MESR
منار الشرق للدراسات والأبحاث
Manar Elsharq for Studies & Research
Middle East Journal
of Educational and Psychological Sciences
Homepage:
http://meijournals.com/ar/index.php/mejeps/index
مجلة الشرق الأوسط
للعلوم التربوية والنفسية
ISSN 2789-1828

الندم الموقفي وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية

م .م محمد عبدالرضا شريف[1] & م .م فيصل عزيز كاصد[2]

مديرية تربية ذي قار/ العراق

استلام البحث: 27/11/2024 **مراجعة البحث: 04/12/2024** **قبول البحث: 09/02/2025**

ملخص الدراسة:

يهدف هذا البحث إلى دراسة العلاقة بين الندم الموقفي ومستوى الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، من خلال تحليل تأثير مشاعر الندم على الشعور بالطمأنينة والاستقرار النفسي. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث تم تطبيق أدوات قياس مقننة على عينة من الطلبة.

أظهرت النتائج أن مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة مرتفع نسبيًا، كما تبين أن مشاعر الندم الموقفي حاضرة لديهم، ومع ذلك، لم تسفر النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين المتغيرين، مما يشير إلى أن مشاعر الندم لا تؤثر بشكل مباشر على مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة، وتوصي الدراسة بمزيد من الأبحاث التي تستكشف العوامل المؤثرة في الأمن النفسي، بالإضافة إلى تطوير برامج إرشادية تدعم الصحة النفسية للطلبة.

الكلمات المفتاحية: الندم الموقفي، الأمن النفسي، طلبة المرحلة الإعدادية، الصحة النفسية.

Abstract

This study aims to examine the relationship between situational regret and psychological security among secondary school students by analyzing the impact of regret-related emotions on their sense of reassurance and psychological stability. The research adopts a descriptive correlational approach, utilizing standardized assessment tools applied to a sample of students.

The findings indicate that students generally exhibit a relatively high level of psychological security, while also experiencing situational regret to some extent. However, the results reveal no statistically significant correlation between the two variables, suggesting that feelings of regret do not directly influence students' psychological security. The study recommends further research to explore additional factors affecting psychological security, along with the development of counseling programs to enhance students' mental well-being.

Keywords: Situational regret, psychological security, secondary school students, mental health.

مشكلة البحث:

يعتبر الامن النفسي احد العوامل الأساسية التي تؤثر على الصحة النفسية، حيث يعكس شعور الفرد بالراحة والاستقرار الداخلي، مما يساهم بشكل إيجابي على توافقه النفسي والاجتماعي(Maslow, 1943) في المقابل، يُمثل الندم الموقفي استجابة انفعالية تنشأ نتيجة مراجعة الفرد لقراراته السابقة، وقد يؤدي إلى اضطرابات نفسية عند استمراره وتأثيره على التكيف النفسي (Gilovich & Medvec, 1995).

تشير الدراسات إلى أن مشاعر الندم قد تكون ذات تأثير مزدوج؛ فقد تسهم في تعديل السلوك والتعلم من الأخطاء، لكنها قد تؤدي أيضًا إلى انخفاض مستوى الأمن النفسي عند ارتباطها بمشاعر الفشل والإحباط المستمر .(Roese et al., 2009) وتبرز أهمية هذه المشكلة بشكل خاص لدى المراهقين، حيث تشكل مرحلة المراهقة فترة حساسة تتسم بالتغيرات الانفعالية والمعرفية التي قد تجعلهم أكثر عرضة لتأثيرات الندم على أمنهم النفسي.(Steinberg, 2014)

وبناء علي ذلك يتفرع ثلاثة أسئلة تعبر عن مشكلة البحث:

1. ما طبيعة العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية؟
2. هل يؤثر الندم الموقفي على مستوى الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية؟
3. هل تختلف العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي تبعًا لمتغيرات مثل الجنس أو التحصيل الدراسي؟

أهميه البحث:

نظرًا لما تشهده مرحلة المراهقة من تحولات انفعالية ومعرفية، فإن دراسة العوامل المرتبطة بالأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية تكتسب أهمية خاصة. ويُطرح تساؤل حول ما إذا كان الندم الموقفي يرتبط بمستوى الأمن النفسي لديهم، ومدى تأثيره على استقرارهم الانفعالي. كما يسعى إلى تقديم رؤى يمكن الاستفادة منها في تطوير استراتيجيات إرشادية تدعم الصحة النفسية للطلبة وتعزز قدرتهم على التعامل مع مشاعر الندم بفعالية.يُعد الأمن النفسي من المتغيرات الأساسية في الصحة النفسية، حيث يسهم في تعزيز الشعور بالطمأنينة والاستقرار الانفعالي، مما يؤثر إيجابًا على التكيف النفسي والاجتماعي للطلبة. في المقابل، يُعد الندم الموقفي استجابة انفعالية تنشأ نتيجة تقييم الفرد لقراراته السابقة، وقد يكون له تأثيرات مختلفة على حالته النفسية.

