقوة دافعة لتوجيه سلوك صاحبها كبيرة اما

الإتجاهات السالبة فتكون شحنتها الانفعالية ضعيفة ومن تم تكون قوتها الدافعة لتوجيه صاحبها ضعيفة .

(بتصرف عبد حميد ،2010،ص37)

4- التعليم الحضورى:

تعريف التعلم :

- يقول كريمان بدير في مؤلفه التعلم النشط : هو التغير الحادث في سلوك الفرد نتيجة تفاعله مع البيئة وما يكتسبه الفرد أثناء

عملية التعلم يعتبر هو المحدد لسلوك الفرد . (كريمان ،2008 ص15)

- التعليم الحضورى يعتمد على " الثقافة الحضورية " والتي تركز على إنتاج المعرفة وهو استخدام الطرق الحضورية

والوسائل التعليمية القديمة القائمة على تلقين المناهج والمحتوى للطلاب واستخدام الوسائل التعليمية القديمة مثل السبورة والأقلام

والكتاب المدرسي ويكتفي المعلم بعرض ما عنده من معلومات بغض النظر عن المستوى العقلي أو العمري أو الكفاءة ، ويعتمد

على ثلاثة ركائز أساسية هي المعلم والمتعلم والمعلومة. فيكون المعلم هو أساس عملية التعلم، فنرى الطالب سلبياً يعتمد على

تلقي المعلومات من المعلم دون أي جهد في الاستقصاء أو البحث لأنه يتعلم بأسلوب المحاضرة والإلقاء، وهو ما يعرف بـ "

التعليم بالتلقين".

- يركز على ثلاثة محاور أساسية هي المعلم والمتعلم والمعلومة.

- يعتمد على الحفظ والاستظهار ويركز على الجانب المعرفي للمتعلم .

- المعلم هو ناقل وملقن والمصدر الأساسي للمعلومة.

- يعتمد على المعلم، لذا فهو غير متاح في أي وقت، ولا يمكن التعامل معه إلا في المكان التعليمي فقط.

- فرص التعليم فيه مقتصرة على الموجود في إقليم أو منطقة التعليم.

- لا يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين.
- لا يعتمد على التفاعل، حيث انه يتم فقط بين المعلم والمتعلم.
- عملية التحديث هنا غير متاحة .

5- سمات التعليم الحضوري :

- التحديث غير متاح .
- يعتمد على المعلم والمتعلم والمعلومة .
- يعتمد على الكتاب .
- يعتمد على الحفظ .
- المعلم غير متاح في أي وقت .
- المعلم ناقل للمعلومة .
- التعليم مقتصر على من في المنطقة .
- عدم مراعاة الفروق الفردية .

6- ايجابياته :

- التقاء المعلم والمتعلم وجهاً لوجه.
- يوفر التواصل المباشر بين المدرس والتلاميذ فرص التطبيق داخل المعامل، الأمر الذي يوفر فرص تعديل تفاصيل أو ترتيب معلومات الرسالة أو طريقة توصيلها للطلبة.
- يمكن تنفيذها في مختلف البيئات.
- خدم شريحة كبيرة من المجتمع وذلك بسبب الظروف المعيشية السابقة.
- ملاءمته لبعض المواد النظرية.
- التكلفة المالية أقل.
- المنهج يستطيع إنهاؤه في مدة وجيزة.

(عبد الكريم ، 2016 ص8)

7- سلبيلته :

- الدور السلبي للطالب الذي يقع في دائرة المتلقي للمعلومات والمعرفة من المعلم بدون بذل أي جهد في البحث والاستقصاء عن المعلومة، معتمدا على أسلوب التلقين من قبل المعلم.
- الاهتمام بالجانب العقلي لدى المتعلم.
- ركزت المواد الدراسية على جانب الحفظ والتلقين وأغفلت النشاطات التي تؤدي إلى الخبرات.
- عدم مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب.
- نتيجة للتركيز على المادة الدراسية فإن المنهج القديم أهمل كل نشاط يتم خارج حجرة الدرس.
- اعتمد المعلم على طريقة واحدة في التدريس، وهي التلقين والتحفيز، وفي هذا تحجيم لدور المعلم الموجه والمرشد والمخطط للبرامج.
- وجود كثافة طلابية كبيرة في الفصول وقاعات الدرس تقلل من فرص التعلم الجيد وتوصيل المعلومة بالشكل الجيد وتخفض من قيمة التواصل الفعال بسبب الزحام والتكدس وعدم قدرة المدرس على التواصل بشكل كافٍ مع جميع الطلبة بسبب العدد الكبير.
- قلة أعداد المعلمين المؤهلين تربويا.
- عدم وجود تغذية راجعة لأن دور المتعلم متلقي فقط للمعلومة. (فاطمة ، 2018 ص58)

8- نظام التعليم عن بعد :

التعليم والتعلم:

التعليم عملية يقوم بيها المعلم محورها الأساسي المتعلم وبين الأول والثاني المادة التعليمية التي يرسلها المعلم في شكل مفاهيم ومعارف يستقبلها الطالب محللا إياها وفق قدراته ومهاراته. (بشير إبرير وآخرون ، 2009 ص84)

1-8 مفاهيم التعليم عن بعد :

- ورد في معجم التربية لفظا واصطلاحا ان التعليم عن بعد هو نوع من انواع التعلم يقوم على اساس توصيل العملية

التعليمية إلى المتعلمين المقيمين في منطقة نائية أو معزولة جغرافيا ، ويقدم هذا النوع من التعلم إلى الذين لا تسمح لهم ظروفهم للعلم والانتقال إلى الصفوف الدراسية النظامية وله العديد من الاشكال مثل التعلم بالمراسلة والتعلم عن طريق الإذاعة والتلفزيون والوسائل التكنولوجية الحديثة .
(فاروق و احمد ، 2004، ص45)

- وعرف التعليم عن بعد ايضا على انه وجود تواصل دائم بين المعلم والمتعلم مع عدم وجود قاعات دراسية منتظمة ، بحيث يتلقى المتعلم المعلومات في اي وقت يناسبه بطريقة معينة باستخدام الوسائل التعليمية الملائمة مع التوجيه والاشراف لازم من الاختصاصيين.
(سهيل ، 2017، ص288)

- عرفه رونترى بانه التعليم الذي يحدث عندما تكون هناك مسافة بين المتعلم والمعلم ويتم عادة بمساعدة مواد تعليمية يتم اعدادها مسبقا ، ويكون المتعلمين منفصلين عن معلمهم في الزمان والمكان أو كليهما .
(طارق)
- عرفه إبراهيم بن عبد الله المحسن : ذلك التعليم الذي يعتمد على إستخدام الوسائط الإلكترونية في الإتصال بين المعلمين و المتعلمين و المؤسسة التعليمية برمتها .
(إبراهيم ، 2002)

- و عرفه أحمد صالح لعويذ وآخرون : التعليم الذي يستهدف ايجاد بيئة تفاعلية غنية بالتطبيقات المعتمدة على تقنيات الحاسب الألي و الإنترنت ، ويمكن الطالب من الوصول إلى مصادر التعلم في أي وقت ومن أي مكان .

