إدارة الانفعالات وعلاقتها بالتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية بالكويت

شيماء نايف عبد السهيل المطيرى (•) **حليمة إبراهيم الفليكاوي (•)**

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وطُبِق المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث. وتكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب كلية التربية الأساسية في المرحلة العمرية ما بين (١٨-٢٠) سنة، كما تضمنت عينة الدراسة من (١٣٠) طالبًا وطالبة، بواقع (٧٠) من الإناث، و (٦٠) من الذكور، نصفهم من التخصص العلمي والنصف الآخر من التخصص الأدبي. ولتحقيق تلك الأهداف أُستخدم مقياس إدارة الانفعالات ومقياس التكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وبعد استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة من معامل ارتباط بيرسون، وتحليل التباين الأحادي، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري، الدرجة الكلية والأبعاد (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلبة كلية التربية الأساسية، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس التفكك الأسري ومقياس إدارة الانفعالات بأبعادهما المختلفة في اتجاه الإناث.

الكلمات المفتاحية: إدارة الانفعالات، التكيف الأسري، طلبة كلية التربية الأساسية.

(•) أستاذ مشارك كلية التربية الاساسية الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب الكويت

(•) ستاذ مشارك كلية التربية الاساسية الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب الكويت

Abstract

The current study aims to reveal the relationship between emotional management and family adaptation among students of the College of Basic Education, and used the descriptive approach as it suits the nature of the research. The research population consisted of all students of the College of Basic Education in the age group between (18-20) years. The research sample also consisted of (130) male and female students, (70) females, and (60) males, half of whom were from the scientific specialization. The other half is from the literary specialization.

To achieve these goals, the Emotion Management Scale was used, and the Family Adjustment Scale among students of the College of Basic Education, and after using appropriate statistical methods: Pearson correlation coefficient and one-way analysis of variance, he results resulted in a statistically significant positive correlation between the management of emotions and family adjustment, the total score and the dimensions (dimensions and the total score) among students of the College of Basic Education. It also showed that there were statistically significant differences between the average scores of males and females on the family disintegration scale and the emotion management scale with their backward dimensions in Female orientation.

Keywords: Emotion management, captive adaptation, Students of the College of Basic Education.

مقدمة:

الأسرة هي المؤسسة الاجتماعية الأولى التي يتعامل معها الفرد، وهي ضرورة حتمية لتكيفه، حيث يولد الفرد ضعيفا، وبحاجة إلى الرعاية المستمرة حتى ينضج ويكبر. وقد أكد كثير من علماء النفس أهمية خبرات الفرد في السنوات الأولى، حيث تكون الأسرة هي المؤسسة الأكثر تفاعلا مع الفرد.

وتؤدي الأسرة دوراً مهماً في تكيف الفرد الأكاديمي، إذ إن اتسام علاقة الوالدين بأبنائهم بالتسامح والقبول وتشجيع الاستقلالية وحرية التعبير، يخلق لدى الأبناء أنماطاً سلوكية تتصف بالإيجابية والتفاعل البناء والمبادرة، كل ذلك يؤدي إلى تحقيق درجة عالية من التكيف السليم.(Raffini, 2005).

لذا تعد البيئة الأسرية عاملاً مهماً في تكيف الطالب، أسريا وأكاديميا واجتماعيا ونفسيا، حيث يتأثر التكيف الأكاديمي للطالب مع متطلبات الحياة الجامعية بجنس الطالب وبحاجاته الشخصية والاجتماعية وبخبرات طفولته وقدراته العقلية والتحصيلية ومهاراته الأكاديمية وظروفه الجسمية والصحية، كما يتأثر بظروف الأسرة التي ينتمي إليها، ومستواها الاجتماعي والثقافي والاقتصادي، وطبيعة العلاقات السائدة فيها. كما أن الوالدين اللذين يظهران ممارسات تنشئة والدية إيجابية يظهر أبناؤهم مستويات أعلى في التكيف بشتى أنواعه من أولئك الذين يعيشون في أسر تسودها علاقات غير سوية. (العناسوة، ٢٠٢٢).