تتمثل أهمية هذا البحث في تسليط الضوء على العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، وهي فئة تمر بتغيرات انفعالية مؤثرة.

1. **الأهمية النظرية:** يساهم البحث في تعزيز المعرفة العلمية حول العلاقة بين المتغيرين، مما يوفر أساسًا لدراسات مستقبلية في مجال الصحة النفسية.

2. **الأهمية التطبيقية:** تساعد نتائجه في تطوير برامج إرشادية تدعم الأمن النفسي للطلبة، مما يسهم في تحسين تكيفهم النفسي والأكاديمي.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على :

1- الندم الموقفي لدى طلبة المرحلة الإعدادية

2- الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية

3- العلاقة الارتباطية بين الندم الموقفي و الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية

4- حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية في محافظة ذي قار – قضـــاء الاصـــلاح من المدارس الاعدادية و الثانوية للعام الدراسي 2024-2025

مصطلحات البحث:

1- الندم الموقفي (Situational Regret) :

هو اســتجابة انفعالية تنشــأ عندما يدرك الفرد أنه كان بإمكانه اتخاذ قرار أفضــل في موقف معين، مما يثير مشــاعر الحزن أو الإحباط.(Gilovich & Medvec, 1995) يعرف بأنه إحســاس الفرد بعدم الرضــا عن قرار ســابق، نتيجة المقارنة بين النتائج الفعلية والنتائج المتوقعة، مما قد يؤدي إلى التفكير المستمر في البدائل الممكنة.(Zeelenberg & Pieters, 2007)

2- يعرف الندم بأنه شعور أخلاقي، يتضمن مسؤولية وقوة مطلقة يشعر الفرد بالحزن بسبب سوء الحظ ويشعر بالأسف بسبب الأخطاء التي يرتكبها وتكب خطايا، طرح الندم كظاهرة أخلاقية وأهمية دينية. (سير،١٩٦٣م).

3- تعريف أبو حطب وصادق1996):الندم الموقفي هو "حالة نفسية وانفعالية تنشأ عند إدراك الفرد أنه اتخذ قرارًا خاطئًا أو لم يستغل فرصة معينة، مما يؤدي إلى شعور بالحسرة وعدم الرضا عن الذات" (أبو حطب وصادق، 1996، ص215).

4- تعريف الغامدي(2012):يعرف الندم الموقفي بأنه "إحساس بالحزن والتأسف نتيجة مقارنة بين ما حدث بالفعل وما كان يمكن أن يحدث لو اتخذ الفرد قرارًا مختلفًا، مما يؤدي إلى الشعور بعدم الرضا عن القرار المتخذ" (الغامدي، 2012، ص89).

5- تعريف:(Gilovich & Medvec 1995)

الندم الموقفي هو "حالة انفعالية تنشـــأ عندما يدرك الفرد أنه اتخذ قرارًا غير مثالي، أو فوت فرصـــة كان من الممكن أن تحقق له نتيجة أفضل، مما يؤدي إلى مشاعر الإحباط وعدم الرضا.(Gilovich & Medvec, 1995, p. 379) "

6- تعريف:(Zeelenberg & Pieters 2007) :

يُعرف الندم الموقفي بأنه "عملية معرفية وانفعالية تنشـــأ عندما يقارن الفرد بين نتائج قراره الحالي والنتائج المحتملة لقرار بديل، مما يخلق إحساسًا بالخسارة أو عدم الرضا.(Zeelenberg & Pieters, 2007, p. 3) "

2- الأمن النفسي(Psychological Security):

1- يعرف ماسلو Maslow وهو أول من صك مصطلح الأمن النفسي والحاجة للأمن في التسلسل الهرمى له للحاجات بأنه شـــعور بالأمن والأمان والاســـتقرار والحماية، والتحرر من الخوف والقلق، وتلبية الفرد الاحتياجات الحالية والمســـتقبلية، والإحساس بعدم الخطر، والحاجة إلى الترابط والنظام، والقانون، والحدود.(Fenniman, 2010,34).

2-هو إحســاس الفرد بالاســتقرار النفســي والانفعالي، الناتج عن ثقته في نفســه وفي الآخرين، مما يجعله قادرًا على مواجهة الضغوط الحياتية دون الشعور بالتهديد(Maslow, 1943)هو شعور الفرد بالأمان الداخلي وغياب الخوف أو القلق بشأن المستقبل، مما يعزز توازنه النفسي ويؤثر إيجابيًا على سلوكه الاجتماعي(Sandler, 1960)

3-تعرف جيهان عثمان محمود (٢٠٠6، ١٣٧) الأمن النفسي هو إحساس الفرد بتقبل الآخرين له وقبوله لهم، وشعوره بالانتماء إلى جماعة وتقديره فيها بالإضافة إلى شعوره بالسلامة وضمان إشباع حاجاته، وتدنى شعوره بالحرمان، أو التهديد، أو القلق.

