التنظيم الانفعالي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية

Emotional organization and its relationship to psychological resilience among high school students

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في التربية
(الصحة النفسية)

مقدمة من الباحثة

سحر صلاح الدين محمد

إشراف

أ.د /أحمد علي بديوي
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة حلوان

أ.د/ وفاء محمد عبد الجواد
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة حلوان

مستخلص البحث

هدف البحث إلى الكشف عن العلاقة بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية،و الكشف عن أداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي، والكشف عن الفروق بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين)، والكشف عن الفروق بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي-التقبل الإيجابي للتغير-التفكير الآمل-الكفاءة الاجتماعية).

وتكونت عينة البحث من (100) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وذلك بواقع (50 ذكور50- إناث)، وتراوحت أعمارهم ما بين (19-15) عام، وبمتوسط عمري (16.47) عام وانحراف معياري (0.948).

وطبقت الباحثة

- مقياس التنظيم الانفعالي (إعداد Garnefski & Kraaij, 2007، ترجمة وإعداد محمد جاسر، 2018).
- مقياس الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية إعداد: فاطمة الزهراء المصري، (2016

أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، يمكن التنبؤ بأداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي،عدم وجود

فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين)، عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي–التقبل الإيجابي للتغير–التفكير الآمل–الكفاءة الاجتماعية).

الكلمات المفتاحية: التنظيم الانفعالي – الصمود النفسي

Abstract

The aim of the research is to reveal the relationship between emotional organization and psychological resilience among high school students, and to reveal the performance of secondary school students on the psychological resilience scale with degree information on the emotional organization scale, and to detect the differences between the average scores of male and female secondary school students in the emotional organization scale and its dimensions Sub (self-blame, acceptance, rumination, positive re-focus, focus on plans, positive re-evaluation, setting things right, intimidation, blaming others), and revealing the differences between the average grades of male and female high school students in the highness scale Psychological and sub-dimensions (stability and emotional .(acceptance-positive change-thinking hope-social efficiency

The research sample consisted of (100) male and female students from the secondary stage, by (50 males - 50 females), and their ages ranged between (15-19) years, with an average age of (16.47) years .(and a standard deviation (0.948

The researcher applied

Emotional Organization Scale (Prepared by Garnefski & Kraaij, 2007, .(translated and prepared by Muhammad Jasser, 2018

The psychological resilience scale for high school students (Prepared (by: Fatima Al-Zahraa Al-Masry, 2016

The results of the study showed a statistically significant correlation between the emotional organization and psychological resilience of secondary school students, the performance of secondary school students on the psychological resilience scale can be predicted by the degree of knowledge on the scale of the emotional organization

scale, the absence of a statistically significant difference between the mean scores of male and female high school students in a scale Emotional organization and its sub-dimensions (self-blame, acceptance, rumination, positive refocus, focus on plans, positive reassessment, setting things right, intimidation, blaming others), no statistically significant difference between the average grades of students RHA secondary males and females in the psychological resilience scale and sub-dimensions (stability and emotional .(acceptance-positive change-thinking hope-social efficiency

Key words: emotional organization - psychological resilience

مقدمة

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة هامة لما يحدث فيها من تغيرات نفسية ومزاجية واضطرابات سلوكية واجتماعية وهي فترة عواصف، وتوتر تكتنفها شدة الأزمات النفسية وتسودها المعاناة، والإحباط والصراع والضغوط الاجتماعية والقلق والمشكلات وصعوبات التوافق.

لذلك تعتبر مرحلة الثانوية هامة لما يصاحبها من تغيرات جسمية ونفسية وانفعالية ومزاجية وعقلية، كل هذه التغيرات كافية ليصبحوا غير قادرين على التحكم في انفعالاتهم، حيث أن الانفعالات متنوعة فقد تكون مؤذية للفرد وذلك حينما تكون سلبية وتثير الفرد في توقيت خاطئ لتحدث تغير واندفاع مما يضطره لمحاولة تنظيمها ولفهم كيفية تنظيم الانفعالات أو أن تصبح منظمة بشكل جيد يجب علينا أولاً الأخذ بعين الاعتبار الهدف من التنظيم الانفعالي وهو الانفعال بحد ذاته

وقد يسهم سوء تنظيم الانفعالات في الصورة السلبية للمراهق، وبداية ظهور الاضطرابات النفسية لديه، حيث تتميز انفعالات المراهق بالحدة، والتذبذب، والتناقض، ونقص القدرة على التحكم والتعبير عنها، كما يثور لانتقاده أو حرمانه من بعض الامتيازات، أو التدخل في أموره الشخصية، وتشبه هذه الانفعالات إلى حد كبير انفعالات الطفل، إلا أن الاختلاف بينها يكون في نوع المثيرات

ولكي يتم التغلب على اضطرابات هذه المرحلة لابد من وجود هدف معين يسعى الفرد لتحقيقه من خلال عملية تعديل الانفعالات، ومن هنا يظهر التنظيم الانفعالي حيث يحتوي على العديد من الاستراتيجيات المتداخلة لتحقيق أهداف الفرد.

ويساهم التنظيم الانفعالي في تخفيف أو زيادة أو المحافظة على شدة الردود الانفعالية وذلك بناءً على أهداف الفرد ويمكن أن يغير درجة تماسك مكونات الاستجابة الانفعالية

عندما يتم إظهار الانفعالات كما هو الحال عندما تحدث تغيرات جوهرية في التجربة العاطفية والاستجابات الفسيولوجية التي تحدث في ظل غياب التعبيرات والسلوك الوجهي. (Dan–Glauser &Gross, 2013)

ولعل الاهتمام بمفهوم الصمود النفسي والعمل على تطوير مجال البحث فيه هو أحد الأهتمامات الجديدة والمعاصرة. فالصمود هو القوة التي تسمح للإنسان أن يتجاوز التحديات وينهض مما يتعرض له من عثرات ليحقق النمو والكفاءة، ويستمد مفهوم الصمود مكانته العلمية من المشهد الاجتماعي، حيث تحيط بالإنسان منذ نشأته الكثير من التحديات، وعليه أن يوجهها أو يتعايش معها أو يتجاوزها، وهنا تظهر فاعلية الصمود ودوره المحوري في بناء الشخصية

فالصمود هو أحد البناءات الكبرى في علم النفس الإيجابي حيث إن هذا العلم هو المنحنى الذي يعظم القوى الانسانية باعتبارها قوى أصلية في الإنسان مقابل المناحى السائدة والشائعة والتي تعظم القصور وأوجه الضعف الإنساني وهذا الاختلاف في الرؤى لا يتعارض مع وحدة الهدف وهو تحقيق جودة الحياة

مشكلة البحث:

لوحظ في الآونة الأخيرة ازدياد الاهتمام بموضوع الانفعالات، أذ أنها تلعب دوراً هاماً في حياتنا اليومية وتعتبر من الجوانب الحيوية التي ترتبط بشكل وثيق بشخصية الأفراد وسلوكهم.

ويهدف الفرد لإدارة وضبط حالاته الانفعالية التي يعيشها وذلك بواسطة التنظيم الانفعالي، ويعد التنظيم الانفعالي "تحدِ وحاجة" وفق تعبير جولمان (Golman,2001) في ظل الظروف الحالية المتمثلة بانتشار المشكلات النفسية وظهور العنف الطلابي وانتشار الانحراف بكافة أشكاله.