وتعد القدرة على التحكم في الانفعالات أساس الإرادة وأساس الشخصية، وتؤدي الانفعالات دورًا مهما في حياة الإنسان، فهي تؤثر في وظائفنا الجسمية والنفسية، وتتأثر بها، وتتعدى ذلك إلى العلاقات الاجتماعية؛ فعجز الإنسان عن إدارة انفعالاته بصورة إيجابية قد يؤدي به إلى العديد من الاضطرابات النفسية والأمراض الجسمية. كما أن انفعالاتنا تعلن عن موقفنا النفسي تجاه بيئتنا، وتجذبنا تجاه بعض الأفراد أو الأشياء والأفكار، أو تنفرنا منهم، كما تساعدنا على تنظيم خبراتنا وتوجيه سلوكنا، فمعظم سلوكنا يكون مصحوبا بحالة انفعالية وخبرة وجدانية من نوع ما، كما أن لها وظيفة مهمة في تفسير التواصل الاجتماعي بين الأفراد. وهناك ستة أنواع من الانفعالات؛ حيث يستطيع البشر تمييزها في جميع

أنحاء العالم، من خلال تعابير الوجه، وهي: السعادة والحزن والغضب والمفاجأة والاشمئزاز والخوف، وكل نوع منها له تعبير خاص به على الوجه، وبعض هذه التعابير يسهل تميزها أكثر من الأخرى، كما تؤدي الانفعالات في حياتنا العديد من الوظائف المهمة، وهي كما يحددها "رايس" (Rice, 2000) بوظيفة تكيفية لضمان الحفاظ على الحياة، مثل الشعور بالخوف من كلب يجعل الطفل يهرب، حفاظًا على حياته، ووظيفة التواصل عند شعور الطفل بالحزن أو الغضب فإنه ينقل الرسالة للآخرين بأن هناك شيئا خطأ، وعند إحساس الطفل بالسعادة فإنه يخبر الآخرين بأن كل شيء على ما يرام، وظيفة إقامة العلاقات الاجتماعية؛ حيث تلعب الانفعالات دوراً في تشكيل العلاقات الاجتماعية والتعلق أو التباعد عن أشخاص غير مرغوب فيهم (هاشم، ٢٠٢٢).

وقد أقر علماء النفس مثل "جاردنر" (Gardner) و"سالوفي وماير" Mayer &Salovey) و"جولمان" (Golman) بأهمية إدارة الانفعالات للإنسان نظرا لزيادة تأثيرها في حياته، فقد أجمعوا على أنه لا يمكن التنبؤ بنجاح الفرد في المستقبل، وكذلك في حياته إلا من خلال الربط بين كلا الجانبين الانفعالي والمعرفي؛ فقد تجد شخصاً متفوقاً في الناحية المعرفية ألا أنه غير ناجح في حياته الانفعالية والوجدانية، وشخصاً آخر متوسطاً من الناحية المعرفية، لكنه ناجح في حياته الانفعالية والاجتماعية، وقد نجد أيضا مجموعة أشخاص متساوين في الناحية المعرفية، لكن معدلات أدائهم غير متساوية. ويؤكد "أسلان وسيفنلر" (Aslan& Sevinler, 2009) أن أهمية إدارة الانفعالات تكمن في قدرة الفرد على إدارة انفعالاته بالشكل المناسب، بحيث يتكيف مع متطلبات الحياة والتعامل مع ضغوطها، والقدرة على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين.

وفي ضوء ما سبق سعت هذه الدراسة إلى محاولة التعرف على العلاقة بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت، وكذلك كشف الفروق بين الطلاب، وفقاً للجنس.

مشكلة الدراسة:

في ظل التقدم السريع المعرفي والتكنولوجي الذي أدخل المجتمعات في تحديات نفسية واجتماعية، وازدادت فيه موجات العنف في المجتمع وتنوعت فيه أساليب التواصل مع الآخرين، وكون المجتمع يتأثر بدرجات متفاوتة بقوى التغير في شتى مجالات الحياة فإن هذا يؤدي إلى تزايد الضغوطات النفسية والمشكلات الاجتماعية التي يواجهها الطلبة، سواء داخل الغرفة الصفية أو خارجها، مما أثر في سلوكياتهم وقدرتهم على مواجهة المشكلات والضغوطات التي يتعرض لها الطالب، وهذا يتطلب الاهتمام بأفراد يتمتعون بإدارة انفعالات سليمة، لأن الإدارة غير السليمة للانفعالات تضع الفرد أمام تحديات كبيرة، وتدفع الفرد إلى أن يعيش على هامش الحياة، كما أن هناك دورًا للأسرة في هذا المجال، حيث إن الدعم المستمر للطالب من جانب الأسرة يعد أمرا لابد منه، مما أوجد دافعاً لدى الباحثة بتناول هذين المتغيرين، إذ إن ضعف السيطرة على هذه الانفعالات وإدارتها قد يؤثر بشكل سلبي في شخصية الطالب وتكيفه الأسري والنفسي والاجتماعي، وقد يمتد تأثيرها إلى تحصيله الأكاديمي، وقد يظهر ذلك من خلال بعض المواقف التي تعبر عن تدني التحصيل الأكاديمي، وازدياد المشكلات السلوكية لديه، مما يزيد من فقدان السيطرة على انفعالاته، ويوقعه في العديد من المشكلات السلوكية، داخل الأسرة وخارجها. وتحددت مشكلة الدراسة في الإجابة عن الأسئلة التالية:

١- ما العلاقة بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية؟

٢- هل توجد فروق دالة إحصـــائيا بين متوســـطي درجات الذكور والإناث على مقياس التفكك الأسري؟

٣- هل توجد فروق دالة إحصـــائيا بين متوســـطي درجات الذكور والإناث على مقياس إدارة الانفعالات؟

أهداف الدراسة:

١- التعرف على العلاقة بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسـري لدى طلبة كلية التربية الأساسية.

٢- الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس التفكك الأسري.

٣- الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس إدارة الانفعالات.

أهمية الدراسة:

تكتسب الدراسة أهميتها في الاعتبارات النظرية والتطبيقية التالية:

الأهمية النظرية:

١- تُعد الدراسـة الحالية اسـتجابة للاتجاهات العالمية الحديثة، حيث تهتم بمتغيرين من المتغيرات البحثية الحديثة نسـبيًا، وهما (إدارة الانفعالات، والتكيف الأسري)

٢- الاهتمام بفئة تعد من أهم فئات المجتمع، وهي الطلاب في نهاية مرحلة المراهقة، الذين يواجهون العديد من التحديدات والمشـكلات، ولديهم عديد من التغيرات، والانفعالات، التي تتطلب التدخل السـريع لتنمية تكيفهم الأسـري والانفعالي؛ لأن لها تأثيرا في حياة الفرد، من خلال صـقل شـخصـيته وتهذيبها، وضـعفها يترتب عليه ضـعف الاتصـال اللفظي وغير اللفظي، وظهور سلوكيات غير مرغوبة.

٣- تعد هذه الدراسـة إضـافة جديدة لإثراء البحوث حول التكيف الأسـري وإدارة الانفعالات.

الأهمية التطبيقية:

١- توجيه الآباء والمعلمين إلى الاستفادة من الإجراءات المتبعة والمساهمة

في إدارة الانفعالات في البحث الحالي، وتوظيفها أثناء تعاملهم مع هؤلاء الطلاب.

٢- تزويد المكتبة العربية بمقياس يمكن الاستفادة منه في بحوث مستقبلية، وهو مقياس إدارة الانفعالات وتحديد أبعاده.

٣- فتح المجال أمام دراسات وبرامج تطبيقية مستقبلية حول موضوع التكيف الأسري، وإدارة الانفعالات.

مصطلحات الدراسة الإجرائية:

١- إدارة الانفعالات

تعرف الكفاءة الانفعالية إجرائيًا بأنها: التعامل الجيد مع الوجدانيات والتحكم فيها، وتنظيمها، وتحويل الوجدانيات السالبة إلى موجبة، وإدارة وجدانيات الفرد تجاه نفسه وتجاه الآخرين، وكذلك المراقبة التأملية للوجدانيات المرتبطة بالفرد وبالآخرين، وتقاس من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها المشارك عند إجابته عن فقرات مقياس إدارة الانفعالات المستخدم في هذه الدراسة.