(أحمد ، 2002 ص414)

- وعرفه حسن حسين زيتون :أنه تقديم محتوى تعلم إلكتروني عبر الوسائط المعتمدة على الكمبيوتر وشبكاته إلى المتعلم بشكل يتيح له امكانية التفاعل النشط مع هذا المحتوى ومع المعلم و أفراده سواء كان ذلك بصورة متزامنة او غير متزامنة .

(حسن ، 2004 ص415)

9-اهمية التعليم عن بعد :

- التعليم عن بعد يجعل الباب مفتوح امام الجميع اي تحقيق مبدأ تكافى الفرص .
- التغلب على العائق الزمني فئات عمرية مختلفة يمكنها الالتحاق بنظام التعليم عن بعد .
- التغلب على العائق الجغرافي حرمان الكثيرين من الدراسة لبعد المسافة .
- الاستفادة من التقنيات الحديثة في عملية التعليم .

- تخفيف الضغط الطلابي على المؤسسات التعليمية. (بخولة، 2017، ص275)

10- خصائص التعليم عن بعد :

للتعليم عن بعد خصائص نذكر اهمها وهي كالآتي :

- التباعد بين المعلم والطالب مقارنة مع نظام التعلم وجها لوجه الحضوري حيث ينتقل الطالب إلى المعهد أو الجامعة ليتلقى العلم من معلمه .
- امكانية تعدد وسائل الاتصال المثيرة بين المعلم والمتعلم وقد وفرت التكنولوجيات الحديثة للمعلومات والاتصال الكثير من الادوات التي يمكن استثمارها .
- حرية المؤسسات التعليمية في استخدام برامج وأنشطة تربوية ومناهج جديدة وتصميم المقررات وتحديد أساليب التقويم وغير ذلك من مكونات العملية التعليمية.
- اشراك الطالب بشكل إيجابي في مختلف مراحل العملية التعليمية . (سهيل، 2017، ص300)

11-مبادئ عملية التعلم عن بعد : وهي كالآتي

- مبدأ ديمقراطية التعلم وتقريده .
- مبدأ برمجة التعليم وتقريده .
- مبدأ ضبط المتعلم لعملية تعلمه .
- مبدأ اثارة الدوافع الذاتية .
- مبدأ تطوير التعلم واستمراريته . (طارق، ص15)

خلاصة الفصل :

تعرفنا في هذا الفصل الى معنا الإتجاه و مكوناته وخصائصه ، وكذا تعرفنا على نوعين من أنواع التعليم (التعليم الحضوري و التعليم عن بعد) بكل مضامينهما و إيجابيتهما وسلبياتهما ، فالتعليم الحضوري الذي إعتاد عليه المتدربين و التعليم عن بعد الذي تعرفنا عليه بفعل الجائحة ، هما موضوع الذي أصبح مطروحا عند كل فئات المجتمع .

الفصل الثالث: الاتزان الانفعالي

- 1- تعريف الانفعال
- 2- تعريف الاتزان الإنفعالي
- 3- سمات الاتزان الإنفعالي لدى الفرد
- 4- أهمية الاتزان الإنفعالي
- 5- طبيعة الاتزان الإنفعالي
- 6- الإسلام والاتزان الإنفعالي
- 7- نظريات الانفعال

1-تعريف الانفعال:

حالة وجدانية عنيفة تصاحبها اضطرابات وتعبيرات حركية مختلفة، وتبدو للفرد بصورة مفاجئة ،تتخذ صورة أزمة عابرة طارئة لا تدوم وقت طوي .

(دنيا , 2018 ,ص16)

وأيضا يعرف الانفعال على " أنه حالة إثارة سارة أو غير سارة تحدث للكائن الحي نتيجة موقف يتضمن صراعا أو توترا

(اسيا , 2018 , ص25)

2- تعريف الإتزان الإنفعالي:

ترى عبد الفتاح كاميليا :الإتزان الإنفعالي هو الحالة التي يستطيع فيها الشخص إدراك الجوانب المختلفة للموقف التي

تواجهه، ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح والفشل تساعده على تعيين وتحديد

نوع الاستجابة وطبيعتها تتفق ومقتضيات الموقف الراهن وتسمح بإظهار استجابة ملائمة تنتهي بالفرد إلى التوافق مع البيئة

والمساهمة الايجابية في نشاطها وفي الوقت نفسه تمنح الفرد حالة من الشعور بالرضا والسعادة.

ويرى ريان : أن الإتزان الإنفعالي هو حالة التروي والمرونة الوجدانية حيال المواقف الإنفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد

الذين يميلون لهذه الحالة الأكثر سعادة، وهدوء وتفاؤلا، وثبات المزاج، وثقة في النفس. أما الأفراد الذين يعزفون عن هذه الحالة

فلديهم مشاعر الدونية، وتسهيل إثارتهم ويشعرون بالانقباض والكآبة، والتشائم، ومزاجهم متقلب. (اسيا , 2018 , ص29)

تعريف أحلام سمور:الإتزان الإنفعالي هو سمة يتميز بها من يتصف بقوة الشخصية وبصحة نفسية جيدة وتظهر وقت

التعامل مع الضغوط والأزمات، فالإنسان الفعال هو الذي يتحكم في انفعالاته متميز فلا يدع فرصة للغضب تتملكه ولا يعطي

أحكاما سريعة للمواقف المختلفة يكون متروي ولا يصدر حكمه أو قرارته إلا بعد تفحص جميع المتغيرات، فالإتزان الإنفعالي

يشكل منعطفا جليا في النفس البشرية ولذا نجد البعض لديه مهارة إتقانه والبعض الآخر لا يستطيع . (سمور ، 2012، ص75)

تعريف عيسى :الإتزان الإنفعالي هو حالة نفسية عامة يصل فيها الفرد للتخلص من المشاعر السلبية لديه اتجاه موقف أو اختبار معين

(حسين ، 2013، ص8)

في الحياة والوصول إلى إشباع نفسي لحاجاته وصولا إلى حالة من التوافق النفسي.

3-سميات الإتزان الإنفعالي لدى الفرد:

- 1- قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته وضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال وقدرته على الصمود والاحتفاظ بهدوء الأعصاب وسلامة التفكير حيال الأزمات والشدائد.
- 2- أن تكون حياته الإنفعالية ثابتة رزينة لا تتذبذب أو تتقلب لأسباب ومثيرات تافهة.
- 3- ألا يميل الفرد إلى العدوان وأن يكون قادرا على تحمل المسؤولية والقيام بالعمل والاستقرار فيهِو المثابرة عليه أطول مدة ممكنة.
- 4- توازن جميع انفعالات الفرد في تكامل نفسي يربط بين جوانب الموقف ودوافع الشخص وخبرته.
- 5- قدرة الفرد على العيش في توافق اجتماعي وتكيف مع البيئة المحيطة والمساهمة بإيجابية في نشاطها بما يضيف عليه شعورا بالرضا والسعادة.
- 6- قدرة الفرد على تكوين عادات أخلاقية ثابتة بفضل تحكمه في انفعالاته وتجميعها حول موضوعات أخلاقية معينة.