4-تعرف فايزة على عبد الله (١٣،٢٠١١) الأمن النفسي هو حالة السكينة والاستقرار، والاطمئنان النفسي التي يشعر بها الفرد نتيجة تحرره من القلق، التوتر وإحساسه بتقبل الآخرين له، و شعوره بالانتماء للجماعة.

5-عرف لندرفيل، ومين(Londerville & main 1981,290) أن الشعور بالأمن النفسي من أهم الحاجات النفسية، ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة، وهو من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد.

6-يعرف محمد موســى الشــريف (٩،٢٠٠٣) الأمن النفســي أن تكون النفس آمنه مطمئنة عند وقوع البلاء أو توقعه؛ بحيث لا يظهر عليها قلق معيب أو جزع كثير، ولا اضطراب في الأحوال، أو ترك للأعمال، أو التهويل من شأن المصائب، أو التعظيم المخططات الأعداء تعظيماً يفضي إلى اليأس والهون، والإحباط والانزواء.

كما يُعرف بأنه "شـــعور الفرد بالحماية من التهديدات الخارجية والداخلية، مما يعزز ثقته بذاته وقدرته على التكيف مع المواقف المختلفة.(Deci & Ryan, 1985) "

3- طلبة المرحلة الإعدادية(Middle School Students) :

هم الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و15 عامًا، ويمثلون مرحلة انتقالية بين الطفولة والمراهقة، حيث تزداد لديهم الحاجة إلى الاستقلال النفسي والتكيف الاجتماعي(Steinberg, 2014)هم الطلبة الذين يمرون بمرحلة وسطى بين التعليم الابتدائي والثانوي، ويتميزون بتغيرات معرفية وانفعالية تؤثر على أنماط تفكيرهم وسلوكهم.(Eccles et al., 1993)

الإطار النظري:

اولا – أللندم الموقفي:

يتضمن الندم الموقفي عدة أبعاد رئيسية تؤثر على الاستجابات النفسية والسلوكية للفرد، ومنها:

1. **الندم على الفعل:** يحدث عند اتخاذ قرار غير موفق يؤدي إلى نتائج سلبية، مما يسبب مشاعر الحسرة (الزهراني، 2015، ص122).
2. **الندم على عدم الفعل:** يتمثل في الشعور بالأسف لتفويت فرصة كان يمكن أن تحقق نتائج إيجابية، وغالبًا ما يكون تأثيره طويل الأمد (عبدالله، 2018، ص87).
3. **الندم قصير وطويل الأمد:** يكون قصير الأمد إذا تلاشى مع مرور الوقت، بينما يستمر طويل الأمد إذا ارتبط بقرارات مصيرية (الرفاعي، 2020، ص143).
4. **الندم والمسؤولية الشخصية:** يزداد الشعور بالندم كلما أدرك الفرد أنه المسؤول المباشر عن القرار، بينما يقل إذا كان القرار خارج إرادته (المهدي، 2017، ص95).

ثالثا– نظريات فسرت الشعور بالندم:

المنظور النفسي Psychological Approach وهذا المنظور ينقسم إلى عدد من النظريات وهي :

1– نظرية الانفعالات (Emotional Perspective):

أن الانفعالات قد تظهر بشكل مباشر كانفعال الغضب ومنها ما تظهر بشكل غير مباشر كانفعال الندم، لذا فان دراستها ليست بالأمر الهين وفي أغلب الأحيان يرفض الناس الاعتراف بها محاولين جهدهم أن يخفوا معالمها لأنها تزيد من شعورهم بالإهانة والنقص والخجل وتقدير الذات الواطئ السيد (١٩٧٩ ، ص (٢٠٤) إذ أكد العلماء أن الانفعالات ليست مجرد حالات فسيولوجية موروثة، بل هي متأثرة إلى حد كبير بالثقافة والتعلم. فالثقافة تؤثر في الانفعالات من حيث المواقف المسببة لها، ومن حيث طريقة التعبير عنها (الربيعي، ٢٠٠٣، ص ٢١).