٢- التكيف الأسري

عُرف التكيف الأسري إجرائيًا بأنه "درجة مرونة نظام الأسرة وقدرته على تغيير قوته البنائية، بما يتلاءم ومواجهة المشكلات التي تواجه أحد أفراده، كما يمتاز بأنه يعكس حالة تكيف دائم مع مؤثرات البيئة المادية، ومع الوسط الاجتماعي من الناحية النفسية الاجتماعية، ويؤثر ويتأثر بالأفراد المحيطين به والممثلين للمجتمع الذي ينتمي له. ويُقاس التكيف الأسري في هذه الدراسة من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها المشارك عند إجابته عن فقرات مقياس التكيف الأسري المستخدم في هذه الدراسة".

حدود الدراسة:

- **المحدداتُ المكانيَّةُ:** تم تطبيق أدوات الدراسة بكلية التربية الأساسية –

جامعة الكويت.

- **الحدود الزمنية:** تتمثل الحدود الزمنية للبحث في الفترة ما بين ٢٠٢٣/١/٨م حتى ٢٠٢٣/١/٢٥م.
- **الحدود البشرية:** تشمل العينة من (١٣٠) طالبا وطالبة من كلية التربية، جامعة الكويت.

مفاهيم الدراسة والأطر النظرية المفسرة لها:

يتناول الإطار النظري للدراسة الحالية عددا من المفاهيم والمتغيرات، تم تناولها على محورين اثنين، كالتالي:

أولا: إدارة الانفعالات

تُبنى الانفعالات من خلال سياق وإطار اجتماعي محدد، مما يعني ضمنيًا أن الأفراد قد يغَّيرون تعبيراتهم الوجدانية والانفعالية ويُعدلونها بوعي منهم، لكي تتواءم مع توقعات هذا السياق الاجتماعي المحيط بهم (Beal et al., 2013).

وعرف "ماير وسالوفي" إدارة الانفعالات بأنها: القدرة على الوعي بالانفعالات والانفتاح بها والتواصل والمشاركة مع الآخرين، والقدرة على إدراك المشاعر والانفعالات وفهمها، واستيعاب المشاعر في الأفكار، وفهم المشاعر وتبريرها في ذاته ومع الآخرين، وكيفية التوازن وإحكام السيطرة على الانفعالات. (Mayer &salovey, 2003, p.261)

وعرفتها "معمرية" (٢٠٠٥) بأنها قدرة الفرد على تنظيم وضبط عواطفه وأفكاره بطريقة متسقة، وأكثر مرونة عبر مواقف وبيئات مختلفة، سواء كانت مادية أو اجتماعية، وتحمل المشاعر الانفعالية التي تأتى بها الحياة من خلال تقبلها، وليس قمعها، فجميع الانفعالات لها قيمة وأهمية كبيرة في الحياة.

كما تعبر عن قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره، وتعتبر مفتاحًا للكفاءة الاجتماعية، واستعدادًا انفعالياً مهمًا لمواجهة أعباء الحياة، والقدرة على

التعامل مع المشاعر الذاتية، ومشاعر الآخرين، وتعد فنًا يمارسه الأفراد في إقامة علاقات اجتماعية، وتتطلب مهارة مهمة وهي مهارة القدرة على إدارة الانفعالات، كما تعبر عن: قدرة الفرد على تنظيم انفعالاته، والتحكم بها وضبطها (Hansen, 2009,p. 10)، كما تعني قدرة الفرد على تحمل الانفعالات العاطفية، وألا يكون عبدًا لها، أي يشعر بأنه سيد نفسه، وقدرته على إدارة انفعالاته وانفعالات الآخرين، وتنظيم الانفعالات بصورة تأملية، لتفعيل النمو الوجداني والعقلي، وتشمل: الانفتاح أو التقبل للمشاعر السارة وغير السارة، والاقتراب أو الابتعاد من انفعال ما بشكل تأملي، وإدارة انفعالات الذات وانفعالات الآخرين دون كبت أو تضخيم للمعلومات التي تحملها (الكفورى، ٢٠٠٩، ص ٢٥٨).