(اسيا , 2018 , ص31)

4- أهمية الإتزان الإنفعالي:

تتجلى أهمية الإتزان الإنفعالي في الموضوعات التي ينتمي إليها و الموضوعات المرتبطة به ويمكن تلخيص بعض منها في النقاط التالية:

- 1- الإتزان الإنفعالي معيار أساسي للدلالة على الصحة النفسية
- 2- يعد الإتزان الإنفعالي من أهم مظاهر الثقة بالنفس
- 3- تأثيره و ارتباطه القوي بمجموعة من الجوانب ،وهذا ما أكدتْها الدراسات الإرتباطية.
- 4- يعد مقوما أساسيا من شروط و مقومات النجاح في جميع مجالات الحياة ، وخاصة الجانب الدراسي بالنسبة للتلاميذ و الأساتذة.
- 5- عامل أساسي في شخصيات الأفراد المبدعين وذوي القدرات الابتكارية.

(دنيا , 2018 , ص26)

5- طبيعة الإتزان الإنفعالي :

يقترح (سموندس 1951 , Symonds) ست محكات تعتبر دلائل على قدرة الشخصية على التعامل مع الاضطرابات الداخلية

والخارجية للتوازن وهي:

- احتمال التهديد الخارجي.

- طريقة معالجة مشاعر الذنب.

- القدرة على التكيف المؤثر.

- توازن الصلابة والمرونة.

- التخطيط والضبط.

- تقدير الذات.

(محمود , 2016 , ص41)

6- الإسلام والإتزان الإنفعالي:

وقد أوضح (المزني) أن الإتزان الإنفعالي يعتبر من المفاهيم النفسية التي تحدث عنها القرآن الكريم، ولكنه تناولها بلفظ

"الطمأنينة" وسمى من يتصف بها بأنه صاحب "النفس المطمئنة"، وفي هذا يقول عن الإتزان الإنفعالي أنه الاطمئنان والاستقرار

لل فرد من خلال تنمية الشخصية السوية. ومن الآيات التي ذكرت الاطمئنان في صور متعددة منها:

- " يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً " (الفجر) 27-28

- "الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ" (الرعد) 28

إن الإسلام دعا إلى ضبط الانفعالات وتحبيب الانفعالات الإيجابية مثل كظم الغيظ والحبو الرحمة والشفقة والتوكل والود والبعد

عن الانفعالات السيئة المنفرة كالغضب والانتقام والكراهية والحقد ودعا إلى القضاء على جذور الانفعال المرضي ومسبباته ،

مما يلعب دور هام في تحقيق الإتزان الإنفعالي لدى الفرد وهذا يتبين من خلال النصوص التالية:

دعا الإسلام المسلم إلى كظم الغيظ حيث يقول الله تعالى في محكم التنزيل "وَالكَافِرِينَ الْغِيَظُ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ

الْمُحْسِنِينَ" (آل عمران: 134)

ودعا الإسلام إلى البأسر في التعامل مع الناس والرفق بهم والتلطف معهم وهذا كله من شأنه أن يخفف من التعرض للانفعال لقول

النبي صلى الله عليه وسلم "إن الله يحب الرفق في الأمر كله." (رواه البخاري 6093)

ودعا الإسلام إلى عدم الغضب وحذر منه عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "ليس الشديد

بالسرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب" (رواه البخاري 2816)

ودعا الإسلام إلى التوكل على الله وعدم الجزع والقنوط لقول الله تعالى "قُلْ لَنْ يَصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى

اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ." (التوبة) 51

ونهى الإسلام عن الألفاظ الجارحة والبديئة وبين أنها مدخل لكثير من الانفعالات السلبية مثل الغضب والحقد والكره لقول الله

تعالى "وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزِعُ بَيْنَهُمْ إِنَّا لَنَشِدَّ أَنْ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدَاوَةً مَبِينَةً." (الإسراء) 53

ونهى الإسلام عن ألفاظ السخرية والتنازع بالألقاب التي تعتبر هي التي تستثير كثير من الانفعالات السلبية كالحقد والكره لقول الله

تعالى "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرٌ مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرٌ مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا

أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ لَكُمْ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمَا ظَالِمُونَ." (الحجرات) 11

(اسيا، 2018، ص 32)

7- نظريات الانفعال:

1. نظرية جيمس - لانج (النظرية المحيطة): لقد طور كل من عالم النفس الأمريكي ويليام جيمس william james و

العالم الفسيولوجي الدنمركي كارل لانج carl langes بصورة مستقلة نفس المفهوم الرئيسي لهذه النظرية و في نفس الوقت

تقريباً. حيث قال كل منهما أن موقف الخطر الخارجي يثير فسيولوجية داخلية و عضلية مثل هذه التغيرات الفسيولوجية

و العضلية هي التي تحدث فينا الشعور بالخوف: بمعنى أن الانفعال تحدث الشعور بالاستجابات الفسيولوجية و العضلية أولاً،

ثم يثير فينا التغيرات الفسيولوجية و العضلية.

ونستنتج من خلال ما سبق أن هذه النظرية ركزت على الاستجابات الفسيولوجية و العضلية أولاً هي التي تحدث الشعور

بالانفعال ، فيحدث الشعور بالانفعال أولاً ثم تثير فينا التغيرات الفسيولوجية.

ويقول (عاقل): بحق هذه النظرية "أن الحجج التي يتقدم بها (جيمس) ليست قاطعة ولذلك فقد تعددت البحوث عن هذه

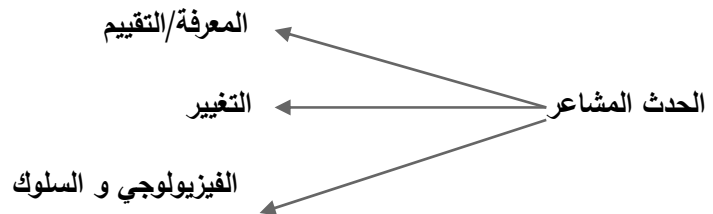
النظرية حتى بلغت الألوف و قد انتهى الأمر بنوع من القبول العام لهذه النظرية.

نظرية كانون-بارد: اشتهر "والتر كانون" وهو عالم فيزيولوجي في بداية القرن 23م، لاكتشافه أن الجهاز العصبي

السيمبأوي هو المسؤول عن استجابات القتال أو الفرار .كما طرح مع عالم فيزيولوجي آخر هو "فيليب بارد" بديلا عن نظرية جيمس-لانج وجادل "كانون" قائلا : أن استجابات العضلات والأعضاء أقل سرعة من قدرتها على الإسهام في أوجه المشاعر في الانفعالات. وطبقا لنظرية كانون-بيرد ، فإن المعارف الإنفعالية و المشاعر تستقبل سببا عن الاستثارة الفيزيولوجية والسلوك، حتى إن كانت هذالأوجه تحدث في ذات الآن. وبتعبيرات حديثة. فإن المعرفة/التقييم، و المشاعرو الأوجه

لفيزيولوجية/السلوكية للانفعالات تنشأ كل منها بشكل مستقل:

نظرية كانون بيرد : فعلى سبيل المثال ،فإن منظر قاتل مجنون يطاردك وفي يده منشار يؤدي بك إلى أن تتحقق من أنك تتعرض للخطر ،ثم يتسبب بشكل مستقل في مشاعر بالخوف و الفرار هربا. لنلاحظ أن الاستقلالية السببية المفترضة المعرفة و المشاعر و التصرفات لها تداعيات عدة: فخوفك لا يؤدي بك إلى القرار هربا ،كما أن فرارك لا يزيد من شعورك بالخوف. تبعد هذه النظرية عن المنطقية أكثر من نظرية "جيمس -لانج"، وهناك الكثير من الأدلة التي تقوم ضدها. فعلى سبيل المثال ، فإن صوتا عاليا مفاجئا يؤدي إلى توتر عضلي، ويزيد من معدلات ضربات القلب ،ويزيد من التعرق خلال ثانية أو ثانيتين ،أي بسرعة كافية للإسهام في الإحساس بانفعال ما، علاوة على ذلك ،وكما سيتضح فيما يأتي ، فإن السلوكيات الإنفعالية قد تغير المشاعر حتى عندما لا نجد أنفسنا في موقف إنفعالي. وكانت نظرية "كانون -بيرد" سابقة على الكثير من النظريات الحديثة التي تؤكد على الأوجه المعرفية للإنفعالات إلا أن ما من أحد في الحقيقة خلال العقود الأخيرة قد دافع عن هذه النظرية في شكلها الأصلي. نحن نضمها هنا بغرض العرض التاريخي.