ومن هذه النظريات (Le Deuxs Theory 1996):

وهو صاحب النظرية التوفيقية عدل جوزف لودو (١٩٩٦) النظرية المعرفية. إذ أعلن أن هناك أنظمة دماغية مختلفة للانفعالات المختلفة بعض هذه الأنظمة الخاصة بالأفعال المنعكسة مستقلة عن التفكير والتفسير، بينما تعتمد الأنظمة الأخرى على التفكير والتفسير فالخوف مثلاً يعتمد على نشاط الاميجدالا) ١ (Amygdala) (دونما حاجة إلى التفسيرات المعرفية. ولكن الشعور بالذنب والندم يعتمد على التفسير المعرفي وذكريات الأحداث والمواقف الماضية المشابهة. وعليه أن الانفعالات التي تشعر بها في آية لحظة تتكون من خليط من ردود أفعال الدماغ والجسد أولاً والتفسيرات والذكريات ذات العلاقة بالموقف (الريماوي وآخرون ، ٢٠٠٤ ، ص١٠٦)

نظرية التحليل النفسي فرويد (Freud's Psychoanalytic Theory):

تبين لنا نظرية فرويد كيف إن سلوكنا يتأثر بقوى وعوامل داخلية لا نعيها وتكون خارج مجال تحكمنا وضبطنا الواعي . ويقول فرويد : يوجد ثلاثة مستويات لحالة الوعي أو الشعور وهي الشعورConsciousness ،ما قبل عبد الله) Unconsciousnessاللاشعور Pre-consciousness الشعور ٩١ : ٢٠٠٠، لقد طرح فرويد فرضيته التركيبية أو (البنائية) للشخصية structural hypothesis ثلاثة أنظمة أساسية هي : ألهو ID والأنا Ego والأنا الأعلى.

super ego تتفاعل باستمرار فيما بينها، و تأخذ شكل الصراع في الغالب لأن لكل واحدة منها أهدافاً مختلفة ، كما أوجد الشعور بالذنب أو الإحساس بالندم حواجز فاصلة على هيئة رقابة بين مكونات الأجهزة النفسية الثلاثة فرويد . ١٩٧٩ : ٦١) . وان عملية الكبت كقوة ديناميكية في العمليات العقلية والذي ينطوي دوماً على شعور بالذنب Guilt-feeling وقد استخدم فرويد هذا التعبير لاشتماله على أي إحساس بالخجل وتأنيب الذات) self eproach عباس ، ١٩٨٢ : ٥٧) والهو ID يمثل القوى الغريزية وبصورة رئيسية غريزتي الجنس والعدوان أما الأنا Ego فيمثل الواقع وظيفته إشباع الحاجات الغريزية ضمن محددات الواقع أما الأنا الأعلى فيمثل المعيار الخلقي للفرد وما هو مثالي ليس ما هو واقعي وينزع إلى الكمال عن طريق حل النزاع بين دوافع الهو ومتطلبات الأنا الأعلى وتنشأ من الأوامر والنواهي المتمثلة بتعليمات الوالدين والمجتمع وهذه يستدخلها الطفل لتشكل معايير الصح والخطأ . ثم تصبح مخالفة هذه المعايير الأخلاقية سبباً لظهور مشاعر الذنب والإثم وبعدها يندم إذا ما خالف هذه المعايير365-364 :2001 ,Morris & Albert.

ثانيا-الامن النفسي

أبعاد الأمن النفسي:

يتضمن الأمن أبعاد متعددة ومنها: الاقتصادية والاجتماعية، والبيئية والثقافية والنفسية، والأمن النفسي يتضمن الثقة والهدوء والطمأنينة النفسية نتيجة الشعور بعدم الخوف من أي خطر أو ضرر، ويكون الإنسان آمنا حين تتوافر له الطمأنينة على حاجاته الجسمية والفسيولوجية، والعدل والحرية والمساواة والكرامة، مع الانتماء إلى جماعة أمنه ويغير هذا الأمن يظل الإنسان قلقاً، ضالاً، خائفا، لا يستقر على أرض، ولا يطمئن إلى حياة. (ناهدة سايا العرجاء وتيسير محمد عبد الله٨٢،٢٠١٥).

ثالثاً- النظريات المفسرة للأمن النفسي:

أولا- نظرية الحاجات النفسية (عبد الفتاح،2002)

ترى هذه النظرية أن الأمن النفسي يتحقق عندما يُشبع الفرد مجموعة من الحاجات النفسية الأساسية، مثل الحاجة إلى القبول الاجتماعي، والاستقرار العاطفي، والشعور بالقدرة على التحكم في البيئة المحيطة. وتشير إلى أن الأفراد الذين يعانون من نقص في هذه الحاجات يكونون أكثر عرضة للقلق والتوتر، مما يؤثر سلبًا على أمنهم النفسي. وتؤكد النظرية أن تحقيق الأمن النفسي يرتبط بوجود بيئة اجتماعية داعمة توفر للفرد الشعور بالطمأنينة والأمان النفسي (عبد الفتاح، 2002، ص.(134

ثانيًا- نظرية ماسلو للحاجات(Maslow, 1943)