بالنظر إلى الصمود النفسي كأحد المتطلبات الأساسية والهامة للأفراد وبخاصة في المرحلة الثانوية والتي تعد من المراحل الهامة في حياة الفرد والتي تحدد شكل حياته المستقبلية، ومع قلة الدراسات – في حدود علم الباحثة –والتي تناولت متغيرات البحث الحالي. فإن البحث الحالي يحاول كشف العلاقة بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي

ويمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

- ما العلاقة بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدي طلاب المرحلة الثانوية؟
- هل يمكن التنبؤ بأداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي؟
- هل يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين)؟
- هل يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي-التقبل الإيجابي للتغير-التفكير الآمل-الكفاءة الاجتماعية).

أهداف البحث:

هدفت الدراسة الحالية إلى:

1. الكشف عن طبيعة العلاقة بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.
2. الكشف عن أداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي.
3. الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين).
4. الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي-التقبل الإيجابي للتغير-التفكير الآمل-الكفاءة الاجتماعية).

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

– ندره الدراسات العربية في حدود علم الباحثة – التي اهتمت بدراسة متغير التنظيم الانفعالي مع متغير الصمود النفسي.

– المساهمة في إلقاء الضوء على متغير التنظيم الانفعالي، لما له من علاقة وثيقة بنجاح الفرد في مجمل حياته.

– كما تلقي هذه الدراسة الضوء على مستوى الصمود النفسي لما له من أهمية في تحقيق الفرد لأهدافه والاستفادة من إمكاناته وقدراته.

الأهمية التطبيقية:

– تطبيق مقياس التنظيم الانفعالي لطلاب المرحلة الثانوية مما يُسهم في إثراء بيئة القياس النفسي.

– تطبيق مقياس الصمود النفسي لطلاب المرحلة الثانوية مما يُسهم في إثراء بيئة القياس النفسي

– تقديم بعض المقترحات التربوية التي قد تساعد الباحثين على إعداد بحوث ميدانية أخرى.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالآتي:

1 . الحدود المكانية:

طُبق البحث الحالي على التلاميذ المقيدين بالمدارس الواقعة في محافظة الجيزة وهي كالتالي:

– مدرسة الشهيد محمد عبد الكريم الثانوية بنين.

–مدرسة الشهيد مصطفى أبو زيد الثانوية بنات.

–مدرسة الأمام على الرسمية.

–مدرسة مزغونة الثانوية المشتركة.

–مدرسة الشوبك الغربي الثانوية المشتركة.

-مدرسة الشهيد نصر عبد الحكيم قاسم الثانوية المشتركة.

-مدرسة ميت رهينة الثانوية المشتركة.

2 . الحدود الموضوعية:

حيث يقع البحث الحالي في نطاق الصحة النفسية ويتحدد بالمتغيرات التي يتناولها والتي تتمثل في التنظيم الانفعالي، الصمود النفسي، طلاب المرحلة الثانوية.

3 . الحدود البشرية:

تم تطبيق أدوات البحث على طلاب المدارس الثانوية.

4 . الحدود الزمنية:

طُبق البحث الحالي في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (2020/ 2019م)

مصطلحات الدراسة:

التنظيم الانفعالي:

تعرف الباحثة التنظيم الانفعالي بأنه «هو مدى مقدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته وإعادة تعديلها حتى يتمكن من تحقيق أهدافه عن طريق مجموعة من الاستراتيجيات».

الصمود النفسي:

تبنت الباحثة تعريف وفاء عبد الجواد وعزة خليل (2013): هو قُدرة الفرد على تجاوز المحن والشدائد في المواقف شديدة الصعوبة المستدامة ومواجهتها بفاعلية، وقدرته على استعادة توازن وتماسك الشخصية.

الإطار النظري:

أولاً: التنظيم الانفعالي (Social Intelligence):

مفاهيم التنظيم الانفعالي:

يعرفه (Bullemor–Day, 2015, 21) أن مفهوم التنظيم الانفعالي من المفاهيم الحديثة في المجال الانفعالي لعلم النفس فكل فرد يمتلك من المهارات والقدرات

الانفعالية والمعرفية والسلوكية التي تنظم وتسيطر على الخبرات والمواقف والتعبيرات الناتجة من تفاعل الفرد مع البيئة، يعتبر التنظيم الانفعالي عاملاً مهماً من عوامل النمو الاجتماعي والانفعالي الإيجابي.

ويرى كل من كيو و فيتزباتريك و ميتكالفي ومكمان، (Kuo, Fitzpatrick Mmet-calfe, McMain, 2016) أن تنظيم الانفعال هو مجموعة من المهارات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تنظم وتسيطر على خبرات الفرد وتعبيراته الناشئة من تفاعله مع بيئته.

تعقيب

من خلال استعراض تعريفات التنظيم الانفعالي خلصت الباحثة إلى أنه «هو مدى مقدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته وإعادة تعديلها حتى يتمكن من تحقيق أهدافه عن طريق مجموعة من الاستراتيجيات «.

النظريات المفسرة للتنظيم الانفعالي:

1 . اختيار الموقف: (Situation Selection)

يعتبر اختيار الموقف بمثابة النوع الأول للتنظيم الانفعالي، ويتضمن التصرف من أجل أن نكون في الموقف الذي يسمح بظهور الانفعالات المرغوبة التي نريد إظهارها، وبالطبع العديد من قرارتنا، ويشير اختيار الموقف إلى مجموعه من هذه القرارات التي يتم اتخاذها بنظرة إلى النتائج المستقبلة لأفعالنا واستجابتنا الانفعالية، وغالباً ما نكون واعين للمنحنى المحتمل الذي سوف تتخذه انفعالاتنا خلال مدة زمنية معينة إذا لم نتخذ الخطوات للتأثير على انفعالاتنا، وهذا الادراك يمكن أن يدفعنا لاتخاذ خطوات لتغيير المسار الانفعالي عن طريق اختيار الموقف، ولهذا يمكننا أن نحاول بذل الجهود لتجنب المواقف التي نعرف أنها سوف تجعلنا في مواجهة مع شخص تربطنا به علاقة خاصة، أو أننا قد نحاول السعي وراء موقف توفر لنا الاتصال بأصدقاء عندما نحتاج الفرصة للتحدث أو مشاركة أحدهم في انفعالاتنا الإيجابية. (Kahneman, 2003:189)

2 . تعديل الموقف: (Situation Modification)

ومع الأخذ بعين الاعتبار غموض مصطلح "الموقف" فإنه من الصعب في بعض الأحيان رسم خط واضح يفصل بين اختيار الموقف وتعديل الموقف وذلك لأن الجهود المبذولة إلى تعديل الموقف يمكن أن موقفاً جديداً آخر، وبالرغم من أنه تم التأكيد مسبقاً على أن المواقف يمكن ان تكون خارجية أو داخلية إلا أن تعديل الموقف يجب أن برتبط بتعديل البيئة المادية الخارجية

Gross & John, 2003: 360))

3 . توزيع الانتباه ((Attentional Deployment

إن أول شكلين للتنظيم الانفعالي وهما اختيار الموقف وتعديل الموقف – كلاهما يساعدان في تشكيل الموقف الذي سوف يتعرض له الفرد، ومن الممكن تنظيم الانفعالات بدون إحداث تغيير فعلي للبيئة، فالمواقف تمتلك العديد من النواحي المتعددة، وتوزيع الانتباه يشير إلى توجيه الانتباه ضمن موقف معين وذلك بغرض التأثير في انفعالات الفرد واستجاباته، وهكذا فإن توزيع الانتباه هو أحد الاشكال الداخلية لاختيار الموقف حيث أن الانتباه يستخدم لانتقاء أي من المواقف الداخلية المتعددة التي تعتبر مواقف فعّالة لدى الفرد في وقت معين، ويعتبر توزيع الانتباه أولى العمليات التنظيمية التي تظهر خلال مراحل التطور والنمو، وبشكل خاص تستعمل عندما يكون من غير الممكن تغيير او تعديل الموقف الذي يكون فيه الفرد (Rothbart, 1992:15) ويشير الاجترار (Rumination) إلى توجيه الانتباه وتركيزه على الأفكار والمشاعر المرتبطة بأحداث معينة تؤثر على الحالة الانفعالية، فتأمل الأحداث الحزينة أو الغامضة يزيد من استمرار وشدة الانفعالات السلبية، ويرتبط الاجترار بمستويات عالية لأعراض الاكتئاب الطويل والحاد.

