

التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الإعدادية

الكلمات المفتاحية: التجهيز، الانفعالي، الاعدادية

بحث مستل من أطروحة دكتوراه

سناء حسين خلف

أ.د. صالح مهدي صالح

جامعة ديالى/كلية التربية الاساسية

جامعة ديالى/ مركز ابحاث الطفولة والأمومة

Snakhlf6@gmail.comsalehmehdi@gmail.com

الملخص

هدفت الدراسة التعرف على حالة التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الإعدادية لجميع افراد عينة البحث .

ولتحقيق اهداف الدراسة اعد الباحثان أداة (مقياس التجهيز الانفعالي) في ضوء نظرية التجهيز الانفعالي (Baker,2010)، وتكونت الأداة من (37) فقرة موزعة على اربعة ابعاد، وتم عرض الاداة على مجموعة من الخبراء المحكمين للتحقق من الصدق الظاهري، وتم اعتماد(36) فقرة، إذ طبقت اداة الدراسة الحالية على عينة من طالبات المرحلة الإعدادية و البالغ عددهم (400) طالبة ، وتمت معالجة البيانات احصائيا .

وبعد عرض النتائج تبين ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (-5.04) اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (1.96) عند درجة حرية (399) ومستوى دلالة (0.05) ، اذ اشارت هذه النتائج الى أن التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الاعدادية منخفض، وبهذا تحقق هدف الدراسة، ووفقا للنتائج التي تم التوصل اليها يوصي الباحثان بالاتي :

-الإفادة من أداة القياس التي اعدھا الباحثان في الدراسة الحالية واستخدامها للكشف عن التجهيز الانفعالي وقياسه.

-العمل على تأصيل نظرية التجهيز الانفعالي ،بالرغم من محاولتنا تحقيق ذلك قدر الإمكان.

المبحث الاول: التعريف بالدراسة

أولاً: مشكلة الدراسة (the study Problem)

إن من الطبيعي في سياق حياتنا العادية أن نتوقع مواجهة الأحداث والمواقف والمحفزات التي تثير ردود فعل انفعالية ، والتي عادةً ما تكون هذه المشاعر سريعة الزوال ، ولكن في أوقات اخرى قد يكون من الصعب استيعاب الأحداث، فقد تستمر استتباط ردود انفعالية بعد

مرور فترة طويلة أو قد يؤدي الاحتفاظ بتذكرها على قدرة انفعالية يمكنها ان تعيق استئناف الحياة اليومية.

وقد ذكرت الجمعية الأمريكية للطب النفسي انه في الحالات الأكثر تطرفاً يمكن للأحداث الماضية المؤلمة أن تبقى في ذاكرتنا ، ليست فقط كذكريات مؤلمة ، وانما قد تُضعف قدرة الفرد في أن يعيش حياة عادية وهذا يسبب قصور في تجهيزه الانفعالي (Howells,2013;14).

وكما أكدت العديد من الدراسات والبحوث على مشكلة الدراسة الحالية كما في دراسة (Rachman,2001) والتي أكد فيها على أن عدم تمكن الفرد من امتصاص الأحداث المؤلمة والمزعجة له بسبب انخفاض التجهيز الانفعالي، مما يؤدي إلى صعوبة التركيز في حياته اليومية وتكون اشارة لدى الفرد واضحة ، في عدم قدرته على التركيز في المهمة المطلوب منه انجازها، وكذلك المخاوف والتعب الشديد والأرق وسرعة الغضب والاحساس بالضغط عند التحدث والكوابيس واضطرابات الأكل وعدم الاستقرار (Rachman,2001;168).

في حين أكدت دراسة (Marzieh , 2005) أن استمرار تعرض الفرد إلى الصدمات الانفعالية والأحداث المؤلمة تؤدي تدريجياً بأن يفقد طاقته على المقاومة وتضعفه في مواجهة هذه الأحداث (Marzieh,2005;140).

كما أشار (Howells,2013) في دراسته عن مدى قدرة الأفراد على استيعاب الأحداث الانفعالية المؤلمة والمزعجة وارتباطها بخصائص معينة لتكوين الذاكرة العرضية. اذ اوضح بأن ردود أفعالنا الانفعالية غير متناسبة ،أو قد نبالغ في رد فعلنا وسبب ذلك هي حالات الفشل في التجهيز الانفعالي ، لذلك تظهر عدم ملاءمة الاستجابة أو ان الاستجابة الانفعالية قد تستمر، من حيث شدتها أو مدتها، وإلى حد لا يخدم أي غرض ظاهر (Howells,2013;15).

ومن هنا تظهر مشكلة الدراسة الحالي من خلال التساؤل الآتي:-
ما مستوى التجهيز الانفعالي لطالبات المرحلة الاعدادية؟

ثانياً: أهمية الدراسة (the importance of studying)

تتبع أهمية هذه الدراسة لتناولها طالبات المرحلة الإعدادية (مرحلة المراهقة) كونها مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد ولأجل أن تتم عملية الانتقال بصورة ناجحة فعلى المراهقة أن توفق بين مطالبها العديدة وأن تكتسب معرفة ومهارات جديدة تمكنها من التوافق مع الموقف الجديد (حمد، ٢٠١١: ١٣).

اذ يُعد الاهتمام بطالبة المرحلة الإعدادية ورعايتها وأعدادها للمستقبل اليوم ضرورة حتمية حضارية يفرضها واقع التطور العلمي والتكنولوجي ، ولذلك لا بد من تهيئة الأجواء النفسية الملائمة بما يمكن الطالبة من النمو الاجتماعي المتكامل وسيطرتها على انفعالاتها (الدراجي، ٢٠١٢ : ١٢).

