الذاكرة العاطفية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين

رفيده السيد طه إبراهيم
أ.د.محمد رزق البحيرى
أستاذ علم النفس كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس

Rofaida AlSayed Taha Ibrahim
Prof.Muhammad Rizk Al-Buhairi
Professor of Psychology, Faculty of Postgraduate Childhood Studies,
Ain Shams University

الملخص

الاهداف: هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين، كما هدفت إلى دراسة الفروق بين الذكور والإناث من المراهقين فى الذاكرة العاطفية، ثم المقارنة بين الذكور والإناث المراهقين فى الثقة بالنفس.

العينة: اشتملت عينة الدراسة على (ن= ١٠٠) مراهقا منهم (٥٠ ذكور، ٥٠ إناث) تراوحت أعمارهم ما بين (١٣- ١٥) عاما بمتوسط عمرى قدره ١٣,٣٤٠ وانحراف معيارى قدره ٠,٥٥٤، وتم اختيارهم بطريقة قصدية من المدارس الحكومية الإعدادية بإدارة شرق الزقازيق التعليمية بمديرية التربية والتعليم بمحافظة الشرقية.

المنهج: اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفى الارتباطى المقارن.

الادوات: تم الاستعانة بعدة أدوات للتحقق من صدق فروض هذه الدراسة وهي: استمارة بيانات أولية (إعداد الباحثة)، وتم تطبيقها على العينة وذلك بهدف ضبط بعض المتغيرات التى قد تؤثر فى نتائج الدراسة، وتم استخدام مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين (إعداد الباحثة)، وهو يتكون من أربعة أبعاد (الذاكرة العاطفية الإيجابية، الذاكرة العاطفية السلبية، الإثارة العاطفية، التكافؤ العاطفي)، ومقياس الثقة بالنفس للمراهقين (إعداد الباحثة)، واختبار المصفوفات المتتابعة الملونة (إعداد عماد حسن، ٢٠١٦) لاستبعاد الأفراد الذين يقل مستوى ذكائهم عن المتوسط، ولحساب التكافؤ بين المراهقين الذكور والإناث فى الذكاء، ومقياس مستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافى (إعداد محمد سعفان، دعاء خطاب، ٢٠١٦) لاستبعاد الأفراد الذين يقل مستواهم الاقتصادى والاجتماعى والثقافى عن المتوسط، ولحساب التكافؤ بين المراهقين الذكور والإناث فى المستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافي.

النتائج: أشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين درجات عينة الدراسة من المراهقين على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين (الذاكرة العاطفية الإيجابية، والذاكرة العاطفية السلبية، والإثارة العاطفية، والتكافؤ العاطفي، والدرجة الكلية) ومقياس الثقة بالنفس للمراهقين وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠١، وأنه توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة من المراهقين الذكور والإناث على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين وذلك فى اتجاه الإناث، كما أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطى درجات عينة الدراسة من المراهقين الذكور والإناث على مقياس الثقة بالنفس وذلك فى اتجاه الإناث.

Emotional memory and its relationship to self- confidence in a sample of adolescents

Aims: This study aimed to reveal the nature of the relationship between emotional memory and self- confidence among a sample of adolescents. It also aimed to study the differences between male and female adolescents in emotional memory, and then compare between male and female adolescents in self- confidence.

Sample: Adolescents, including (50 males, 50 females), whose ages ranged between (13- 15) years, with an average age of 13.340 and a standard deviation of 0.554, and they were intentionally selected from preparatory government schools in the East Zagazig Educational Department in the Directorate of Education in Sharkia Governorate.

Methodology: This study relied on the comparative correlative descriptive approach.

Tools: Several tools were used to verify the validity of the hypotheses of this study, which are: A primary data form (prepared by: the researcher), The emotional memory scale for adolescents (prepared by: the researcher), and the self- confidence scale for adolescents (prepared by the researcher), and the colored successive matrices test (prepared by: Emad Hassan, 2016) to exclude individuals whose intelligence level is below average, and a measure of the economic, social and cultural level (prepared by: Muhammad Saafan, Duaa Khattab, 2016) to exclude individuals Those whose economic, social and cultural level is lower than the average.

Results: The results indicated that there was a statistically significant positive correlation between the scores of the study sample of adolescents on the emotional memory scale for adolescents. And that there are statistically significant differences between the mean scores of the study sample of male and female adolescents on the emotional memory scale for adolescents in the direction of females, and also indicated that there are statistically significant differences between the mean scores of the study sample of male and female adolescents on the scale of self- confidence in the direction of females.

مقبول للنشر فى: ١٢/ ٦/ ٢٠٢٢

مقدمة:

يواجه الفرد فى حياته اليومية العديد من الخبرات الحياتية والمشكلات المتنوعة والمواقف التى تثير لديه مجموعة من الانفعالات والعواطف، والتى بدورها تؤثر على سلوكياته وعلاقته مع الآخرين.

ويسهل تذكر الأحداث والخبرات المشحونة عاطفيا سواء بعواطف إيجابية أو سلبية أكثر من الخبرات التى لم ترافقها مثل هذه العواطف، وهذا ما دعا إلى القول بوجود ذاكرة عاطفية، حيث يزداد التذكر حين التعرض للإثارة العاطفية الشديدة فيتذكر الفرد معلومات وتفصيلات تفوق ما يتذكره فى الظروف العادية (عبدالعزيز حيدر وحيدر مهدي، ٢٠١٤: ٦٧).

وقد اتضح أن المعلومات تخزن وتستعاد وهى محملة بطابعها العاطفى فى أثناء استلامها، فالأفراد لا يستعيدون المعلومات مجردة من شحنتها العاطفية، ولكنهم يستحضرونها شاعرين بالانفعال الذى صاحبها، وهو ما يثير الدافع للقيام بالسلوك المترتب على ذلك الانفعال المستعاد بشكل إيجابى أو سلبي، وهذا يشير إلى نمط جديد من الذاكرة أطلق عليه الذاكرة العاطفية (حسين ابورياش، ٢٠٠٧: ٣٥٥).

وحظيت الذاكرة العاطفية بالاهتمام والدراسة لتأثيرها فى تسيير انفعالات وعواطف الفرد، فهى تتضمن استرجاع الذكريات المقترنة بمشاعر معينة، كتذكر المشاعر المرتبطة بالأحداث السارة بشكل أفضل من المشاعر المرتبطة بالأحداث غير السارة؛ مما يؤثر على الثقة بالنفس للفرد.

ويجب إشباع الحاجة إلى الثقة بالنفس، فالفرد لا يستطيع أن ينمو نموا نفسيا سليما دون إشباعها، فتوافق الفرد فى مراحل نموه المختلفة يتوقف على مدى شعوره بالثقة بالنفس فى طفولته، فإذا تربى فى جو أسرى آمن ودافئ ومشبع لحاجاته فإنه يميل إلى تعميم هذا الشعور على بيئته الاجتماعية، فيرى أنها مشبعة لحاجاته ويرى فى الناس الخير والحب فيتعاون ويتعامل بصدق، ويتسم بالتفاؤل والرضا مما يجعله يحظى بتقدير الآخرين، وينعكس ذلك على مفهومه وتصوره وتقديره لذاته (أحلام محمود وأشرف عبدالغني، ٢٠٠٦: ٩٢).

ويحتاج المراهقون من الناحية النفسية للشعور بأنهم محبوبون كونهم أفرادا مرغوب فيهم لذواتهم وأنهم موضع حب وتقدير من الآخرين، وتظهر هذه الحاجة فى وقت مبكر، وهى أساس انتظام حياة المراهق النفسية، واستقرار مشاعره الاجتماعية، فالحاجة للثقة بالنفس من أهم الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسى السوى والتوافق النفسى والصحة النفسية (هيفاء الخضير، ٢٠١٨: ١٧).