نستنتج من خلال ما سبق أن هذه النظرية تفصل بين الخبرة الإنفعالية و السلوك الإنفعالي وهذا ما ميزها عن نظرية جيمس

لانج ، وتخرجنا من الكثير من المآزق التي تزجنا فيها نظرية جيمس لان

نظرية شاختر - سينجر :لنسترجع أنه طبقا لنظرية جيمس-لانج فإن المشاعر الإنفعالية التي نشعر بها من خلال الاستجابة المحددة لأجسامنا.

طبقا لنظرية شاختر-سينجر والتي إقترحها ستانلي شاختر و جيروم سينجر، فإن الاستثارة الفيزيولوجية التي كثيرا ما تصاحب الانفعالات هي أساسية لتحديد مدى شدة المشاعر الإنفعالية ، إلا أنها لا تفعل على تحديد الانفعال وتفترض نظرية "شاختر - سينجر" أن كافة الانفعالات تثير استجابات فيزيولوجية متشابهة للغاية فلا يمكن التعرف على أي الإنفعالات التي نشعر بها بمجرد ملاحظة ردود الأفعال لجسدك. وبدلا من ذلك، فإنك تتعرف على نوع الانفعال الذي نشعر به على أساس المعلومات التي تتوفر لذلك حول موقف ما وبمعنى آخر فإن الاختلاف بين انفعال و آخر هو التقييم المعرفي وليس المشاعر أو الأوجه الفيزيولوجية.

هل يمكنك في الحقيقة التمييز بين انفعال و آخر بناءا على التغذية الراجعة من معدل ضربات قلبك ومعدل التنفس و التعرق وما إلى ذلك فقط ؟ فتأمل تجربة فكرية: لنفترض أن باحثا ما وضعك في غرفة ووضع صديق لك في غرفة أخرى. ويوصل الباحث أسلاك يستحيل ضربات قلب صديقك و معدلات تنفسه و غيرها من الاستجابات الفيزيولوجية ويعمل على توصيل هذه الأسلاك بجهاز يتصل بك . وكلما ازدادت أو انخفضت ضربا تـقلب صديقك ، فإن الجهاز يؤدي إلى ازدياد أو انخفاض ضربات قلبك بشكل متساوي في ذات الوقت.

ويربط الجهاز أيضا استجابات فيزيولوجية الأخرى بصديقك. و الآن يشاهد صديقك فيلما مثيرا من الناحية الإنفعالية ،فتشعر بذات التغيرات الفيزيولوجية في ذات الوقت تماما مثلما يشعر صديقك على الرغم من أنك لا تشاهد الفيلم فهل تقول بأنك تشعر بذات الانفعال ؟

تقول نظرية جيمس لانج أنه من المفترض أن نقول ذلك أما نظرية كانون بيرد فنقول أن التغيرات الفيزيولوجية لديك ليست ذات أهمية لأحاسيسك الإنفعالية إما طبقا لنظرية شاختر-سينجر فإن التغيرات الفيزيولوجية تحدد شدة الأحاسيس التي تتناوب ،لكنها لا تحدد تلك الأحاسيس. ويفترض هذا الرأي أن كافة الانفعالات تؤدي إلى تغيرات متشابهة بشكل كاف فتصبح الاختلافات غير ذات قيمة معلوماتية.

وطبقا لهذه النظرية، فإن كنت جالسا وحيدا في غرفة ما، ليس لديك حدث يمكنك إرجاع الاستثارة إليه، فإنك قد تخبر بذات

الانفعال الذي أصاب صديقك ولا تخبره. (دنيا, 2018, ص28)

خلاصة الفصل :

تطرقنا في هذا الفصل إلى عنصر الإتزان الإنفعالي و الذي تعرفنا من خلاله على تعريف الإتزان وسماته التي يجب

أن يتحل بها الفرد ليكون متزنا انفعاليا ، وعلى أهميته و طبيعته ونظرة ديننا الإسلام اليه ، وخلصنا بأن الإتزان الإنفعالي جد

ضروري في حياة الفرد فهو الذي يجعله يعطي لكل موقف حجم الذي يستحقه .

الجانِب التَطْبِيقِي

الفصل الرابع :الاجراءات المنهجية

تمهيد

1- المنهج المعتمد في الدراسة

2- مجتمع الدراسة

3- ادوات جمع البيانات

4- الدراسة الاساسية

5- الاساليب الاحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد :

بعد تطرقنا إلى الجانب النظري في الفصول السابقة سنتعرف في هذا الفصل إلى الجانب الميداني الذي يعتبر أهم خطوة يقوم بها الباحث من خلال التعرف على المنهج المتبع وتحديد مجتمع الدراسة والتعرف على العينة الإستطلاعية وعينتها والأدوات المستخدمة والخصائص السيكمترية والأساليب الإحصائية التي تم إستخدامها في تحليل نتائج الدراسة .

1- المنهج المتبع في الدراسة :

كون ان دراستنا علائقية تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة والإتزان الإنفعالي لدى طلبة ثانية ليسانس علوم تربية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة القطب (2) لذلك فأنسب منهج لدراستنا هو المنهج الوصفي الإرتباطي لكونه يعتمد على جمع الحقائق وتفسيرها وتحليلها و إستخلاص دلالتها بطريقة علمية دقيقة يسعى إلى توضيح العلاقة ومقارنها و إستنتاج الأسباب الكامنة وراء سلوك معين من المعطيات سابقة. (العساف 2003 ص 182)

ويقصد به ذلك النوع من الأساليب البحث الذي يمكن بواسطته معرفة ما اذ كان هنالك ثمة علاقة بين متغيرين أو أكثر ومن ثم معرفة درجة تلك العلاقة .

2- مجتمع الدراسة : تم إجراء الدراسة على طلبة سنة ثانية علوم تربية كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة .

أ-عينة الدراسة الإستطلاعية :

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 30 طالب و طالبة و أختيروا بطريقة عشوائية بسيطة .

ب-عينة الدراسة الأساسية : تكونت عينة الدراسة الأساسية من 140 طالب و طالبة .