تعد نظرية ماسلو من أكثر النظريات شيوعًا في تفسير الأمن النفسي، حيث تضعه ضمن الحاجات الأساسية التي يسعى الإنسان لإشباعها بعد تلبية الحاجات الفسيولوجية. وفقًا لماسلو، فإن الأمن النفسي يشمل الشعور بالحماية من الأخطار والقدرة على التنبؤ بالأحداث المستقبلية، وهو ضروري لتمكين الأفراد من تحقيق ذاتهم. ويؤدي غياب الأمن النفسي إلى اضطرابات انفعالية وسلوكيات غير متكيفة، مما يعوق النمو النفسي السليم.(Maslow, 1943, p. 375)

الدراسات السابقة:

1- دراسة Gilovich & Medvec (1995): The Experience of Regret : What, When, and Why

هدف الدراسة: استهدفت الدراسة تحليل طبيعة مشاعر الندم، والأوقات التي يكون فيها أكثر حدة، والعوامل المؤثرة في استمراريته.

المنهجية: اعتمد الباحثان على منهج تحليلي قائم على استبيانات لقياس تأثير الندم على الأفراد، مع التركيز على القرارات التي تم اتخاذها مقارنة بتلك التي لم تُتخذ.

النتائج: توصلت الدراسة إلى أن الندم طويل الأمد يكون أكثر ارتباطًا بالفرص الضائعة، حيث يميل الأفراد إلى الشعور بندم أشد تجاه القرارات التي لم يتم اتخاذها مقارنة بتلك التي اتُخذت وأدت إلى نتائج غير مرغوبة. كما أشارت النتائج إلى أن التفكير المستمر في البدائل غير المختارة قد يؤثر سلبًا على الاستقرار النفسي للأفراد.

أوجه الاستفادة: تبرز الدراسة أهمية الدور الذي يلعبه التفكير المتكرر في تكوين مشاعر الندم وتأثيره على الصحة النفسية، مما يعزز من ضرورة بحث العلاقة بين الندم الموقفي ومستوى الأمن النفسي لدى الطلبة.

2- دراسة Zeelenberg & Pieters (2007): A Theory of Regret Regulation 1.0

هدف الدراسة: تقديم نموذج نظري يفسر كيفية تعامل الأفراد مع مشاعر الندم وتنظيمها من خلال استراتيجيات معرفية وسلوكية مختلفة.

المنهجية: اعتمدت الدراسة على تصميم تجريبي واستبيانات لقياس أساليب الأفراد في التعامل مع مشاعر الندم في مواقف حياتية متنوعة، مع تحليل علاقتها بمستوى الأمن النفسي.

النتائج: أظهرت الدراسة أن الأفراد ذوي الأمن النفسي المرتفع يتمتعون بقدرة أكبر على إعادة تفسير المواقف بطريقة تقلل من تأثير الندم، بينما يكون الأفراد ذوو الأمن النفسي المنخفض أكثر عرضة للانشغال الذهني بالندم، مما يؤثر على استقرارهم الانفعالي.

أوجه الاستفادة: تقدم الدراسة دليلاً على أن الأمن النفسي قد يعمل كعامل وقائي ضد التأثيرات السلبية للندم، وهو ما يعزز من أهمية دراسة العلاقة بين هذين المتغيرين لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

3- دراسة Maslow (1943): A Theory of Human Motivation

هدف الدراسة: تناولت هذه الدراسة الأمن النفسي بوصفه أحد الحاجات الأساسية في هرم ماسلو، موضحة دوره في تحقيق التوازن النفسي والانفعالي للأفراد.

المنهجية: استندت الدراسة إلى تحليل نظري للحاجات الإنسانية، حيث تم تصنيف الأمن النفسي ضمن الاحتياجات الأساسية التي يجب تلبيتها لضمان النمو النفسي السليم.

النتائج: أكدت الدراسة أن الأفراد الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الأمن النفسي يكونون أكثر قدرة على مواجهة المواقف الضاغطة والتكيف معها، بينما يؤدي غياب الأمن النفسي إلى اضطرابات انفعالية مثل القلق والتردد، مما قد يؤدي إلى تضخيم مشاعر الندم.

