Middle East Journal of Economics, Law and Social Sciences (MEJELSS)
مجلة الشرق الأوسط للاقتصاد والقانون والعلوم الاجتماعية
Online ISSN: 3062-3448
Volume 2, Issue 1, 2026, Page No: 13-35
https://mideastjournals.com/index.php/mejelss/index

Self-Esteem and its Relationship to Emotional Stability among Females with Delayed Marriage: A Comparative Study between Working and Non-working Females in Hai Al-Andalus Municipality

Najah Al-Mabrouk Mohammed Al-Talib *
NESDB – National Economic & Social Development Board, Libya

تقدير الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج: دراسة مقارنة بين العاملات وغير العاملات ببلدية حي الأندلس

نجاح المبروك محمد الطالب *
المجلس الوطني للتطوير الاقتصادي والاجتماعي، ليبيا

*Corresponding author: amal.amy.nn@gmail.com

Received: November 22, 2025	Accepted: January 16, 2026	Published: January 27, 2026

Abstract
This study aimed to investigate the relationship between self-esteem and emotional stability among females with delayed marriage and to identify differences in these variables based on occupational status (working vs. non-working). The study adopted a descriptive methodology (correlational and comparative) and was conducted on a sample of 300 females with delayed marriage in the Hai Al-Andalus municipality of Tripoli, aged 28 to 38 years, selected through purposive-random sampling. Standardized psychological scales for self-esteem and emotional stability were administered after verifying their psychometric properties. The results revealed a statistically significant positive correlation between self-esteem and emotional stability. Furthermore, findings indicated significant differences in self-esteem levels in favor of working females. The study recommended enhancing psychological and vocational empowerment programs for this group to improve their overall mental health.

Keywords: Self-esteem, Emotional Stability, Delayed Marriage, Working Women, Tripoli, Hai Al-Andalus Municipality.

الملخص
هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج، والتعرف على الفروق في هذين المتغيرين تبعاً للحالة المهنية (عاملة/ غير عاملة). اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي (الارتباطي والمقارن)، وطُبقت على عينة قوامها 300 فتاة من المتأخرات عن الزواج في نطاق بلدية حي الأندلس بمدينة طرابلس، ممن تتراوح أعمارهم بين 28 إلى 38 سنة، تم اختيارهن بطريقة القصدية العشوائية. استُخدمت مقاييس نفسية لتقدير الذات والاتزان الانفعالي بعد التحقق من خصائصها السيكومترية. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي. كما كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لصالح

الفتيات العاملات .أوصت الدراسة بضرورة تعزيز برامج التمكين النفسي والمهني لهذه الفئة لرفع مستوى الصحة النفسية .

الكلمات المفتاحية: تقدير الذات، الاتزان الانفعالي، تأخر الزواج، المرأة العاملة، طرابلس، بلدية حي الأندلس.

المقدمة:

يُعد الزواج مؤسسة اجتماعية محورية شهدت تحولات جذرية استجابة للتغيرات الاقتصادية والاجتماعية، لا سيما مع ارتفاع مستويات تعليم المرأة ومشاركتها في سوق العمل. ورغم أن هذا التمكين جعل الزواج خياراً واعياً، إلا أنه أفرز تحديات نفسية واجتماعية للفتيات اللواتي تجاوزن سن الزواج المتعارف عليه اجتماعياً.

يواجه المجتمع الليبي خصوصية في هذا السياق نتيجة الظروف السياسية والأمنية والاقتصادية الأخيرة التي أثرت على أنماط الزواج. ويولد تأخر الزواج لدى الفتاة شعوراً بالرفض الاجتماعي، مما قد ينعكس سلباً على تقديرها لذاتها، ويعرضها لمشاعر القلق والحرمان، مهدداً بذلك اتزانها الانفعالي.

وتشير الأدبيات النفسية إلى وجود ارتباط وثيق بين انخفاض تقدير الذات وارتفاع مستويات القلق وعدم الاستقرار النفسي لدى المتأخرات عن الزواج، حيث يتأثر ذلك بعوامل كالدعم العائلي والوضع الاقتصادي والمهني. ومن هنا، تنبع أهمية هذه الدراسة في استقصاء العلاقة بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج في بلدية حي الأندلس، مع بحث الفروق بين العاملات وغير العاملات، لتقديم رؤية علمية تدعم بناء برامج إرشادية ملائمة.

مشكلة الدراسة:

يشهد المجتمع الليبي تحولات اجتماعية عميقة، برزت معها ظواهر تستدعي الدراسة والتحليل، لعل أبرزها ظاهرة "تأخر سن الزواج". تشير الإحصاءات إلى ارتفاع ملحوظ في هذه الظاهرة، حيث وصلت النسبة إلى 30% ممن تجاوزن سن الثلاثين (شنيب، 2021: 105-106). هذا الواقع يفرض تحديات نفسية واجتماعية قد تؤثر على البناء النفسي للفتاة، وتحديدًا فيما يتعلق بـ "تقدير الذات" و"الاتزان الانفعالي."

وتتحدد مشكلة الدراسة في رصد الباحثة -من خلال خبرتها الميدانية والاطلاع على الأدبيات- وجود فجوة بحثية محلية تربط بين تأخر الزواج وبين المتغيرات النفسية (تقدير الذات والاتزان الانفعالي). وتستند الدراسة إلى النظرية النفسية لكاتل التي تؤكد محورية الاتزان الانفعالي في تحديد المزاج العام والسلوك اليومي (الهمص، 2010: 30)، وتتقاطع مع نتائج دراسات سابقة كدراسة أبو زيد،(1987) التي أثبتت وجود ارتباط وثيق بين إدراك الذات والاتزان الانفعالي.

وبناءً عليه، تتبلور مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس:

ما درجة تقدير الذات لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لديهن في مدينة طرابلس؟

الأهمية والأهداف:

تكتسب الدراسة أهميتها من:

- **نظرياً :**سد الفجوة في المكتبة الليبية حول الديناميات النفسية للفتاة المتأخرة عن الزواج، وتوفير أدوات قياس مقننة محلياً.
- **عملياً :**تزويد المرشدين النفسيين والاجتماعيين ببيانات دقيقة لبناء برامج إرشادية داعمة، وتوجيه صناع القرار لتقديم تسهيلات تدعم استقرار الشباب والفتيات.

وتهدف الدراسة إلى:

الكشف عن العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي، وإجراء مقارنة بين الفتيات (العاملات وغير العاملات) في بلدية حي الأندلس، للوقوف على أثر العمل كمتغير وسيط في هذه العلاقة.

الإطار المفاهيمي (المصطلحات المحددة):
تم ضبط المصطلحات لغوياً واصطلاحياً وإجرائياً بما يخدم سياق البحث:

- **الذات:**
نظام معقد يشمل المستويات العصبية والنفسية والاجتماعية(Thagard, 2010) ، وهي الصورة الذهنية التي يكونها الفرد عن نفسه .(Baumeister, 2014) وتعرف إجرائياً في هذه الدراسة بالدرجة التي تحصل عليها المبحوثة على مقياس تقدير الذات.
- **تقدير الذات:**
هو التقييم الانفعالي العام الذي يشعر الفرد أنه يستحقه، ويشمل معتقداته عن ذاته (عدوي والشربيني، 2021: 384). إجرائياً: هو مدى احترام الفتاة لذاتها وتقبلها لإمكاناتها في ضوء وضعها الاجتماعي.
- **الاتزان الانفعالي:**
قدرة الفرد على الاستجابة للمثيرات بثبات واستقرار نفسي (الخالدي، 2009: 49).
إجرائياً: قدرة الفتاة المتأخرة عن الزواج على ضبط انفعالاتها واستعادة هدوئها بعد المواقف الضاغطة.
- **تأخر الزواج:**
تجاوز الفتاة للسن المتعارف عليه اجتماعياً للزواج (بوشكارة، 2022: 9)، ويحدد إجرائياً في هذه الدراسة بتجاوز سن 30 عاماً.
- **العمل (المرأة العاملة/ غير العاملة):**
الجهد المبذول لتلبية الاحتياجات (ابن عثمان، وبوحفص، 2023). وتعرف المرأة العاملة إجرائياً بأنها التي تزاول نشاطاً اقتصادياً، بينما غير العاملة هي التي لا تمارس عملاً مدراً للدخل (عبد الوهاب، 2019).

حدود الدراسة:

- **الحدود الموضوعية :**تقدير الذات، الاتزان الانفعالي، تأخر الزواج، العمل.
- **الحدود البشرية :**الفتيات المتأخرات عن الزواج (28 - 38 سنة)، حجم المجتمع المستهدف (2122) فتاة.
- **الحدود المكانية :**مدينة طرابلس - بلدية حي الأندلس.
- **الحدود الزمانية :**العام الدراسي 2025/2024م.

تعريف بمصطلحات الدراسة:

الذات:
لقد أولى القرآن الكريم عناية كبيرة بالذات البشرية، باعتبارها محور التوازن النفسي والاجتماعي للإنسان، حيث أشار إليها في مواضع متعددة تؤكد على قدراتها وإمكاناتها ومسؤولياتها، يقول تعالى: "وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ"(الذاريات: 21)، في دعوة للتأمل في مكونات الذات وما تحمله من طاقات داخلية. كما أبرز القرآن الطبيعة المزدوجة للنفس وما جُبلت عليه من استعداد للخير والشر، فقال"فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا * قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا" (الشمس: 8–10)، وهو ما يوضح أن تقدير الذات مرتبط بمدى تزكيتها وتنميتها أخلاقيًا وروحيًا.
وفي جانب الوعي الذاتي، أشار القرآن إلى أن الإنسان أدرى بذاته وبمواطن ضعفه وقوته، حيث قال"بَلِ الْإِنسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ (14) وَلَوْ أَلْقَى مَعَاذِيرَهُ(15)" (القيامة: 14–15)، مما يعكس أهمية المراجعة المستمرة للذات كمدخل لتحقيق التوازن الانفعالي، ومن جهة أخرى ربط القرآن الطمأنينة النفسية بالاتصال الروحي بالله تعالى، فقال"الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ" (الرعد: 28)، مؤكداً أن الاتزان الانفعالي يتحقق من خلال الإيمان والتعلق بالله.
كما حمّل القرآن الإنسان مسؤولية صون ذاته وحمايتها من الانحراف، فقال"يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنفُسَكُمْ ۖ لَا يَضُرُّكُم مَّن ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ" (المائدة: 107)، وهو توجيه يرسخ قيمة الوعي الذاتي وتقديرها. وبذلك

يتضح أن التصور القرآني للذات البشرية لا يقف عند حدود الفرد، بل يتعداها ليؤثر في استقراره النفسي والاجتماعي، وهو ما يجعل من دراسة تقدير الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج مسعى ينسجم مع التوجيهات القرآنية في بناء شخصية متوازنة قادرة على التكيف مع التحديات الاجتماعية والنفسية.

التعريف اللغوي :تُطلق الذات على النفس والشخص، و"ذات الشيء" هي حقيقته وعينه (المعجم الوسيط، 1998).

التعريف الاصطلاحي: هي منظومة خصائص الفرد التي يقيّمها بنفسه (ديب، 2014). وعرّفها (Baumeister, 2014)بأنها اعتماد الفرد على تصوراته حول صفاته وهويته، بينما يراها (Thagard, 2010)نظاماً معقداً يتوزع على مستويات عصبية ونفسية واجتماعية.