وإذا كانت الثقة بالنفس مهمة للإنسان بصفة عامة فهى أكثر أهمية للمراهقين فى أى مجتمع، حيث أن هناك ارتباط قوى بين النمو الطبيعى سواء كان نفسيا أو جسميا وشعوره بالثقة والاستقرار وارتباطه بمن حوله، فالمراهقة مرحلة مهمة ومؤثرة فى حياة الفرد نظرا للتغيرات المفاجئة والطارئة على مظاهر النمو المختلفة؛ فيكثر التعرض للمشكلات الانفعالية والنفسية، مما يستلزم التدخل للحد من الانفعالات الناتجة عن تلك المشكلات (رضوى حسن، ٢٠١٩: ١٠٩٣).

ولأهمية الذاكرة العاطفية فى حياة المراهق وقيامها بتخزين الأحداث والذكريات المحملة بالمشاعر المرتبطة بمثيرات حسية، ولكون الثقة بالنفس متغيرا مهما من متغيرات الصحة النفسية، ولأن مرحلة المراهقة من أهم وأحرج المراحل التى يمر بها الفرد فى حياته، والتى قد تؤثر فى كل جوانب حياته خاصة النفسية منها.

مشكلة الدراسة:

تجذب مرحلة المراهقة وخصائصها الكثير من العلماء والباحثين فى المجال النفسي، ورغم الدراسات الكثيرة التى تبحث عن هذه الفئة من جميع النواحى والخصائص إلا إننا مازلنا بحاجة إلى مزيد من التعمق فى سمات وخصائص هذه المرحلة الحساسة.

إذ لكل مرحلة من مراحل العمر خصائصها التى تميزها عن غيرها، فمرحلة المراهقة لها خصائصها ومظاهرها ومتطلباتها كالحاجة إلى الثقة بالنفس وتحقيق الذات والقبول الاجتماعى والشعور بالانتماء للجماعة والشعور أنه محبوب ومرغوب فيه لذاته (هيفاء الخضير، ٢٠١٨: ٢).

ويمر المراهق بالعديد من الخبرات المصحوبة بانفعالات معينة تخزن فى الذاكرة، وتحتل هذه الذاكرة العاطفية مكانة مهمة؛ فهى تتضمن استرجاع معلومات مرتبطة بانفعالات إيجابية كالفرح والاطمئنان أو سلبية كالحزن والخوف (فاضل كردي، ٢٠١٨: ٨٤).

فالذاكرة العاطفية تحتفظ بالمواقف الانفعالية للفرد، وتخزنها إلى حين استدعائها فى الموقف المناسب وفى هذا النوع من الذاكرة يسترجع الفرد المادة التذكرية مصحوبة بالانفعالات التى كانت مصاحبة لعملية التخزين (هشام حبيب، ٢٠١٨: ٢٤٤).

وأظهرت نتائج دراسة كونها وآخرين (Cunha et.al., 2014) أن المراهقين الذين يتذكرون المزيد من الذكريات العاطفية الإيجابية التى تتميز بالدفء والهدوء والعناية والأمان يميلون إلى إظهار مستويات منخفضة من أعراض الاكتئاب والقلق والتوتر، مقارنة بأولئك الذين لديهم مستويات منخفضة من الذكريات العاطفية الإيجابية.

وتعد الحاجة إلى الثقة بالنفس من أبرز الحاجات التى تعمل على استمرار السلوك الإنساني، إذ لا يمكن فهم حاجة الفرد للشعور بالثقة بالنفس بمعزل عن بقية الحاجات، حيث تعد هذه الحاجة عاملا أساسيا تندرج أسفله جميع أنواع السلوك، فحين تشبع أى حاجة للفرد فإنه يشعر بالثقة، ومن هنا تبرز أهمية الشعور بالثقة بالنفس للمراهقين، لأنهم يحتاجون كما أشار إيركسون Erikson إلى البحث عن الذات والهوية التى تعطى الفرد إحساسا بالثقة (إبراهيم ماجس، ٢٠١٥: ١٠٤).

ولكون الثقة بالنفس وتحقيقها يعد محركا أساسيا لسلوك الإنسان ويوجهه الوجهة السليمة تجاه مواقف حياته المختلفة إلا أن فقدان الشعور به من شأنه أن يؤدى إلى حدوث مشكلات سلوكية واضطرابات نفسية تعيق سير حياة الإنسان فى مختلف نشاطاته؛ فالثقة بالنفس ضرورة ملحة للإنسان بصفة عامة وللمراهق بصفة خاصة حيث أن له أهمية كبيرة فى حياته وصحته النفسية (أمانى الصواف، ٢٠١٨: ٦٤).

وقد كشفت دراسة منار بنى مصطفى (٢٠١٣) إلى أن فقدان الشعور بالثقة بالنفس لدى المراهقين قد يؤدى إلى التسلطية فى التفكير والمواقف والسلوك، وفقدان الثقة بالنفس، والشك والخوف، وانعدام الثقة بالآخرين، والعدوانية واللامبالاة، وغيرها من السلوكيات التى قد تؤثر بشكل مباشر فى الحالة النفسية والصحية للمراهق.

ولندرة الدراسات السابقة التى تناولت العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى المراهقين (فى حدود ما اطلعت عليه الباحثة) والدراسات التى تناولت الذاكرة العاطفية لدى المراهقين الذكور والإناث، والثقة بالنفس لدى المراهقين الذكور والإناث فى البيئتين العربية والأجنبية؛ مما كان الدافع للقيام بهذه الدراسة لتحديد طبيعة العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين، وتثير مشكلة الدراسة الأسئلة الآتية:

١. ما العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين؟
٢. ما الفرق بين المراهقين الذكور والإناث فى الذاكرة العاطفية؟
٣. ما الاختلاف بين المراهقين الذكور والإناث فى الثقة بالنفس؟

أهداف الدراسة:

تتحدد أهداف هذه الدارسة فى الآتي:

١. الكشف عن العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين.
٢. دراسة الفروق بين الذكور والإناث المراهقين فى الذاكرة العاطفية.
٣. المقارنة بين الذكور والإناث المراهقين فى الثقة بالنفس.

أهمية الدراسة:

١. الأهمية النظرية:

أ. تناولها لأحد الموضوعات البحثية المهمة فى مجال علم النفس المعرفى وهو الذاكرة العاطفية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين.

ب. دراسة متغير وقائى مهم من متغيرات الصحة النفسية (الثقة بالنفس) لدى المراهقين.

ج. ندرة الدراسات التى تناولت الذاكرة العاطفية لدى المراهقين.
د. إثراء الإطار النظرى عن متغير الذاكرة العاطفية لدى المراهقين.

٢. الأهمية التطبيقية:

أ. قد تفيد نتائج هذه الدراسة فى ضرورة الاهتمام بتنمية الذاكرة العاطفية لدى المراهقين.
ب. قد تفيد نتائج هذه الدراسة فى لفت انتباه القائمين على إعداد المناهج بضرورة احتوائها على ما يحسن الذاكرة العاطفية لدى الذكور أو الإناث المراهقين.
ج. قد تفيد النتائج فى لفت انتباه اختصاصى العلاج والإرشاد النفسى إلى إعداد البرامج لتحسين الذاكرة العاطفية لدى الذكور والإناث المراهقين خاصة إذا أشارت نتائج الدراسة إلى انخفاضها لدى أى منهما.
د. قد تفيد النتائج فى لفت انتباه اختصاصى العلاج والإرشاد النفسى إلى إعداد البرامج لتحسين الثقة بالنفس لدى الذكور والإناث المراهقين خاصة إذا أشارت نتائج الدراسة إلى انخفاضه لدى أى منهما.