(Bushman, 2002: 728)

4 . التغيير المعرفي (Cognitive Changing)

بعد انتقاء الموقف وتعديله وتوجيه الانتباه نحوه فأن الانفعال يتطلب إدخال معنى على المدركات الحسية حتى تكون نتيجة نهائية، ويقوم الافراد بتقييم قابليتهم لتنظيم

مطالب الموقف وذلك من خلال الخطوات المعرفية لتحويل مدرك حسي إلى شيء معين يؤثر على خبرتهم وحالتهم الانفعالية، حيث يشير التغيير المعرفي إلى تغيير الكيفية التي يقوم بها الفرد بتقييم الموقف الذي يعيشه تبعاً للأهمية

5 . تعديل الاستجابة) (Response Modulation

يمثل تعديل الاستجابة آخر استراتيجيات تنظيم الانفعالات، ويحدث متأخراً في عملية توليد الانفعال بعد حدوث الاستجابة الانفعالية، ويشير "تعديل الاستجابة" إلى التأثيرات في الاستجابة الفسيولوجية والسلوكية والتجريبية في الانفعالات السلبية. (Gross, 2014:10

تعقيب

من خلال النموذج الشكلي للانفعال (السابق ذكره) تم تحديد عناصر الانفعال وهي (موقف–انتباه–تقييم–استجابة)، حدّد جيمس كروس النقاط الرئيسية التي يتم تطبيقها في الواقف المختلفة وهي (اختيار الموقف–تعديل الموقف–توزيع الانتباه–التغيير المعرفي–تعديل الاستجابة)، ومن خلال هذه النقاط يقوم الفرد باختيار المواقف التي يواجهها والمواقف التي يتجنبها، وتعديل انفعالاته في المواقف السلبية، وايضاً توجيه الانتباه إلى الأفكار والمشاعر دون السلبية، وبذلك يتغير معنى الموقف وأيضاً تعديل الاستجابة تجاه الموقف

ثانياً: الصمود النفسي (Resilience Psychological):

مفاهيم الصمود النفسي:

يعرفه(Wicks,2005) بأنه" العملية المستمرة للتكيف الشديد مع أي صدمة أو أزمه أو ماساه أو تهديد أو أي مصدر ضاغط ذي دلالة".

عرفه عبد الكريم إسماعيل(2014) بأنه مركب سيكولوجي من مجموعة من العوامل النفسية المتفاعلة والتي تمكن الطالب من عدم الانهيار والانكسار أمام الضغوطات والتهديدات والمحن بل تجعله قادراً على التعامل معها بكل صلابة، والتفكير بها

بمرونة، مع وجود مستوى عالي من الدافعية، تمكنه من التوافق معها، والإنجاز والتقدم والنجاح في الحياة.

تعقيب

من خلال العرض السابق للتعريفات الخاصة الصمود النفسي تبنت الباحثة تعريف وفاء عبد الجواد وعزة خليل (2013): هو قُدرة الفرد على تجاوز المحن والشدائد في المواقف شديدة الصعوبة المستدامة ومواجهتها بفاعلية، وقدرته على استعادة توازن وتماسك الشخصية.

النظريات المفسرة للصمود النفسي:

1 . النظرية الوجودية: The Existtence theory

تعريف النظرية الوجودية:

النظرية الوجودية هي أسلوب أو طريقة في التفلسف قد تؤدي بمن يستخدمها إلى مجموعة من الآراء التي تختلف فيما بينها أشد ما يكون الًاختلاف حول العالم، وحياة الإنسان فيه. ومن أكثر السمات التي تميز هذا الأسلوب في التفلسف أنه يبدأ من الإنسان وليس من الطبيعة فهو فلسفة الذات أكثر منه فلسفة عن الموضوع، وعلى حد تعبير جون ماكوري (John Macurray فإن)الذات بوصفها فاعلة(تزودنا بالموضوعات الأساسية في الفلسفة الوجودية، في حين أن تراث الفلسفة الغربية لًسيما منذ ديكارت Decartes قد ركز الًانتباه على الذات الداخلية والمقصود بها هنا) الذات المفكرة (، فهذا اللون من التفلسف يبدأ من الإنسان بوصفه موجودا لًا بوصفه ذاتا مفكرة.)جون ماكوري: ترجمة إمام عبد الفتاح، 1982: 13–10)

2 . نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر:

يرى((Luthar et al, 2000 أن الصمود هو عمليات دينامية تشتمل على التوافق الإيجابي مع أثر سياق المصائب. وتعتمد هذه النظرية على أن هناك عوامل خطر وعوامل وقائية التي بمجملها يتمكن الفرد من الأداء المتكيف. هذه العوامل يعتقد بأنها تنشأ من

الفرد، والعائلة، والمدرسة، والمجتمع. ويرى أصحاب هذه النظرية أن عوامل الصمود تتفاعل مع عوامل الخطر لتحسين أو التقليل من الأضرار السلبية والخطرة للأحداث. وطور الباحثون قوائم توضح طبيعة الشخصية الصامدة، حيث تضمنت العوامل الوقائية ارتفاع معدل الذكاء ووجهة الضبط الداخلية وفاعلية الذات ووجهة النظر الإيجابية. أما عوامل الخطر قد تنبثق من الأسرة والبيئة المحيطة بالطفل، وتتمثل في الأمراض الأسرية، والطلاق، وأبوية مراهقة، والمشاكل الصحية التي يمكن أن يعاني منها الطفل أو الأسرة. أما التهديدات البيئية الأكثر شيوعاً فتتمثل عيش الأطفال في حي خطر. كما أن وجود عوامل وقائية تحمي الفرد على الرغم من وجود عوامل الخطر يتحدد بطبيعة التفاعل بين تلك العوامل بنوعيها (إيمان مصطفى سرميني،2015: 9- 10)

تعقيب

من خلال العرض السابق للنظريات وجد أن النظرية الوجودية تبدأ من الانسان وليس من الطبيعة وتعتمد على مبادئ (الحرية –الروحية– المسئولية– الوعي بالذات– البحث عن معنى وهدف من الحياة)، والنظرية التواصلية تعتمد على العلاقات وتتضمن مبادئ (المساندة عن التعرض للخطر– الاندماج المتبادل يسوده التفهم – الثقة في العلاقات– التمكين المتبادل– خلق وعي تواصلي)، وأخيرا نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر والتي تعتمد على أن هناك عوامل خطر(الامراض– المشاكل الصحية –التهديدات البيئية)، وعوامل وقائية(ارتفاع معدل الذكاء– وجه الضبط الداخلية – فاعلية الذات).