التعريف الإجرائي :هي الصورة الذهنية الكلية التي يمتلكها الفرد عن سماته (جسدياً، عقلياً، انفعالياً)،

تقدير الذات:

التعريف اللغوي :يشير إلى آراء الشخص وانفعالاته الذاتية وسريرته المضمرة (المعجم الوجيز، 1998).

التعريف الاصطلاحي :التقييم الانفعالي العام الذي يستشعره الفرد تجاه نفسه، بما يتضمنه من معتقدات ومشاعر فخر أو خجل (عدوي والشربيني، 2021). وهو مدرك يعكس ثقة الفرد في قدراته (زغادة، 2017).

التعريف الإجرائي :هو مستوى الاحترام والقبول الذي تمنحه الفتاة لنفسها وقدراتها، ومدى تكيفها مع محيطها، ويُقاس كمياً من خلال درجات الاستجابة على مقياس الدراسة.

الاتزان والاتزان الانفعالي:

الاتزان :هو الاعتدال بين أركان ثلاثة: النفس، المجتمع، والصلة بالله (العيساوي، 2011). وإجرائياً: قدرة الفرد على الموازنة بين متطلبات محيطه لضمان حياة مستقرة.

الانفعال :تغير مفاجئ يشمل الجوانب النفسية والفسيولوجية ويؤثر في السلوك (زرقي، 2019). وإجرائياً: ردة فعل تفقد الفرد سيطرته الظاهرية والداخلية في المواقف الطارئة.

الاتزان الانفعالي :حالة استقرار نفسي تعبر عن ثبات الاستجابة للمثيرات (الخالدي، 2009).

التعريف الإجرائي للاتزان الانفعالي :قدرة الفتاة على استعادة هدوئها بسرعة بعد التعرض لمثير انفعالي، والحفاظ على ضبط النفس الواقعي، بما يحقق التوافق مع الذات والآخرين.

الزواج وتأخر الزواج:

الزواج لغةً: هو الاقتران والازدواج (ابن منظور، 1990). واصطلاحاً هو عقد يشرّع الاستمتاع (ابن عابدين، 1966)، وغايته السكن والإحصان (الخرس، 2021). وإجرائياً: ارتباط شرعي وقانوني بين رجل وامرأة يهدف لتأسيس أسرة مستقرة.

تأخر الزواج :تأجيل الارتباط عن السن المعتادة وفق المعايير الاجتماعية المتغيرة (الواعر، 2018)، أو تجاوز السن العرفية للزواج (بوشكارة، 2022).

التعريف الإجرائي لتأخر الزواج :تجاوز الفتاة لسن الزواج المتعارف عليه في المجتمع الليبي (30 سنة فما فوق)، مع استمرار حالة العزوبية رغم توفر الأهلية النفسية والبيولوجية.

العمل:

التعريف اللغوي :المهنة والجهد، والفاعل عامل (ابن منظور، 1990).

التعريف الاصطلاحي :الجهد العقلي أو العضلي المبذول لتلبية الاحتياجات، ويتخذ أبعاداً ثقافية وحضارية (ابن عثمان وبوحفص، 2023).

التعريف الإجرائي :أي نشاط (يدوي، بدني، أو ذهني) تمارسه الفتاة مقابل أجر مادي، مساهمةً في التنمية والخدمة الاجتماعية.

المرأة العاملة وغير العاملة:

المرأة العاملة :هي المشاركة في النشاط الاقتصادي بأجر أو دونه مع احتفاظها بأدوارها الأسرية (منظمة العمل الدولية،ILO:2018).

التعريف الإجرائي للمرأة العاملة: كل أنثى تزاول نشاطاً منتجاً بقطع النظر عن نوع العقد.

المرأة غير العاملة :هي التي يقتصر دورها على الأعمال المنزلية غير المدفوعة (عبد الوهاب، 2019). وإجرائياً: هي التي تكرس جهدها للإطار الأسري دون أن تدرّ دخلاً مادياً مستقلاً.

تقدير الذات:

يُمثل تقدير الذات حجر الزاوية في بناء الشخصية الإنسانية، حيث يتجاوز كونه مجرد مفهوم نفسي ليصبح محدداً رئيساً للصحة النفسية والكفاءة الاجتماعية. وقد انتقل الاهتمام بهذا المتغير من السياق النظري إلى المسارات التطبيقية والوقائية، باعتباره بديلاً استراتيجياً للتدخلات العلاجية التقليدية في مواجهة المشكلات الاجتماعية (الدريني وآخرون، 1983).

المفهوم والتطور

تطور مفهوم تقدير الذات من أطر بسيطة تركز على مطابقة الذات الواقعية بالمثالية إلى نماذج معقدة متعددة الأبعاد. ويمكن تحديد الفوارق المفاهيمية الجوهرية وفق الآتي:

- المنظور التقييمي :يرى "كوبرسميث" أنه التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه، معبراً عن اعتقاده بكفاءته ونجاحه (الدريني وآخرون، 1983).
- المنظور الوجداني :يميز "سميث وماكي" (2007) بين مفهوم الذات كبناء معرفي، وتقدير الذات كتقييم وجداني (شعوري) إيجابي أو سلبي.
- المنظور التكاملي :طرح "حامد زهران" (1997) تعريفاً شاملاً باعتباره تكويناً معرفياً منظماً للمدركات، مقسماً إياه إلى ثلاثة أبعاد :(الذات المدركة، الذات الاجتماعية، والذات المثالية).

أهمية تقدير الذات وأبعاده

تتجلى أهمية تقدير الذات في كونه المحرك الأساسي للدوافع السلوكية، حيث يرتبط المستوي المرتفع منه بجودة الأداء، وانخفاض حدة القلق والاكتئاب، وتعزيز أنماط الحياة الصحية (عمروش وبن مجاهد، 2024). وتتشكل مستويات الذات ضمن منظومة خماسية تشمل: (الحيوية، النفسية، الاجتماعية، الروحية، والاستقلالية) (زهران، 2000).

تطور تقدير الذات والعوامل المؤثرة

يُعد تقدير الذات عملية نمائية تبدأ من الطفولة المبكرة، وتصل ذروة تشكلها في **مرحلة المراهقة** (12-18 عاماً)، وهي المرحلة التي تشهد "انفجاراً" في وعي الذات نتيجة المقارنات الاجتماعية والسعي نحو الاستقلالية (يونسي، 2012). وتتأثر هذه العملية بعدة عوامل:

1. الخبرات الشخصية وتجارب النجاح والفشل.
2. التنشئة الأسرية والمحيط الثقافي (أبو زيد، 1987).
3. الفجوة بين الذات الواقعية والذات المثالية.

المقاربات النظرية المفسرة

- **النظرية الاجتماعية المعرفية :**تعتبره نتاج تفاعل تبادلي بين العوامل المعرفية والسلوك والبيئة.
- **نظرية التحقق من الذات :**ترى أن الأفراد يسعون لتأكيد مفاهيمهم الذاتية (سواء كانت سلبية أو إيجابية) للحفاظ على الاستقرار النفسي.
- **نظرية الهوية الاجتماعية :**تربط تقدير الذات بالانتماء للمجموعات المرموقة (Tajfel & Turner, 1979).

ترى الباحثة إن تقدير الذات ليس سمة ثابتة، بل هو عملية ديناميكية تسعى لتحقيق الاتساق بين إدراك الفرد لذاته وتطلعاته المثالية من جهة، وبين تفاعلاته مع البيئة الاجتماعية من جهة أخرى، مما يجعله الضامن الرئيس للتوافق النفسي العام.

الزواج:

يُعد الزواج نظاماً شرعياً واجتماعياً محورياً، يقوم في المنظور الإسلامي على "الميثاق الغليظ" والمودة والرحمة، بوصفه الوسيلة الأسمى لتحقيق الاستقرار النفسي والعفة (أحمد وفرج، 2004). وتتعدد مفاهيم

الزواج بتعدد زوايا النظر إليه؛ فبينما يبرز قانونياً كعقد ينشئ حقوقاً وواجبات متبادلة، يظهر سوسيولوجياً كمؤسسة ضابطة للعلاقات الإنسانية تهدف لضمان الاستقرار المجتمعي .(Al-Ghamdi, 2018) أما سيكولوجياً، فيُعرف بكونه علاقة تكاملية بين فردين مستقلين تسهم في نموهما النفسي والاجتماعي (Gottman & Silver, 2012).

ابعاد الزواج:

تتضافر غايات الزواج لتشمل أبعاداً نفسية (الأمان العاطفي)، وبيولوجية (استمرار النسل)، واجتماعية (تنظيم الحقوق وتوزيع المسؤوليات) (المصري، 2006). وتتنوع أنماطه وفقاً لمعايير التعدد (أحادي أو متعدد)، أو طريقة التكوين (تقليدي، عاطفي، مدني، ديني)، أو الديمومة (دائم أو مؤقت) (الخولي، 1984).

أهمية الزواج للفرد والمجتمع

- **على المستوى الفردي :**يعزز التوافق النفسي، ويلبي الاحتياجات الوجدانية والفيزيولوجية، ويُسهم في النضج الشخصي وتحسن الصحة العامة (فوليت وعبد الرحمن، 1998؛ البحيري، 2020).
- **على المستوى المجتمعي :**يمثل الوحدة الأساسية للبناء الاجتماعي، ويحد من الظواهر السلوكية السلبية، ويحقق التوازن القيمي والاقتصادي (الساعاتي، 1981).

النظريات المفسرة للزواج:

تتعدد الرؤى السوسيولوجية والنفسية في تحليل ظاهرة الزواج، حيث يقدم كل تيار فكري زاوية تحليلية تعكس تعقيد هذه المؤسسة وديناميكيتها:

النظرية الوظيفية :(Functionalism) ينظر رائدها "تالكوت بارسونز" للزواج بوصفه مؤسسة مركزية تضمن التوازن الاجتماعي عبر تنظيم التكاثر والتنشئة الاجتماعية وفق القيم السائدة، مما يجعله "آلية لضمان الاستقرار البنائي للمجتمع" (بلخير، 2012: 29).

النظرية الصراعية :(Conflict Theory) يرى "ماركس وإنجلز" أن الزواج أداة لإعادة إنتاج الهيمنة الطبقية والذكورية، حيث يُستخدم "لتقنين توزيع السلطة والميراث وضبط أدوار النوع الاجتماعي" ضمن المجتمعات الأبوية.(1884)

النظرية التفاعلية الرمزية :(Symbolic Interactionism) تركز على المعاني الذاتية والتفاعلات اليومية، حيث يُعتبر الزواج "ظاهرة تُبنى من خلال الرموز واللغة والتواصل" لتكوين هوية زوجية مشتركة (الساعاتي، 1981: 164).

نظرية التبادل الاجتماعي :(Social Exchange Theory) تُفسر استمرارية الزواج استناداً إلى "مبدأ المنفعة المتبادلة وتوازن العائد مقابل الجهد"، حيث يسعى الأطراف لتعظيم المكاسب وتقليل التكاليف النفسية والمادية.(1958)

النظرية التطورية :(Evolutionary Theory) تقترح أن الزواج آلية بيولوجية تهدف لضمان بقاء النوع، حيث ترتكز الاختيارات الزوجية على "معايير التكيف والقدرة على توفير الموارد (Buss, 1989) ".