أوجه الاستفادة: تبرز الدراسة دور الأمن النفسي في تشكيل الاستجابات الانفعالية للأفراد، وهو ما يعزز من أهمية بحث أثره على مشاعر الندم لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي:

تُعد العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية من القضايا النفسية المهمة، حيث تشير الدراسات إلى أن مشاعر الندم قد تؤثر على مستوى الأمن النفسي من خلال تعزيز مشاعر القلق وعدم الاستقرار الانفعالي، خاصة في حال كان الندم مرتبطًا بمواقف ذات أهمية كبيرة للفرد (الرفاعي، 2020، ص 145). ويؤدي ارتفاع مستوى الندم إلى زيادة التفكير السلبي والانشغال المستمر بالأخطاء الماضية، مما قد ينعكس سلبًا على الشعور بالأمان النفسي (عبدالله، 2018، ص 92). ومع ذلك، يوضح بعض الباحثين أن العلاقة بين المتغيرين ليست بالضرورة خطية أو ثابتة، حيث تلعب العوامل الشخصية والبيئية، مثل الدعم الاجتماعي والقدرة على التكيف، دورًا في تحديد مدى تأثير الندم على الأمن النفسي (المهدي، 2017، ص 101). كما تشير بعض الدراسات إلى أن استخدام استراتيجيات التكيف الإيجابي، مثل إعادة التقييم المعرفي، قد يساعد في تقليل التأثير السلبي للندم وتعزيز مشاعر الأمن النفسي (حسن، 2019، ص78).

بناءً على ذلك، تهدف هذه الدراسة إلى فحص طبيعة العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، ومدى تأثير مشاعر الندم على الاستقرار النفسي في هذه المرحلة العمرية الحساسة.

منهجية البحث:

منهجية البحث Method of the Research

اعتمد الباحث في البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي على اعتبار أن هذا المنهج مناسب لطبيعة بحثه.

مجتمع البحثPopulation of The Research

يتألف هذا البحث من طلبة المرحلة الإعدادية للعام الدراســـي (2024–2025م) وقد بلغ عدد المدارس الإعدادية [8 مدارس] وقد بلغ عدد الطلاب [1632] طالبًا.

جدول (1)

ت	اسم المدرسة	عدد الطلبة
1	إعدادية الإصلاح للبنين	228
2	سامراء للبنين	287
3	شهداء الإصلاح للبنين	297
4	المحمدية	167
5	التضامن	148
6	الرويمي	197
7	ام الربيعين	176
8	ينابيع المعرفة	132
	المجموع	1632

عينـة البـحث:

اختيار عينة البحث من أهم الخطوات المهمة في البحوث التربوية ومن اللازم أن تكون ممثلة للمجتمع بصورة صحيحة وقد تم اختيار عينه البحث بطريقة عشـوائية بسـيطة ذات توزيع متناسـب حيث بلغ حجم العينة [100 طالب] موزعين على المدارس المذكورة كما هو موضح في جدول (2)

جدول (2)

ت	اسم المدرسة	عدد الطلبة
1	إعدادية الإصلاح للبنين	28
2	سامراء للبنين	17
3	شهداء الإصلاح للبنين	22
4	المحمدية	18
5	ينابيع المعرفة	15

المجموع	100

أداة البحث (Tools of Research):

تبنى الباحث مقياس الندم الموقفي لدى طلبة الإعدادية للباحث حسين 2014 وتكون المقياس من 29 فقره علما إن البدائل لكل فقرة هي (ندمت على ذلك بشـــكل كبيرا جدا , ندمت على ذلك بشـــكل كبير , ندمت على ذلك بشـــكل قليل , لم أندم على ذلك)وتبنى الباحث مقياس الأمن النفسي لدى طلبه المرحلة الإعدادية للباحث الوزني 2011 وتكون المقياس من 72 فقره علما أن البدائل لكل فقرة هي (نعم , غير متأكد , لا).

صدق المقياسين:

هذا النوع من الصـدق يعنى عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين للحكم على مدى صـلاحيتها في قياس ما يراد قياسـه (الغريب ٦٧٩ ، ١٩٨٥) وتحقق هذا النوع من الصـدق في عرض معنى الندم الموقفي والأمن النفسـي ،على مجموعة من الخبراء والمختصين وتم أخذ أرائهم حول مدى صلاحية كل فقرة من هذه الفقرات وحصلت على نسبة اتفاق (٠,٧٥) منهم.

ثبات المقياسين:

قام الباحث بإيجاد الثبات للمقياسين بطريقتين:

الأولى إعادة الاختيار: إذ بلغ معامل ثبات مقياس الندم الموقفي (٧٦٪) بينما بلغ معدل مقياس الأمن النفسي (٨٠٪).

الوسائل الإحصائية المستخدمة:

(1) استخدام الباحث الحقيبة الإحصائية.(spss)

(2) استخدم الاختيار التأئي للتعرف على الندم الموقفي والأمن النفسي لدى عينة البحث.

(3) استخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين المتغيرين.

(4) استخدام معادلة ألفا كرونباخ لإيجاد ثبات المقياسين.

تفسير النتائج ومناقشتها

أولا– درجة الأمن الموقفي:

بلغ المتوسط الحسابي لعينة البحث [82,89] درجة انحراف معياري [22,12] ومتوسط فرضي [75] وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة كانت القيمة المحسوبة [3,566] وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة [1,89] عند درجة حرية [99] أي يوجد فارق إحصائي.