دراسات سابقة

***دراسات تناولت التنظيم الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية:**

1 . دراسة(Zhang,2014):

بعنوان "استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بسمات الشخصية لدى طلبة الجامعة. "

هدفت الدارسة إلى معرفة العلاقة بين سمات الشخصية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلبة الجامعة الصينيين.

وتكونت عينة الدارسة من (426 طالب وطالبة) أعمارهم (22-17سنة)،

واستخدمت الدارسة مقياس لسمات الشخصية للنسخة الصينية (QZPS,2007) ومقياس التنظيم الانفعالي (ERQ,2003)

وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين التقييم المعرفي وجميع سمات الشخصية الصينية، ووجود ارتباط دال إحصائيا بين استراتيجية الكبت وسمة الطيبة، والانفعالية، والانبساط، وأشارت إلى أن الطيبة والعلاقات الإنسانية وطرق الحياة كانت مؤشراً على التقييم المعرفي، وكذلك الطيبة والعاطفية كمؤشر على الكبت.

2 . دراسة مصطفى خليل(2019):

بعنوان " اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين صعوبات التنظيم الانفعالي وخداع الذات لدى طلاب الجامعة"

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الاختلاف بين التأثير المباشر وغير المباشر لصعوبات التنظيم الانفعالي في خداع الذات عن طريق اليقظة العقلية كمتغير وسيط، واستكشاف العلاقة الارتباطية بين هذه المتغيرات.

تكونت عينة الدراسة من (414) طالب وطالبة.

استخدم الباحث مقياس اليقظة العقلية إعداد (Baer,2006)، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالي إعداد (Gratz &Roemer,2004)، ومقياس خداع الذات إعداد (Paulhus,2007).

وأسفرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد اليقظة العقلية وصعوبات التنظيم الانفعالي لدى طلاب الجامعة، توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد اليقظة العقلية وخداع الذات لدى طلاب الجامعة، توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين صعوبات التنظيم الانفعالي وخداع الذات لدى طلاب الجامعة، يختلف التأثير المباشر للصعوبات التنظيم الانفعالي في خداع الذات وعن التأثير غير المباشر عن طريق اليقظة العقلية كمتغير وسيط لدى طلاب الجامعة.

*** دراسات تناولت الصمود النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية:**

1 . دراسة Grace Fayombo, 2010).):

بعنوان" العلاقة بين الشخصية الصفات والمرونة النفسية بين منطقة البحر الكاريبي المراهقين"

هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين السمات الشخصية والصمود النفسي بين المراهقين في منطقة البحر الكاريبي حيث بحثت هذه الدراسة المستعرضة العلاقات بين العوامل الخمسة الكبرى لسمات الشخصية:) الضمير، العصابية، والًانفتاح على الخبرة، والًانبساط (والصمود النفسي

تكونت عينة الدراسة من 397 من المراهقين في منطقة البحر الكاريبي

استخدم الباحث مقياس السمات الشخصية ومقياس الصمود النفسي (إعداد الباحث)

كشفت النتائج وجود علاقات إيجابية ذات دلًالة إحصائية بين سمات الشخصية) الضمير، والًانفتاح على الخبرة، الًانبساط (والصمود النفسي، في حين العصابية ارتبطت سلبيا مع الصمود النفسي. ووجد أن هناك علاقة ذات دلًالة إحصائية بين الصمود النفسي والضمير كونها أفضل في التنبؤ، كما أن العصابية والًانفتاح على الخبرة كانوا أدوات تنبؤ جيدة. وتم مناقشة هذه النتائج في ضوء صحة الفرد وتعزيز القدرة على التكيف النفسي والصمود النفسي لدى المراهقين.

2 . دراسة أميرة سعيد(2015):

بعنوان «الأمن النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية»

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي والصمود النفسي ومدى اختلاف مستوى كل من الأمن النفسي والصمود النفسي باختلاف النوع، وكذلك المقا رنة بين طلاب الجامعة الممارسين للأنشطة الطلابية وغير الممارسين لتلك الأنشطة على متغيري الأمن النفسي والصمود النفسي

تكونت عينة الدراسة من (120) من طلاب الجامعة(61ذكور59-إناث) تتراوح أعمارهم من(21-18)

استخدمت الباحثة مقياس الامن النفسي (إعداد فوقية حسن رضوان،2015)، مقياس الصمود النفسي (إعداد ايمان مصطفى سرميني،2015)

توصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين الدرجة الكلية للأمن النفسي والدرجة الكلية للصمود النفسي، عدم وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس الامن النفسي ترجع إلى متغير النوع، وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات الطلاب الممارسين للأنشطة الطلابية والطلاب غير الممارسين لتلك الأنشطة على مقياس الامن النفسي في اتجاه الطلاب الممارسين للأنشطة الطلابية.

تعقيب عام على الدراسات السابقة:

تم عرض مجموعة من الدراسات والبحوث السابقة العربية والأجنبية المتعلقة بمتغيرات البحث الحالي في حدود علم الباحثة وسوف تقوم باستعراض جوانب الاستفادة منها في الدراسة الحالية وتتبلور الاستفادة في الجوانب التالية:

- أن معظم الدراسات اهتمت بمتغير التنظيم الانفعالي كما أتضح في دراسات المحور الأول حيث تناولت الدراسات التنظيم الانفعالي وعلاقته بالمتغيرات النفسية، كما اتضح في المحور الثاني وجود علاقة بين الصمود النفسي وكثير من المتغيرات النفسية.
- لاحظت الباحثة ان معظم دراسات المحور الأول والثاني استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي وقد استقرت الباحثة الحالية على المنهج الذي تستخدمه في دراستها على المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة العلاقة بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي.
- وقد لاحظت الباحثة الحالية تركيز تلك الدراسات على التنظيم الانفعالي لدى طلاب الجامعة ولم تتطرق إلا نادرا – على حد علم الباحثة – على التنظيم الانفعالي لطلاب المرحلة الثانوية لذا رأت الباحثة الحالية ان هناك ضرورة للتحقق من العلاقة بين

متغيرات البحث الحالي في بيئتنا المصرية، كما تتيح الدراسة الفرصة للعاملين بمجال التربية والتعليم تكثيف جهودهم نحو الاهتمام بفئه طلاب المرحلة الثانوية لتعزيز التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لديهم.

- لاحظت الباحثة الحالية من خلال استعراض الدراسات السابقة ان منها أجريت على عينات متنوعة منها طلبة جامعيين مثل: دراسة (Zhang,2014)

اما بالنسبة للنوع لاحظت الباحثة الحالية ان اغلبيه الدراسات – في حدود علم الباحثة – تناولت عينات من الجنسين منها: دراسة(Zhang,2014)، دراسة (اميرة سعيد،2015)

- ولقد تنوعت الأدوات التي استخدمت بتنوع المشكلة والهدف الذي تسعى اليه كل دراسة فمعظم الدراسات التي تناولت متغير الذكاء الاجتماعي قام الباحثون بإعداد المقياس، ومعظم الدراسات التي تناولت متغير التسامح استخدمت مقاييس معدَّة بالفعل.