نظرية الأنظمة الاجتماعية :(Systems Theory) تُصنف الزواج كنظام فرعي داخل نظام كلي، يتفاعل ديناميكياً مع الهياكل القانونية والسياسية، ويتأثر بالتحولات التكنولوجية والاجتماعية (بلخير، 2012: 34).

تعقيب على النظريات: تتجاوز مؤسسة الزواج كونها عقداً ثابتاً لتصبح "ظاهرة ديناميكية" تستوجب الدمج بين المداخل الوظيفية والصراعية لفهم تعقيداتها في ظل العولمة؛ فهي الإطار الضامن للاستقرار العاطفي وبناء الأسرة في بيئة آمنة.

ترى الباحثة إلى أن الزواج يمثل **"**ظاهرة ديناميكية "تتجاوز الأطر المؤسسية الجامدة لتتفاعل باستمرار مع المتغيرات الاقتصادية والسياسية المعاصرة. وترى الباحثة أن تعقيد هذه العلاقة يستوجب تبني مدخل

نظري تكاملي يدمج بين الأبعاد الوظيفية والصراعية، مع ضرورة تكثيف الدراسات الميدانية لفهم تمظهرات الزواج في ظل العولمة.
كما تؤكد الباحثة على أن الزواج يظل الركيزة الاجتماعية والقانونية الضامنة للاستقرار الإنساني؛ فهو الإطار الذي يحقق التوازن العاطفي والاقتصادي للأفراد، والبيئة التربوية المثلى لتنشئة الأجيال في سياق من المودة والتفاهم، بما يحفظ تماسك البناء المجتمعي ويقي الأفراد من العزلة والوحدة.

ظاهرة تأخر الزواج:

تمهيد

تُعد ظاهرة تأخر سن الزواج من أبرز السمات الاجتماعية المعاصرة، وتحديداً في السياق العربي والليبي، حيث لم يعد مجرد خيار فردي بل نتاجاً لتقاطعات سوسيو-اقتصادية وثقافية معقدة. وتكمن خطورة هذه الظاهرة في انعكاساتها المباشرة على البناء النفسي للفرد وتماسك النسيج المجتمعي (السناد، 2007).

المفهوم والتمايز الاصطلاحي

تتعدد التعريفات الإجرائية لتأخر الزواج، إلا أنها تلتقي عند نقطة "تجاوز السن المعتاد أو الملائم اجتماعياً للارتباط" (بعزة، 2009). ويجب التمييز هنا بين **تأخير الزواج** كحالة مؤقتة ناتجة عن أسباب ظرفية أو شخصية، وبين **العنوسة** التي تتسم بالديمومة وتخطي سن الزواج بصفة نهائية وفق المنظور الاجتماعي (بعزة، 2009: 4).

المحددات المسببة لتأخر الزواج:

تتشابك مجموعة من العوامل لتشكل هذه الظاهرة، يمكن تصنيفها وفق الآتي:

- **المحددات الاقتصادية :**وتتمثل في اتساع فجوة البطالة، وغلاء المهور، والارتباط الشرطي بين الاستقلال المالي والقدرة على بناء وحدة أسرية مستقلة (الهمص، 2010).
- **المحددات الثقافية والتعليمية :**يُعد التعليم الجامعي وما بعد الجامعي عاملاً حاسماً في تأجيل الزواج؛ حيث توجد علاقة عكسية بين المستوى الأكاديمي وسن الارتباط، مدفوعة بسعي المرأة لتحقيق الاستقلال المهني والذاتي (عليوي واللوزي، 2020).
- **المحددات النفسية والصحية :**تشمل القلق الاجتماعي، والمخاوف من الفشل الزواجي الناتجة عن خبرات سلبية، بالإضافة إلى تأثير الأزمات الصحية العالمية (كجائحة كورونا) في خفض معدلات الزواج (العصيمي، 2025؛ الإحصاء المركزي، 2020).

الانعكاسات النفسية والاجتماعية:

تتأرجح آثار تأخر الزواج بين مسارين:

1. **المسار الإيجابي :**يمنح الفرد فرصة للنضج، وتطوير الذات، وتحقيق الطموحات المهنية، والاستقلال الشخصي.
2. **المسار السلبي :**يرتبط بضغوط اجتماعية قسرية، وشعور بالوحدة أو النقص، مما قد يفضي إلى انخفاض تقدير الذات والاكتئاب (الأنصاري، 2000؛ البطران، 2013).

التغير الاجتماعي وديناميكية الظاهرة:

ترى الباحثة أن تأخر الزواج يعكس تحولاً عميقاً في "سلم الأولويات القيمية"؛ حيث تراجعت الأنماط التقليدية أمام تصاعد قيم الفردانية والاستقلال المادي. وتؤكد الباحثة أن هذا التحول أفرز نمطاً "انتقائياً" في اختيار الشريك، يتطلب استعداداً نفسياً ومادياً يتجاوز ما كان مألوفاً في الأجيال السابقة (حسين وسلوم، 2021).

الخلاصة:

تخلص الباحثة إلى أن تأخر الزواج ليس مجرد مشكلة "توقيت"، بل هو إفراز طبيعي للتحولات البنيوية في المجتمعات الحديثة. وترى الباحثة أن الخوف من "الزيجات الفاشلة" والمشكلات المرتبطة بالتواصل والخيانة العاطفية باتت تشكل عائقاً نفسياً يدفع الشباب نحو العزوف أو التأجيل، مما يستوجب استراتيجيات توعوية جديدة تتواءم مع هذه التحولات (الأنصاري، 2000).

رابعاً: الاتزان الانفعالي:
يُمثل الانفعال استجابة نفسية وفزيولوجية مركبة للمنبهات، تتأثر بالإدراك المعرفي للمثيرات (الزغلول وآخرون، 2002). أما الاتزان الانفعالي، فهو حالة من الثبات النسبي والقدرة على التحكم في الردود الوجدانية، بما يسمح للفرد بالتحول المرن من التوتر إلى الاستقرار عبر نشاط هادف (الخالدي، 2002). وتؤكد الدراسات الحديثة أن الاتزان الانفعالي ليس مجرد سمة سكونية، بل هو "عملية ديناميكية" تعكس مرونة الفرد في مواجهة ضغوط الحياة (الزيادنة، 2023؛ العدساني، 2019).

الاتزان الانفعالي في ضوء بنية الشخصية والصحة النفسية:
يعد الاتزان الانفعالي قطباً موجباً في مقابل "العصابية"، ويتجلى في سمات الرزانة والتفاؤل (فائق، 2003). ويجب التمييز إجرائياً بينه وبين **النضج الانفعالي**؛ حيث يشير الأخير إلى التحرر من الأنماط السلوكية الطفولية والقدرة على تأجيل الإشباع (شريفة، 2018).

- **منظور التحليل النفسي :**ترى الباحثة أن الاتزان يرتبط بقوة "الأنا" وقدرتها على التوفيق بين المطالب الغريزية (الهو) والضوابط الأخلاقية (الأنا الأعلى)، مما يقي من الانجراف خلف الانفعالات الحادة (القحطاني، 2013).
- **منظور أدلر :**يربط بين السواء النفسي والأهداف الاجتماعية؛ فالشخص المتزن هو من يوجه طاقته نحو التوافق الاجتماعي وليس التمركز الأناني حول الذات (عبد الله، 2001).

المحددات المؤثرة في الاتزان الانفعالي:
تتضافر عدة محاضن اجتماعية في تشكيل هذا المتغير:

- **الأسرة :**السياق الذي يمنح الفرد مفهوم ذات إيجابي ويؤصل للصحة النفسية (القادري، 2008).
- **المؤسسات التعليمية :**تلعب دوراً حيوياً عبر الأنشطة التي تعزز مهارات التكيف وضبط التوتر (الحداد وبكر، 2021).
- **جماعة الأصدقاء :**توفر دعماً اجتماعياً يقلل القلق ويعزز الوعي الانفعالي (العتيبي، 2022).

الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات والزواج:
توجد علاقة تبادلية بين الاتزان وتقدير الذات؛ فالقدرة على إدارة المشاعر السلبية تمنح الفرد شعوراً بالكفاءة والسيطرة، مما يحسن صورته الذهنية (السامري والنجار، 2016) .أما في **السياق الزواجي**، فيعد الاتزان الركيزة الأساسية لخلق بيئة آمنة؛ إذ يتيح للشريكين التواصل الواعي، وإدارة الخلافات بطرق بناءة، وتوفير الدعم العاطفي المتبادل (أبو حماد، 2019).

آليات تعزيز الاتزان والتحكم الانفعالي:
يمكن تنمية الاتزان عبر تقنيات سلوكية ومعرفية تشمل:

1. **الممارسات التأملية والاسترخاء :**لخفض الاستثارة الفسيولوجية (صالح، 2021).
2. **التفكير الإيجابي والامتنان :**لإعادة توجيه الانتباه نحو النجاحات الشخصية.
3. **الدعم النفسي والاجتماعي :**من خلال التواصل الفعال والهوايات (العمري، 2019).

تخلص الباحثة إلى أن الاتزان الانفعالي هو "المؤشر الجوهري" للصحة النفسية، وهو متغير وسيط يحمي الفرد من الآثار السلبية للضغوط الاجتماعية. وترى الباحثة أن نضج "الأنا" وتقدير الذات المتوازن يشكلان حائط صد للفتاة، خاصة في ظل ضغوط تأخر سن الزواج؛ حيث يساعدها الاتزان على تحويل طاقتها نحو أهداف إيجابية (كالنجاح المهني) بدلاً من الانكفاء على القلق العُصابي. وبناءً عليه، فإن امتلاك تقنيات السيطرة الذاتية يعد ضرورة ملحة لتحسين جودة الحياة النفسية للفتاة، سواء كانت عاملة أم غير عاملة.

خامساً: عمل المرأة:

لم يعد العمل مجرد وسيلة لتأمين العيش، بل غدا أداة محورية للتمكين الاجتماعي والاقتصادي. وقد شهد دور المرأة تحولاً جذرياً من "النوع المتمم" إلى "النوع المتوازي"، حيث انتقل نشاطها من الحيز المنزلي التقليدي إلى الفضاء العام مدفوعاً بالحاجة المادية والرغبة في إثبات الذات (الحسن، 2008). وفي السياق الليبي، استطاعت المرأة رغم التحديات الاجتماعية القاسية إثبات قدرتها على العطاء، محققةً منجزات ملموسة في مجالات التنمية وصنع القرار (بو قعيقيص وتنتوش، 2015).

المقاربة المفاهيمية للعمل:

يُعرف العمل بأنه نشاط واعي يهدف لتحقيق نتائج مادية أو معنوية، وهو في المنظور الإسلامي وسيلة لتحقيق الكرامة الإنسانية وعبادة تقترن بالصلاح (القطان، 2021).

- المرأة العاملة :هي التي تمارس نشاطاً اقتصادياً منتجاً بأجر، وتجمع بين دوري "ربة البيت" و"الموظفة" (الحسن، 2008).
- المرأة غير العاملة :هي التي يتركز إنتاجها داخل نطاق الأسرة دون مقابل مادي مباشر، وهو دور حيوي في التنشئة الاجتماعية رغم عدم إدراجه غالباً في الحسابات الاقتصادية الرسمية (الجهني، 2021).