فإذا استطاعت المدرسة أن تهيئ جواً اجتماعياً سليماً يحقق التناسق والانسجام بين الطالبات (المراهقات) ، تكون قد مهدت الطريق لنمو اجتماعي متكامل لدى المراهقات، والطالبة تمر بمرحلة المراهقة هي أحوج ما تكون إلى الرعاية والإرشاد ، بسبب ميولها الجديدة وتضارب اتجاهاتها المختلفة انعكاساً لثورتها الموجهة ليس للخارج فحسب ، بل نحو الداخل ، أي لذاتها أيضاً (المشهداني، ٢٠٠٤: ٦).

وما يزيد من أهمية المدرسة في مرحلة المراهقة، عدّها مؤسسة تربية وتعليمية قادرة على أن تمدّ المجتمع بحاجته من القوى البشرية القادرة على إحداث التفكير والتنمية والبناء وإعداد الأفراد في المجتمع للعمل المنتج في مختلف المجالات والمستويات والتخصصات بالإضافة إلى واجباتها في الاعتناء بسلوكيات الطالبة واعدادها للمستقبل كطالبة في الجامعة وفضلاً عن كونها قائدة وزوجة وأم ، ومن اجل أن تتم عملية الانتقال بالطالبات بصورة ناجحة فعلى المراهقة أن توفق بين مطالبها العديدة وان تكتسب المعرفة والمهارات الجديدة التي تمكنها من التوافق مع الوضع الجديد ، وتمثل هذه المرحلة فترة عمرية لها أهميتها ودقتها هذا فضلاً عن أنها تعد من المراحل المهمة في حياة الإنسان وما تحتويه هذه المرحلة من مظاهر إنمائية (نجرس ، ٢٠١٤ : ٥) .

كما وتكتسب الدراسة الحالية أهميتها من أهمية المتغير (التجهيز الانفعالي) ، اذ أكدت دراسة عثمان والشربيني (٢٠١٥) ان التجهيز الانفعالي يؤدي في تحسين وتدعيم علاقات

طيبة للفرد مع اسرته واقرانه والمجتمع فضلا عن الاسهام في تحسين مستوى الانجاز والاداء الأكاديمي (عثمان والشربيني، ٢٠١٥: ٤٨).

وأشار سليمان (٢٠٠٥) أن قدرة الفرد في تنظيم الانفعالات وتوجيهها وادارتها يجعله قادراً على توجيه مشاعره و إلى تحقيق الانجاز واستخدامها في صنع قرارات أفضل فتحويل الانفعالات السلبية إلى انفعالات ايجابية تجعله يدرك ذاته ويشكل مختلف ، وكما يساعده على تقدير ذاته وبذل الجهد في مواجهة حالات الفشل وبذلك يكون حكمه على الأمور داخلية المنشأ أي تصدر منه هو شخصياً لتزوده بخبرات انفعالية (سليمان، ٢٠٠٥: ٥٩٢). وتتجلى أهمية الدراسة الحالية في الآتي:

-تكتسب الدراسة أهميتها من اهمية المتغيرات التي ركزت عليها وبخاصة متغير التجهيز الانفعالي .

-ترفد المكتبة العراقية بدراسة تتعلق بالتجهيز الانفعالي.

-تناولت الدراسة شريحة مهمة وهن طالبات المرحلة الإعدادية ، وهي مرحلة ذات أهمية وتحتاج إلى رعاية واهتمام كبير كونها مرحلة انتقالية .

-تُعد هذه الدراسة سعي جاد ومهم في قياس التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

ثالثاً: هدف الدراسة (Aims of the study)

- قياس التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

رابعاً: حدود الدراسة (The limits of the study)

تحدد الدراسة الحالية بطالبات المرحلة الإعدادية في المدارس الإعدادية الصباحية التابعة للمديرية العامة لتربية ديالى / مركز مدينة بعقوبة، للعام ٢٠١٩م - ٢٠٢٠م.

خامساً: تحديد المصطلحات (Define terminology)

- التجهيز الانفعالي Emotional Processing

عرفه (Baker,2001): هو العملية التي يتم من خلالها قيام الفرد بالتقييم المعرفي للحدث الانفعالي الذي يواجهه في ضوء خبراته الانفعالي السابقة من أجل التحكم في طريقته للتعبير الانفعالي عنه (Baker,2001;8).

- أما التعريف النظري فقد تبني الباحثان تعريف (Baker,2001):- لأنه التعريف الخاص بالنظرية المتبناة .

- التعريف الإجرائي للتجهيز الانفعالي: وهو الدرجة الكلية التي تحصل عليها المُسترشدات من خلال الاجابة على فقرات مقياس التجهيز الانفعالي ، والمُعد من قبل الباحثان ؛ لأغراض الدراسة الحالية.

- المرحلة الإعدادية

عرفتها (وزارة التربية ، ١٩٨١) :

وهي المرحلة التي تأتي بعد المرحلة المتوسطة وهي من مراحل التعليم الثانوي ، وتكون مدتها ثلاثة سنوات تهدف إلى تعرف إلى قابلية وقدرة الطلبة وميولهم وتمكنهم من بلوغ أعلى مستوى من المعرفة والمهارة مع تنوع بعض الميادين الفكرية والتطبيقية تمهيداً لمواصلة الدراسة الحالية والأعداد للحياة العلمية الإنتاجية (وزارة التربية، ١٩٨١ : ٢).