مفاهيم الدراسة:

- الذاكرة العاطفية Emotional Memory: هى اختصار للدلالة على ذاكرة التجارب والمواقف المختلفة والخبرات التى أثارت رد فعل عاطفي، وهى القدرة على التذكر الواعى لجوانب تلك التجارب بمعنى آخر كوصف تأثيرات الانفعال على الذاكرة العرضية (Kensinger& Murray, 2012: 1128).

وهى الذاكرة التى تحتفظ بالمواقف الانفعالية للفرد، وتخزنها إلى حين استدعائها فى الوقت المناسب، وفى هذا النوع من الذاكرة يسترجع الفرد المادة التذكرية مصحوبة بالانفعالات التى كانت مصاحبة لعملية التخزين (هشام حبيب، ٢٠١٨: ٢٤٤).

التعريف الإجرائي: هى الصورة الذهنية المختزنة فى ذاكرة الفرد، والمرتبطة بالمثيرات الحسية وبالمشاعر الإيجابية مثل السعادة والأمان والاسترخاء، والمشاعر السلبية مثل الحزن والخوف والقلق، والتى يستدعيها فى موقف مشابه للموقف الأصلى وتبدو فى التفاؤل والذاكرة العاطفية قصيرة المدى والذاكرة العاطفية طويلة المدى، ويعبر عنه إجرائيا بالاستجابة اللفظية لعينة الدراسة من المراهقين على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين (إعداد الباحثين).

- الثقة بالنفس Self- Confidence: هى حالة نفسية من الشعور بالارتياح والسكون والطمأنينة والتقبل يشعر بها الفرد من أسرته ومجتمعه وكذلك شعوره بالحماية من التعرض للأخطار الاجتماعية والاقتصادية والنفسية (عبدالمجيد أبوعمرة، ٢٠١٢: ٢٠).

وهى شعور المراهق بالأمان والسلامة من خلال تقبله لذاته وللآخرين، ونظرته الإيجابية في الحياة التي تتسم بالاحترام والدفء والاستقلالية وتقييم ذاته وخلوه من التوتر والخوف من أي تهديد يشعره بفقد الثقة والطمأنينة (عواطف محمد، ٢٠١٣: ٨).

التعريف الإجرائي: هى حالة نفسية يشعر فيها المراهق بالحب والتقبل من الآخرين، والانتماء والمكانة فى الجماعة، والطمأنينة والسلامة، والهدوء والارتياح والاستقرار الانفعالي، والسعادة والرضا عن النفس، وتبدو فى تقبل الذات والتسامح معها والثقة بالنفس وتقبل الآخرين وإقامة علاقات إجتماعية جيدة، ويعبر عنه إجرائيا بالاستجابة اللفظية لعينة الدراسة من المراهقين على مقياس الثقة بالنفس للمراهقين (إعداد الباحثين).

- المراهقة Adolescence: هى فترة انتقالية بين الطفولة والبلوغ من التغيرات والأشكال التنموية السريعة إلى الاستقرار لحد كبير النمو الجسدى والفكرى والاجتماعى والعاطفى (Wolfe& Mash, 2006).

وهى المرحلة الانتقالية التى يعيشها الإنسان بين الطفولة والشباب، وتمتد إلى العقد الثانى من حياة الفرد من الثالثة عشرة إلى الحادية والعشرين، وتتحدد بداية المراهقة بالبلوغ الجنسى ونهايتها بالشباب ثم الرشد والوصول إلى النضج فى مظاهر النمو المختلفة (سهيلة بنات وآخرون، ٢٠١٠: ١٩٠).

التعريف الإجرائي: هى المرحلة الانتقالية بين الطفولة والشباب يصل فيها الفرد إلى النضج فى مظاهر النمو المختلفة ويندمج فى حياة الكبار، وتتحدد إجرائيا بالمرحلة العمرية ما بين (١٣- ١٥) سنة.

دراسات سابقة:

أمكن تقسيم الدراسات السابقة فى المحاور الثلاثة الآتية:

- دراسات تناولت الذاكرة العاطفية لدى المراهقين.

١. بحثت دراسة بولمور وآخرين (Bullmor et.al., 2016) التصوير بالرنين المغناطيسى الوظيفى للذاكرة العاطفية وتأثيرها فى اكتئاب المراهقين، وتكونت العينة من ٥٦ مراهقا مريضا باكتئاب حاد تراوحت أعمارهم ما بين (١١- ١٧) سنة ومجموعة متطابقة من ٣٠ مشاركا سويا، وأشارت النتائج إلى أنه خلال فترة المراهقة يختلف النشاط العصبى الفسيولوجى المرتبط بالذاكرة العاطفية لدى المصابين بالاكتئاب، وتكون الذاكرة العاطفية أفضل لدى الأسوياء عنها لدى المرضى.

٢. وهدفت دراسة هشام حبيب (٢٠١٨) إلى دراسة أثر برنامج تدريبى لتفعيل الوعى بمكونات ما وراء المعرفة لليقظة العقلية فى زيادة سعة الذاكرة العاملة العاطفية باختلاف الحالة المزاجية (الموجبة/ السالبة) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من ١٢٨ طالبا، بواقع ٣٠ طالبا مجموعة تجريبية أولى (مجموعة الحالة المزاجية السالبة)، و٣٣ طالبا مجموعة تجريبية ثانية (مجموعة الحالة المزاجية الموجبة)، و٦٥ طالبا مجموعة ضابطة، وتم استخدام مقياس الذاكرة العاملة العاطفية واستبيان اليقظة العقلية واستبيان ما وراء المعرفة والبرنامج التدريبي، وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج فى زيادة سعة الذاكرة الانتقالية الموجبة، وخفض السالبة.

٣. وبحثت دراسة رضوى حسن (٢٠١٩) الإسهام النسبى لكل من التجهيز الانفعالى للمعلومات ومفهوم الذات فى الذاكرة العاطفية لدى طلاب التعليم الثانوي، وقد تكونت العينة من ٢٩٦ طالبا وطالبة من الصف الثانى الثانوي، منهم ١٤٤ طالبا و١٥٢ طالبة، وقد تم استخدام الأدوات التالية: مقياس الذاكرة العاطفية، ومقياس التجهيز الانفعالى للمعلومات، ومقياس مفهوم الذات، وأسفرت نتائج الدراسة عن أنه لا يمكن التنبؤ بدرجات الطلاب على مقياس الذاكرة العاطفية من خلال درجاتهم على مقياس التجهيز الانفعالى للمعلومات ومقياس مفهوم الذات، واتضح أن الإناث أفضل من الذكور فى الذاكرة العاطفية.

- دراسات تناولت الثقة بالنفس لدى المراهقين:

١. هدفت دراسة أحمد خلايله (٢٠١٩) إلى التعرف على مستوى التماسك الأسرى وعلاقته بالثقة بالنفس لدى المراهقين، والكشف عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى استجابات أفراد عينة الدراسة حول مستوى التماسك الأسرى والثقة بالنفس تبعا لمتغيرى الجنس ومع من يعيش، وتكونت العينة من ٣٤٦ طالبا وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (١٣- ١٥) عاما، وتم استخدام مقياس التماسك الأسرى ومقياس الثقة بالنفس، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى التماسك الأسرى لدى المراهقين جاء مرتفعا، وأن مستوى الثقة بالنفس لدى المراهقين جاء متوسطا، وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى التماسك الأسرى وفى مستوى الثقة بالنفس لدى المراهقين تعزى لمتغير الجنس وجاءت الفروق لصالح الإناث، وعدم وجود فروق تبعا لمتغير مع من يعيش، ووجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين التماسك الأسرى والثقة بالنفس لدى المراهقين فى منطقة سخنين.