أبعاد وأهمية مشاركة المرأة في سوق العمل:

تتعدد مستويات الأهمية الناتجة عن انخراط المرأة في العمل لتشمل:

- الأهمية الذاتية :تعزيز تقدير الذات، الاستقلال المالي، وتطوير مهارات التواصل (جهاد، 2011).
- الأهمية المجتمعية :دعم النمو الاقتصادي، وتحقيق المساواة في الدخل، والاهتمام بالقضايا الإنسانية (عصام، 2006).
- الأهمية المؤسسية :تساهم المرأة في تحسين بيئة العمل؛ إذ تمتلك الشركات المتوازنة جندرياً قدرة أعلى على حل المشكلات واتخاذ قرارات ابتكارية (العنزي، 2022؛ علي، 2022). كما تساهم في سد فجوة المهارات نظراً لارتفاع مستويات التعليم لدى الإناث (عصام، 2006).

دوافع العمل ونظرة المجتمع:

تتنوع دوافع خروج المرأة للعمل بين اقتصادية (لمواجهة غلاء المعيشة)، **ونفسية** (لتحقيق المكانة والأمن)، وسياسية (كحق في المشاركة وصنع القرار) (الصالح، 2022) .وتتأرجح نظرة المجتمع العربي والليبي بين ثلاثة اتجاهات:

1. التقليدي :يرى مكان المرأة الطبيعي هو البيت.
2. الوسطي :يبيح العمل في تخصصات تلائم "طبيعة المرأة" (السباعي، 2003).
3. المتحرر :ينادي بالمساواة الكاملة في الحقوق والواجبات (الحسن، 2005).

الآثار المترتبة على عمل المرأة:

1. على الصحة النفسية والجسمية يتأرجح الأثر بين "الاحتراق النفسي" نتيجة ازدواجية الأدوار (عبد المعطي، 2004)، وبين "الاستقرار الانفعالي" الناتج عن الشعور بالإنجاز والكفاءة (العبادي، 2021). وفي ليبيا، تظهر المرأة "صلابة نفسية" عالية رغم ضعف الدعم المؤسسي (UN Women, 2021).
2. على الأطفال يساهم عمل الأم في غرس قيم المسؤولية والاستقلال لدى الأبناء (الدليمي، 2021)، إلا أن غياب البديل الداعم قد يثير مخاوف بشأن الأمان العاطفي للطفل (الشامي، 2022).

3. على العلاقة الزوجية يعزز العمل مفهوم "الشراكة الزوجية"، لكنه قد يولد صراعات إذا لم يتم التوافق على توزيع المسؤوليات المنزلية أو إذا شعر الزوج بتهديد لسلطته التقليدية (سليمان، 2020).

ترى الباحثة إلى أن عمل المرأة في المجتمع الليبي لم يعد خياراً ثانوياً، بل ضرورة بنيوية لإعادة تعريف الأدوار الاجتماعية. وترى الباحثة أن الفجوة بين المرأة العاملة وغير العاملة تكمن في "نوعية الضغوط"؛ فبينما تواجه العاملة صراع الأدوار والاحتراق النفسي، تعاني غير العاملة من مخاطر التهميش وانخفاض تقدير الذات نتيجة التبعية الاقتصادية. لذا، تؤكد الباحثة أن نجاح المرأة الليبية -عاملة كانت أم لا- مرهون بقدرتها على الصمود النفسي في ظل بيئة متغيرة، مما يستوجب تطوير سياسات مؤسسية تدعم "التوازن الحياتي" وتضمن كرامتها واستقرارها الأسري.

الدراسات السابقة:

تناولت العديد من الدراسات العربية والأجنبية ظاهرة تأخر سن الزواج لدى الإناث من أبعاد نفسية واجتماعية متباينة، وفيما يلي عرض لأبرزها:

أولاً: الدراسات المحلية الليبية:

ركزت الدراسات الليبية على تشخيص الأبعاد النفسية والاجتماعية لظاهرة تأخر الزواج، حيث كشفت دراسة **غزالة المبروك (2010)** عن ارتفاع حاد في مستوى الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات عن سن الزواج، خاصة لدى ذوات التأهيل العلمي الأقل. وفي ذات السياق الإكلينيكي، أظهرت دراسة **فاطمة الهويش (2015)** من خلال دراسة حالة معمقة، أن الفتاة المتأخرة زواجياً تعاني من انخفاض حاد في تقدير الذات وقلق المستقبل وميول اكتئابية ناتجة عن صراعات بين الواقع والمطالب الذاتية.

أما **الطوير والتومي(2016)** ، فقد ربطتا بين تقدير الذات وصورة الجسم، حيث وجدتا علاقة طردية بين تجنب صورة الجسم وانخفاض تقدير الذات لدى العازبات. ومن منظور المقارنة بين العاملات وغير العاملات، أثبتت دراسة **محمد نور الدين (2017)** وجود فروق دالة في القلق والانعزال الاجتماعي لصالح العاملات، مما يشير إلى أن العمل قد يحمل ضغوطاً إضافية في ظل هذا الوضع.

وفيما يتعلق بالأسباب، أشارت دراسة **رهام إبراهيم (2017)** ودراسة **شنيب (2021)** إلى أن الطموح التعليمي وارتفاع تكاليف المعيشة والتمسك بعادات اجتماعية مرهقة تعد من أبرز مسببات الظاهرة. واتفقت معهما دراسة **بنة (2021)** التي أكدت أن تأخر سن الزواج في ليبيا بات ظاهرة تتزايد إحصائياً، وتخلف اضطرابات نفسية كالقلق وشرود الذهن نتيجة غياب الاستقرار الأسري. بينما بحثت **هنية طاهر (2020)** في متغير مركز الضبط، ووجدت أن ذوات مركز الضبط الخارجي يتمتعن باتزان انفعالي أعلى في مواجهة ضغوط تأخر الزواج.

ثانياً: الدراسات العربية

تنوعت الدراسات العربية في تناولها لتقدير الذات والضغوط النفسية؛ ففي مصر والسعودية، أكدت دراسة **شاهين والرفاعي (2008)** معاناة الفتيات من ضغوط نفسية حادة دون فروق جوهرية بين البيئتين. وفي الجزائر، توصلت دراسة **نوار شهرزاد (2010)** و**شهيرة علية (2015)** إلى أن الفتيات المتأخرات زواجياً (خاصة غير العاملات) يعانين من تدني تقدير الذات وسلبية التفكير.

وعلى مستوى الاضطرابات السيكوسوماتية، كشفت دراسة **أسامة عبد الرزاق (2011)** عن وجود علاقة سالبة بين تقدير الذات والأعراض الجسمية ذات المنشأ النفسي. وفي الأردن، أوضحت **فاطمة النوايسة (2016)**أن الفتاة العربية تستمد استقرارها من الزوج، مما يجعل فقدانه سبباً في اختلال التوازن النفسي. بينما قدمت دراسة **منال طهير (2016)** و**أمينة العبدي (2020)** رؤية مغايرة أحياناً، حيث وجدتا أن التأخر عن الزواج قد لا يقلل من تقدير الذات لدى الفتيات الواعيات اللواتي يتمتعن بمساندة اجتماعية قوية.

ثالثاً: الدراسات الأجنبية

قدمت الدراسات الأجنبية مقاربات مختلفة؛ ففي بريطانيا، كشفت دراسة **Simon (2003)** عن تحول في المفهوم الاجتماعي، حيث اعتبرت 68% من النساء تأخر الزواج "اختياراً حراً" مرتبطاً بالاستقلالية الفردية. أما في الهند، فقد أثبتت دراسة **Latha et al. (2006)** ارتباطاً قوياً بين تشوه صورة الجسم وانخفاض تقدير الذات. وفي دراسة **Hasnain et al. (2011)**، تبيّن أن العمل يرفع من مستوى تقدير الذات لدى النساء بغض النظر عن حالتهن الزوجية.

التعقيب على الدراسات السابقة

من خلال استعراض الدراسات السابقة المحلية والعربية والأجنبية، يمكن استخلاص الآتي:

1. **من حيث المنهج :** اعتمدت أغلب الدراسات المحلية والعربية (مثل دراسة بنة، 2021؛ وشاهين، 2008) على المنهج الوصفي الارتباطي، بينما توسعت الدراسات الأجنبية) مثل (Simon, 2003 في استخدام المناهج النوعية والمقابلات المتعمقة لفهم التحولات الثقافية.
2. **من حيث المتغيرات :** ركزت الدراسات المحلية على "الضغوط" و"الأسباب الاجتماعية"، في حين ركزت الدراسات العربية على "تقدير الذات" و"قلق المستقبل". وتفردت الدراسة الحالية بجمعها بين **تقدير الذات والاتزان الانفعالي** وعلاقتهما بتأخر الزواج في بيئة ليبية تمر بتحولات متسارعة.
3. **من حيث النتائج :** ثمة شبه إجماع في الدراسات العربية والمحلية على وجود آثار نفسية سلبية لتأخر الزواج (تدني تقدير الذات، قلق، اكتئاب)، بينما أظهرت الدراسات الأجنبية ميلاً نحو اعتبار الظاهرة نوعاً من الاستقلالية الفردية، مما يعكس الفجوة الثقافية في تعريف "العنوسة" أو تأخر الزواج بين الشرق والغرب.
4. **الاستفادة من الدراسات السابقة :** استفادت الباحثة من هذه الدراسات في بناء الإطار النظري، واختيار المقاييس المناسبة، وصياغة الفروض، بالإضافة إلى توظيفها في تفسير نتائج الدراسة الحالية ومقارنتها بالبيئات الثقافية المختلفة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

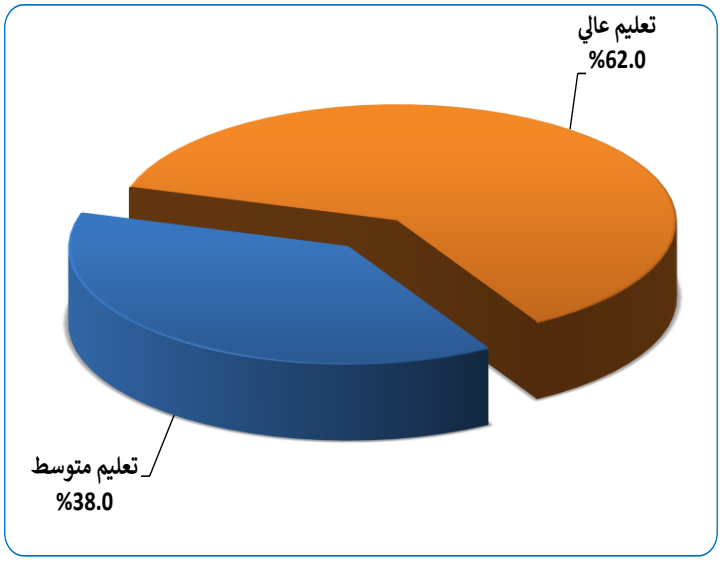
اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي بأسلوبيه الارتباطي (لدراسة العلاقة) والمقارن (لدراسة الفروق)، لملاءمته لطبيعة الموضوع وأهدافه.

مجتمع وعينة الدراسة:

تمثل مجتمع الدراسة في الفتيات المتأخرات عن الزواج داخل نطاق بلدية حي الأندلس والمسجلات بمكتب السجل المدني حي الأندلس ضمن الفئة العمرية التي تجاوزت السن المتعارف عليه اجتماعيًا للزواج (28-38 سنة) البالغ عددهن (2122)، والباحثات عن العمل ضمن إحصائيات مكتب العمل والتأهيل حي الأندلس، البالغ عددهم (126) فتاة.

جدول (1): يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب المستوى التعليمي والحالة العملية.