أوضحت النتائج وجود علاقة بين التنظيم الانفعالي وكثير من المتغيرات النفسية مثل سمات الشخصية والنزعة للتسامح واليقظة العقلية، وارتباط الصمود النفسي بمتغيرات مثل مفهوم الذات والكفاءة الاجتماعية والامن النفسي

ومن خلال العرض السابق استطاعت الباحثة الاستفادة منها فيما يأتي:

- تحديد فئة عينة البحث الحالي وهي فئة طلاب المرحلة الثانوية
- تطبيق مقياس التنظيم الانفعالي يناسب فئة البحث الحالي.
- استخدام مقياس الصمود النفسي يناسب البحث الحالي
- صياغة فروض الدراسة الحالية.

فروض البحث:

1. توجد علا

طلاب المرحلة الثانوية.

2. يمكن التنبؤ بأداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي.

3. يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين).

4. يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي-التقبل الإيجابي للتغير-التفكير الآمل-الكفاءة الاجتماعية).

إجراءات البحث:

1 . منهج البحث: اقتضت طبيعة البحث الحالي استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك للتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى عينة البحث، وأيضًا للتنبؤ بأداء الطلاب على مقياس الصمود النفسي بمعلومية درجاتهم على مقياس التنظيم الانفعالي. كما استخدمت الباحثة المنهج السببي المقارن للكشف عن طبيعة الفروق بين الجنسين (ذكور-إناث) في متغيري البحث (التنظيم الانفعالي، الصمود النفسي).

2 . عينة البحث:

انقسمت عينة البحث الحالي إلى نوعين هما:

1 . عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث: تكونت تلك العينة من (90) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، المقيدين بالصفوف (الأول-الثاني-الثالث) الثانوي، وذلك بواقع (50 ذكور40- إناث)، وتراوحت أعمارهم ما بين (15-19) سنة، بمتوسط عمري (16.54) عام وانحراف معياري (0.926) عام.

2 . العينة الأساسية للبحث: حيث تم تطبيق مقاييس البحث في صورتها النهائية على عينة قوامها (100) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وذلك بواقع (50 ذكور-50 إناث)، وتراوحت أعمارهم ما بين (15-19) عام، وبمتوسط عمري (16.47) عام وانحراف معياري (0.948).

أدوات البحث:

اشتمل البحث على الأدوات الآتية لتحقيق الأهداف التي تحاول الباحثة تحقيقها:

1. مقياس التنظيم الانفعالي (إعداد Garnefski & Kraaij, 2007، ترجمة وإعداد محمد جاسر، 2018).
2. مقياس الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية إعداد: فاطمة الزهراء المصري، 2016)

وفيما يلي عرض موجز لخطوات إعداد تلك المقاييس وخصائصها السيكومترية:

1 . الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي (إعداد Garnefski & Kraaij, 2007، ترجمة وإعداد محمد جاسر، 2018) تعديل الباحثة الحالية:

أولًا: صدق المقياس:

1 . الصدق التمييزي:

قامت الباحثة بترتيب الدرجات التي حصل عليها طلاب المرحلة الثانوية في العينة الخاصة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي ترتيبًا تنازليًا، والتي قوامها (90) طالبًا وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، ثم قامت بتحديد أعلى وأدنى ٪27 من أفراد هذه العينة، ثم تم حساب الفروق بين ٪27 الأعلى، ٪27 الأدنى باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق لعينتين مستقلتين، وفيما يلي جدول يوضح تلك النتائج:

جدول (1)

دلالة الفروق بين مجموعتي أعلى الأداء وأدنى الأداء على مقياس التنظيم الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري (ع)	قيمة (ت)	درجات الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
لوم النفس	أعلى الأداء	24	11.04	0.751	15.698	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	7.21	0.932			
التقبل	أعلى الأداء	24	11.50	0.511	24.920	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	7.75	0.532			
الاجترار	أعلى الأداء	24	11.13	0.612	19.530	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	7.00	0.834			
إعادة التركيز الايجابي	أعلى الأداء	24	11.17	0.868	13.419	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	6.96	1.268			
التركيز على الخطط	أعلى الأداء	24	11.92	0.282	18.976	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	7.29	1.160			
إعادة التقييم الايجابي	أعلى الأداء	24	12.00	0.00	18.885	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	7.63	1.135			
وضع الأمور في نصابها	أعلى الأداء	24	11.33	0.565	17.975	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	6.88	1.076			
التهويل	أعلى الأداء	24	10.04	0.859	18.764	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	5.63	0.770			
لوم الآخرين	أعلى الأداء	24	9.96	0.751	16.627	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	6.25	0.794			
الدرجة الكلية للمقياس	أعلى الأداء	24	91.25	4.214	13.831	46	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	24	71.83	5.435			

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.01= 2.660.

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 =2.000.

ويتضح من خلال الجدول السابق أنه توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات مجموعة أعلى الأداء وأدنى الأداء على مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين) عند مستوى دلالة 0.01؛ مما يدلل على القدرة التمييزية العالية للمقياس وصدقه.

ثانيًا: الاتساق الداخلي للمقياس:

قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين مفردات كل بعد والدرجة الكلية للبعد، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس على عينة قوامها (90) طالب طالبة. وكانت النتائج كالآتي:

جدول (2)

معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

البعد	المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للبعد	البعد	المفردة	قيمة معامل الارتباط بالدرجة الكلية للبعد
لوم النفس	1	0.514**	التقبل	2	0.582**
	10	0.664**		11	0.624**
	19	0.519**		20	0.421**
	28	0.515**		29	0.568**
الاجترار	3	0.541**	إعادة التركيز الإيجابي	4	0.672**
	12	0.590**		13	0.597**
	21	0.429**		22	0.654**
	30	0.674**		31	0.479**
التركيز على الخطط	5	0.772**	إعادة التقييم الإيجابي	6	0.662**
	14	0.700**		15	0.657**
	23	0.654**		24	0.766**
	32	0.718**		33	0.745**

وضع الأمور في نصابها	7	0.699**	التهويل	8	0.650**
	16	0.669**		17	0.521**
	25	0.543**		26	0.585**
	34	0.581**		35	0.537**
لوم الآخرين	9	0.581**			
	18	0.636**			
	17	0.428**			
	36	0.558**			
الرمز (**) يشير إلى مستوى دلالة (0.01).					

ويتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه تتراوح ما بين (0.772-0.421)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة (0.01)؛ مما يدلل على اتساق بنود المقياس.

جدول (3)

معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس التنظيم الانفعالي.

المتغير	الدرجة الكلية للمقياس
البعد الأول (لوم النفس)	0636**
البعد الثاني (التقبل)	0.692**
البعد الثالث (الاجترار)	0.477**
البعد الرابع (إعادة التركيز الإيجابي)	0.448**
البعد الخامس (التركيز على الخطط)	0.558**
البعد السادس (إعادة التقييم الإيجابي)	0.602**
البعد السابع (وضع الأمور في نصابها)	0.588**
البعد الثامن (التهويل)	0.414**
البعد التاسع (لوم الآخرين)	0.352**
الرمز (**) يشير إلى مستوى دلالة (0.01).	

من خلال الجدول السابق يتضح أن قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم

الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين) والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة 0.01؛ مما يدلل على اتساق المقياس ومناسبته للاستخدام.

ثالثًا: ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس على عينة قوامها (90) طالبًا وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية من خلال استخدام طريقة ألفا-كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وفيما يلي النتائج التي حصلت عليها الباحثة:

جدول (4)

معاملات ثبات مقياس التنظيم الانفعالي.