المبحث الثاني: الإطار النظري

اولاً: مفهوم التجهيز الانفعالي

نشأ مفهوم التجهيز الانفعالي في تحليل Lang's (1977) في سياق العلاج السلوكي للحد من الخوف، في دراسة له ، اذ وجد كل من Lang ، Melamed,& Hart (1970) ثلاثة منبئات للعلاج الناجح وهي : زيادة معدل ضربات القلب اثناء التفاعل الأولي مع الصور ذات العلاقة بالخوف ، وأن أكبر التوافق يكون عندما تتوافق الصور مع ذات الفرد ، وتزداد شدة وارتفاع معدل ضربات القلب خلال الصور ذات الصلة بالخوف ، والانتخاض التدريجي في تفاعل معدل ضربات القلب مع تكرار الصور، و على أساس بحثه اقترح Lang (1977) أن "التركيب النفسي الفسيولوجي للمشاهد المتخيلة من الصور قد تكون مفتاح للتجهيز الانفعالي الذي صممه في العلاج (Lang, 1977;863).

وتابع Rachman (1980) عمل Lang من خلال تحديد تعريف للتجهيز الانفعالي على أنها "عملية يتم من خلالها امتصاص الاضطرابات الانفعالية ، وخفضها الى الحد

الذي يمكن أن تستمر فيه التجارب والسلوكيات الأخرى للفرد وبدون انقطاع ، وبناء على ذلك ، سيكون التجهيز الناجح يُحقق للفرد فوائد متعددة (الذي يمر بالموقف الضاغط والمؤلم انفعالياً) ؛ وليس فقط عودة السلوك المعتاد وقدرته على الاستمرار في الحياة ، وقد يؤدي الى تحسين مفهوم الذات لدى الفرد ، اما عودة الخوف بعد التعرض للعلاج سيكون دليلاً على التجهيز الانفعالي الفاشل أو غير المكتمل، وبهذا قدم تحليل Rachman وصفاً لظواهر التجهيز الانفعالي ولكن لم يقدم تفسيراً نظرياً لهذا البناء في الواقع (Rachman,1980:51-60).

وكما لاحظ Foa & Kozak (1986) ان تعريف Rachman يعاني من المنطق الدائري: الحد من الخوف الذي يعزى إلى نجاح التجهيز الانفعالي وهي نفس الأدلة المستخدمة المهمة التي اتخذتها Foa & Kozak (1986) لتوفير إطار نظري لشرح ظواهر التجهيز الانفعالي (Foa & Kozak,1986;20-35).

اما Baker (2000) فقد أشار الى أهم العوامل التي تساعد الفرد في الاستمرار بالتجهيز الانفعالي حتى الاكتمال وهو التسامح ، ويؤكد الى أهمية ان يفكر الإنسان بعمق في الحدث المؤلم في محاولة لفهمه وحتى يصل الفرد الى حالة من العفو ومسامحة الشخص المذنب ، والمسبب في حدوث الحدث المؤلم ، وأن حالة التسامح والصفح هذه دليل على اكتمال التجهيز الانفعالي (عثمان والشريبي، ٢٠١٥: ٥٠).

ثانياً:نظرية بيكر (Baker) في التجهيز الانفعالي

ويُعد هذا النموذج من أحدث النماذج التي أهتمت بتفسير التجهيز الانفعالي ، وان مقال (Baker,2001) " نموذج للتجهيز الانفعالي في الإرشاد والعلاج النفسي - خطوة للأمام" ومر هذا النموذج بتعديلات عدة كان آخرها عام (2010) ، ولقد تأسس هذا النموذج على افتراض أن التجهيز الانفعالي يمر بثلاثة عمليات وهي: الحدث الانفعالي؛ والخبرة الانفعالية؛ والتعبير الانفعالي؛ ثم أضاف عملية رابعة وهي التنظيم الانفعالي.

اذ أشار (Baker,2001) أن آلية التجهيز الانفعالي للفرد تبدأ بالحدث الانفعالي الذي يعتبره بمثابة مدخل وبعد ذلك يقوم الفرد بمحاولة للتقييم المعرفي للحدث لغرض التحكم به والتي يعتبرها بمثابة العملية ، ويعتمد فيها على خبراته الانفعالية التي استقاها من خبراته

وتجاربه السابقة ، و ثم يقوم الفرد بالتعبير الانفعالي عن هذا الحدث -8 Baker,2001: (11)، ويمكن توضيح آلية التجهيز الانفعالي بشيء من التفصيل .

أ. الحدث الانفعالي (Emotional event):

ويقصد به (المُدخل) Input Event وهو الحدث المثير الذي بعد حدوثه مباشرة يتم تسجيله وبشكل واعي أو قد يكون بشكل غير واعي في الذاكرة، وقد يكون هذا الحدث بسيط على سبيل المثال كانتقاد صديق، أو قد يكون كبير مثل فقدان شخص عزيز، أو قد يكون بشكل عارض أو مفاجئ مثل التعرض لحادث سيارة، أو مستمر مثل العمل في وظيفة ضاغطة (Baker .et al ,2012;3-4).

ب. الخبرة الانفعالية (Emotional experience)

أشار (Baker) الى معنى الخبرة الانفعالية وتعني: التفرد في تفسير ووصف الحدث الانفعالي الصادم (المُدخل)، ولقد قسم (Baker) الخبرة الانفعالية الى أربعة مراحل، (Baker,2007;63-64) وهي كالآتي:

١. الخبرة الكلية (Total experience): ان النمو النفسي للانفعال يشعر به الفرد ككل، وهو ما يُعد جوهر الخبرة الانفعالية، كقول الفرد : كنتُ غاضباً ، وبهذه العبارة يصف العناصر النفسية والسلوكية والناجمة من تفسير الحدث ككل .

وأكد (Baker) أن أحد الصعوبات لعملية التجهيز الانفعالي للفرد في تلك المرحلة هي التحكم المبالغ به في انفعالاته والتي قد يصل به الامر الى الكبت أو التحكم في الانفعال بطرق غير مناسبة كاللجوء الى الخمر أو المخدرات.