مجتمع الدراسة	عدد الأفراد	النسبة المئوية
إجمالي المجتمع	2122	100%
المستوى التعليمي		
–تعليم عالٍ	186	8.8%
–تعليم متوسط	144	6.8%
–مستويات تعليمية أخرى	1792	84.4%
الحالة العملية		
–تعمل	1996	94.1%
–لا تعمل	126	5.9%

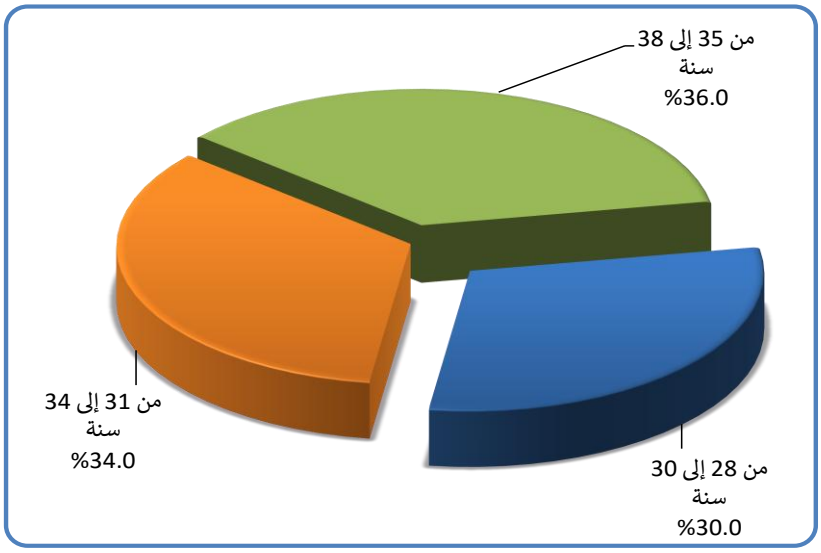


شكل (1): يوضح تصنيف المبحوثات في الدراسة حسب العمل والمستوى التعليمي.

الفئة العمرية:

جدول (2): يوضح تصنيف المبحوثات في الدراسة حسب الفئة العمرية.

	العدد	النسبة (%)
من 28 إلى 30 سنة	90	30.0
من 31 إلى 34 سنة	102	34.0
من 35 إلى 38 سنة	108	36.0
الإجمالي	300	100.0



شكل (2): يوضح تصنيف المبحوثات في الدراسة حسب الفئة العمرية.

أدوات الدراسة:

لتحقيق أهداف البحث، تم استخدام الأدوات التالية:

قامت الباحثة ببناء مقياسين الأول: مقياس تقدير الذات، والثاني مقياس الاتزان الانفعالي، حيث بنيا على غرار ما وُجد في مقياس تقدير الذات لـ "كوبر سميث" Smith Cooper و"كاتل" Katel"، سنة (1967) ترجمة " كفافي" 1987، ومقياسا لاتزان الانفعالي لـ "جابر عبد الحميد" سنة (1985).

1. **مقياس تقدير الذات**

صُمم هذا المقياس لتقييم مستوى تقدير الذات لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج، ويتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية تعكس جوانب متنوعة من مفهوم الذات (التقدير النفسي، التقدير الاجتماعي، التقدير العائلي)، يحتوي المقياس على 30 فقرة موزعة بالتساوي على الأبعاد الثلاثة بواقع 10 فقرات لكل بُعد، بحيث تغطي هذه الفقرات المجالات المختلفة لتقدير الذات بشكل شامل ومتوازن.

2. **مقياس الاتزان الانفعالي**

هدف هذا المقياس إلى تقييم مستوى الاتزان الانفعالي لدى الفئة المستهدفة، ويشتمل على ثلاثة محاور أساسية تتمثل في: (الاسترخاء وضبط الذات، تحمل الضغوط، الثقة بالنفس)، وتكون المقياس من 30 فقرة موزعة بانتظام على المحاور الثلاثة، بحيث يضم كل محور 10 فقرات تقيس الجانب المحدد من الاتزان الانفعالي.

تم تطبيق المقاييس باســـتخدام مقياس ليكرت الثلاثي، حيث تختار المبحوثات من بين ثلاث بدائل للاستجابة:

"موافق" ويُرمز لها بالقيمة (1) وتعكس أعلى درجة من القبول أو الاتجاه الإيجابي نحو العبارة.

"محايد" ويُرمز لها بالقيمة (2) وتمثل الموقف الوسطي أو عدم وضوح الرأي.

"غير موافق" ويُرمز لها بالقيمة (3) وتعبر عن أدنى درجة من القبول أو أعلى درجة من الرفض للعبارة المطروحة.

وقد أتاح هذا النظام الترميزي إجراء التحليل الكمي للبيانات بطريقة منهجية دقيقة، مما ساهم في الحصول على نتائج موثوقة حول مستويات تقدير الذات والاتزان الانفعالي لدى العينة المدروسة.

إجراءات الصدق والثبات لأدوات الدراسة

لضمان صلاحية أدوات الدراسة في البيئة المحلية وموثوقيتها، تم اتباع مجموعة من الإجراءات المنهجية التي شـملت التحقق من الصـدق والثبات، إضـافةً إلى فحص خصـائص التوزيع الإحصـائي للبيانات.

أولاً: إجراءات الصدق

1- الصدق الظاهري وصدق المحتوى: يعرف الصدق بأنه مدى قدرة أداة القياس على قياس ما وضعت لقياسه، أي أن تكون النتائج المتحصلة تعكس بدقة الظاهرة قيد الدراسة (حمدي، 1996: 260). كما يشير عبيدات (1997: 179) إلى أن الصدق يعني شمول أداة القياس لكل العناصر ذات العلاقة، ووضوح صياغة بنودها بما يجعلها مفهومة للمبحوثين. أما صدق المحتوى فيُعرف بأنه قدرة المقياس على قياس أبعاد الظاهرة من خلال تفحص بنوده والتأكد من ملاءمتها للمتغيرات المستهدفة (القطاحني، 2002: 201–202).

وبناءً على ذلك، تم تصميم الأدوات في ضوء مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة، ثم عرضها على لجنة من الخبراء والمتخصصين للتأكد من ملاءمة البنود للأهداف والسياق الثقافي. وبعد مراجعة شاملة، تم تعديل الأدوات حتى استقرت على (60 فقرة) موزعة بالتساوي (10 فقرات لكل بعد).

2- **الصدق البنائي والتمييزي**

للتحقق من الصـــدق البنائي، تم حســـاب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه باستخدام برنامج (SPSS) وقد أظهرت النتائج معاملات ارتباط دالة إحصائياً، بما يعكس اتســاق الفقرات مع الأبعاد النظرية التي تنتمي إليها، كما أوضــحت النتائج قدرة الأدوات على التمييز بين الأفراد، مما يعزز صـــدقها التمييزي ويؤكد فعاليتها في قياس المتغيرات المســـتهدفة وهي قيم مقبولة إحصائياً.

عرض النتائج ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول (العلاقة الارتباطية):

للتحقق من وجود علاقة بين المتغيرين، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون.

مستويات تقدير الذات والاتزان الانفعالي:

- تقدير الذات :أظهرت النتائج أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى "عالٍ "من تقدير الذات بصفة عامة، وفي جميع أبعاده الفرعية (النفسي، الاجتماعي، والعائلي) .ويُعزى ذلك إلى تجاوز المتوسطات الحسابية العامة للمتوسط الفرضي للأداة، مما يشير إلى نظرة إيجابية للذات لدى المشاركات.

جدول (3): يوضح مستوى تقدير الذات لدى المبحوثات بالدراسة والاختبار المناظر له.

المقياس	الإحصاءات				اختبار T		95% فترة الثقة حول متوسط المجتمع	
	المتوسط الافتراضي	المتوسط العام	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	قيمة الاختبار	الدلالة الإحصائية P-value	الحد الأدنى	الحد الأعلى
تقدير الذات النفسي	20	23.91	6.009	%69.5	11.261	* 0.000	23.22	24.59
تقدير الذات الاجتماعي	20	23.20	6.050	%66.0	9.152	* 0.000	22.51	23.88
تقدير الذات العائلي	20	23.94	6.143	%69.7	11.099	* 0.000	23.24	24.63
تقدير الذات	60	71.04	16.628	%68.4	11.500	* 0.000	69.15	72.93

* دالة إحصائيًا عند مستوى المعنوية 0.05

الاتزان الانفعالي :في المقابل، كشفت النتائج عن مستوى "منخفض "في الاتزان الانفعالي العام وأبعاده المتمثلة في (الاسترخاء وضبط الذات، تحمل الضغوط، والثقة بالنفس) .ويشير هذا التباين إلى وجود تحديات في قدرة المشاركات على التحكم في انفعالاتهن ومواجهة الضغوط المحيطة رغم تقديرهن الإيجابي لذواتهن.

جدول (4): يوضح مستوى الاتزان الانفعالي لدى المبحوثات بالدراسة والاختبار المناظر له.

المقياس	الإحصاءات				اختبار T		95% فترة الثقة حول متوسط المجتمع	
	المتوسط الافتراضي	المتوسط العام	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	قيمة الاختبار	الدلالة الإحصائية P-value	الحد الأدنى	الحد الأعلى
الاسترخاء وضبط الذات	20	18.85	6.359	%44.3	3.123-	* 0.002	18.13	19.58
تحمل الضغوط	20	17.12	5.643	%35.6	8.841-	* 0.000	16.48	17.76
الثقة بالنفس	20	16.78	5.781	%33.9	9.637-	* 0.000	16.13	17.44
مجموع العام للاتزان الانفعالي	60	52.76	14.750	%37.9	7.243-	* 0.000	51.08	54.43

* دالة إحصائيًا عند مستوى المعنوية 0.05

الفروق تبعاً للمتغيرات الديموغرافية:

- متغير العمل :تبين وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في مستويات كل من تقدير الذات والاتزان الانفعالي تعزى لمتغير العمل .وكانت هذه الفروق لصالح المشاركات

العاملات، مما يفسر بأن الانخراط في بيئة العمل يعزز من المهارات الاجتماعية والنفسية، ويرفع من مستوى الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة الضغوط مقارنة بغير العاملات.

جدول (5): يوضح اختبار T للعينتين المستقلتين لدراسة الفروق في مستويات تقدير الذات حسب عمل المبحوثة.

	عمل المبحوثة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	احصاء الاختبار	الدلالة الإحصائية
تقدير الذات النفسي	لا تعمل	82	19.21	5.828	9.457-	* 0.000
	تعمل	218	25.67	5.058		
تقدير الذات الاجتماعي	لا تعمل	82	18.30	5.805	9.880-	* 0.000
	تعمل	218	25.04	5.041		
تقدير الذات العائلي	لا تعمل	82	19.34	6.652	8.932-	* 0.000
	تعمل	218	25.67	4.950		
تقدير الذات العام	لا تعمل	82	56.85	16.273	10.624-	* 0.000
	تعمل	218	76.38	13.322		

* دال إحصائيًا عند مستوى المعنوية 5%

المستوى التعليمي :أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً تعزى للمستوى التعليمي في جميع المقاييس .وكانت النتائج تميل بوضوح لصالح ذوات التعليم العالي، مما يعكس دور التعليم المتقدم في تنمية الوعي بالذات وتطوير آليات التكيف الانفعالي الأكثر نضجاً.