المقياس وأبعاده	عدد المفردات	الارتباط بين نصفي الاختبار	معامل التجزئة "سبيرمان-براون"	معامل جوتمان	معامل ألفا-كرونباخ
المقياس ككل	36	0.577	0.731	0.731	0.744

ويتضح من نتائج جدول (4) أن جميع معاملات ثبات المقياس جيدة ومطمئنة، وتشير تلك النتائج إلى صلاحية المقياس للاستخدام في البحث الحالي.

الصورة النهائية لمقياس التنظيم الانفعالي (إعداد Garnefski & Kraaij, 2007، ترجمة وإعداد محمد جاسر، 2018) تعديل الباحثة الحالية:

يتكون المقياس في صورتها النهائية من (36) مفردة مُوزعة على (9) أبعاد فرعية، يجيب عنها الطالب من خلال اختيار استجابة من ثلاثة استجابات هي (موافق-محايد-غير موافق)، ويختار المفحوص الاستجابة التي تتناسب مع طبيعة شخصيته. وفيما يلي توزيع المفردات على أبعاد المقياس:

جدول (5)

توزيع عبارات المقياس على العوامل.

عوامل المقياس	أرقام العبارات	عدد العبارات
البعد الأول (لوم النفس)	(1 – 10 – 19 – 28)	4
البعد الثاني (التقبل)	(2 – 11–20–29)	4
البعد الثالث (الاجترار)	(3–12–21–30)	4
البعد الرابع (إعادة التركيز الإيجابي)	(4 – 13 – 22 31–)	4
البعد الخامس (التركيز على الخطط)	(5–14–23–32)	4
البعد السادس (إعادة التقييم الإيجابي)	(6–15 – 24 – 33)	4
البعد السابع (وضع الأمور في نصابها)	(7–16–25–34)	4
البعد الثامن (التهويل)	(8–17–26–35)	4
البعد التاسع (لوم الآخرين)	(9–18–27 – 36)	4

1 . الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية (إعداد: فاطمة الزهراء المصري، 2016):

قامت معدة المقياس بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، وقد جاءت النتائج على النحو التالي:

أولًا: صدق المقياس

1 . صدق المحكمين: تم ذلك بعرض المقياس على السادة المحكمين المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس، مع تحديد تعريف إجرائي لأبعاد المقياس، والإبقاء على العبارات التي بلغت نسبة الاتفاق عليها ٪80 فأكثر، وذلك حتى تكون على درجة عالية من الثقة.

2 . **صدق التحليل العاملي:** حيث تم إجراء التحليل العاملي على عينة قوامها (301) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وقد استخدمت معدة المقياس محك جليفورد (+ 0.3) أو أكثر، وطريقة الفاريماكس Varimax للتدوير المتعامد للمصفوفات

الارتباطية لفقرات المحاور الخاصة لمقياس الصمود النفسي للوصول إلى صورة مقبولة للمقياس يمكن تفسير العوام وفقًا لها، وطبقًا لهذا المحك تم استبعاد العبارات التي يقل تشبعها عن (0.3). وقد أسفر التحليل العاملي عن أربعة عوامل جوهرية، وفيما يلي جدول يوضح ذلك:

جدول (6)

نتائج التحليل العاملي لمقياس الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية (إعداد: فاطمة الزهراء المصري، 2016).

العامل	عدد المفردات	الجذر الكامن	نسبة التباين
العامل الأول (الثبات الانفعالي)	18	14.819	9.496٪
العامل الثاني (التقبل الإيجابي للتغير)	22	5.747	9.306٪
العامل الثالث (التفكير الآمن)	20	3.901	8.799٪
العامل الرابع (الكفاءة الاجتماعية)	12	2.405	5.989٪

ثانيًا: الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الصمود النفسي بالتطبيق على عينة قوامها طالب وطالبة، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين العبارات الممثلة لكل عامل فرعي والدرجة الكلية لهذا العامل، وكذلك بين الدرجة الكلية لكل عامل فرعي والدرجة الكلية للمقياس:

1 . **حساب معاملات الارتباط بين عبارات كل عامل والدرجة الكلية لهذا العامل:**

- تراوحت قيم معاملات الارتباط بين عبارات العامل الأول (الثبات الانفعالي) والدرجة الكلية لهذا العامل ما بين (0.381–0.722)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة (0.01).
- تراوحت قيم معاملات الارتباط بين عبارات العامل الثاني (التقبل الإيجابي للتغير) والدرجة الكلية لهذا العامل ما بين (0.453–0.684)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة (0.01).

- تراوحت قيم معاملات الارتباط بين عبارات العامل الثالث (التفكير الآمن) والدرجة الكلية لهذا العامل ما بين (0.462-0.659)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة (0.01).
- تراوحت قيم معاملات الارتباط بين عبارات العامل الرابع (الكفاءة الاجتماعية) والدرجة الكلية لهذا العامل ما بين (0.373-0.745)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة (0.01).

2 . **حساب معاملات الارتباط بين درجات العوامل وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس**: حيث كانت قيم معاملات الارتباط بين عوامل المقياس الأربعة (الثبات الانفعالي، التقبل الإيجابي للتغير، التفكير الآمل، الكفاءة الاجتماعية) والدرجة الكلية للمقياس تساوي (0.777، 0.759، 0.823، 0.630) على الترتيب، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة 0.01.

ثالثًا: ثبات المقياس

تم تطبيق المقياس من قبل معدة المقياس على عينة قوامها (301) طالب وطالبة للتحقق من ثبات المقياس، وذلك باستخدام طريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ. وقد توصلت النتائج إلى ما يلي:

جدول (7)

معاملات ثبات العوامل والمقياس ككل بطريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ (معدة المقياس).

عوامل المقياس	عدد العبارات	باستخدام معادلة جوتمان	باستخدام معادلة سبيرمان براون	معامل ثبات ألفا كرونباخ
العامل الأول (الثبات الانفعالي)	18	0.892	0.984	0.876
العامل الثاني (التقبل الإيجابي للتغير)	22	0.894	0.894	0.892
العامل الثالث (التفكير الآمل)	20	0.887	0.887	0.894
العامل الرابع (الكفاءة الاجتماعية)	12	0.806	0.806	0.812
المقياس ككل	72	0.844	0.847	0.937

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ثبات المقياس وعوامله الفرعية باستخدام طريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ مرتفعة مما يدل على تمتع المقياس بالثبات والاستقرار.

وقد قامت الباحثة الحالية بإعادة حساب الثبات لمقياس الصمود النفسي، حيث طبقت المقياس على عينة قوامها (90) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وذلك باستخدام طريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ. وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (8)

معاملات ثبات العوامل والمقياس ككل بطريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ (تطبيق الباحثة الحالية).

المقياس	عدد العبارات	الارتباط بين نصفي الاختبار	باستخدام معادلة جوتمان	باستخدام معادلة سبيرمان براون	معامل ثبات ألفا كرونباخ
المقياس الصمود النفسي	72	0.737	0.849	0.849	0.870

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ثبات المقياس باستخدام طريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ مرتفعة مما يدل على تمتع المقياس بالثبات والاستقرار.

الصورة النهائية لمقياس الصمود النفسي (إعداد: فاطمة الزهراء المصري، 2016):

يتكون المقياس في صورته النهائية من (72) عبارة، موزعة على (4) عوامل (الثبات الانفعالي، التقبل الايجابي للتغير، التفكير الآمل، الكفاءة الاجتماعية). وفيما يلي جدول يوضح توزيع عبارات المقياس على العوامل:

جدول (9)

توزيع عبارات المقياس على العوامل.