٢. وتناولت دراسة حامد قاسم (٢٠١٩) أثر أسلوب القصد المعاكس فى تنمية الثقة بالنفس لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية، تكونت من ٢٠ طالبا وزعوا بالتساوى على مجموعتين ضابطة وتجريبية، واستخدم مقياس الثقة

بالنفس وبرنامج إرشادى قائم على أسلوب القصد المعاكس، وأوضحت النتائج فاعلية البرنامج فى تحسين الثقة بالنفس لدى عينة الدراسة.

٣. واهتمت دراسة محمد إسماعيل (٢٠٢٠) بالكشف عن العلاقة بين الجنوح الكامن والثقة بالنفس، وتكونت العينة من ٣٠٠ طالبا وطالبة، تراوحت أعمارهم من (١١- ١٤) عاما، واستخدمت مقياس الجنوح الكامن ومقياس الثقة بالنفس، وأظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائيا بين درجات الجنوح الكامن والثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المراهقين الذكور والإناث على مقياس الثقة بالنفس.

- دراسات تناولت العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى المراهقين:

١. هدفت دراسة رنا دراوشة (٢٠١٤) إلى التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس والتفاؤل والتشاؤم (من أبعاد الذاكرة العاطفية) لدى المراهقين، وتكونت العينة من ٢٠٠ طالبا وطالبة من المراهقين فى المدارس الإعدادية، وتم استخدام مقياس الثقة بالنفس للمراهقين ومقياس التفاؤل والتشاؤم، وأظهرت نتائج الدراسة أن الثقة بالنفس بشكل عام جاءت بدرجة مرتفعة لدى المراهقين بقضاء الناصرة، وإلى وجود ارتباط إيجابى دال إحصائيا بين الثقة بالنفس والتفاؤل والتشاؤم على الدرجة الكلية للمقياس لدى المراهقين بقضاء الناصرة.

٢. وبحثت دراسة كونها وآخرون (Cunha, et.al, 2014) إلى قياس الذكريات العاطفية الإيجابية لدى المراهقين وتحليل عامل التأكيد للذكريات المبكرة لمقياس الدفء والثقة، وتكونت العينة من ٦٥١ مراهقا، واستخدمت مقياس الذكريات المبكرة للدفء ومقياس الاكتئاب والقلق والإجهاد، وأظهرت النتائج أن المراهقين الذين يتذكرون المزيد من الذكريات العاطفية الإيجابية، التى تتميز بالدفء والهدوء والعناية يميلون إلى إظهار درجات منخفضة من أعراض الاكتئاب والقلق والتوتر، مقارنة بأولئك الذين لديهم درجات منخفضة من الذكريات العاطفية الإيجابية.

٣. وهدفت دراسة تاهيروفيتش وجوسيتش (Tahirovic& Jusić, 2016) إلى استكشاف العلاقة بين الذكريات المبكرة، والذكريات العاطفية عن الدفء (أحد مكونات بعد الذاكرة العاطفية الإيجابية) والثقة، وأسلوب التعلق الحالى للمراهقين، وتكونت العينة من ١٦٧ مراهق ومراهقة، وتم استخدام مقياس الذكريات المبكرة للدفء والثقة واستبيان خصائص الذاكرة واستبيان مرفق الكبار، وأثبتت النتائج أن المحتوى العاطفى لذكريات المراهقين المبكرة هو فى الغالب الفرح ٤١,٧%، الخوف ٢٣,٣%، الحزن ٨,٦%، المفاجأة ٨%، والغضب ٧,٤%، وتم الكشف عن الذاكرة الأولى بعمر ٤,٧ سنة، مع عدم وجود فرق معنوى بين الذكور والإناث. ومع ذلك وصفت الإناث ذاكرتهن الأولى بكلمات أكثر من الذكور، أظهرت النتائج أن المراهقين المرتبطين بثقة حصلوا على درجات أعلى بشكل ملحوظ مقارنة بأقرانهم المرتبطين بشكل غير واثق، ولم يختلف الأفراد المرتبطون بثقة أو غير ثقة فى أبعاد حيوية الذاكرة الأولى والتكافؤ العاطفى والإثارة العاطفية.

تعقيب على دراسات سابقة:

أشار استقراء نتائج الدارسات السابقة إلى ما يلي:

١. ندرة الدارسات التى تناولت الذاكرة العاطفية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى المراهقين (فى حدود ما اطلعت عليه الباحثة) فى البحوث والدراسات العربية والأجنبية.

٢. ندرة الدارسات التى تناولت الذاكرة العاطفية لدى المراهقين (فى حدود ما اطلعت عليه الباحثة) فى البحوث والدراسات الأجنبية، والتى تناولت الذاكرة العاطفية عامة فى الدراسات العربية.

٣. يختلف النشاط العصبى الفسيولوجى المرتبط بالذاكرة العاطفية لدى المراهقين المصابين بالاكتئاب، وتكون الذاكرة العاطفية أفضل لدى الأسوياء عنها لدى المرضى.

٤. إن تفعيل الوعى بمكونات ما وراء المعرفة لليقظة العقلية له دور فى زيادة سعة الذاكرة العاملة العاطفية باختلاف الحالة المزاجية (الموجبة/ السالبة) لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

٥. لا يمكن التنبؤ بدرجات الطلاب على مقياس الذاكرة العاطفية من خلال درجاتهم على مقياس التجهيز الانفعالى للمعلومات ومقياس مفهوم الذات.

٦. وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين التماسك الأسرى والثقة بالنفس لدى المراهقين.

٧. لأسلوب القصد المعاكس دور فى تحسين الثقة بالنفس.

٨. وجود ارتباط سالب دال إحصائيا بين درجات الجنوح الكامن والثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

٩. وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين الثقة بالنفس والتفاؤل لدى المراهقين.

١٠. المراهقين الذين يتذكرون المزيد من الذكريات العاطفية الإيجابية التى تتميز بالدفء والهدوء والعناية ويميلون إلى إظهار درجات منخفضة من أعراض الاكتئاب والقلق والتوتر، مقارنة بأولئك الذين لديهم مستويات منخفضة من الذكريات العاطفية الإيجابية.

١١. تباين حجم العينة بين الدراسات ففى حين كانت فى دراسة (ن= ٦٥١) كانت فى دراسة أخرى (ن= ٢٠).

١٢. تنوعت الدراسات التى تناولت الثقة بالنفس ما بين الاعتماد على المنهج الوصفى والمنهج التجريبي.

١٣. استعانت معظم الدراسات التى تناولت الذاكرة العاطفية أو الثقة بالنفس بمقاييس من إعداد معدى الدراسات.

فروض الدراسة:

فى ضوء أهداف الدراسة ونتائج الدراسات السابقة أمكن تحديد فروض الدراسة كما يلي:

١. يوجد ارتباط دال إحصائيا بين درجات عينة الدراسة من المراهقين على مقياسى الذاكرة العاطفية للمراهقين والثقة بالنفس للمراهقين.

٢. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الذكور والإناث من المراهقين على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين.

٣. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الذكور والإناث من المراهقين على مقياس الثقة بالنفس للمراهقين.

منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفى الارتباطى المقارن حيث دراسة العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى عينة من المراهقين، وبيان الفروق بين الذكور والإناث من المراهقين فى الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس.