والانفعال ظاهرة قبل – لفظية، بمعنى أنها ما بين قبل تعلمنا اللغة، مما يجعل اللغة قادرة أو غير قادرة على مواكبة الظاهرة الانفعالية، ومن جهة أخرى يكون الانفعال صفة مصاحبة للدافع وليس الدافع بذاته، كالدافع للعدوان يثير انفعالات من قبيل الحسد، الغضب، الخوف، ونشوة الانتصار على الخصم، بينما يثير الدافع الجنسي انفعالات الحب، والغيرة (عطا، ٢٠٢٢، ص ١٧٢).

كما تعبر عن قدرة الفرد على عرض انفعالاته وعواطفه، والتعبير عن تلك العواطف والانفعالات بطريقة مقبولة اجتماعيًا، وغير مستفزة للآخرين، والتحكم في المشاعر، وعدم استخدام طريقة حادة في الحكم على سلوكيات الآخرين. (Olson, et al, 2019,p. 129)

كما يشير "ريتشارد" (Richard,2020) إلى أن إدارة الانفعالات تعبر عن قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته، وانفعالات الآخرين، من خلال الاعتماد على مدى معرفته بحالته المزاجية، ومدى قدرته على تقدير انفعالاته وانفعالات الآخرين، والتعبير عن تلك الانفعالات، واستخدامها في مواقف حياتية.

ومن خلال عرض التعريفات السابقة يتضح أنها ركزت على أن إدارة الانفعالات عبارة عن قدرة، وأن هذه القدرة تمَّكن الفرد من فهم مشاعره ومشاعر الآخرين، وأن هذا الفهم يساعده على التصرف مع تلك الانفعالات بطريقة مناسبة، سواءً كانت تلك الانفعالات متعلقة به أو بالآخرين.

النظريات التي فسرت إدارة الانفعالات:

١- نظرية بار- أون Bar - Ons لإدارة الانفعالات:

قام بار أون بتوسيع معنى إدارة الانفعالات من خلال دمجه بالسمات التي لا تتعلق بالقدرة، وينطلق أنموذج بار - أون بالإجابة عن سؤال لماذا ينجح بعض الناس في الحياة أكثر من غيرهم؟ واستعرض بار أون التراث السيكولوجي لبعض الخصائص، التي تمكن من النجاح في الحياة، وحددها في خمسة مجالات تتمثل في: الوظائف الشخصية، والمهارات الشخصية، والتكيفية، وإدارة الضغوط، والمزاج العام. (المحسن، ٢٠٢٠، ص ١٢٦٣).

٢- نظرية ماير وسالوفي لإدارة الانفعالات:Mayer& Salovey

تنص النظرية على أن الانفعالات تحتوي على معلومات تتعلق بالعلاقات الداخلية لمنظومة الفرد النفسية، والعلاقات الخارجية المتعلقة بالأشخاص الآخرين، والمثيرات الخارجية، وحينما تتغير علاقة الشخص مع شخص آخر أو مع شيء ما فإن انفعالاتهم مع بعضهم البعض أو نحو الشيء تتغير أيضًا، ويتم الإحساس بالخوف من الشخص الذي يعتبر مهددًا للغير، أما الشخص الذي لا يتوقع منه ضرر أو تهديد، فهناك على الأقل ميل تجاهه، وتصحب هذه العلاقات، سواءً أكانت حقيقية أو متخيلة إشارات وتعبيرات، تطرأ عليها وهي الانفعالات، وحين تعرف معاني الانفعالات وعلاقتها وضبطها فإن هذا يساعد الفرد على حل المشكلات.(Mayer& Salovey,2000)

٣- النظرية المعرفية (Cognitive Theory)

تتحدد إدارة الانفعالات وفق النظرية المعرفية كونها عملية معقدة، تشمل

عدة أنظمة مرتبطة، وهى الإدراك والانتباه والذاكرة، واتخاذ القرار، والوعى، فعلى سبيل المثال قد يؤدي إدراك الخسارة إلى استجابات انفعالية، على الرغم من أنه يمكن تصور مجموعة متنوعة من المعلومات من مصادر مختلفة، وعلاوة على ذلك فإن ذكريات الفرد وخبراته هي مخططات معرفية تؤثر بدورها على سلوك الفرد الانفعالي، كما أن لها تأثيرا على صنع القرار، كما أن عملية اتخاذ القرار لها إجراءات مناسبة، تعمل على إدارة الانفعالات، وتقلل من الآثار السلبية المختلفة، المحتمل حدوثها (أرشيد، ٢٠١٨، ص ٨).