عوامل المقياس	أرقام العبارات	عدد العبارات
الثبات الانفعالي	1*33-29-25-21-17-13-9-5-*37-*52-45-41-*55-64-61-58-*	18
التقبل الإيجابي للتغير	2*6-*14-10-*22-18-*34-30-26-*42-38-*46-*50*53-*56-*59-*62-*65-67-*69-*71-*72-*	22
التفكير الآمل	11-7-3*43-39-35-31-27-23-19-15-*-54-51-47-57-60-63-66-68-70	20
الكفاءة الاجتماعية	28-24-20-16-12-8-4*48-44-40-36-32-	12
الرمز (*) يشير إلى العبارات السلبية.		

نتائج البحث ومناقشاتها:

1 . نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية «. ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون باستخدام برنامج (SPSS.v24)، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول (10)

نتائج معامل ارتباط بيرسون بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية (ن=100).

المتغير	مقياس الصمود النفسي				
	الثبات الانفعالي	التقبل الإيجابي للتغير	التفكير الآمل	الكفاءة الاجتماعية	المقياس ككل
لوم النفس	0.207*	0.241*	0.193	0.216*	0.252*
التقبل	0.292**	0.376**	0.326**	0.352**	0.396**
الاجترار	0.149	0.339**	0.175	0.158	0.248*

إعادة التركيز الإيجابي	0.146	0.171	0.160	0.189	0.194
التركيز على الخطط	0.356**	0.217*	0.408**	0.415**	0.404**
إعادة التقييم الإيجابي	0.293**	0.225*	0.324**	0.489**	0.379**
وضع الأمور في نصابها	0.114	0.249*	0.137	0.204*	0.207*
التهويل	0.147	0.222*	0.103	-0.030	0.141
لوم الآخرين	0.185	0.093	0.108	0.028	0.124
المقياس ككل	0.402**	0.451**	0.413**	0.434**	0.499**
الرمز (**) يشير إلى مستوى دلالة 0.01، (*) إلى مستوى دلالة 0.05					

وبمراجعة نتائج الجدول السابق يتضح أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة 0.01 بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية: مما يدلل على تحقق الفرض الأول.

تفسير نتائج الفرض الأول:

تحقق الفرض الأول حيث أثبتت الدراسة «وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين التنظيم الانفعالي والصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية»، وهذا يتفق مع تعريف (Wolters,2011:270) للتنظيم الانفعالي بأنه" عملية مراقبة وتقييم وتغيير وقوع شدة أو حدة التجارب الانفعالية وردود الأفعال".

وكما أشار (Gross,2014:499) إلى أن الاهتمام بالانفعالات تعدى وصفها ومسببتها إلى كيفية التعبير عنها وضبطها وتعلمها للسيطرة عليها بالطريقة التي تمكن من المحافظة على الصحة الجسمية والنفسية .

والصمود النفسي هو أحد البناءات الكبرى في علم النفس الإيجابي حيث إن هذا العلم هو المنحنى الذي يعظم القوى الانسانية باعتبارها قوى أصلية في الإنسان مقابل

المناحى السائدة والشائعة والتي تعظم القصور وأوجه الضعف الإنساني وهذا الاختلاف في الرؤى لا يتعارض مع وحدة الهدف وهو تحقيق جودة الحياة

2 . نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه « يمكن التنبؤ بأداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي «. وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط Simple Regression Analysis، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (11)

نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط.

المتغير المستقل	معامل الانحدار المعياري (Beta)	الخطأ المعياري	معامل الانحدار غير المعياري B))	معامل الارتباط R	التباين المفسر (R_2)	نسبة المساهمة (التغير في التباين المفسر)	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التنظيم الانفعالي	0.499	0.181	1.031	0.499	0.249	0.242	5.706	دالة عند 0.01
قيمة الثابت Constant= 80.809								

جدول (12)

نتائج تحليل التباين لدلالة معامل الانحدار الخطي البسيط.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الانحدار	6732.763	1	6732.763	32.564	دالة عند 0.01
البواقي	20262.147	98	206.757		
الكلي	26994.910	99			

ونلاحظ من الجدولين السابقين أن قيمة معامل الارتباط المتعدد بلغت (0.499) بينما بلغ معامل التحديد (0.249)، وهذا يعني أن متغير التنظيم الانفعالي يفسر حوالي (24.9٪) من التباين الكلي لأداء طلاب المرحلة الثانوية على متغير الصمود النفسي، كما كانت قيمة (ف) تساوي (32.564)، بينما بلغت قيمة (ت) مقدار (5.706)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة 0.01. وهذا يشير إلى أن العلاقة بين المتغيرين حقيقية، وأنه يمكن التنبؤ بأداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي من خلال معلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي. ومن الجدول رقم (12) يمكننا استنتاج معادلة الانحدار الخطي البسيط كالتالي:

صَ = ب س + أ وتعني لفظيًا

الصمود النفسي = معامل الانحدار غير المعياري × التنظيم الانفعالي + ثابت الانحدار.

الصمود النفسي = 1.031 × التنظيم الانفعالي + 80.809.

تفسير نتائج الفرض الثاني:

تحقق الفرض الثاني وهو "يمكن التنبؤ بأداء طلاب المرحلة الثانوية على مقياس الصمود النفسي بمعلومية الدرجة على مقياس التنظيم الانفعالي"

وترجع الباحثة سبب تحقق الفرض الثاني أن كلا المتغيرين يرتبطان بالانفعالات وهي حالة التوتر في الكائن الحي المصحوب بتغيرات فسيولوجية داخلية وتغيرات حركية أو لفظية خارجية وتزداد شدة التوتر أو الانفعال كلما تعرض الفرد لمنبهات مفاجئة لم يستعد لها بنمط معين من الاستجابة وكذلك المواقف التي يزداد فيها الخطر على ذاته الجسمية والنفسية أو عند تحقق الأهداف الجوهرية أو عند إثارة الدوافع أو عند إشباعها، الانفعال هو حالة شعورية مركبة يصحبها نشاط جسمي وفسيولوجي مميز.

وتشمل الانفعالات مجموعة من التغيرات الجسمانية مثل تغير معدل نبضات القلب وتعبيرات الوجه وقشعريرة في الجلد وتمثل هذه التغيرات الحالة الانفعالية المرتبطة جزئياً بالصور العقلية التي ينشطها جزء خاص في دماغ الانسان.

وتمثل الانفعالات كل أشكال الاستجابة الجسدية والتي تتضمن تنسيق التغيرات في المجال الذاتي والسلوكي والفسيولوجي والخبرة وهي تستثار عندما يكون الفرد في موقف مثير يتطلب تقييم وتحديد أهدافه تجاه هذا المثير.

3 . نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على « يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين)». ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار «ت» T-Test لحساب الفروق بين عينتين مستقلتين، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (13)

دلالة الفروق بين الذكور والإناث في التنظيم الانفعالي وأبعادها الفرعية (ن=100).