جدول 3

العدد	الوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
100	82,89	22,12	75	3,566	1,98	0,05 دال

وبما أن الوسط الحسابي لأفراد العينة أكبر من الوسط الفرضي فهذا يعني أن أفراد العينة لديهم ندم موقفي بصورة أكبر من المتوقع.

يعود ارتفاع الندم الموقفي إلى عوامل نفسية مثل القلق وانخفاض تقدير الذات وعوامل معرفية كالتفكير في البدائل الممكنة والمقارنة المجتمعية فضلًا عن الضغوط المجتمعية والتنشئة الصارمة ويزداد الندم عند اتخاذ القرارات غير قابلة للتغيير.

ثانيًا– درجة الأمن النفسي:

بلغ الوسط الحسابي لعينة البحث [158,8] درجة وانحراف معياري [22,737] ومتوسط فرضي [144] وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة كانت القيمة المحسوبة [6,54] وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة [1,984] عند درجة حرية [99] ومستوى دلالة [0,05] أي يوجد فرق دال إحصائيًا.

جدول 4

العدد	الوسط الحسابي	انحراف معياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
100	158,8	22,737	144	6,540	1,98	0,05 دال

وبما أن الوسـط الحسـابي لأفراد العينة أكبر من الوسـط الفرضـي فهذا يعني أن أفراد العينة لديهم أمن نفسـي بصـورة أكبر من المتوقع.

يعود ارتفاع الأمن النفسي لدى الأفراد إلى مجموعة من العوامل المتداخلة، أبرزهاالاستقرار الانفعالي الذي يقلل من القلق والتوتر والدعم الاجتماعي يعزز الشـــعور بالأمان والقبول كما يلعب الإحســـاس بالكفاءة الذاتية العالية دور في تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة التحديات إضـــافة إلى ذلك تســـهم العوامل الثقافية والقيمة من تشـــكيل أنماط التفكير الإيجابية التي تدعم الأمن النفسي.

ثالثًا– علاقة الندم الموقفي بالأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية:

ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث باســـتخدام معامل ارتباط بيرســـون للكشـــف عن العلاقة التي تربط بين الندم الموقفي والأمن النفسي وكذلك النتائج في الجدول التالي:

جدول 5

المتغير	العدد	معامل الارتباط	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
الندم الموقفي الأمن النفسي	100	−0,018	−0,178	1,98	0,05 غير دال إحصائيًّا

بما أن القيمة المحسوبة أصغر من القيمة الجدولية فإن الفرق غير دال إحصائيًا ، أي أنه لا يوجد ارتباط معنوي بين المتغيرين والعلاقة بين المتغيرين علاقة سلبية ضعيفة جدًا.

الخاتمة ونتائج البحث

أسفرت نتائج الدراسة عن ضعف العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مما يدل على أن مشاعر الندم لا تشكل عاملًا مؤثرًا بشكل مباشر في مستوى الأمن النفسي. ويعكس ذلك أهمية العوامل الأخرى، مثل الدعم الاجتماعي والمرونة النفسية، في تعزيز الشعور بالأمان. كما تشير هذه النتائج إلى ضرورة استكشاف متغيرات إضافية قد تسهم في تفسير الأمن النفسي بصورة أكثر دقة. وبناءً على ذلك، توصي الدراسة بإجراء بحوث مستقبلية تتناول العوامل المؤثرة في الأمن النفسي، مع التركيز على تطوير برامج إرشادية تساعد الطلبة في إدارة مشاعر الندم وتعزيز قدرتهم على التكيف النفسي.

التوصيات:

1- تطوير برامج إرشادية متخصصة تُدمج في البيئة المدرسية، تهدف إلى تعزيز استراتيجيات التكيف النفسي لدى الطلبة، بما يمكنهم من التعامل الفعّال مع مشاعر الندم وتحقيق الأمن النفسي.

2- تعزيز دور الأسرة والمؤسسات التربوية في بناء مناخ داعم نفسيًا واجتماعيًا للطلبة، من خلال تفعيل برامج توعوية تستهدف تنمية الدعم العاطفي وتعزيز القدرة على مواجهة الضغوط الانفعالية.

3- إدماج مفاهيم التكيف الإيجابي والمرونة النفسية ضمن المناهج الدراسية، لضمان تعزيز مهارات التفكير الإيجابي لدى الطلبة، مما يساهم في تقليل الأثر السلبي للندم الموقفي على الأمن النفسي.

4- أكدت الدراسة على دور العوامل البيئية، مثل الدعم الأسري والاجتماعي، في التخفيف من تأثير الندم وتعزيز الأمن النفسي.

5- توصي الدراسة ببحث متغيرات أخرى، مثل المرونة النفسية واستراتيجيات التكيف، لفهم العوامل المؤثرة في الأمن النفسي بصورة أكثر شمولية.