جدول (6): يوضح اختبار T للعينتين المستقلتين (تعليم عالي – تعليم متوسط) لدراسة الفروق في مستويات تقدير الذات حسب المستوى التعليمي.

	عمل المبحوثة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	احصاء الاختبار	الدلالة الإحصائية
تقدير الذات النفسي	تعليم متوسط	114	19.96	6.045	10.356-	* 0.000
	تعليم عالٍ	186	26.32	4.537		
تقدير الذات الاجتماعي	تعليم متوسط	114	18.87	6.360	11.700-	* 0.000
	تعليم عالٍ	186	25.85	3.978		
تقدير الذات العائلي	تعليم متوسط	114	19.46	6.872	12.036-	* 0.000
	تعليم عالٍ	186	26.68	3.492		
تقدير الذات العام	تعليم متوسط	114	58.29	17.851	12.991-	* 0.000
	تعليم عالٍ	186	78.85	9.521		

* دال إحصائيًا عند مستوى المعنوية 5%

فئات العمر :كشفت نتائج التحليل الإحصائي عن عدم وجود فروق جوهرية في مستويات تقدير الذات تُعزى لمتغير العمر، وهذا يشير إلى أن إدراك الذات وتوقعاتها لدى المشاركات يتسم بالثبات النسبي خلال المراحل العمرية التي شملتها الدراسة.

جدول (7): يوضح اختبار تحليل التباين الأحادي لدراسة الفروق في مستويات تقدير الذات حسب فئات العمر

	عمل المبحوثة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	إحصاء الاختبار	الدلالة الإحصائية
تقدير الذات النفسي	من 28 إلى 30 سنة	90	23.56	6.541	0.251	0.778
	من 31 إلى 34 سنة	102	24.17	6.058		
	من 35 إلى 38 سنة	108	23.95	5.522		
تقدير الذات الاجتماعي	من 28 إلى 30 سنة	90	22.70	6.447	0.488	0.614
	من 31 إلى 34 سنة	102	23.26	6.132		
	من 35 إلى 38 سنة	108	23.55	5.646		
تقدير الذات العائلي	من 28 إلى 30 سنة	90	23.16	6.579	1.329	0.266
	من 31 إلى 34 سنة	102	23.94	6.204		
	من 35 إلى 38 سنة	108	24.58	5.674		
تقدير الذات العام	من 28 إلى 30 سنة	90	69.41	18.162	0.663	0.516
	من 31 إلى 34 سنة	102	71.37	16.600		
	من 35 إلى 38 سنة	108	72.08	15.322		

العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والاتزان الانفعالي:

- أثبتت الدراسة وجود علاقة ارتباطية طردية (موجبة) دالة إحصائياً بين مقاييس تقدير الذات (النفسي والاجتماعي) والاتزان الانفعالي لدى الفتيات المتأخرات في الزواج. ويفسر ذلك بأن تحسن مستوى تقدير الذات يؤدي بالضرورة إلى استقرار انفعالي أكبر، حيث يساهم التباين في تقدير الذات النفسي بنسبة (18.8%) في تفسير التباينات الحاصلة في مستوى الاتزان الانفعالي.

تُفسر هذه النتيجة بأن الفتاة التي تمتلك تقديراً مرتفعاً لذاتها تكون أكثر قدرة على إدارة انفعالاتها، وأقل تأثراً بالنظرة المجتمعية السلبية المحتملة حول تأخر الزواج، الثقة بالنفس تعمل كحائط صد نفسي يعزز الاستقرار الانفعالي.

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى **تقدير الذات** لصالح الفتيات العاملات. تتفق هذه النتيجة مع النظريات النفسية التي تؤكد أن العمل يوفر للفرد شعوراً بالكفاءة والإنجاز (Self-Efficacy)، الفتاة العاملة في مدينة طرابلس تجد في بيئة العمل فرصاً للتفاعل الاجتماعي، والاستقلال المادي، والشعور بالأهمية، مما يعوض جزئياً عن الضغوط المرتبطة بتأخر الزواج، ويرفع من تقديرها لذاتها مقارنة بغير العاملة التي قد تعاني من الفراغ والتركيز المفرط على وضعها الاجتماعي.

التوصيات(Recommendations)

بناءً على النتائج، توصي الدراسة بالآتي:

1. تصميم برامج إرشادية نفسية تستهدف الفتيات غير العاملات لتعزيز ثقتهن بأنفسهن.
2. تفعيل دور مؤسسات المجتمع المدني في توفير فرص تدريب مهني وتمكين اقتصادي للفتيات، باعتبار العمل عاملاً وقائياً للصحة النفسية.
3. إجراء دراسات مستقبلية تتناول متغيرات أخرى مثل (الدعم الاجتماعي، الصلابة النفسية) وعلاقتها بتأخر الزواج.

قائمة المصادر والمراجع

أولًا: المصادر:

1. القرآن الكريم. الروم: 20.
2. القرآن الكريم النحل: 97
3. القرآن الكريم. الفرقان: 54
4. القرآن الكريم النساء: 19
5. 4القرآن الكريم الذاريات 21
6. القرآن الكريم الشمس 8- 10
7. القرآن الكريم القيامة 14- 15
8. القرآن الكريم الرعد 28
9. القرآن الكريم المائدة 107
10. القرآن الكريم النساء: 3
11. القرآن الكريم سورة التكوير 7
12. القرآن الكريم الإسراء: 32
13. القرآن الكريم البقرة: 32-228
14. القرآن الكريم النور: 32
15. ابن ماجه، أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني: (ت 273 هـ)، سنن ابن ماجه .تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، القاهرة_ دار إحياء الكتب العربية
16. البخاري، محمد بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري (1987): الجامع الصحيح من أمور رسول صلى الله عليه وسلم، وأيامه المسمى بصحيح البخاري: تحقيق: د. مصطفى ديب البغا أستاذ الحديث وعلومه في كلية الشريعة_ جامعة دمشق، دار ابن كثير. اليمامة_ بيروت، ط: 3،.
17. التقرير السنوي للمجلس القومي للمرأة (2020) (2021): تمكين المرأة المصرية، (ص. 22)، القاهرة، مصر.
18. الطبراني، سليمان بن أحمد بن أيوب بن مطير اللخمي الشامي، أبو القاسم: (ت 360 هـ)، المعجم الأوسط ، تحقيق: طارق بن عوض الله بن محمد وآخرون. القاهرة: دار الحرمين
19. ابن عابدين، محمد أمين (1966): الدُر المختار شرح تنوير الأبصار في فقه مذهب الإمام أبي حنيفة النعمان (طبعة جديدة منقحة مصححة). بيروت: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
20. القوانين المدنية للأحوال الشخصية في الدول العربية، (2020).
21. ابن منظور، أبو الفضل جمال الدين محمد بن مكرم ابن منظور الإفريقي المصري(1990): لسان العرب، دار صادر، بيروت.
22. المعجم الوجيز (1998): مجمع اللغة العربية، ط3، وزارة التربية والتعليم، بالقاهرة.
23. المعجم الوسيط (1998): مجمع اللغة العربية، ط 4، مكتبة الشروق الدولية، القاهرة، مصر.
24. منظمة العمل الدولية (ILO: 2018)

ثانيًا: الكتب:

1. أبو زيد، إبراهيم أحمد، (1987): سيكولوجية الذات والتوافق، الإسكندرية، دار المعرفة، مصر.
2. أحمد فرج حسين (2004): أحكام الزواج في الشريعة الإسلامية، الدار الجامعية الجديدة للنشر الأزاريطة، الإسكندرية.
3. أنديز، جمال محمد (2024): الإحصاء والاحتمالات لطلبة الجامعات والمعاهد العليا، مكتبة طرابلس العالمية للنشر والتوزيع، ليبيا، طرابلس.
4. الأنصاري، عبد الحميد اسماعيل (2000): تأخر سن الزواج وارتفاع معدل الطلاق، دار الفكر العربي، القاهرة.
5. باسم، محمد ولي، محمد جاسم محمد (2009): المدخل إلى علم النفس الاجتماعي، مكتبة دار الثقافة للنشر، عمان.
6. بام، روبنس (2000): الذكاء الوجداني، ترجمة: صفاء الأعسر، وعلاء كفافي، القاهرة، دار قباء للنشر والتوزيع.
7. البطران، إيمان عبد الحكيم (2013): تأخر سن الزواج لدى الشباب، أسباب مشكلات حلول، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.
8. بلخير، حفيظة (2012): الزواج في عصر العولمة: تحليل سوسيولوجي، الجزائر: دار الهدى.
9. بلخير، حفيظة (2012): تصور الشباب غير المتزوج لقرار الزواج، جامعة ورقلة، الجزائر.
10. بيومي، محمد أحمد، عبد العلي، عفاف ناصر (2003): علم الاجتماع العائلي، دراسة تغيرات في الأسرة العربية، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية.
11. جهاد، ذياب نقولا (2011): الآثار الأسرية الناجمة عن خروج المرأة للعمل، منشورات الهيئة العامة السورية للكتاب، دمشق، سوريا.
12. الحسن، محمد (2005): علم اجتماع المرأة، الأردن، دار وائل للنشر، عمان الأردن.

13. الخالدي، أديب (2002): المرجع في الصحة النفسية، ط:2، الدار العربية للنشر والتوزيع، المكتبة الجامعية، غريان، ليبيا.
14. الخالدي، أديب محمد (2009): المرجع في الصحة النفسية، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن.
15. الخولي، سناء، (1984): الزواج والعلاقات الأسرية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.
16. الخولي، سناء محمد (2002): أزمة السكن ومشاكل الشباب، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية العربية للنشر والتوزيع، مصر.
17. خير الله، السيد (1981): مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، بيروت: دار النهضة العربية.
18. ذوقان، عبيدات، وعبد الرحمن عدس، كايد عبد الحق (1997): البحث العلمي.
19. الزغلول، عماد؛ والهنداوي، علي. (2002). مدخل إلى علم النفس. الإمارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي.
20. زهران، حامد عبد السلام (1997): علم النفس الاجتماعي، (ط.4) ،عالم الكتب، القاهرة، مصر.
21. زهران، حامد عبدالسلام (2000): علم النفس الاجتماعي، (ط.6) ،القاهرة، عالم الكتب، مصر.
22. زهران، حامد عبدالسلام (د.ت): التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، (ط.2) ، القاهرة، مصر.
23. الساعاتي، سامية حسن. (1981). الاختيار للزواج والتغير الاجتماعي (الطبعة الثانية). بيروت: دار النهضة العربية، لبنان.
24. سعيد، سعاد جبر (2008): سيكولوجية التفكير الواعي بالذات، عالم المعرفة، بيروت، لبنان.
25. عباس، عبير محمد (2015): المرأة والتنمية والمجتمع المدني، المكتبة العصرية.
26. عبد الله، محمد قاسم (2001): مدخل إلى الصحة النفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن، عمان.
27. عبد الكريم، ليلى عبد الحميد (1985): دراسة تعليمات مقاييس تقدير الذات للصغار والكبار، دار النهضة مصر.
28. عبدالمعطي، حسن مصطفى (2006): صحة المرأة النفسية والجسمية في ظل متغيرات العصر، القاهرة : دار النشر مكتبة الزهراء.
29. عبد الوهاب، مها (2019): المرأة العربية بين العمل والمنزل: تحديات الثقافة الذكورية، بيروت: مركز دراسات الوحدة العربية.
30. العساف، صالح بن أحمد، (1995): المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط:1، العبيكان للنشر، السعودية.
31. عصام، نور، (2006): دور المرأة في تنمية المجتمع، الإسكندرية، مؤسسة شباب الجامعة.
32. عطية، حمدي أبو الفتوح (1996): منهجية البحث العلمي وتطبيقاتها على الدراسات التربوية والنفسية، القاهرة، دار النشر للجامعات، مصر.
33. علي السيد، سماح الأوثرافي (2008): دور المدرسة والأسرة في التنشئة الاجتماعية عند الطفل، دار الرفيق للنشر، بيروت، لبنان.
34. غدير، أنتوني (2005): ترجمة: فايز الصباغ، علم الاجتماع، مركز دراسات الوحدة العربية، مكتبة الرابطة، بيروت.
35. فائق، أحمد، ومحمد عبد القادر (2003): مدخل إلى علم النفس العام، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
36. فاروق، عثمان ، السيد (2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
37. فوليت، فؤاد إبراهيم؛ وعبد الرحمن سيد سليمان (1998): دراسات في سيكولوجية النمو، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
38. قادوس، صلاح السيد: (1995)الأسس العلمية لمناهج البحث في العلوم التربوية والتربية البدنية .القاهرة: دار المعارف.
39. القحطاني، سالم، أحمد سالم العامري، ومعدي آل مذهب، بدران العمر (2002): منهج البحث في العلوم السلوكية.
40. كفافي، علاء الدين، (1999): تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي، عالم الكتب للنشر والتوزيع، عمان.
41. كمال، طارق (2005) :الصحة النفسية للأسرة .الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.
42. المحمودي، محمد سرحان (2019): مناهج البحث العلمي، (ط.3) ، صنعاء، اليمن، دار الكتب.
43. المصري، محمود (2006): الزواج الإسلامي السعيد، ط:، القاهرة: دار البيان.
44. نجاد، شكوة نوابي (2001) :علم نفس المرأة، ترجمة: زهراء جلولي،
45. هيكل، عبد العزيز فهمي(1980): موسوعة المصطلحات الاقتصادية والإحصائية، بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