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
لوم النفس	الذكور	50	9.34	1.636	0.250	98	غير دالة
	الإناث	50	9.26	1.562			
التقبل	الذكور	50	9.54	1.501	-0.871	98	غير دالة
	الإناث	50	9.80	1.485			
الاجترار	الذكور	50	8.54	1.705	-3.407	98	دالة عند 0.01
	الإناث	50	9.62	1.455			
إعادة التركيز الإيجابي	الذكور	50	9.38	1.737	0.953	98	غير دالة
	الإناث	50	9.04	1.829			
التركيز على الخطط	الذكور	50	9.96	2.040	0.489	98	غير دالة
	الإناث	50	9.78	1.620			
إعادة التقييم الإيجابي	الذكور	50	10.38	1.915	1.789	98	غير دالة
	الإناث	50	9.74	1.651			

وضع الأمور في نصابها	الذكور	50	8.96	1.840	-0.500	98	غير دالة
	الإناث	50	9.14	1.761			
التهويل	الذكور	50	7.70	1.776	-1.065	98	غير دالة
	الإناث	50	8.08	1.794			
لوم الآخرين	الذكور	50	8.20	1.340	0.819	98	غير دالة
	الإناث	50	7.94	1.800			
المقياس ككل	الذكور	50	82.00	8.473	-0.249	98	غير دالة
	الإناث	50	82.40	7.581			

قيمة(ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 = 1.980.

قيمة(ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 = 2.617.

ويتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحلة الثانوية الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين)، فيما عدا بعد (الاجترار) فقد أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة 0.01 لصالح الإناث. مما يدل على تحقق الفرض الثالث جزئيًا.

تفسير نتائج الفرض الثالث:

لم يتحقق الفرض الثالث حيث أثبتت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحلة الثانوية الذكور والإناث في الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية (لوم النفس، التقبل، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، لوم الآخرين)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسات كل من عادل المنشاوي،2015)

وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى طبيعة المرحلة الثانوية لما يحدث فيها من تغيرات نفسية ومزاجية واضطرابات سلوكية واجتماعية وهي فترة عواصف، وتوتر تكتنفها شدة

الأزمات النفسية وتسودها المعاناة، والإحباط والصراع والضغوط الاجتماعية والقلق والمشكلات وصعوبات التوافق.

وايضاً طبيعة مرحلة المراهقة حيث أنها مرحلة نمو عادي، ولكن قد يتخللها اضطرابات، ومشكلات تنشأ بسبب ما يتعرض له المراهقون في الاسرة والمدرسة والمجتمع من ضغوط، كما أن المراهق لا تظهر لديه مشكلات عديدة مادام نموه يسير في اتجاهه الطبيعي وأن مرحلة المراهقة مرحلة تحقيق الذات، ونمو الشخصية وصقلها.

4 . نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

ينص الفرض الرابع على « يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي-التقبل الإيجابي للتغير-التفكير الآمل-الكفاءة الاجتماعية)». ولاختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار «ت» T-Test لحساب الفروق بين عينتين مستقلتين، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (14)

دلالة الفروق بين الذكور والإناث في التنظيم الانفعالي وأبعادها الفرعية (ن=100).

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الثبات الانفعالي	الذكور	50	39.90	4.268	0.064	98	غير دالة
	الإناث	50	39.84	5.068			
التقبل الإيجابي للتغير	الذكور	50	48.12	4.980	-0.664	98	غير دالة
	الإناث	50	48.84	5.825			
التفكير الآمل	الذكور	50	46.90	5.369	-0.276	98	غير دالة
	الإناث	50	47.20	5.518			
الكفاءة الاجتماعية	الذكور	50	29.64	3.963	-1.257	98	غير دالة
	الإناث	50	30.62	3.833			

المقياس ككل	الذكور	50	164.56	15.606	-0.585	98	غير دالة
	الإناث	50	166.50	14.477			

قيمة(ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 = 1.980.

قيمة(ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 = 2.617.

يتضح من الجدول السابق إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحلة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي ككل وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي-التقبل الإيجابي للتغير-التفكير الآمل-الكفاءة الاجتماعية)؛ مما يدلل على عدم تحقق الفرض الرابع وتحقق الفرض البديل.

تفسير نتائج الفرض الرابع:

لم يتحقق الفرض الرابع حيث أثبتت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات طلاب المرحلة الثانوية الذكور والإناث في مقياس الصمود النفسي ككل وأبعاده الفرعية (الثبات الانفعالي-التقبل الإيجابي للتغير-التفكير الآمل-الكفاءة الاجتماعية)، وهدا يتفق مع دراسة (أميرة سعيد،2015)، وتفسر الباحثة هه النتيجة بارتباط الصمود النفسي بمعايير التنشئة الاجتماعية والتي تنطبق على الذكور والإناث على حد سواء،أيضا يمكن أن يرجع تلاشي الفروق بين الذكور والإناث في الصمود النفسي بشكل بلغ حد الدلالة الإحصائية إلى أن الذكور في مرحلة المراهقة تحديداً على إظهار الصمود في إلى إظهار الصمود أيضاً خوفاً من رفض الذكور لهن، وبذلك يتساوى كلاهما في وجود دافع الخوف.

المراجع:

1. أميرة سعيد(2015): الأمن النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية، مجلة الدراسات التربوية والاجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، مج 21، عدد4.
2. إيمان مصطفى سرميني (2015): مقياس الصمود النفسي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

3. جون ماكوري (1982): الوجودية. ترجمة إمام عبد الفتاح. الكويت: المجلس الوطني للثقافة.

4. سالم جولدستين، روبرت ب. بروكس (2011): الصمود لدى الأطفال. ترجمة وتقديم صفاء الأعسر. القاهرة: المركز القومي للترجمة.

5. مصطفى خليل محمود عطا الله (2019): اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين صعوبات التنظيم الانفعالي وخداع الذات لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة أسيوط، عدد(2)، مجلد(35)، ص ص (1–39).

6. وفاء محمد عبد الجواد وعزة خليل عبد الفتاح(2013): الصمود النفسي وعلاقته بطيب الحال لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، عدد(36)، ص ص(273–332).

1- Bullemor – Day, P. (2015). Emotion regulation, attention and mindfulness in adolescents with social emotional and behavioural difficulties. Doctor in clinical psychology, (Dclinpsy), Royal Holloway, University of Landon.

2- Bushman, B. J. (2002). Does venting anger feed or extinguish the flame? Catharsis, rumination, distraction, anger, and aggressive responding. Personality and social psychology bulletin, 28(6), 724-731.

3- Dan-Glauser, E. S., & Gross, J. J. (2013). Emotion regulation and emotion coherence: Evidence for strategy-specific effect, US National library of medicine national in stitutes of health,13(5) p832-842 .

4- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. Handbook of emotion regulation, 2, 3-20.

5- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in

two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. Journal of personality and social psychology, 85(2), 348-362.

6- Kahneman, D., Kahneman, D., &Tversky, A. (2003). Experienced utility and objective happiness: A moment-based approach. The psychology of economic decisions, 1, 187-208.

7- Kuo, J. R., Fitzpatrick, S., Metcalfe, R. K., & McMain, S.(2016). Amulti- method Laboratory investigation Of emotional reactivity And emotion regulation abilities in borderline Personality disorder. Journal Of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry,50,52-60.

8- Wicks, Carolyn (2005). Resilience: An Integrative Framework for- Measurement. Ph. D. Thesis. Graduate school. Loma Linda University

9- Wolters, C. A. (2011). Regulation of Motivation: Contextual and Social Aspects. Teachers College Record, 113(2), 265-283.

10- Zhang.D(2014):Relationship between Personality Traits and Emotion Regulation Strategies for Chinese college students. Asian Journal of it umanities and social studies.2(5), 666-670.