المقترحات:

1- إجراء دراسات تحليلية معمقة حول تأثير العوامل الوسيطة، مثل التكيف النفسي والذكاء العاطفي، في العلاقة بين الندم الموقفي والأمن النفسي، لفهم الديناميكيات النفسية المؤثرة بصورة أكثر دقة.

2- استقصاء الفروق الفردية في مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة وفقًا لمتغيرات ديموغرافية، مثل العمر والجنس والمستوى الاقتصادي، مما يسهم في توجيه التدخلات النفسية وفقًا للاحتياجات الفعلية لكل فئة.

3- تصميم برامج تدريبية قائمة على الأساليب العلاجية المعرفية والسلوكية، تستهدف تمكين الطلبة من إعادة صياغة أفكارهم حول مشاعر الندم، وتعزيز مهارات المواجهة الإيجابية، بما ينعكس على صحتهم النفسية واستقرارهم الانفعالي.

قائمة المراجع:

أولًا–المصادر والمراجع العربية:

(1) أبو حطب، ف.، وصادق، أ. (1996). علم النفس التربوي. القاهرة: دار النهضة العربية.

(2) حسين، علي حسين (2014). مقياس الشعور بالندم الموقفي. كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، العراق.

(3) الربيعي، ح. (2003). مدخل إلى علم النفس الاجتماعي. بيروت: دار الفكر العربي.

(4) الرفاعي، خ. (2020). الندم وعلاقته بالصحة النفسية. عمان: دار الفكر.

(5) الريماوي، م. وآخرون. (2004). مدخل إلى علم النفس المعرفي. عمان: دار الشروق.

(6) الزهراني، م. (2015). النمو النفسي والانفعالي. جدة: دار الميدان.

(7) السيد، م. (1979). علم النفس الانفعالي. القاهرة: دار المعارف.

(8) عباس، ع. (1982). علم النفس التحليلي. بيروت: دار النشر الجامعي.

(9) عبد الفتاح، م. (2002). الحاجات النفسية ودورها في التكيف. القاهرة: دار الفكر العربي.

(10) عبد الله، س. (2018). أسس علم النفس التربوي. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

(11) العرجاء، ن. س.، وعبد الله، ت. م. (2015). الأمن النفسي وأبعاده المختلفة. عمان: دار الفكر.

(12) الغامدي، أ. (2012). علم النفس الإيجابي وتطبيقاته. الرياض: دار الزهراء.

(13) محمد، ج. ع. (2004). الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي. القاهرة: دار الفكر العربي.

(14) المهدي، ع. (2017). علم النفس الإرشادي. القاهرة: دار النهضة.

(15) موسى الشريف، م. (2003). مفهوم الأمن النفسي في الإسلام. جدة: دار الأندلس.

(16) الوزني، زينب (2011). الدافعية الأكاديمية الذاتية وعلاقتها بالأمن النفســي. علم النفس التربوي، جامعة كربلاء، العراق.

ثانيًا: المصادر والمراجع الأجنبية

(1) Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior. New York: Springer.

(2) Eccles, J. S., Midgley, C., Wigfield, A., Buchanan, C. M., Reuman, D., Flanagan, C., & Mac Iver, D. (1993). "Development During Adolescence: The Impact of Stage-Environment Fit on Young Adolescents' Experiences in Schools and in Families." American Psychologist, 48(2), 90-101.

(3) Fenniman, A. (2010). Psychological Security and Emotional Stability. New York: McGraw-Hill.

(4) Freud, S. (1979). The Ego and the Id. New York: W. W. Norton & Company.

(5) Gilovich, T., & Medvec, V. H. (1995). "The Experience of Regret: What, When, and Why." Psychological Review, 102(2), 379-395.
(6) LeDoux, J. (1996). The Emotional Brain: The Mysterious Underpinnings of Emotional Life. New York: Simon & Schuster.
(7) Londerville, S., & Main, M. (1981). "Security of Attachment as Assessed in the Strange Situation." Child Development, 52(1), 290-294.
(8) Maslow, A. H. (1943). "A Theory of Human Motivation." Psychological Review, 50(4), 370-396.
(9) Morris, C. G., & Albert, A. M. (2001). Understanding Psychology. New York: Prentice Hall.
(10) Roese, N. J., Summerville, A., & Fessel, F. (2009). "Regret and Behavior: Insights from the Counterfactual Thinking Perspective." Journal of Behavioral Decision Making, 22(1), 90-101.
(11) Sandler, J. (1960). The Concept of Psychological Security. London: Routledge.
(12) Steinberg, L. (2014). Adolescence. New York: McGraw-Hill.
(13) Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2007). "A Theory of Regret Regulation 1.0." Journal of Consumer Psychology, 17(1), 3-18