مجتمع العينة:

تحدد مجتمع العينة فى المراهقين فى بعض المدارس الإعدادية الحكومية فى محافظة الشرقية الذين تراوحت أعمارهم ما بين (١٣- ١٥) عاما فى الصفوف الدراسية الأول والثانى والثالث الإعدادي.

عينة الدراسة:

تنقسم عينة الدراسة إلى:

١. عينة حساب الكفاءة السيكومترية: استعين بعينتين كالتالي:

أ. الأولى اشتملت على المراهقين (ن= ٣٠) لحساب الكفاءة السيكومترية لمقياسى الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس للمراهقين تراوحت أعمارهم ما بين (١٣- ١٥) عاما وذلك من نفس مدارس العينة الأساسية فى محافظة الشرقية ونفس الصفوف الدراسية الأول والثانى والثالث الإعدادي.

ب. الثانية اشتملت على المراهقين (ن= ٣٠) لحساب الكفاءة السيكومترية (صدق

التمييز بين المجموعات المتباينة) لمقياسى الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس للمراهقين تراوحت أعمارهم ما بين (١٦- ١٨) عاما وذلك من مدارس ثانوية فى محافظة الشرقية ومن الصفوف الدراسية الأول والثانى والثالث الثانوي.

٢. العينة الأساسية: اشتملت عينة الدراسة على (ن= ١٠٠) من المراهقين (٥٠ ذكور و٥٠ إناث) تراوحت أعمارهم ما بين (١٣- ١٥) عاما بمتوسط عمرى قدره ١٣,٣٤٠ وانحراف معيارى قدره ٠,٥٥٤، ومن خلال السجلات المتاحة وسؤال أولياء الأمور وبمعاونة الاختصاصيين الاجتماعيين والاختصاصيين النفسيين اختير مجموعة من المراهقين بطريقة قصدية وفقا للآتي:

أ. ألا يعانوا من أمراض مزمنة.

ب. ألا تكون لديهم إعاقة.

ج. ألا يكونوا منفصلى الوالدين.

د. ألا يقل مستواهم الاقتصادى الاجتماعى الثقافى عن المتوسط بعد تطبيق مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى (محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦).

وقد تم اختيار الأطفال الذين حصلوا على معامل ذكاء ٥٠ فأكثر بعد تطبيق اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة (إعداد عماد حسن، ٢٠١٦). واستبعاد الذين حصلوا على معامل أقل من ذلك. وقد اختيرت هذه العينة فى صورتها النهائية من مدرسة عبداللطيف حسانين الإعدادية المشتركة ومدرسة الشهيد مسعود على بحيرى الإعدادية بنين، التابعين لإدارة شرق الزقازيق التعليمية بمديرية التربية والتعليم بمحافظة الشرقية.

التكافؤ بين المراهقين الذكور والإناث: قام الباحثين بحساب التكافؤ بين عينتى الذكور والإناث من المراهقين فى (العمر- الذكاء- المستوى الاقتصادى والاجتماعي) والتى من شأنها التأثير فى نتائج الدراسة باستخدام اختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، ويوضح ذلك الجدول التالى:

جدول (١) المتوسطان والانحرافان المعياريان وقيمة (ت) ودلالتها بين عينتى الدراسة من المراهقين الذكور والإناث فى العمر والذكاء والمستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافي

المجموعة / المتغير	الذكور (ن= ٥٠)		الإناث (ن= ٥٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
العمر	١٣,٣٢٠	٠,٦٢٠	١٣,٣٥٤	٠,٤٨٣	٠,٣٠٣	٠,٠١
الذكاء	٩٥,٧٦٠	١,٩٨٥	٩٥,٤١٦	٢,٠٦١	٠,٨٤٠	٠,٠١
المستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافي	٧٦,٤٢٠	١٩,٧٥٤	٧٤,٧٠٨	٧,٤٦٣	٠,٥٦٣	٠,٠١

أشارت نتائج الجدول السابق إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينتى الذكور والإناث من المراهقين فى العمر، وعلى اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة، وعلى مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافي؛ مما يؤكد على تكافؤ المجموعتين الذكور والإناث.

أدوات الدراسة:

اعتمد الباحثين لتحقيق أهداف هذه الدراسة والتحقق من صدق فروضها على الأدوات التالية:

- مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين: أعده الباحثين بهدف قياس الذاكرة العاطفية لدى المراهقين، وبلغ عدد بنوده ٣٠ بندا، وتكون من أبعاد (الذاكرة العاطفية الإيجابية، الذاكرة العاطفية السلبية، الإثارة العاطفية، التكافؤ العاطفي)، وتم حساب ثبات بطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس بمعادلة سبيرمان- براون وكان معامل الثبات ٠,٧٢٣، وطريقة معامل ألفا لكرونباخ وكان معامل الثبات ٠,٨٩٩، وتم حساب صدق التمييز بين المجموعات المتباينة حيث بلغت قيمة (ت) ١٠,٠٤٠ عند مستوى دلالة ٠,٠١، ومتوسط الدرجات عند المراهقين عمر (١٣- ١٥) عاما ٦٨,٦٠٠، والانحراف المعيارى ٤,٣٤٣، أما المراهقين عمر (١٦- ١٨) عاما فبلغ متوسط درجاتهم ٧٨,٤٨٢، والانحراف المعيارى ٣,٠٨٩.
- مقياس الثقة بالنفس للمراهقين: أعده الباحثين بهدف قياس الثقة بالنفس لدى المراهقين، وبلغ عدد بنوده ٣٠ بندا، وتم حساب ثبات بطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس بمعادلة سبيرمان- براون وكان معامل الثبات ٠,٧٠٤، وطريقة معامل ألفا لكرونباخ وكان معامل الثبات ٠,٨٥٤، وتم حساب صدق التمييز بين المجموعات المتباينة حيث بلغت قيمة (ت) ٦,٤١٨ عند مستوى دلالة ٠,٠١، ومتوسط الدرجات عند المراهقين عمر (١٣- ١٥) عاما ٦٦,٣٠٠، والانحراف المعيارى ٣,٣٣٣، أما المراهقين عمر (١٦- ١٨) عاما فبلغ متوسط درجاتهم ٧٣,٣٤٤، والانحراف المعيارى ٤,٩٦٦.
- مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافي (أعده محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦): يتكون من ٢٦ بندا لتقدير المستوى الاقتصادى الاجتماعي الثقافي، واستخدم فى هذه الدراسة لاستبعاد الأشخاص الذين يقل مستواهم الاقتصادى والاجتماعى والثقافى عن المتوسط، ولحساب التكافؤ بين الذكور والإناث من المراهقين على المستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافي؛ وقد حسب الثبات بطريقتى ألفا لكرونباخ وتراوحت المعاملات ما بين (٠,٦١- ٠,٨٥)، وتراوحت معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس بمعادلة سبيرمان براون ما بين (٠,٦٣- ٠,٨٦)، أما الصدق فقد حسبا الاتساق الداخلى وتراوحت معاملاته ما بين (٠,٤١- ٠,٨٢).
- اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة (أعده رافن Raven): وقد أعاد تعديله وتقنينه (عماد حسن، ٢٠١٦) ويعد من الاختبارات غير اللفظية المتحررة من قيود الثقافة لقياس الذكاء، وهو يتكون من ٣ اقسام متدرجة الصعوبة هى (أ، أب، ب)، ويشمل كل قسم ١٢ بندا، ويشمل الاختبار ٣٦ مصفوفة أو تصميم أحد أجزائه ناقصا، وقد حسب ثبات الاختبار على العينات المصرية باستخدام معادلة كودر ريتشاردسون وقد بلغت قيمتها ٠,٨٥، أما بالنسبة لصدق الاختبار فقد تراوحت معاملات الارتباط بين الاختبار وبعض المقاييس الفرعية لاختبار وكسلر ومتاهات بورتيوس، ولوحة سيجان ما بين (٠,٢٨- ٠,٥٢)، كما تم حساب معاملات الارتباط بين الأقسام الفرعية للمقياس وتراوحت بين (٠,٤٥- ٠,٧٣)، وحساب معاملات الارتباط بين الأقسام الفرعية للمقياس والدرجة الكلية وتراوحت بين (٠,٨٧- ٠,٩٣) وجميعها دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١.