٤- النظرية السلوكية:

ترى أن الانفعالات تنشأ نتيجة الصراعات التي يتعرض لها الفرد، والتي قد تؤدي إلى قيام الفرد باستجابات أو ردود أفعال غير متوافقة، وقد تسهم في فقدان السيطرة على سلوكه، مما يفقده السيطرة على انفعالاته، وتفسر النظرية السلوكية الانفعالات من خلال الكشف عن العلاقة بين الفرد المنفعل، وسبب هذا الانفعال، وخاصة الدور الذي يلعبه الفرد في هذا الانفعال، بالإضافة إلى الاستجابات التي تفصل بين العالم الداخلي للفرد، والعالم الخارجي له، مما يفقده السيطرة على انفعالاته (محمد، ٢٠٠٢، ص ١٢٣).

العوامل المؤثرة في إدارة الانفعالات:

توجد عوامل متعددة تؤثر في إدارة الانفعالات، منها:

١- **الخبرات الشخصية:** حيث يستطيع الفرد أن يكتسب خبراته الانفعالية من الأسرة، والبيئة التي يعيش فيها، أو من خلال مشاهدته للانفعالات التي تحدث أمامه.

٢- **الرفاق:** حيث إن الرفاق، سواءً كانوا في البيت أو في المدرسة أو في المجتمع، يؤثرون بدرجة كبيرة على التطبع الاجتماعي الانفعالي.

٣- **البيئة الانفعالية في المدرسة والمجتمع:** فالبيئة الانفعالية إذا كانت سلبية فإنها تؤثر في الكفاية الانفعالية للفرد، فمثلا: المعلمون أو قادة المجتمع يعبرون

عن الغضـــب والقلق، مما يجعل الطلاب يكتســـبون هذه الانفعالات العدائية ويطبقونها في مواقف حياتية متنوعة. (أرشيد، ٢٠١٨، ص ١٢).

كما أن هناك العديد من العوامل والأسباب التي من شأنها أن تؤثر في قدرة الفرد على إدارة انفعالاته، ومن هذه الأســباب والعوامل أســاليب المعاملة الوالدية في تربية الأبناء، والتي من شـــأنها أن تؤثر في قدرتهم في إدارة انفعالاتهم، والأســاليب الســلبية تؤدي إلى آثار ســلبية خاصـــة على الكفاءة الوجدانية، كما أن عدم التناغم بين الآباء ومشـــاعر أبنائهم يقلل من نســـبة كفاءتهم الانفعالية، ويجعلهم غير قادرين على إدارة انفعالاتهم وعواطفهم بينما، الأساليب الإيجابية القائمة على التشجيع والتأييد للأبناء تتنبأ إيجابيًا بالقدرة على إدارة الانفعالات والعواطف لدى الأبناء. (Jordan &Troth, 2004,p. 196)

كما أن التعلم الذي يؤدي إلى تحريك مشاعر الطلاب، ويثير انفعالاتهم نحو التعلم هو أقوى أنواع التعلم، لأن الانفعالات تحتل مكان الصـــدارة في البناء، وتعمل على تنمية التفكير، وتحفزه، وتساعد على التعلم الفعال، فالطلاب الذين يتمتعون بالقدرة على معرفة انفعالاتهم، وتحديد انفعالات الآخرين، وكيفية الاســتجابة لها، ولديهم علاقات اجتماعية ناجحة، فإنهم يتمتعون بحالة نفســية أفضـــل في الحياة الأكاديمية. (Arguedas, Daradoumis& Xhafa, 2016,p. 519)

ومن خلال ما سبق، يتضـح أن البيئة المحيطة بالفرد، سواءً في البيت أو في المدرســـة أو مع الرفاق أو غير ذلك، تؤثر في طريقة إدارته لانفعالاته، وهذا يفسر أسباب انتشار العنف والعدوان بين طلاب المدارس في سن معينة، فإنهم ينخرطون في مجموعات، ويمارســون ســلوكيات، وينظرون إلى انفعالات وسلوكيات غير مناسبة، ومن ثم فإنهم يتأثرون بها، ويقلدونها، ويكتسبون نفس الطريقة في إدارتهم لانفعالاتهم، ومن ثم كان لابد من ضـــبط ســـلوك طلاب المدارس، والتحكم في انفعالاتهم، وضبطها بالطريقة الصحيحة، قبل أن تتلقفهم الأمواج، ويتوهون في ظلمات الحياة.