ثالثًا: المجلات العلمية:

1. إبراهيم، رهام فرج (2017): "تأخر سن الزواج عند الفتاة الليبية: دراسة نظرية نقدية"، مجلة العلوم والدراسات الإنسانية، جامعة بنغازي - كلية الآداب والعلوم بالمرج، المجلد/العدد: ع45.

2. أبو حماد، ناصر الديف (2019): جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، جامعة القدس المفتوحة.
3. بدر، طارق، (2015): الأبعاد الخمس لمنظور الزمن وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى أساتذة جامعة القادسية، مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، كلية الآداب، جامعة القادسية، مج: 92، ع: 18.
4. البحيري، أمنية محمد. (2022). الأمان العاطفي في العلاقات الزوجية كمؤشر للصحة النفسية: دراسة ميدانية تحليلية. مجلة البحوث والدراسات القانونية، 3(4).
5. بن عثمان، أم الخير، إبراهيم و بو حفص (2023): مفهوم العمل ودلالته السوسيو ثقافية في المجتمع الجزائري: قراءة في مفهوم العمل الحرفي. سلسلة الأنوار، الجزائر.
6. بنه، هيام يوسف عبد المجيد، (2021)، تأخـــر سن الزواج لدى الشـــباب، رؤية تحليلية في ضوء المتغيرات المعاصرة، مجلة الأكاديمية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ع: 21، جامعة صبراتة - كلية الآداب، ليبيا.
7. بو قعيقيص، هالة، وتنتوش، محمد (2015): المرأة في سوق العمل الليبي واقع وتحديات، مركز جسور للدراسات والتنمية، بنغازي - ليبيا.
8. التومي، أمل (2016): تجنب الجسم والتجنب الاجتماعي وعلاقتهما بتقدير الذات لدى المعلمات العازبات والمتزوجات في مدينة الخمس، جامعة الزاوية، رسالة ماجستير، ليبيا.
9. الجباري، رمضان هادي، وجنار عبد القادر أحمد النعيمي (2010): قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج في محافظة كركوك، مجلة التربية والعلم، كلية التربية، جامعة الموصل، ع: 17_3، العراق.
10. الجهني، خالد(2021) : المرأة غير العاملة: دورها الاجتماعي ومساهمتها الاقتصادية غير المباشرة، مجلة العلوم الاجتماعية، 15(1).
11. حمود، محمد؛ موسى، خالد .(2022) .العمل والاستقلال المالي للمرأة وعلاقته بتأخر سن الزواج في المجتمع الأردني . المجلة العربية للدراسات الاجتماعية، 12(3) .
12. الخرس، ناجي عبد الله (2021): صفة الزواج الشرعي. مجلة كلية الشريعة والقانون بتفهنا الأشراف-دقهلية، 23(2)، 1533-1568.
13. الدليمي، هدى.(2021) : تأثير عمل الأم على النمو الانفعالي والاجتماعي لأطفالها في المجتمع العراقي .مجلة العلوم التربوية والنفسية، 15(4).
14. رسلان، شاهين عبد الستار، وصباح قاسم الرفاعي (2008): الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات زواجيا في المجتمعين المصري والسعودي: دراسة مقارنة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج: 18، ع: 61، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مصر.
15. زرقي، عائشة (2019): تقدير الذات عند النساء العانسات (دراسة حالة)، مجلة المفكر للدراسات القانونية والسياسية، المجلد، ع: 5، جامعة الجيلاني، الجزائر.
16. الزيادنة، محمود .(2023) .الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعات الأردنية .مجلة العلوم التربوية والنفسية، 17(2).
17. سالم، القحطاني بن سالم (2002): تضمين التعليم الخدمي ومشروعاته في منهج التربية الوطنية بالمرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية، مج: 15، جامعة الملك عبد العزيز، كلية التربية.
18. السامري، نجاح، ويحيى والنجار (2016): التوازن الانفعالي وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية والسعادة النفسية لدى العاملات في جهاز الشرطة الفلسطينية في محافظات غزة، مجلة كلية التربية في علم النفس العام، جامعة عين شمس - كلية التربية، مج: 41.
19. سليمان، إيمان حامد (2020): الآثار الأسرية والاجتماعية المترتبة على عمل المرأة المتزوجة، دراسة ميدانية على عينة من العاملات بقطاعي التعليم والصحة في مدينة الكفرة، مجلة كلية الآداب، جامعة بنغازي، ع: 48.
20. السناد، جلال غربول (2007): تأخر سن الزواج لدى الشباب الجامعي، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق، مجلة جامعة دمشق، المجلد: 12، العدد: 1، سوريا.
21. الشامي، أمل(2022) : الآثار النفسية لغياب الأم العاملة على الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة، مجلة علم النفس المعاصر، 18(2).
22. شريفة، فاتن موفق (2018): الاتزان الانفعالي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى طلبة كلية التربية بجامعة دمشق، (بحث مستل من أطروحة دكتوراه)، مجلة جامعة البعث، 40 /15.
23. الشمايلة، سوزان نعيم (2021): العوامل المؤدية إلى تأخر سن الزواج في المجتمع الأردني من وجهة نظر الشباب العزاب أنفسهم في مدينة الكرك. رماح للبحوث والدراسات، (59)، 1-29
24. شنيب، عبد الحميد جمعة (2021): ظاهرة تأخر الزواج للجنسين في المجتمع الليبي وآثارها وكيفية الحد منها، دراسة ميدانية على عينة بمدينة الخمس، حاويات، ع: 7، جامعة المرقب، المجلة العلمية، ليبيا.

25. صالح، محمد(2021) : العادات الصحية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الشباب .مجلة الدراسات النفسية والاجتماعية، 12(3).
26. الصالح، ندى(2022) : التمكين الاقتصادي للمرأة وعلاقته بمشاركتها السياسية في دول الخليج، المجلة الدولية للعلوم السياسية، 8(3).
27. طاهر، هنية موسى المبروك (2020): إدراك صورة الجسم وأنماط مركز الضبط لدى الفتيات المتأخرات زواجيا، مجلة جامعة سبها للعلوم الإنسانية، المجلد: 19، ع: 1، جامعة سبها، ليبيا.
28. العتيبي، فهد .(2022) .العلاقات الاجتماعية ودورها في تعزيز الاتزان الانفعالي لدى الشباب الجامعي .المجلة السعودية للعلوم الاجتماعية، 10(2)
29. العجمي، فهد .(2022) .أبعاد الاتزان الانفعالي وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى عينة من طلبة الجامعة .مجلة العلوم التربوية والنفسية، 20(4)، 145-160.
30. عدوي، طه ربيع طه، وعاطف مسعد الشربيني (2021): الازدهار النفسي وتقدير الذات كمؤشرين للتنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة قطر. مجلة الدراسات التربوية والنفسية - جامعة السلطان قابوس، 15(3)، 382-402. DOI: http://dx.doi.org/10.24200/jeps.vol15iss3pp382-402
31. العريفي، فهد(2022) : الاتزان الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية الإيجابية لدى الشباب .مجلة علم النفس التربوي، 17(3).
32. العصيمي، تهاني عباس مبارك (2025): أسباب تأخر سن الزواج في ضوء اتجاهات الشباب نحو الزواج: مراجعة علمية. المجلة الدولية للبحوث العلمية، 4(1)، 210-233.
33. علي، خالد. (2022): المرأة في المناصب القيادية: دراسة حالة في الشركات السعودية. مجلة الاقتصاد والمجتمع، 14(3).
34. عليوي، علي وائل؛ اللوزي، أحمد سعيد .(2020) .المستوى التعليمي وعلاقته بتأخر سن الزواج لدى الإناث في المجتمع الأردني .مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الإنسانية والاجتماعية، الاردن. 4(52).
35. عمروش، محمد، وفاطمة الزهراء بن مجاهد (2024): تقدير الذات ومفهومه وأهميته وتأثيره على حياة الفرد، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، المجلد: 12، العدد: 03.
36. العمري، وفاء (2019): ضغوط العمل وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية بمحافظة المخواة، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية.
37. العنزي، نورة(2022) : تأثير التنوع بين الجنسين على الابتكار في بيئة العمل، مجلة الإدارة والأعمال، 18(4).
38. العيساوي، سيف طارق حسين (2011): الكفايات المهنية للمرشد التربوي، مجلة العلوم التربوية، جامعة بابل.
39. فرحات، نادية (2012): عمل المرأة وأثره على العلاقات الأسرية، جامعة حسبة بن بوعلي شلف، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، ع: 8.
40. قاسم، عبد المريد عبد الجابر محمد (2014): علاقة تقدير الذات بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من المتزوجات والمتأخرات في سن الزواج، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية، مج: 10، ع: 1، جامعة القاهرة - كلية الآداب، مصر.
41. القطان، عبد العزيز(2021) : مفهوم العمل وقيمته في الفكر الإسلامي .مجلة دراسات فقهية معاصرة، 15(2).
42. محمدي، فوزية (2020): "تقدير الذات وقلق المستقبل لدى الفتيات المتأخرات في الزواج، دراسة ميدانية، بورقلة"، مجلة آفاق للبحوث والدراسات، مج: 3، ع: 1، الجزائر.
43. محمد، مروة (2020): الذكاء الثقافي والاتزان الانفعالي لدى طلاب الجامعة دارسي اللغات الأجنبية وأقرانهم من التخصصات الأخرى، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، ع: 16.
44. محيا، خالد(2000) : المرأة العاملة في المجتمع السعودي .الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.
45. المشهداني، وجدة (2024)، الصحة النفسية وتمكين المرأة الليبية في ظل التنمية المستدامة، مجلة البحوث الأكاديمية، العلوم الإنسانية، جامعة مصراتة، علم النفس، ليبيا، ع: 29، م1.
46. المطوع، محمد بن عبد الله إبراهيم (2006): ظاهرة الطلاق في المملكة العربية السعودية، مجلة البحوث الأمنية، ع: 33، مايو.
47. مكرم الله، رشا حسن (2021): الاتزان الانفعالي كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز لدي عينة من الاطباء والممرضين بالمستشفى الجامعي بمحافظة أسيوط. المجلة المصرية للدراسات النفسية،31(112)، 247-294.ejcj.10.21608/doi 2021 .182586.
48. نبيل، ندى (2020): قلق المستقبل وعلاقته بالتكيف النفسي لدى عينة من المتأخرات عن الزواج في عمان، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ع: 28، .(1)
49. النصر، ليلى(2022) : أثر مشاركة المرأة في المناصب القيادية على الأداء المالي للمؤسسات، المجلة الدولية للاقتصاد والأعمال، 5(2).