٢. الوعي (Awareness): ويقصد به أن الفرد واعي بانفعالاته وبأحاسيسه الجسمية والتي تُكون الانفعال الذي شعر به، اما اذا بالغ في الوعي عندها تحدث مشكلات ، ولا يمكن أن يكون الوعي بحالة الفرد الانفعالية متطلباً أولاً في التجهيز الانفعالي الناجح، وذلك لأن الكثير من عمليات التجهيز الانفعالي تحدث بشكل غير واعي.

٣. التسمية (Labelling): عند الفرد العادي يتم تسمية الانفعال الذي يشعر به وبشكل تلقائي ، اما الذي يعاني من مشكلات في التجهيز الانفعالي يكون غير قادر على تسمية انفعالاته بدقة، وتختلف الطرق عند الأفراد التي يُسمون بها انفعالاتهم، وهذه مهارات تُكتسب أثناء مرحلة الطفولة أو المراهقة.

٤. الربط (Linking): توصل (Baker) الى انه يربط الفرد بين انفعالاته التي يشعر بها والأحداث المُسببة لهذه الانفعالات ، ويعتمد الربط الصحيح على التسمية الصحيحة للانفعالات فاذا كان الفرد يعاني ضعف في التسمية فهو بذلك يكون غير قادر على ربط الأحداث بدقة مع انفعالاته التي يشعر بها.

ج. التعبير الانفعالي (Emotional expression):

وهو ما يقوم به الفرد من أفعال وسلوكيات للتعبير بها عن انفعالاته ، وعلى سبيل المثال : الضحك ، والبكاء، الصراخ، وقفل الابواب بشدة ، ويرتبط دائماً التعبير الانفعالي بالخبرة الانفعالية، فان المشاعر السعيدة يُعبر عنها بالضحك ، اما المشاعر الحزينة يُعبر عنها في الغالب بالبكاء أو الصراخ، وقد يمر الفرد بانفعال شديد وقوي ولكنه يكتبه ولا يُعبر عنه ، وفي هذه الحالة يصعب على الفرد التجهيز الانفعالي وبالتالي تؤدي الى حدوث مشاكل كبيرة (Baker.,2007; 68-69).

د. تنظيم الانفعالات (Emotional regulation):

أشار (Baker,2007) أنه في بعض الأحيان من الممكن أن يُطور الأفراد أنماطاً مُختلفةً من التنظيم للانفعالات أو التحكم فيها خلال حياتهم، وهناك أنماطاً جيدة تُشير الى تفاعل أفضل مع الآخرين، مثال على ذلك الاتزان في التعبير عن الانفعالات ، وعدم اللجوء الى استخدام العنف عند حالات الغضب، وهذه الأنماط ترتبط بالصحة النفسية ، ولكن توجد انماط أخرى تُعد مضرّة وسلبية، ككبت أو تجنب الخبرات الانفعالية المؤلمة، والتحكم في ردود الأفعال الخارجية للانفعالات كحجب الدموع في المواقف المؤلمة والمُحزنة ، وهذه الأنماط ترتبط بالاضطرابات النفسية، وأن عملية تنظيم الانفعالات تُعد جزءاً مهماً من النمو الصحي، وتُعد درجة الوسط بين الافراط والتقريط في التعبير عن الانفعالات هي الدرجة المناسبة من تنظيم الانفعالات (عثمان والشربيني، ٢٠١٥ : ٥٤).

وفي ضوء ما تقدم يتبين للباحثة ، أن نموذج (Baker) يُعد النموذج الأشمل والأعم، كون أن هذا النموذج قد أوضح مراحل عملية التجهيز الانفعالي ، وما تضمنته من كيفية القيام بالعملية والصعوبات التي تواجه الفرد في عملية التجهيز الانفعالي ، بالإضافة الى انه من النماذج الحديثة في التجهيز الانفعالي مما دفع الباحثان بتبني هذا النموذج.

المبحث الثالث: منهجية واجراءات الدراسة (The methodology):

١. المنهجية: من أجل تحقيق هدف الدراسة أتبع الباحثان المنهج الوصفي
٢. مجتمع وعينة الدراسة : ويتكون المجتمع في هذه الدراسة من طالبات المرحلة الإعدادية لمركز محافظة ديالى (بعقوبة) ، ويبلغ عدده (٦٤٨٤) موزعات على مدارس مركز المحافظة للدراسة الصباحية والبالغ عددهن (١٨) مدرسة إعدادية وثانوية للبنات (تم استثناء مدرستي بعقوبة المسائية للبنات ، ومطلع الفجر المسائية للبنات) من الإحصائية . وتألفت عينة الدراسة من الآتي:-
- عينة التطبيق الاستطلاعي لمقياس التجهيز الانفعالي : وشملت (٦٠) طالبة من مجتمع الدراسة.
- عينة التحليل الإحصائي، إذ بلغ عدد عينة الدراسة (٤٠٠) طالبة جرى اختيارهن باستعمال الطريقة الطبقيّة العشوائية ، لأنّ مجتمع الدراسة مجتمع غير متجانس، وبنسبة ٥٠% من عينة المدارس، ثم أخذت عينة عشوائية من كل طبقة (مرحلة) بما يتناسب مع حجم الطبقة في المجتمع وبنسبة تقريبية (١٣,٨%) ،
٣. أداة الدراسة: مقياس التجهيز الانفعالي
- خطوات بناء مقياس التجهيز الانفعالي:
- من الخطوات الأساسية لبناء المقاييس هي الآتي:-
- تحديد مفهوم للتجهيز الانفعالي وتعريفه إجرائياً: وإذ تبنى الباحثان تعريف (Baker,2001) وهو العملية التي يتم من خلالها قيام الفرد بالتقييم المعرفي للحدث الانفعالي الذي يواجهه في ضوء خبراته الانفعالي السابقة من أجل التحكم في طريقته للتعبير الانفعالي عنه (Baker,2001;8).
- تحديد ابعاد المقياس: حددت أبعاد لمقياس التجهيز الانفعالي في ضوء ما استمده الباحثان من نظرية (Baker) في التجهيز الانفعالي ، وبناءً عليه تم تحديد الأبعاد (كما تم ذكرها في المبحث الثاني) .
- تحديد فقرات المقياس وصياغتها : ومن أجل تحديد الفقرات المناسبة ولكل بعد من الأبعاد الأربعة ، فقد اعتمد الباحثان على الإطار النظري والأدبيات والدراسات السابقة في استنباطها وصياغتها ، وتم صياغة (٣٧) فقرة للمقياس منها (٢٢) فقرة بالاتجاه الإيجابي ، و(١٥) فقرة بالاتجاه السلبي ، وبواقع أربعة بدائل أمام كل فقرة وفي الصيغة الأولية له .