إجراءات تطبيق الأدوات:

أجريت الدراسة فى شهرى فبراير ومارس ٢٠٢٢، بالبدء باختيار العينة، ثم حساب التكافؤ بين عينة المراهقين الذكور والإناث على متغيرات الذكاء والعمر والمستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافي، وتم التطبيق بصورة جماعية فى غرفة مناهل معرفة كل مدرسة من المدارس المذكورة سالفا حيث أن كل منها تتسع لعدد أفراد عينتى الذكور والإناث كل على حده، وروعى التطبيق على الذكور والإناث فى كل مدرسة فى نفس التوقيت وكان بعد الحصة الثانية، وكان التطبيق لكل عينة فى يوم منفصل وفى مدرستها، وقد طبق مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين أولا، ثم مقياس الثقة بالنفس للمراهقين، وبنفس الطريقة.

الأساليب الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من صدق فروضها وبناء على حجم عينتها استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: معامل ألفا لكرونباخ لحساب ثبات مقياسى الذاكرة العاطفية للمراهقين والثقة بالنفس للمراهقين، ومعامل ارتباط بيرسون لحساب ثبات التجزئة النصفية لمقياسى الذاكرة العاطفية للمراهقين والثقة بالنفس للمراهقين، والتحقق من صدق الفرض الأول لتحديد طبيعة العلاقة بين الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس لدى عينة الدراسة، ومعادلة سبيرمان- براون لتصحيح طول المقياس فى حساب معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياسى الذاكرة العاطفية للمراهقين والثقة بالنفس للمراهقين، واختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة لحساب صدق التمييز بين المجموعات المستقلة لمقياسى الذاكرة العاطفية

للمراهقين والثقة بالنفس للمراهقين، والتحقق من صدق الفرضين الثانى والثالث فى المقارنة بين الذكور والإناث المراهقين فى الذاكرة العاطفية والثقة بالنفس.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

- الفرض الأول: ينص على "يوجد ارتباط موجب دال احصائيا بين درجات عينة الدراسة من المراهقين على مقياسى الذاكرة العاطفية للمراهقين والثقة بالنفس للمراهقين"، وللتحقق من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة معامل ارتباط بيرسون وكما يتبين من الجدول التالى:

جدول (٢) قيم معاملات الارتباط بين درجات عينة المراهقين (ن= ١٠٠) على مقياسى الذاكرة العاطفية للمراهقين والثقة بالنفس للمراهقين

المتغيرات	الثقة بالنفس
الذاكرة العاطفية	**٠,٨٦٧

**دال عند مستوى ٠,٠١

أشارت نتائج الجدول السابق إلى تحقق صدق الفرض الأول؛ حيث وجد ارتباط موجب دال إحصائيا بين درجات عينة الدراسة من المراهقين على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين ومقياس الثقة بالنفس وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠١. وبمقارنة هذه النتيجة بنتائج الدراسات السابقة التى تيسر الاطلاع عليها نلاحظ أنها اتفقت مع نتائج دراسة (رنا الدرواشة، ٢٠١٤) ودراسة كونها وآخرون (Cunha, et.al, 2014) على وجود ارتباط بين الذاكرة العاطفية واثقة بالنفس حيث وجد ارتباط إيجابى دال إحصائيا بين الثقة بالنفس والتفاؤل والتشاؤم (من أبعاد الذاكرة العاطفية)، ويمكن تفسير النتيجة بترابط المفاهيم إذ أن توافر الشعور بالثقة بالنفس يبعث بالطمأنينة والشعور بالتقبل اجتماعيا من الغير، وشعوره بالانتماء ومحبته لذاته، والأسرة هى عامل مهم لبناء الشعور بالثقة بالنفس التى تعد حجر الأساس لإشباع حاجات الفرد النفسية، وبالتالى تبنى لدى الفرد نظرة إيجابية تفاؤلية نحو ذاته ونحو الآخرين ونحو بيئته ومستقبله، فللثقة بالنفس والتفاؤل والتشاؤم أساس واحد وهو الأسرة، وكذلك هما أساس كل واحد للآخر. ويمكن عزو النتيجة إلى عدد من العوامل التى تحيط بالفرد من شتى المجالات، والتى تؤثر على أمنه وثقته بنفسه وعلى علاقاته الاجتماعية وتفكيره نحو ذاته ونحو الآخرين إما بالتفكير التفاؤلى الإيجابى وإما بالتفكير التشاؤمي، وتتمثل هذه العوامل بعوامل التنشئة الأسرية بتأثيرها على شعور الفرد وتفكيره نحو ذاته، وبالعوامل الاجتماعية التى تطبع لدى الفرد باكتساب الأفكار والاتجاهات السائدة فى مجتمعه. وكذلك يمكن عزو النتيجة إلى العوامل الاكاديمية بنجاحه أو فشله وتعزيز نجاحه ومحاولة مساعدته عند فشله ليشعر بالثقة، من حيث توفير النشاطات والطرق للطلبة لتعزيز نجاحهم، أو حتى تفهم نقطة فشلهم وتفهم قدراتهم وتوفير الأساليب اللازمة والمتطورة لتنمية القدرات لديهم ليعزز الشعور إما بالتفاؤل أو بالتشاؤم (رنا الدرواشة، ٢٠١٤).

وأن المراهقين الذين يتذكرون المزيد من الذكريات العاطفية الإيجابية التى تتميز بالدفء والهدوء والعناية يميلون إلى إظهار درجات منخفضة من أعراض الاكتئاب والقلق والتوتر مقارنة بأولئك الذين لديهم درجات منخفضة من الذكريات العاطفية الإيجابية حيث أشار (Dolcos, 2006: 1- 8) فى نظريته أن مرحلة المراهقة تكون زاخرة بالمشاعر الإيجابية والسلبية لكن ما يعيشه المراهقون نحو كل ما يمكن أن يواجهونه من مواقف عاطفية كفيل باستثارة الذكريات العاطفية الإيجابية أكثر من السلبية مما يجعلهم قادرين على تنظيم عواطفهم بصورة أكثر إيجابية، ومقاومة الضغوط اليومية العادية أو غير العادية وبشكل مستمر من أجل تحقيق الأهداف المستقبلية التى يتطلعون إليها.

- الفرض الثاني: ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من المراهقين الذكور والإناث على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين"، وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار(ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، ويوضح ذلك الجدول التالى:

جدول (٣) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين المراهقين الذكور والإناث على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين

المجموعة / المكون	الذكور (ن= ٥٠)		الإناث (ن= ٥٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
الذاكرة العاطفية	٦٨,٨٦٠	٤,٧٧٢	٧٨,٣٧٥	٣,٥٧٠	١١,١٤٠	٠,٠١

أشارت نتائج الجدول السابق إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من المراهقين الذكور والإناث على مقياس الذاكرة العاطفية للمراهقين (الذاكرة العاطفية الإيجابية، والذاكرة العاطفية السلبية، والإثارة العاطفية، والتكافؤ العاطفي، والدرجة الكلية) وذلك فى اتجاه المراهقات الإناث. وبمقارنة هذه النتيجة بنتائج الدراسات السابقة التى تيسر الاطلاع عليها نلاحظ أنها اتفقت مع نتائج دراسة دراسة (آلاء الرواف، ٢٠٠٨) ودراسة (حيدر قيصر، ٢٠١٤) ودراسة (رضوى حسن، ٢٠١٩) والتى هدفت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث فى الذاكرة العاطفية فى اتجاه الإناث، ويمكن تفسير هذه النتيجة على وفق نظرية دولكوس (Dolcos, 2006: 4- 9) التى تشير أن الإناث لديهن ذاكرة عاطفية إيجابية أكثر من الذكور الذين يميلون إلى تذكر المواقف العاطفية السلبية؛ إذ أن الميول الأنثوية تبحث عن المواضيع الغنية عاطفيا التى تعزز الذكريات الإنفعالية.