3- أدوات جمع البيانات:

3-1 مقياس اتجاهات الطلبة نحو الدراسة:

قامت الطالبتين بعد مراجعة الدراسات السابقة لبناء أداة القياس اتجاه الطلبة نحو الدراسة والتي تتكون من بعدين البعد الأول (التعليم عن بعد هشام احمد يوسف العشيري) من مقياس قياس اتجاهات الطلبة نحو التعليم المفتوح الجامعة العربية يتضمن المقياس 20 فقرة منها 15 عبارة ايجابية و 4 عبارات سلبية وأما البعد الثاني فهو بعد الدراسة الحضورية فقد قمنا ببناء فقراته اعتمادا على الدراسات السابقة ويتكون من (14) عبارة موجبة و (1) عبارة سالبة .

3-2 الخصائص السيكومترية للأداة :

أ- صدق المقارنة الطرفية :ويقصد بالصدق ان يكون الاختبار قادر على قياس ما وضع لقياسه .(بشير،2000.ص15)
الجدول رقم(01) يوضح صدق الاختبار بالنسبة لإتجاهات الطلبة نحو الدراسة :حيث طبق الإستبيان الأول الخاص الإتجاهات نحو الدراسة على العينة كما هو مبين في الجدول الآتي:

المتغير	الابعاد	العينة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإتجاهات نحو الدراسة	حضورى	الفئة العليا	15	57	1.61	7.57	14	0.02
		الفئة السفلى		44	1.61			
	عن بعد	الفئة العليا	15	43	1.49	11.08	14	0.05
		الفئة السفلى		25	1.49			

من خلال النتائج لكل بعد في الجدول رقم (1) نلاحظ ان قيمة (ت) في البعد الأول قدرت ب (7.75) وهي دالة عند (0.02) و البعد الثاني قدرت قيمة (ت) ب(11.08) وهي دالة عند (0.05) و عليه فإن الإستبيان يتمتع بقدر عالي من الصدق .

ب- حساب الثبات بمعامل الفاكرونباخ :

تم حساب معادلة الفاكرونباخ حيث قدر معامل الثبات ب (70.8) وعليه فإن الاستبيان يتمتع بقدر عالي من الثبات

ثانيا: اداة الإتزان الإنفعالي:

قمنا بتبني مقياس الإتزان الإنفعالي للطالبة دنيا بن شبيبة والتي تبنته بدورها من محمد كمال محمد حمدان قامت الطالبة بمراجعة الدراسات السابقة لتبني هذه الأداة لقياس مستوى الإتزان الإنفعالي لدى الطلبة الجامعيين بقسم علم النفس و علوم التربية

يتضمن المقياس 70 فقرة في صورته البدائية وبعد عرضه على مجموعة من المحكمين وإجراء بعض التعديلات تم

حذف 14 فقرة بلغ عدد فقرات المقياس 56 فقرة للمقياس تحتوي على (25) فقرة موجبة و (31) فقرة سالبة بعد صياغتها

النهائية موزعة على بعدين هما:

- بعد السيطرة و التحكم : ويحتوي على 26 فقرة.

- بعد المرونة : ويحتوي على 30 فقرة.

الجدول رقم(02) يوضح صدق الاختبار بالنسبة لإتزان الإنفعالي :حيث طبق الإستبيان الثاني الخاص

بالإتزان الإنفعالي على العينة كما هو مبين في الجدول الآتي:

المتغير	الابعاد	العينة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإتزان الإنفعالي	السيطرة و التحكم	الفئة العليا	15	86	1.83	9.21	14	0.42
		الفئة السفلى		69	1.83			
	المرونة	الفئة العليا	15	96	1.47	9.23	14	0.00
		الفئة السفلى		83	1.47			

من خلال النتائج لكل بعد في الجدول رقم (2) نلاحظ ان قيمة (ت) في البعد الأول قدرت ب (9.21) وهي دالة عند (0.04) و البعد الثاني قدرت قيمة (ت) ب(9.23) وهي دالة عند (0.00) و عليه فإن الإستبيان يتمتع بقدر عالي من الصدق .

حساب الثبات بمعامل الفاكرونباخ :

تم حساب معادلة الفاكرونباخ حيث قدر معامل الثبات ب (70.8) وعليه فإن الاستبيان يتمتع بقدر عالي من الثبات.

4- الدراسة الأساسية :

تعتبر الدراسة الأساسية أهم خطوة ميدانية يقوم بها الباحث لإجراء الدراسة واختبار فرضيات الدراسة وذلك بعد التأكد من خصائص السيكومترية للأدوات .

-إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية :

تم توزيع إستمارات الإستبيان على عينة الدراسة في الفترة الممتدة من ماي 2021 إلى جوان 2021 على الطلبة ثانية علوم تربوية كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية حيث شملت العينة (140) طالب و طالبة .
وقد واجهنا بعض الصعوبات في كون أن الطلبة لم يكونو متواجدين كليا في فترة واحدة بسبب التفويج و الغيابات
ويسبب الوباء وكنا نحضر عدة مرات ليكتمل العدد المطلوب .

5- الأساليب الإحصائية :

قمنا بالإعتماد على الأساليب الإحصائية التالية في معالجة البيانات :

- اختبار T.TEST استخدم لحساب المقارنة الطرفية .
- معامل الارتباط بيرسون تم استخدامه في حساب الفرضيات الثلاثة .
- معامل ألفاكرونباخ تم استخدامه في ثبات الاداتين..
- ولقد تم استخدام الحزمة الإحصائية للبرنامج (SPSS) نسخة (21) في معالجة بيانات الدراسة الاستطلاعية وفرضيات الدراسة.

خلاصة الفصل :

تطرقنا في هذا الفصل للإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية وصف المنهج المعتمد في الدراسة و العينة الإستطلاعية و التأكد من الخصائص السيكومترية و التعرف على أدوات جمع البيانات وبعد ذلك تم التطرق إلى الدراسة الأساسية وأخيرا تم التعرف على الأساليب الإحصائية التي تم الإعتماد عليها في معالجة بيانات الدراسة .

الفصل الخامس :عرض ومناقشة نتائج الدراسة

- 1- عرض وتحليل و تفسير نتائج الفرضية العامة
- 2- عرض وتحليل و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى
- 3- عرض وتحليل و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية
- 4- الإستنتاج العام
- 5- الإقتراحات

تمهيد:

بعد أن تطرقنا في الفصل السابق إلى الإجراءات المنهجية للدراسة الاستطلاعية والميدانية، سنحاول في هذا الفصل عرض النتائج الدراسية الأساسية وتحليلها ومناقشتها في ضوء فرضيات الدراسة، وذلك بعد معالجة البيانات بأساليب الإحصائية المناسبة

1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة :

والتي تنص على أنه: توجد علاقة بين اتجاهات الطلبة نحو الدراسة وعلاقتها بالإتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية .

لاختبار الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (3) قيمة معامل الارتباط بين الإتجاه نحو الدراسة والإتزان الإنفعالي

المتغيرات	قيمة "ر"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإتجاه نحو الدراسة والإتزان الإنفعالي	0.052	138	0.541

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الإتجاه نحو الدراسة والإتزان الإنفعالي بلغت (0.052) بمستوى دلالة (0.541) عند درجة الحرية (138)، وهذا يدل أنه لا توجد علاقة دالة إحصائية بين الإتجاه نحو الدراسة والإتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية .

ومن هنا يظهر لنا بأن الإتزان الإنفعالي لا يؤثر على إتجاه الطلبة نحو الدراسة وهذا ربما يكون بسبب أن الطلبة توجب عليهم في كل مراحل حياتهم التعليمية أن يدرسو مهما كانت طبيعة إنفعالاتهم سواء أكان إتزانهم مرتفعاً أو منخفض وهم في دراستنا الحالية طلبة جامعية قد مروا بالكثير من قبل في حياتهم الدراسية لهذا مهما كان إتزانهم مرتفعاً أو منخفض فهو لا يؤثر على إتجاهاتهم نحو الدراسة .

وهذا يعود لطبيعة الشخصية لدى طلبة علوم التربية كما أن طبيعة التخصص وقوة المناهج الدراسية المقررة التي تركز على إهتمام النفس من جميع جوانبها و الرغبة في إثبات الذات .

(أسيا، 20، ص58)

لربما ساهمت أيضا في عدم تأثير الإتزان الإنفعالي على إتجاهات الطلبة نحو الدراسة .

2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

ينص التساؤل على أنه " توجد علاقة بين الإتجاه نحو الدراسة (الحضورية) والإتزان الإنفعالي " ، لاختبار الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (4) قيمة معامل الارتباط بين الإتجاه نحو الدراسة(حضورية) والإتزان الإنفعالي

المتغيرات	قيمة "ر"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإتجاه نحو الدراسة (حضورية) والإتزان الإنفعالي	0.028	138	0.742

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الإتجاه نحو الدراسة (الحضورية) والإتزان الإنفعالي بلغت

(0.028) بمستوى دلالة (0.742) عند درجة الحرية (138)، وهذا يدل أنه لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين الإتجاه نحو

الدراسة حضوري والإتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية .

ويمكن ان نفسر هذا بأن جميع الطلبة قد إعتادوا فعليا على هذا النوع من التدريس وقد تقبلوه بكل إنفعالاتهم ومهما

كان إتزانهم مرتفعاً أو منخفضاً ونجد بأن أغلب الطلبة قد كانت نسبهم بين التوجه لدراسة عن بعد و الحضورية متقاربة لا دخل

لإتزان الإنفعالي في توجههم هذا كون أن الوضع قد فرض نفسه على الطلاب و مهما كانت درجة الإتزان و درجة القبول فهذا

هو الموجود حالياً لربما يمكننا أن نقول بأن الدراسة الحضورية أصبحت روتيناً في الحياة الدراسية للطلاب وأصبحت لزاماً لا

مناص لذلك فالإتزان مهما كان لا يؤثر على توجه طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية لدراسة و أيضاً نرى في الوضع

الراهن أن الطلاب يدرسون ثلاث أسابيع حضورية على الأكثر وهذه المدة قصيرة نوعاً ما وجد ان طلاب سنة ثانية تخصص

علوم تربية لا يؤثر فيها الإتزان الإنفعالي إرتفاعه أو إنخفاضه

3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

ينص التساؤل على أنه " توجد علاقة بين الإتجاه نحو الدراسة (عن بعد) والإتزان الإنفعالي " ، لاختبار الفرضية تم

استخدام معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (5) قيمة معامل الارتباط بين الإتجاه نحو الدراسة (عن بعد) والإتزان الإنفعالي

المتغيرات	قيمة "ر"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإتجاه نحو الدراسة (عن بعد) والإتزان الإنفعالي	0.034	138	0.694

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الإتجاه نحو الدراسة (عن بعد) والإتزان الإنفعالي بلغت (0.034) بمستوى دلالة (0.694) عند درجة الحرية (138)، وهذا يدل أنه لا توجد علاقة دالة إحصائية بين الإتجاه نحو الدراسة والإتزان الإنفعالي لدى طلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية .

ويمكن أن نفسر هذه النتيجة بأن الطلبة نوعا ما قد تأقلموا مع عدم تواجدهم في القاعة وجها لوجه مع الأستاذ وهذا يعود إلى أن المدة في هذا الوضع الجديد و البروتوكول الجديد الذي فرضه الوضع الصحي في البلاد خاصة وفي العالم عامة و الشخصية التي يتمتع بيها طلاب تخصص علوم التربية لذلك لم يعد يآثر الإتزان الإنفعالي على الطلاب الذين يدرسون عن بعد فمع توفر الوسائل وتساؤل الأساتذة مع الطلاب قد أدى إلى تقبل الطلبة للوضع مهما كان إتزانهم مرتفعا أو منخفضا لربما لو أجرينا الدراسة في العام الماضي حيث كان هذا النوع من التعليم جديد على الطلبة لربما إختلفت الأرقام و الموازين ولكن مع مرور وقت لا بأس به على النظام التعليمي الجديد أصبح لزاما نوعا ما على الطلبة تقبله و العمل به و لربما أيضا تعود عدم وجود علاقة بين الإتزان و الإتجاه نحو الدراسة إلى السياسة الحكيمة التي إعتمدتها وزارة التعليم في الموازنة بين التعليم عن بعد والحضوري

ومن خلال ما سبق يمكن أن نفسر ضعف العلاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة و الإتزان الإنفعالي يعود إلى أن أبعاد إتجاهات الطلبة نحو الدراسة كانت لها علاقة ضعيفة مع الإتزان الإنفعالي مما يعني أن علاقة التأثير و التأثير بين المتغير المستقل و المتغير التابع لم تكن بالشكل الكبير مما أدى إلى ضعف العلاقة ويمكن إرجاعها أيضا إلى الظروف الإستثنائية التي تم تطبيق الإستبيان فيها كذلك يمكن أن يرجع هذا إلى أن أفراد العينة لم يجيبو بالشكل المطلوب

الإستنتاج العام :

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين إتجاهات الطلبة نحو الدراسة و الإتزان الإنفعالي لدى الطلبة سنة ثانية تخصص علوم تربية جامعة ورقلة القطب(2) وقد أثبتت الدراسة الميدانية عدم وجود العلاقة مما يعني أن الطلبة قد تقبلوا الدراسة الحضورية وعن بعد مع عدم تأثير الإتزان الإنفعالي على هذه العلاقة مهما كانت درجته مرتفعة أو منخفضة ببساطة لأنه لا يوجد سوى خيار التقبل فهذا ما فرضه الوضع الصحي في البلاد خاصة و العالم عامة

إقتراحات :

- 1- إجراء دراسة عن تأثير الإلتزان الإنفعالي على التوجه نحو الدراسة الحضورية (عن بعد) في سنوات متقدمة كالماستر .
- 2- محاولة تقرب الأساتذة أكثر من الطلبة و الحوار المباشر معهم حول توجههم الدراسي وإلتزانهم الإنفعالي .
- 3- محاولة رفع معنويات الطلبة و خاصة السنوات الأولى حول الوضع الجديد وجعلهم أكثر مرونة في التعامل مع هذا الوضع أو غيره.
- 4- جعل الإهتمام أكثر بنوعية التدريس الحضورى وجعله أكثر متعة وتفاعل داخل القاعة الدراسية .
- 5- محاضرات و ملتقيات تلتزم بالبروتوكل الصحي لتزويد الطلبة بمعلومات أكثر حول التعلم عن بعد ومميزاته فهو نظام معمول به عالميا .
- 6- محاولة الأساتذة إحتواء طلبة السنوات الأولى و الثانية كون أنهم بمجرد إرتيادهم الجامعة فرض هذا الوضع التعليمي الجديد.