- ث. التحليل الإحصائي لفقرات مقياس التجهيز الانفعالي:
ولتحقيق ذلك عمد الباحثان إلى أتباع الخطوات الآتية:-
-الخطوة الأولى: تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٤٠٠) طالبة من مجتمع الدراسة ، تم الاشارة اليها مسبقاً.
-الخطوة الثانية: تصحيح الاستمارات الخاصة بمقياس التجهيز الانفعالي ، وإعطاء درجة لكل فقرة من فقرات المقياس وبحسب نوعها (سلبية أو ايجابية).
-الخطو الثالثة: جمع الدرجات لكل استمارة واستخراج الدرجة الكلية.
-الخطوة الرابعة: ترتيب الاستمارات الـ (٤٠٠) تنازلياً (أي من أعلى درجة إلى أقل درجة).
- سحب (١٠٨) استمارة من المجموعة العليا ونسبة (٢٧%)، و(١٠٨) استمارة من المجموعة الدنيا ونسبة (٢٧%) .
-استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات جميع المفحوصين ولكل مجموعة وكل فقرة من فقرات مقياس التجهيز الانفعالي وأجراء الاختبار التائي لعينتين مُستقلتين (T-test) من أجل التعرف على الفروق بين درجات المجموعتين (العليا والدنيا) ولكل فقرة وعند مُستوى الدلالة (0.05) ، وقد تبين أن جميع فقرات المقياس ذات قوة تمييزية جيدة وذلك لأن القيمة التائية المحسوبة أعلى من الجدولية والتي قيمتها(1.96) وعند درجة حرية (214) ، لاحظ جدول(1) .

جدول(1)

القوة التمييزية لفقرات مقياس التجهيز الانفعالي بأسلوب المجموعتين المُتطرفتين

القيمة التائية المحسوبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد الأفراد	المجموعات	تسلسل الفقرات
3.695	1.21417	2.2407	108	العليا	1
	0.94184	1.6944	108	الدنيا	
3.632	0.93876	2.1852	108	العليا	2
	0.85784	1.7407	108	الدنيا	

3.833	1.02728	1.9722	108	العليا	3
	0.67646	1.5185	108	الدنيا	
3.690	0.97777	1.8148	108	العليا	4
	0.69489	1.3889	108	الدنيا	
3.669	0.96185	2.0093	108	العليا	5
	0.81198	1.5648	108	الدنيا	
3.168	1.06239	2.0463	108	العليا	6
	0.86026	1.6296	108	الدنيا	
4.069	0.80862	2.0185	108	العليا	7
	0.76274	1.5833	108	الدنيا	
4.934	0.93544	1.8519	108	العليا	8
	0.56370	1.3333	108	الدنيا	
3.746	0.96225	1.9074	108	العليا	9
	0.72934	1.4722	108	الدنيا	
4.338	1.10738	2.2315	108	العليا	10
	0.92315	1.6296	108	الدنيا	
3.150	1.06031	2.1852	108	العليا	11
	0.96794	1.7500	108	الدنيا	
3.613	1.10350	2.1852	108	العليا	12
	0.88030	1.6944	108	الدنيا	
4.388	1.05126	2.0833	108	العليا	13
	0.75413	1.5370	108	الدنيا	
3.921	1.00617	2.1574	108	العليا	14
	0.89979	1.6481	108	الدنيا	
4.001	1.03202	1.9815	108	العليا	15
	0.66270	1.5093	108	الدنيا	
4.062	0.84647	1.8889	108	العليا	16
	0.64791	1.4722	108	الدنيا	
3.227	1.11892	2.0185	108	العليا	17
	0.84417	1.5833	108	الدنيا	

4.105	1.10068	2.1481	108	العليا	18
	0.75773	1.6204	108	الدنيا	
3.418	1.05753	2.0556	108	العليا	19
	0.84093	1.6111	108	الدنيا	
3.748	1.00035	2.0926	108	العليا	20
	0.88427	1.6111	108	الدنيا	
6.433	1.02614	2.5556	108	العليا	21
	0.82451	1.7407	108	الدنيا	
4.676	1.01814	2.3056	108	العليا	22
	0.86747	1.7037	108	الدنيا	
3.439	1.06304	2.3056	108	العليا	23
	0.99371	1.8241	108	الدنيا	
4.439	1.14246	2.1759	108	العليا	24
	0.78687	1.5833	108	الدنيا	
5.919	1.14386	2.3333	108	العليا	25
	0.85905	1.5185	108	الدنيا	
6.699	0.87818	2.2963	108	العليا	26
	0.84826	1.5093	108	الدنيا	
3.971	1.18441	2.2870	108	العليا	27
	0.88427	1.7222	108	الدنيا	
4.811	1.14869	2.3704	108	العليا	28
	0.90128	1.6944	108	الدنيا	
4.369	1.05159	2.3426	108	العليا	29
	0.93853	1.7500	108	الدنيا	
4.856	1.00307	2.1759	108	العليا	30
	0.70961	1.6019	108	الدنيا	
3.988	1.11381	2.2593	108	العليا	31
	0.88657	1.7130	108	الدنيا	
3.475	1.05639	2.0741	108	العليا	32
	0.89478	1.6111	108	الدنيا	