فيما اختلفت مع نتائج دراسة (شيرى مسعد وإحسان شكري، ٢٠١٧) ودراسة كونها وآخرون (Cunha et.al, 2016) ودراسة (AlHammadi, 2021) والتى أشارت إلى عدم وجود فروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى الذاكرة العاطفية، حيث أنهم متقاربين فى الحالة المزاجية ويحيون نفس الظروف ويعانون نفس المشكلات، كما أن سمة العصر صبغت على كليهما بنفس الحالة لذا تشابهت انفعالاتهم وذكرياتهم واختفت الفروق الموجودة فيما بينهم، بحيث أصبحت ذكرياتهم حيال المواقف التى يمرون بها متشابهة ولا فرق بينهم فيها (شيرى مسعد وإحسان شكري، ٢٠١٧).

- الفرض الثالث: ينص على "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من المراهقين الذكور والإناث على مقياس الثقة بالنفس للمراهقين"، وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، ويوضح ذلك الجدول التالى:

جدول (٤) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين المراهقين الذكور والإناث على مقياس الثقة بالنفس للمراهقين

المجموعة / المكون	الذكور (ن= ٥٠)		الإناث (ن= ٥٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
الثقة بالنفس	١٦,١٦٠	١,٦٥٨	١٨,٣٣٣	٢,٤٣٤	٥,١٨٣	٠,٠١

أشارت نتائج الجدول السابق إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة من المراهقين الذكور والإناث على مقياس الثقة بالنفس للمراهقين وذلك فى اتجاه المراهقات الإناث. وبمقارنة هذه النتيجة بنتائج الدراسات السابقة التى تيسر الاطلاع عليها نلاحظ أنها اتفقت مع نتائج دراسة (حليمة عكسة، ٢٠١٤) ودراسة (أنور عبدالعزيز، ٢٠١٩) ودراسة (أحمد خلايله، ٢٠١٩) ودراسة (هبة النادي، ٢٠٢١) والتى هدفت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث فى الثقة بالنفس فى اتجاه الإناث والتى هدفت إلى أن مرحلة المراهقة تعتبر مرحلة حرجة فى حياة الفرد، حيث أن الثقة بالنفس له دور هام فى هذه المرحلة فإن نجاح الفرد فى حياته الاجتماعية وحياته الأكاديمية لابد أن يتوافر لديه قدر من الثقة بالنفس وأن الفرد الذى يتمتع بالثقة بالنفس يستطيع اتخاذ القرار ويتميز بالدقة فى التعبير عن انفعالاته مما يجعله قادر على ممارسة حياته بشكل أفضل مع الآخرين.

وأمكن تفسير نتائج هذا الفرض فى ضوء أن المراهقين من الإناث قد حصلو على نسبة أعلى من الذكور على مقياس الثقة بالنفس حيث أنه يجب الاهتمام بالناحية الانفعالية والوجدانية للفرد على اعتبار أنها وسيلة من وسائل توافق الفرد مع

المتغيرات المتلاحقة والمتصارعة التى تحيط به انطلاقا من أن مشاعر الفرد وانفعالاته من أهم المؤثرات فى توجيه سلوكه بصفة عامة وذلك على اعتبار أن التوجيه الدقيق والسريع فى الانفعالات يسمح بردود أفعال عاطفية وسلوكية وانفعالية دقيقة، وأن ضعف الثقة بالنفس يعد سببا فى حدوث الاضطرابات النفسية، أو قيام الفرد بسلوك عدوانى تجاه مصادر إحباط حاجته إلى الثقة وقيامه باتخاذ أنماط سلوكية غير سوية من أجل الحصول على الثقة التى يفتقر إليها أو الإنطواء على النفس من أجل المحافظة على ثقته بنفسه، كما أن النقد المتعدد والمتكرر للمراهقين يساعد على ظهور القلق ومن ثم عدم الشعور بالثقة ومخالفة القوانين والمعايير الإجتماعية، كما أن الإحباط المستمر يعرض الطفل والمراهق إلى الشعور بعدم الأمان (هبة النادي، ٢٠٢١)، وإذا حدث الحرمان من الثقة فى مرحلة المراهقة فإنه يؤثر تأثيرا سلبيا على الصحة النفسية فى مراحل الحياة، لأن الحرمان من الثقة يعنى تهديدا خطيرا لإشباع حاجات الطفل والمراهق الضرورية وهو لا يزال غير قادر على إشباعها فيشعر بالحرمان الذى ينمى فيه سمات التوافق السئ التى من أهمها سمات القلق والعداوة والشعور بالذنب (سمارة عزيز، عصام نمر، ٢٠٠٩)، ولذلك نرى الذكور منخفضى الثقة بالنفس يعانون من المشاكل السلوكية والاجتماعية المتعلقة بالقلق والانطواء والانعزال عن الآخرين بنسبة اعلى من الإناث الذين يتمتعون بالثقة بالنفس والذى يعصمهم من الوقوع فى المشاكل السلوكية والنفسية مثل الذكور.

وأثبتت النتائج أن من أسباب تمتع الإناث بالثقة بالنفس بنسبة أعلى من الذكور أن لدى الإناث القدرة على الوعى بذاتهم وانفعالاتهم والوعى بالآخرين ومشاعر العاطفة التى يتصف بها الإناث تؤهلهم للتعاطف مع المحيطين والتفاعل معهم وتجعل لديهم القدرة على التوجيه الذاتى والسيطرة على التفكير بنسبة أعلى من الذكور.

توصيات الدراسة:

توصى هذه الدراسة فى ضوء نتائجها ونتائج الدراسات السابقة بضرورة ما يلي:

١. احتواء الأنشطة الصفية واللاصفية على ما ينمى الذاكرة العاطفية لدى المراهقين.
٢. قيام وسائل الإعلام بإبراز أهمية الثقة بالنفس كمتغير إيجابى مهم فى النجاح فى الحياة.
٣. عقد ندوات بالمدارس عن أهمية الثقة بالنفس فى حياة المراهقين الحالية والمستقبلية.
٤. تنظيم برامج تدريبية للمعلمين فى المدارس عن كيفية التعامل مع المراهقين بصفة عامة والمراهقين الذين يحتاجون إلى تنمية الثقة بالنفس لديهم بصفة خاصة.
٥. تدريب الآباء على كيفية تحسين الذاكرة العاطفية لدى ابنائهم المراهقين.

بحوث مقترحة:

فى ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج اقترحت هذه الدراسة البحوث التالية:

١. الذاكرة العاطفية وعلاقتها بالثقة بالنفس لدى عينة من طلبة الجامعة.
٢. الذاكرة العاطفية وعلاقتها بتوكيد الذات لدى عينة من المراهقين.
٣. فاعلية برنامج فى تنمية الذاكرة العاطفية لدى عينة من المراهقين.
٤. أثر أساليب المعاملة الوالدية فى تحسين الثقة بالنفس لدى الأبناء.
٥. دور المدرسة فى تحقيق الثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من وجهة نظر أولياء الأمور.