50. نوار، شهرزاد (2010): علاقة تقدير الذات بالنشاط المعرفي (سلبية التفكير) لدى عينة من الفتيات المتأخرات عن الزواج، دراسة ميدانية بمدينة ورقلة، مجلة دراسات نفسية وتربوية، جامعة قاصدي مرباح، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، الجزائر، ع: 5.
51. النوايسة، فاطمة عبد الرحيم حامد (2016): قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الموظفات المتأخرات عن الزواج في محافظة الكرك في الأردن، مجلة العلوم التربوية، مج: 24، ع: 1، جامعة القاهرة - معهد الدراسات التربوية سابقا وكلية الدراسات العليا حاليا.
52. نور الدين، محمد ثابت محمد (2017): الاغتراب الذاتي والقلق العصابي وعلاقتهما بتأخر سن الزواج لدى الإناث العاملات وغير العاملات بمدينة القبة، دراسة ميدانية، المجلة الليبية العالمية، جامعة بنغازي - كلية التربية بالمرج، ع: 21، ليبيا.
53. الهويش، فاطمة خلف الله (2015): البناء النفسي للعانس، مجلة دراسات نفسية وتربوية، مخبر تطوير والممارسات النفسية والتربوية، ع: 1.

رابعًا: الرسائل والأطروحات

1. آيت، يسمينة مولود (2011): تقدير الذات وعلاقته بظهور السلوك العدواني عند النساء في سن الزواج: دراسة مقارنة، رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري تيزي وزو، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، قسم علم النفس والتربية، الجزائر.
2. بعزة، عادل (2009): أسباب تأخر الزواج في الجزائر وأثره على الخصوبة في الجزائر، دراسة مقارنة بين الأم والطفل، المسح الجزائري، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الحاج لخضر، بسكرة، الجزائر.
3. بن زيان، مليكة (2004): عمل الزوجة وانعكاساته على العلاقات الأسرية، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس والعلوم التربوية والارطوفونيا، قسطنتينة، الجزائر.
4. بوشكارة، رحمونة حاج محمد (2022): الاكتئاب عند الشباب المتأخر عن الزواج. رسالة ماجستير، كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية، جامعة - بلحاج بوشعيب، عين تموشنت-الجزائر.
5. بوعصيدة، سارة (2015): تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الفتاة العانس، دراسة ميدانية بولاية ورقلة، الجزائر، رسالة ماجستير، جامعة ورقلة، الجزائر.
6. الحجري، سالمة بنت راشد بن سالم (2011): فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصرياً في سلطنة عمان، رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم، جامعة نزوى، سلطنة عمان.
7. حمدان، محمد كمال (2010): الاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ضباط الشرطة الفلسطينية، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
8. دودو، نعيمة (2011): تأثير عمل المرأة على معدلات الخصوبة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم الاجتماع، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة فرحات عباس سطيف، الجزائر.
9. زغادة، حدة (2017): تقدير الذات لدى المراهق الذي يعاني من تبول لا إرادي. رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة -الجزائر.
10. الساسي، كريمة (2010): الاكتئاب والقلق لدى عينة من المتأخرات عن سن الزواج، رسالة ماجستير، قسم علم النفس وعلوم التربية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر (بوزريعة).
11. السباعي، هلا سبيع (2003): الصعوبات التي تواجه الأم العاملة في التوفيق بين العمل والمنزل، دراسات عليا، كلية التربية، قسم التخطيط التربوي، جامعة دمشق.
12. السبعاوي، فضيلة عرفات (2008): قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين والمعلمات الذين تعرضت أسرهم لحالات الدهم والتفتيش والاعتقال من قبل قوات الاحتلال الأمريكي وأقرانهم الذين لم يتعرضوا لها، دراسة مقارنة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الموصل، العراق.
13. سمور، أماني خليل (2015): تقدير الذات وعلاقته بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج في محافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
14. شريفي، هناء (2002): استراتيجيات المقاومة وتقدير الذات وعلاقتها بالعدوانية لدى المراهق الجزائري، دراسة مقارنة، رسالة ماجستير، جامعة أم البوادي، الجزائر.
15. طهير، منال (2016): تقدير الذات لدى النساء المتأخرات عن سن الزواج، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية، رسالة ماجستير، جامعة أم البوادي، الجزائر.
16. عبد الرزاق، أسامة حسن جابر (2011): علاقة تقدير الذات بالأعراض السيكوسوماتية لدى عينة من المتأخرات زواجياً، دراسة ثقافية بين المملكة العربية السعودية وجمهورية مصر العربية، جامعة القاهرة، كلية الآداب، رسالة ماجيستير، مركز البحوث والدراسات النفسية، مصر.
17. عبد العزيز، حنان (2012): نمط التفكير وعلاقته بتقدير الذات، دراسة ميدانية على طلبة جامعة بشار، رسالة ماجستير، علم النفس، جامعة أبي بكر بلقايد، تلمسان.

18. عبد العلي، مهند (2003): مفهوم الذات وأثر بعض المتغيرات الديمغرافية وعلاقته لظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية في محافظتي جنين ونابلس، رسالة ماجستير منشورة، جامعة النجاح، فلسطين.
19. العبدي، أمينة (2020): تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج، دراسة عيادية لثلاث حالات بمؤسسة تربوية بولاية معسكر، رسالة ماجستير، جامعة عبد الحميد بن باديس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية، الجزائر.
20. علية، شهيرة (2015): مستوى تقدير الذات لدى النساء المتأخرات عن سن الزواج، دراسة ميدانية، رسالة ماجستير، جامعة ورقلة، الجزائر.
21. القادري، عبد اللطيف (2008): التفكير الإبداعي وعلاقته ببعض المتغيرات: الاتزان الانفعالي، التروي، التسرع، التردد، لدى طلبة الصف الثانوي بفرعيها العلمي والأدبي، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة دمشق، كلية التربية، سورية.
22. القحطاني، على (2013): الاتزان الانفعالي وعلاقته بالسمات الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة من متعاطي المخدرات بالمنطقة الغربية من المملكة السعودية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
23. كازوز، فاطمة (2016): معوقات تمكين المرأة الاقتصادي والحلول المقترحة بمدينة الجميل، ليبيا، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة مولانا إبراهيم الإسلامية الحكومية، مالانج، ليبيا.
24. مالكي، آمنة (2017): تأخر الزواج عند الشباب في المجتمع الحضري، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، بسكرة، الجزائر.
25. المبروك، غزالة مصباح (2010): الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات عن سن الزواج بشعبية النقاط الخمس، ليبيا.
26. مرزوق، راندا (2012): الضغوط النفسية لدى عينة من طالبات الدراسات العليا المتأخرات في الزواج وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية، دراسة سيكومتريةكلينيكية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر.
27. المطيري، حنان محمد (2009): العوامل الاجتماعية الناشئة بسبب تأخر سن الشباب السعودي، دراسة ميدانية على إبداع الشباب في مدينة جدة، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الملك عبد العزيز، قسم الاجتماع.
28. الهمص، عبد الفتاح عبد الغني (2010): الاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ضبط الشرطة الفلسطينية، رسالة ماجستير، غزة، فلسطين.
29. الواعر، فريال. (2018). تأخر سن الزواج بين الإجبار والاختيار: دراسة سوسيولوجية لعينة من طالبات جامعة ورقلة، رسالة ماجستير ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.
30. يونسي، تونسية (2012): تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين المكفوفين، رسالة ماجستير منشورة، تيزي وزو والجزائر العاصمة، الجزائر.

رابعًا: المصادر الإلكترونية:

1. زهران، حامد عبد السلام(2012) :الإرشاد الزواجي .موقع علم النفس الصحي والإرشاد النفسي. تم الاسترجاع من:
https://www.psycohealth.net
2. Rafed.net17l06l2012

المراجع الأجنبية:

1. Books

1- Gottman, J. M., & Silver, N. (2012). What makes love last? How to build trust and avoid betrayal. Simon and Schuster.
2- Simon, R. W. (2003): Contemporary spinsterhood in the new millennium and changing concepts of family and kinship. London: Routledge.
3- Smith, E. R., & Mackie, D. M. (2007). Social psychology (3rd ed.). New York, NY: Psychology Press.
4- (Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. The social psychology of intergroup relations. Belmont, CA: Brooks/Cole).
5-

3. Journal Articles

1- Al-Ghamdi, A. (2018). The Social Institution of Marriage: A Sociological Perspective. Journal of Family and Social Studies, 7(1), 25-40.

2- (Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective on human behavior. Annual Review of Psychology, 52(1), 1-26).
3- Baumeister, R. (2014). Self-regulation, ego depletion, and Inhibition.Neuro Psychology, 313-65, 319)
4- Hasnain, N., Ansari, S. A., & Sethi, S. (2011). Life satisfaction and self-esteem in married and unmarried working women. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 37(2), 316-319.
5- Hassan, R., &Vellymalay, S. K. N. (2018). Exploring factors contributing to delayed marriage among working women in Malaysia. Tanjong Malim: Universiti Pendidikan Sultan Idris Press.
6- Latha, K. S., Bhat, S. M., & D'Souza, L. (2006). Body image, self-esteem, and depression among female university students. Indian Journal of Clinical Psychology, 34(2), 45–58.
7- Marphatia, A. A., Ambale, G. S., & Reid, A. M. (2020). Delayed age at marriage and its association with premarital sexual activity among youth in India. Journal of Population Research, 47(3), 321–340. https://doi.org/10.1007/s12546-020-09250-2
8- (Swann, W. B. Jr., Stein-Seroussi, B. L., & Giesler, R. B. (1992). Why do people self-verify? Journal of Personality and Social Psychology, 62, 592-601).

5. Electronic Sources

1- United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women (UN Women). (2021). *Libya: Gender Equality Situation Analysis* (p. 27). Retrieved from https://www.unwomen.org.

6. Theses & Dissertations

1- Akter, S., & Meziane, R. (2012): Depression, psychological distress, and self-esteem in never-married women in the United States*. Journal of Social Psychology, 45(3), 112–130. https://doi.org/10.1080/00224545.2012.678432