3.613	1.03971	1.9444	108	العليا	33
	0.64824	1.5185	108	الدنيا	
4.430	0.88427	1.9444	108	العليا	34
	0.70281	1.4630	108	الدنيا	
5.059	1.07760	2.0833	108	العليا	35
	0.71544	1.4537	108	الدنيا	
6.409	1.14609	2.4352	108	العليا	36
	0.82341	1.5648	108	الدنيا	

٤. الخصائص السيكومترية:

أ. مؤشرات الصدق: بعد أعداد الباحثان لمقياس التجهيز الانفعالي مع البدائل التي يتم اعتمادها في عملية القياس، وكذلك التعليمات الخاصة به وطريقة تصحيحه ، قام الباحثان بعرض المقياس وهو بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء المحكمين في ميدان القياس والتقويم وعلم النفس التربوي ، والذين بلغ عددهم (٢٠) خبيراً ، ، ومن أجل التحقق من الآتي:-

-وضوح تعليمات المقياس بالنسبة لعينة الدراسة.

-صلاحية الفقرات وانتمائها للأبعاد، وقدرتها على قياس الظاهرة ، بالاعتماد على الإطار النظري والتعريف الذي تبنتاه الباحثان منه.

-صلاحية ملاءمة البدائل المقترحة في المقياس.

ومن أجل التعرف على الصدق الظاهري لأداة الدراسة ،استخدم الباحثان مربع كاي (ChiSquare) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١) (تحسب درجة الحرية بالاعتماد على مفتاح البدائل) ، فكانت القيمة المحسوبة لجميع الفقرات في المقياس اكبر من القيمة الجدولية باستثناء الفقرة (26)، فكانت القيمة المحسوبة اصغر من القيمة الجدولية لذلك تم استبعادها ، والجدول(4) يبين نتائج (ChiSquare) لآراء الخبراء حول صلاحية الفقرات لأداة الدراسة.

جدول (4)

نتائج (Chi Square) لآراء الخبراء حول صلاحية الفقرات وانتمائها للأبعاد
في أداة الدراسة

الأبعاد	رقم الفقرة	صالحة	غير صالحة	قيمة كاي ٢	الجدولية	قيمة كاي ٢	مستوى الدلالة
الحدث الانفعالي	1,7,9	19	1	16.2	3.841		دال
	3,5,6,10	17	3	9.8			دال
	2,4,8	15	5	5.0			دال
الخبرة الانفعالية	14,15	17	3	9.8			دال
	13,16,18	16	4	7.2			دال
	11,12,17	15	5	5.0			دال
التعبير الانفعالي	20,21,27	19	1	16.2			دال
	23,25,28	18	2	12.8			دال
	19,22,24	16	4	7.2			دال
	26	14	6	3.2			غير دال
التنظيم الانفعالي	31,32,37	19	1	16.2			دال
	29,30,35	18	2	12.8			دال
	33,34,36	17	3	9.8			دال

ب. الثبات

ومن اجل التحقق من ثبات مقياس التجهيز الانفعالي ، لجأ الباحثان إلى استعمال

الطرق الآتية:-

- إعادة الاختبار: بإعادة تطبيق مقياس التجهيز الانفعالي على عينة عشوائية تكونت من (٥٠) طالبة بعد مرور (١٤) يوماً من التطبيق الأول للمقياس ، وقد كان التطبيق الأول للمقياس بتاريخ (٢٠١٩/١٢/١٠) أما التطبيق الثاني فكان بتاريخ (٢٠١٩/١٢/٢٤) ، وقد

تبين أن الارتباط بين التطبيقين (الأول والثاني) بلغ (٠,٨٦) ويُعد مؤشر جيد جدا لقيمة الثبات ، وتُظهر هذه الطريقة مدى الاتساق الخارجي.

- **طريقة ألفا كرونباخ** : ولحساب الثبات بهذه الطريقة يتم من خلال حساب الارتباطات بين الدرجات ولجميع فقرات المقياس، وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠,٨٣) عندما تم تطبيق مقياس التجهيز الانفعالي على عينة بلغت (١٠٠) طالبة، وبذلك فهو معامل ثبات جيد جداً.

٥. **التطبيق** : بعد اجراء الخطوات السابقة اصبح المقياس جاهزة للتطبيق ملحق (١) ، اذ تم تطبيقه على ٤٠٠ طالبة من طالبات المرحلة الإعدادية ، يوم الاثنين المصادف بتاريخ ٢٠٢٠/١/٦ الي يوم الخميس المصادف بتاريخ ٢٠٢٠/١/٩ للحصول على البيانات المطلوبة ومعالجتها احصائيا للتعرف على مدى تحقيق اهداف الدراسة.