المراجع:

١. إبراهيم ماجس (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادى يستند إلى مهارات التواصل فى خفض التوتر وتحسين الشعور بالأمن النفسى لدى طلبة المرحلة الثانوية. **مجلة البلقاء للبحوث والدراسات**، ١٨(٢)، ١٠١- ١١٩.

٢. أحلام محمود، وأشرف عبدالغنى (٢٠٠٦). الأمن النفسى أبعاده ومحدداته من الطفولة إلى الرشد: دراسة ارتقائية. **مجلة التربية المعاصرة**، ٧٣، ٧٧- ١٧٨.

٣. أحمد خلايله (٢٠١٩). التماسك الأسرى وعلاقته بالأمن النفسى لدى المراهقين فى منطقة سخنين. **رسالة ماجستير**، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.

٤. آلاء الرواف (٢٠٠٨). الاستدلال الحدسى وعلاقته بالذاكرة الانفعالية والذاكرة اللاشعورية. **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد.

٥. أمانى الصواف (٢٠١٨). الأمن النفسى وعلاقته بالدافعية للإنجاز والاتجاه نحو المدرسة لدى طالبات المرحلة الثانوية (الصف الأول والثالث الثانوي). **مجلة كلية التربية جامعة طنطا**، ٧١(٣)، ٥٩- ١١٣.

٦. أنور عبدالعزيز (٢٠١٩). علاقة الحضور النفسى المدرك للأب بالأمن النفسى للمراهقين فى محافظة غزة. **مجلة العلوم التربوية**، ٢٠(١)، ٩٦- ١١٢.

٧. حامد قاسم (٢٠١٩). أثر أسلوب القصد المعاكس فى تنمية الأمن النفسى لدى طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية. **مجلة كلية الآداب جامعة بغداد**، ١٢٨، ٢٣٥- ٢٧٢.

٨. حسين ابورياش (٢٠٠٧). **التعلم المعرفي**. عمان: دار المسيرة للطباعة والنشر.

٩. حليمة عكسة (٢٠١٤). تصورات المراهق حول الوسط المدرسى وعلاقتها بكل من الشعور بالأمن النفسى والانتماء المدرسى لديه. **رسالة ماجستير** غير منشورة. جامعة الحاج لخضر باتنة.

١٠. حيدر قيصر (٢٠١٤). أساليب التعلم على وفق الذاكرة الانفعالية لدى طلبة الجامعة. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة القادسية.

١١. رضوى حسن (٢٠١٩). الإسهام النسبى لكل من التجهيز الانفعالى للمعلومات ومفهوم الذات فى الذاكرة الانفعالية لدى طلاب التعليم الثانوي. **مجلة كلية التربية جامعة بورسعيد**، (٢٦)، ١٠٨٨- ١١٢٣.

١٢. رنا الدراوشة (٢٠١٤). الأمن النفسى وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى المراهقين فى قضاء الناصرة. **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك.

١٣. سهيلة بنات، ويوسف مقدادي، وسعاد غيث، ونايفة الشوبكي، وعز الرشدان، ومنى درويش (٢٠١٠). **الإرشاد الأسري**. الأردن: المجلس الوطنى لشؤون الأسرة.

١٤. شيرى مسعد، إحسان شكرى (٢٠١٧). الذاكرة الانفعالية والشفقة بالذات وعلاقتهما ببعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة الجامعة. **مجلة كلية التربية جامعة بنى سويف**، (١٤) ٧٩.

١٥. عبدالعزيز حيدر، وحيدر مهدى (٢٠١٤). التنبؤ بالإنجاز فى ١٠٠م سباحة حرة بدلالة الذاكرة الانفعالية لدى سباحى أندية المحافظات الوسطى والجنوبية. **مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية**، (١٤)٢، ٦٥- ٨٦.

١٦. عبدالمجيد أبوعمرة (٢٠١٢). الأمن النفسى وعلاقته بمستوى الطموح والتحصيل الدراسى لدى طلبة الثانوية العامة، دراسة مقارنة بين أبناء الشهداء وأقرانهم العاديين فى محافظة غزة. **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر- غزة.

١٧. عماد حسن (٢٠١٦). **اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة لRaven**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

١٨. عواطف محمد (٢٠١٣). الأمن النفسي وعلاقته بالحضور- الغياب النفسي للأب لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظات غزة. **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.

١٩. فاضل كردى (٢٠١٨). هوية الأنا وعلاقتها بالذاكرة الانفعالية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. **المجلة الأوروبية لتكنولوجيا علوم الرياضة**، ٢٠، ٨٣- ٩٧.

٢٠. محمد إسماعيل (٢٠٢٠). الجنوح الكامن وعلاقته بالأمن النفسى الأسرى لدى طلاب المرحلة الإعدادية. **مجلة كلية التربية جامعة كفر الشيخ**، ٢٠(٣)، ٣٤٩- ٣٧٢.

٢١. محمد سعفان، دعاء خطاب (٢٠١٦). **مقياس المستوى الاقتصادي، الاجتماعي،**

الثقافي. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

٢٢. منار بنى مصطفى (٢٠١٣). الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسى والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة الوافدين فى جامعة اليرموك. **المجلة الأردنية فى العلوم التربوية**، ٩(٢)، ١٤١- ١٦٢.

٢٣. هبة النادى (٢٠٢١). الشعور بالأمن النفسى وعلاقته بالتنمر المدرسى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية: دراسة ارتباطية مقارنة. **حوليات آداب عين شمس**، ٤٩، ٢٦٧- ٢٩٥.

٢٤. هشام حبيب (٢٠١٨). أثر برنامج قائم على تفعيل الوعى بمكونات ما وراء المعرفة لليقظة العقلية فى زيادة سعة الذاكرة العاملة الانفعالية. **مجلة دراسات نفسية**، ٢٨(٢)، ٣٠٩- ٣٥١.

٢٥. هيفاء الخضير (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادى جمعى يستند إلى نظرية إدلر فى خفض الشعور بالنقص وتحسين مستوى الأمن النفسى لدى المراهقين فى الأردن. **رسالة دكتوراه** غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

26. Bullmore, E., Goodyer, I., Graham, J., Hagan, C., Holt, R.& Lennox, B. (2016). Fnctional MRI of emotional memory in adolescent depression. **The Journal of Developmental Cognitive Neuroscience**, 19, 31- 41.

27. Cunha, M., Inês, M., Matos, M.& Xavier, A. (2014). Measuring Positive Emotional Memories in Adolescents: Psychometric Properties and Confirmatory Factor Analysis of the Early Memories of Warmth and Safeness Scale. **International Journal of Psychology and Psychological Therapy**, 14(2), 245- 259.

28. Fayza AlHammadi. (2021). Gender Differences in the Lexical Retrieval of Emotionally Valenced Words: The Case of Adult Saudi EFL Learners. **The Scientific Journal of King Faisal University**, **Humanities and Management Sciences**, 22(1), 409- 413.

29. Kensinger, E.& Murray, B. (2012). **Emotional Memory. Encyclopedia of the Sciences of Learning**, 1128- 1131.

30. Tahirović, S.& Jusić, M. (2016). Earliest Memories, Positive Emotional Memories of Warmth and Safeness, and Attachment Style in Adolescent. Epiphany: **Journal of Transdisciplinary Studies**, 9(1), 149- 160.

31. Wolfe, D.& Mash, E. (2006). **Behavioral and Emotional Disorders in Adolescents: Nature, Assessment, and Treatment**. New York: The Guilford Press.