المراجع

- ابراهيم بن عبد الله المحسن (2002) ، التعليم الإلكتروني ترف أم ضرورة ، جامعة الملك سعود ، السعودية .
- أحلامنعيم عبد الله سمور(2012) ، المسائرة -المغايرة وعلاقتها بالتوكيدية و الإبتزان الإنفعالي،رسالة ماجستير في الصحة النفسية،غزة .
- احمد صالح لعويده احمد بن عبد الله الحامد (2002) التعليم الإلكتروني في كلية الإتصالات و المعلومات ، الرياض .
- أسيا بركيبة (2018) ، مستوى الطموح و الإبتزان الإنفعالي كمنبئات بجودة الحياة لدى طلبة الإرشاد دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة ، الجزائر .
- بشير إبرير و آخرون (2009) ، مفاهيم التعليمية بين التراث والدراسة اللسانية الحديثة ، جامعة عنابة ، الجزائر .
- بشير معمريّة (2012) ، أساسيات القياس النفسي و تصميم ادواته ، دار الخلدونية ، الجزائر .
- حسن حسين زينون (2005) ، رؤية جديدة في التعليم الإلكتروني المفهوم القضايا ، التطبيق ، التقييم ، دار الصوتية للتربية ، الرياض ، المملكة العربية السعودية .
- حسين، عبد الحميد، عيسى(2013) الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالإبتزان الإنفعالي والرضا عنالحياة لدى أفراد الشرطة المرور بمحافظة غزة، رسالة ماجستير في علم النفس، غزة، فلسطين .
- دنيا بن شبيبة (2018) ،الإبتزان الإنفعالي و علاقته بالقدرة على حل المشكلات لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة جامعة قاصدي مرياح ورقلة (2) ، الجزائر .
- صالح، بن حمد العساف (2006) المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط 4،مكتبة العبيكان،الرياض .
- فاطمة عبد الرحمان (2018) ، الدرس الصرفي بين التعليم التقليدي و التعليم الرقمي ، جامعة حسيبة بن بوعلى الشلف ، الجزائر .
- كريماني بدير محمد (2008) ، التعلم النشط ، دار المسيرة ط 1 عمان ، الأردن .
- لكحل بن شريف(2013)،اتجاهات الطلبة نحو استخدام التكنولوجيا الرقمية في التعليمالعالى جامعة سعيدة .
- عبد الحميد عبد الخالق محمد(2009-2010)، الإبتجاه نحو الدراسة وعلاقته بعادات الاستذكار لدى طلاب الثانويات

فيصل خليل الربيع ورمزي محمد عطية (2014)، الإلتزان الإنفعالي وعلاقته بظبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك .

مجوز سياسي (2020)، اغسطس التعليمأثناء جائحة كوفيد 19الامم المتحدة .

فاروق عبده فلية واحمد عبد الفتاح الزكي(2004) ،معجم مصطلحاتالتربية لفظا واصطلاحا دار الوفا لدنيةالطباعة والنشر

الاسكندرية .

سهيل كامل عبد الفتاح كلاب ، بخولة بن الدين ، طارق عبد الرؤوف عامر(2017) ، منشورات مختبر الدراساتاللغوية في

الجزائر(2017)،الملنقي الدولي حول التعليم عن بعد بين النظرية والتطبيق التجربة الجزائريةانمودججا.

ماجد عبد الكريم (2016) ، سمات التعليم التقليدي ومميزاته وعيوبه و سمات التعليم الحديث المدعم بالتقنية وإيجابياته و

سلبياته والاسباب التي تدعوا إلى إستخدام التقنية في التعليم ، جامعة القصيم ، المملكة العربية السعودية .

محمود إسماعيل محمد ريان (2006)،الإلتزان الإنفعالي و علاقته بكل من السرعة الإدراكية و التفكير الإبتكاري لدى طلبة

الصف الحادي عشر بمحافظات غزة – فلسطين .

الملاحق

ملحق يوضح استبيان الدراسة

جامعة قاصديمرباحورقلة

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية تخصص: علم النفس التربوي

الاستبيان

تحية طيبة وبعد...

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة في إطار الدراسات الميدانية التي يقوم بها الطالب الجامعي نضع بين يديك هاتين الاستمارتين من أجل مساعدتنا ،إذ تحتوي على مجموعة من العبارات قد تنطبق عليك أو لا تنطبق كل ما عليك هو وضع العلامة المناسبة (×) في الخانة المناسبة لحالتك (دائما - غالبا - أحيانا - نادرا - أبدا) ليس هناك إجابة محددة ولكن حاول الإجابة بأسرع ما يمكن و بأول إجابة تتبادر في ذهنك.

الجنس: ذكر () أنثى ()

السن:

الحالة الاجتماعية : متزوج () غير متزوج ()

اقامي () غير اقامي ()

ملاحظة :إجاباتكم هذه لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي وتحظى بالسرية التامة

رقم	العبارة	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
-----	---------	------	-------	--------	-------	-------

					01	أشعر بالهدوء والاطمئنان الداخلي
					02	أغضب بسرعة إذا سخر مني أحد
					03	لا أتصرف بشكل طبيعي مع الغرباء
					04	عندم أواجه مواقف جديدة لأشعر بالخوف
					05	أقبل النقد ولو كان في غير محله
					06	أنتقم ممن يسيء لي مهما كلفني ذلك
					07	أثر بسهولة ولأسباب تافهة
					08	أعامل مع أي شخص بسهولة
					09	لا يمكن أن أنسى الإساءة مهما طال عليها الزمن
					10	لأشعر بالراحة إلا بعد أن أرد الإساءة
					11	أشعر بالخجل عندما أتحدث مع الآخرين
					12	أجد صعوبة في التعبير عما أشعر به
					13	أعتقد أنني حاسم في اتخاذ القرارات
					14	غرفتي في المنزل منظمة
					15	أعتقد أنني محبوب من زملائي
					16	أتماسك عندما أتعرض لصدمات إنفعالية
					17	أنزعج بالأخبار المؤلمة
					18	يمكنني أن أتغاضى بسهولة عن الأخبار المؤلمة
					19	أشعر بالقلق إزاء المواقف الغامضة
					20	أشعر بالإجهاد عندما أعجز عن مواجهة مشكلة
					21	أرحب كثيرا بالمناقشات والحوارات

					يصعب على تقبل رأي مخالف لرأيي	22
					أشعر أن زملائي يسخرون مني	23
					لدى القدر علة الاسترخاء	24
					أفكر في الانتحار	25
					أرتب عملي في صورة خطة منظمة لأخرج عنها	26
					أأثر كثيرا بمصائب الآخرين	27
					عندما أنفعل وأثور أعاني من التأناة والتلعثم	28
					لدى الرغبة في أن أبدأ الشجار	29
					أنا إنسان هادئ	03
					أجد صعوبة في تغيير عاداتي	31
					أحب استخدام كلمات قاطعة عندما أتحدث	23
					أن أراضي تماما عن حياتي ونفسي	33
					أشعر أن كل يوم جديد يحمل المصائب	34
					لو أنني مقتنع برأي أذافع عنه حتى لو عرضني لمشكلات كثيرة	35
					أخاف من أشياء وهمية	36
					أؤمن أن الإنسان يتعلم من أخطائه	37
					أنا متفائل جدا بالمستقبل	38
					أؤمن بشدة أن العين بالعين	39
					لا أعترف بخطئي	04
					أرفض الحلول الوسط للمشكلات	41