٦. **الوسائل الاحصائية**: استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية spss

المبحث الرابع: عرض النتائج وتفسيرها والتوصيات والمقترحات

سيعرض الباحثان في هذا الفصل النتائج التي توصلت اليها على وفق الاجراءات التي أشارت إليها في المبحث الثالث ومن ثم ستناقشها ، وتحاول تفسيرها ، وفق هدف الدراسة .
تعرف مستوى التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الاعدادية : لغرض تحقيق هذا الهدف استخرج الباحثان متوسط درجات العينة اذ بلغ (84.89) وبانحراف معياري (20.262) واستخراج المتوسط الفرضي اذ بلغ (90) وعند استعمال الاختبار التائي لعينة الواحدة تم التوصل الى النتائج كما مبين في جدول (5) عند درجة حرية (399) ومستوى دلالة (0.05)

جدول (٣)

الاختبار التائي لعينة واحد لدرجات عينة البحث للتعرف على

مستوى التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الاعدادية

مستوى الدلالة	القيمة الثابتة		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد افراد العينة	ت
	الجدولية	المحسوبة						
0.05	1.96	-5.04	399	90	20.262	84.89	400	1

وبعد عرض النتائج تبين ان القيمة التائية المحسوبة وباللغة (-5.04) اكبر من القيمة الجدولية وباللغة (1.96) عند درجة حرية (399) ومستوى دلالة (0.05) ، اذ اشارت هذه النتائج الى أن التجهيز الانفعالي لدى طالبات المرحلة الاعدادية منخفض، باعتبار ان هذه الفئة اكثر عرضه وتحسس للأحداث والمواقف المؤلمة والضاغطة والتي يستمر أثرها وبالتالي تؤثر على شخصية الطالبة وثقتها بنفسها وقدرتها على مواجهة الأحداث ، وتحملها للمسؤولية ، وايضا قدرتها على تنظيم ذاتها ، وكذلك تؤثر على تنظيم وادارة الوقت.

التوصيات:

١.الإفادة من أداة القياس التي اعدھا الباحثان في الدراسة الحالية واستخدامها للكشف عن التجهيز الانفعالي وقياسه.

٢.إشاعة الوعي لدى الأسرة باتباع الأساليب الصحيحة في توجيه الأبناء.

٤.إعطاء مفاهيم إيجابية للطالبات عن الحياة وأهمية بناء مستقبلهن بأنفسهم وتعزيز ثقتهن بأنفسهن.

٥.دور المؤسسات التربوية ، كالمدارس وتوجيهاتها للقيام بدورها تجاه هذه الفئة المهمة ، ومعالجة مشكلاتها من خلال إعداد البرامج الإرشادية ، لتقديم التوجيه والدعم النفسي.

المقترحات:

١.أجراء دراسة عن دور التجهيز الانفعالي في معالجة حالات الاكتئاب.

٢.أجراء دراسة لتنمية التجهيز الانفعالي بأساليب إرشادية مختلفة.

٣.أجراء دراسة عن قياس التجهيز الانفعالي باستعمال ادوات اخرى ، ويمكن اعتماد اكثر من أداة في الدراسة الواحدة.

٤.أجراء دراسة ارتباطية عن التجهيز الانفعالي وعلاقته بالمهارات الأخرى.

Emotional Processing among High School Female Students**The paper is extracted from Ph.D. dissertation**

Prof.
Saleh Mehdi Saleh (Ph.D.)
University of Diyala
Children & Maternity Research Center
Keywords: emotional processing

Candidate
Sana' Hussain Khalaf
University of Diyala
College of Basic Education

Abstract

This paper aims to identify the state of emotional processing among high school female students for all members of the study sample. To achieve the aim of the study, the two researchers developed the (emotional processing) measuring tool in the light of the theory of emotional processing (Baker, 2010). The tool comprised (37) items that were distributed over four dimensions. Then, the tool was presented to a group of expert arbitrators to identify its face validity, and adopted (36) items. The present study was implemented on a sample of (400) high school female students. Next to that, the data was processed statistically.

Furthermore, after presenting the results, the calculated T-value of (-5.04) was greater than the scheduled value of (1.96) within a (399) freedom degree and at a signification level of (0.05). These results clearly indicated that emotional processing among high school female students is low. Therefore, the aim of the paper was achieved. Putting in mind the study findings, the two researchers recommended the following:

- To take advantage of the measurement tool prepared by the two researchers in the current study and use it to detect and measure emotional processing.
- Work on rooting the theory of emotional processing, even though we attempted to achieve this as much as possible.

المصادر:

- حمد، شيماء طلب (٢٠١١): الشخصية الاستقلالية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة الموصل، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة الموصل، العراق
- الدراجي، حسن علي سيد، ومرزوق، صاحب عبد (٢٠١٢): الإرشاد النفسي والصحة النفسية المبادئ الأساسية والتطبيقات، ط ١، مكتب نور الحسن للطباعة والنشر، بغداد.
- سليمان ، حسين حسن (٢٠٠٥) : السلوك الإنساني والبيئة الاجتماعية بين النظرية والتطبيق ، ط ١ ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ، بيروت - لبنان.
- عثمان ، احمد عبد الرحمن والشربيني، السيد كامل(٢٠١٥): فعالية التدريب في تحسين التجهيز الانفعالي لدى طلاب التربية الخاصة (مسار الإعاقة العقلية) بكلية التربية المتدربين بالفصول الملحقة بالمدارس العادية بمدينة الطائف، مجلة كلية التربية، جامعة بور سعيد، العدد(١٧)، مصر.
- المشهداني، خنساء عبد القادر محمود(٢٠٠٤): بناء برنامج إرشادي لخفض الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد، ابن رشد ،العراق.
- نجرس، سناء علي حسون(٢٠١٤) : أثر أسلوبيين إرشاديين العقلاني السلوكي الانفعالي العاطفي و العلاج الواقعي في تنمية الذكاء الأخلاقي لدى طالبات المرحلة الإعدادية، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة ديالى ،كلية التربية الأساسية، العراق.
- وزارة التربية(١٩٨١):*المديرية العامة للتخطيط التربوي* - الاحصاء بغداد-العراق.
- Baker, R. (2007): Emotional Processing: healing through feeling. Oxford: Lion Hudson.
- Baker, R. (2001): An emotional processing model for counselling and psychotherapy: a way forward?, Journal of counselling in practice, 8 – 11.
- Baker,R.,. Thomas,S.,. & Owens,M.,. (2012): Does CBT Facilitate Emotional Processing? Journal of Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 1 – 19. doi:10.1017/S1352465810000895.
- Foa, E. B.,&Kozak, M. J. (1986): Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. Psychological Bulletin, 99, 20–35.

- Howells ,Glen(2013): Emotional Processing and Episodic Memory, A thesis submitted in partial fulfilment of the equirements of Bournemouth University for the degree of Doctor of Philosophy.
- Lang, P.J. (1977): Imagery in therapy: An information processing analysis of fear. Behavior Therapy, 8, 862–886.
- Marzieh , A.,(2005):Identifying stressors and reactions to stressors – in gifted and non-gifted students, International Education. Journal of6(2),136-140.
- Rachman, S. (1980): Emotional processing. Behaviour Research and Therapy, 18, 51–60.
- Rachman, S. (2001): Emotional processing, with special reference to post-traumatic stress disorder. International Review of Psychiatry, 13, 164-171.

ملحق (١)

مقياس التجهيز الانفعالي الذي استخدمته الباحثة في استخراج الصدق التلازمي

جامعه ديالى

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم علوم تربوية ونفسية

الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

الدراسات العليا/ الدكتوراه

عزيزتي الطالبة

تحية طيبة

يرجى منك الإجابة عن كل فقرة بكل دقة ووضوح ، وذلك بوضع علامة (√) تحت الاختيار الذي يعبر عن رأيك الحقيقي ، علما انه ليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة لكل فقرة ، وان أفضل إجابة هي ما تعبر عن رأيك الحقيقي ، لذا يرجى الإجابة عن جميع الفقرات ولا داعي لذكر اسمك .

*مثال توضيحي : إذا كان البديل الثاني ينطبق عليك وهو (أحياناً) فضعي علامة (√) تحت البديل (تتطبق علي أحياناً) .

ت	الفقرة	تطبق علي دائماً	تطبق علي أحياناً	تطبق علي نادراً	لا تتطبق علي أبداً
1	افكر بطريقة هادئة عند مواجهة الاحداث الضاغطة.		√		

أ.د. صالح مهدي صالح
طالبة الدكتوراه سناء حسين خلف

ت	الفقرة	دائماً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	افكر بطريقة هادئة عند مواجهة الاحداث الضاغطة.				
٢	أصف مشاعري للأخرين بسهولة حول احداث مؤلمة.				
٣	اضحك عندما ارى تعرض صديقتي لموقف مخجل.				
٤	استطيع ان افهم ما اقرأه بنفس الدرجة التي كنت افهم بها قبل الحدث المؤلم او المزعج.				
٥	احتفظ بما تعرضتُ لهُ لسنين عدة.				
٦	اشعر بالسعادة حتى وان كانت الامور لا تسير على ما يرام.				
٧	اقول الحقيقة في ظل اسوء الظروف.				
٨	اتحكم بانفعالاتي في المواقف الصعبة				

				والمحرجة.	
				استطيع ان اواجه الاحداث المزعجة والمؤلمة بمفردي.	٩
				بإرادتي احقق ما اتمناه .	١٠
				احافظ على هدوئي عندما يستقزني الاخرون.	١١
				اتحمل مسؤولية انفعالاتي في لحظات الغضب.	١٢
				الأحداث المؤلمة تؤثر على انجازي للمهمات المكلفة بها.	١٣
				انتقد نفسي عندما انفعل.	١٤
				أبكي عندما تنتقذني المُدرسة.	١٥
				استطيع ان اتخذ قراراتي في ظل اسوء الظروف.	١٦
				اتسامح مع نفسي ازاء ما صدر عنها من انفعالات مسيئة.	١٧
				استمع لنصائح الاخرين.	١٨
				اضرب المنضدة بشدة عندما تكلفني والدتي بغسل الصحون.	١٩
				اتوقع النجاح في جميع المهمات التي تسند لي.	٢٠
				أنام معظم الليالي دون ان تزعجني افكار معينة.	٢١

				٢٢	تعرضي لصعوبات الحياة أمر طبيعي.
				٢٣	اصرخ عندما أمنع من القيام بأمر أرغب به.
				٢٤	اعتبر الانتقاد حالة ايجابية.
				٢٥	لا اتنازل عندما تتعقد الامور.
				٢٦	اتعامل بالفرح والسرور عند دعوتي لمناسبة وبدون ان ارتبك.
				٢٧	ترتعش يدي من الخوف عند الإجابة في الامتحان.
				٢٨	اكون هادئة في اغلب الاحيان.
				٢٩	ينشغل بالي على امر من الامور بصورة متكررة.
				٣٠	أومن بأن لكل مناسبة سلوك.
				٣١	تدمع عيني عندما يؤنبني أحدهم.
				٣٢	أنا متسرة باتخاذ قراراتي.
				٣٣	يجرح شعوري نتيجة النقد واللوم.
				٣٤	أتلعثم عندما يُطلب مني الكلام في أمور مخجلة.
				٣٥	أسامح من ينتقدي.
				٣٦	اهتم بالأحداث المؤلمة التي تدور حولي .