					أشعر باضطراب لو كانت الأشياء في غير مكانها	24
					لا بد للإنسان أن يحني رأسه أمام العواصف	43
					يصعب على تقبل رأي مخالف لرأيي	44
					إذا كانت هناك مشكلة ليس لها حل واضح لا أحاول حلها	45
					أنا غير قادر على إنجاز ما أطمح إليه	46
					أجد سعادة في أن أنفذ رأيي حتى لو خالف الآخرين	47
					أستطيع ممارسة عملي في جميع الأحوال	48
					يمكنني التكيف مع المشكلات الحياتية	49
					أحزن بشدة إذا واجهني موقف محزن	50
					أستطيع احتواء الأزمة بسرعة	51
					أرتبك لوجود ضغط في العمل	52
					أقضي كثيرا من اللحظات في سعادة	53
					أنا الذي أبدأ بمصالحة من يخاصمني	54
					أواصل عملي بنشاط رغم وجود المعوقات	55
					لدى المقدرة على إقناع الآخرين و التأثير فيهم	56

الرقم	البند	دائما	غالبا	نادرا	ابدا
01	أعتقد أن نظام التعليم عن بعد يتناسب مع قدراتي العلمية.				
02	أشعر أن التعليم عن بعد ينمي قدراتي الذاتية				
03	أعتقد أن التعليم عن بعد يعطيني حرية في تنظيم وقتي				
04	أرى أن التعليم عن بعد يتناسب مع متطلبات العصر الحديث.				
05	التعليم عن بعد يزيد من ثقتي بنفسي.				
06	التعليم عن بعد يكسبني مهارات جديدة لم أكتسبها من قبل				
07	التعليم عن بعد يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين .				
08	أرى أنني أكثر إيجابية نحو عملية التعلم عن بعد .				
09	أرى أنه لا يوجد فرق بين التعليم عن بعد والتعليم الحضوري .				
10	التعليم عن بعد هو الخيار الأول لي عند الرغبة في دراسة أي برنامج دراسي مستقبلا.				
11	أشعر بالفخر بأنني طالب بجامعة تتبنى نظام التعليم عن بعد.				
12	أرى أن المجتمع يحمل انطباع جيد عن التعليم عن بعد .				
13	أعتقد أن الدراسة عبر التعليم عن بعد تضعني في تحدٍ كبير .				
14	أرى أن الدراسة بالتعليم عن بعد تجعلني انعزالي ووحيد .				
15	إختياري للتعليم عن بعد لأنه الخيار الوحيد الذي يناسب وضعي .				
16	أشعر بالثقة في نظام التعليم الحضوري.				

				التعليم الحضوري هو الأكثر مناسبة في مجتمعنا	17
				لو توفرت لي الفرصة للقبول في برنامج بجامعة تقليدية لفضلتها على الجامعة المفتوحة	18
				أرى أن التعليم الحضوري يجعلني أكثر قربا من الزملاء	19
				نظام التعليم الحضوري يسهم في تعزيز فهم الطالب	20
				نظام التعليم الحضوري يجعلني أكثر استعابا للدروس	21
				نظام التعليم الحضوري يجعلني أكثر جدية إتجاه دروسي	22
				نظام التعليم الحضوري يشرك جميع الطلبة في المناقشة	23
				النظام الحضوري يتيح الوقت الكافي لأداء الطلبة لبحوثهم وواجباتهم	24
				الامتحانات اسهل في نظام التعليم الحضوري	25
				يتيح نظام التعليم الحضوري الاطلاع على نتائج الامتحانات في وقت ابكر من نظام التعليم عن بعد	26
				يتيح نظام التعليم الحضوري تشجيع وجذب الطلاب للمشاركة في الانشطة المختلفة	27
				يوفر نظام التعليم الحضوري مختلف الوسائل التعليمية للطلبة في قاعات الدراسة والمختبرات	28
				نظام التعليم الحضوري يجعلني أكثر هدوء واتزاناً من نظام التعليم عن بعد	29
				يوفر التعليم الحضوري وسائل دعم الطلاب المتميزين دراسيا	30

العلاقة بين الإتجاه نحو الدراسة عن بعد و الإتزان الإنفعالي

Corrélations

	الإتزان الإنفعالي	عن بعد
Corrélation de Pearson	1	.034
الإتزان الإنفعالي Sig. (bilatérale)		.694
N	140	140
Corrélation de Pearson	.034	1
عن بعد Sig. (bilatérale)	.694	
N	140	140

العلاقة بين الإتجاه نحو الدراسة الحضورية و الإتزان الإنفعالي

Corrélations

	حضور	الإتزان الإنفعالي
Corrélation de Pearson	1	.028
حضور Sig. (bilatérale)		.742
N	140	140
Corrélation de Pearson	.028	1
الإتزان الإنفعالي Sig. (bilatérale)	.742	
N	140	140

العلاقة بين الإتجاه نحو الدراسة و الإتزان الإنفعالي

Corrélations

	الإتزان الإنفعالي	الإتجاه نحو الدراسة
Corrélation de Pearson	1	.052
الإتزان الإنفعالي Sig. (bilatérale)		.541
N	140	140
Corrélation de Pearson	.052	1

الإتجاه نحو الدراسة			
Sig. (bilatérale)	.541		
N	140		140

حساب صدق الأدوات

→ T-Test

[DataSet2] C:\Users\slmo\Desktop\Untitled3.sav

Group Statistics

المحتوى	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات_حضورى	10	44.7000	4.87739	1.54236
الدرجات_المبدا	10	57.2000	1.47573	.46667
الدرجات_عن_بعد	10	25.6000	2.95146	.93333
الدرجات_المبدا	10	43.2000	3.67575	1.16237

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الدرجات_حضورى	Equal variances assumed	6.381	.021	-7.757	18	.000	-12.50000	1.61142	-15.88546	-9.11454
	Equal variances not assumed			-7.757	10.634	.000	-12.50000	1.61142	-16.06165	-8.93835
الدرجات_عن_بعد	Equal variances assumed	.349	.562	-11.806	18	.000	-17.60000	1.49071	-20.73187	-14.46813
	Equal variances not assumed			-11.806	17.198	.000	-17.60000	1.49071	-20.74238	-14.45762

[DataSet2]

Group Statistics

المستويين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
بعد_السيطرة_والفتح	10	69.5000	4.22295	1.33542
الفترة_الدنيا	10	86.4000	3.97772	1.25786
بعد_المرونة	10	83.1000	3.03498	.95975
الفترة_البلدا	10	96.7000	3.52924	1.11604

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
بعد_السيطرة_والفتح	Equal variances assumed	.042	.839	-9.212	18	.000	-16.90000	1.83455	-20.75424	-13.04576
	Equal variances not assumed			-9.212	17.936	.000	-16.90000	1.83455	-20.75522	-13.04478
بعد_المرونة	Equal variances assumed	.000	1.000	-9.239	18	.000	-13.60000	1.47196	-16.69247	-10.50753
	Equal variances not assumed			-9.239	17.605	.000	-13.60000	1.47196	-16.69745	-10.50255