أهمية إدارة الانفعالات:

تتمثل أهمية إدارة الانفعالات، فيما يلي:

١- إدارة الانفعالات تؤثر في طريقة التفكير، التي تساعد الفرد على حل المشكلات التي تواجهه.

٢- الفشل في إدارة الانفعالات يؤدي إلى صعوبات في التكيف مع البيئة المحيطة.

٣- إدارة الانفعالات تسهم في النجاح، سواءً في التعليم أو العمل.

٤- الأفراد الأكثر إدارة لانفعالاتهم محبوبون ومثابرون، وقادرون على التواصل، ولديهم إصرار على تحقيق الأهداف.

٥- تساعد إدارة الفرد لانفعالاته على تجاوز الأزمات، والتكيف النفسي، والاجتماعي والأكاديمي. (Baumeister et al., 2007,p. 168)

٦- تساعد إدارة الانفعالات الفرد على إيجاد أساليب مناسبة للتعامل مع هذه الانفعالات، والتعرف عليها، وتوظيفها بشكل مناسب، وفهم انفعالات الآخرين، وإدارتها بشكل مناسب، ومعالجتها والتحكم فيها (أرشيد، ٢٠١٨، ص٩).

٧- تؤثر إدارة الانفعالات في تكيف الأفراد وتوجيه انتباههم، ومعرفة التعامل مع الأخطار، واتخاذ قرارات عقلانية، وتجنب الوقوع في المشكلات.

٨- تسهم في تطوير الكفاءة الاجتماعية، وزيادة فرصة المساندة للمجتمع (Lotze, Ravindran& Myers 2010,).

كما أن الفرد الذي يتمتع بمستوى عال من إدارة الانفعالات يتمتع بمستوى عاطفي عال أيضًا، ولديه القدرة على اتخاذ القرارات، والثقة بالنفس، ويتميزون بالاجتماعية، والتكيف مع الضغوط، ولديهم توازن مرتفع، ويستطيعون إقامة علاقات قوية مع الآخرين (الدليمي، ٢٠١٣، ص ٤٩٥).

ومن خلال ما سبق يتضح أن إدارة الانفعالات تعد مصدراً لاستمرارية

الحياة، بما لها من خاصـية موجهة ومرشـدة للسـلوك، والحكم عليه، كما تعزز عملية صنع واتخاذ القرار، كما تعد إدارة الانفعال مساعدًا للفرد على التحكم في مشاعره وتنظيمها، وتؤدي إلى زيادة الثقة بالنفس، وفي نفس الوقت تعد مصدراً للاتصال والتواصل مع الآخرين. وللتصديق على تلك الأهمية لإدارة الانفعالات أجريت عدد من الدراسات السابقة مثل: دراسة "الزبيدي" (٢٠١٣) التي هدفت إلى قياس فاعلية الذات وإدارة الانفعالات لدى الطلبة من المرحلة الإعدادية ومعرفة العلاقة بين إدارة الانفعالات وفاعلية الذات في مدينة بغداد، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب، وأظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة كانوا يتمتعون بمستوى عال من إدارة الانفعالات وفاعلية الذات، وكذلك تبين وجود علاقة ارتباطية بين كل من إدارة الانفعالات وفاعلية الذات.

بينما هدفت دراسة "اللامي" (٢٠١٤) إلى بيان طبيعة العلاقة بين إدارة الانفعالات وأنماط القيادة لدى مديري ومديرات المدارس الإعدادية، وتكونت عينة الدراسة من (١١٧) مديراً ومديرة لمدينة بغداد، وقام الباحث ببناء مقياس خاص لإدارة الانفعالات، أما فيما يتعلق بالأنماط القيادية فقد قام الباحث بصياغة (٤١) فقرة، وأظهرت النتائج أن لدى مديري ومديرات المدارس الإعدادية القدرة على إدارة الانفعالات وفي الأنماط القيادية السائد لديهم وهو النمط الديمقراطي، وعدم وجود فروق دالة في إدارة الانفعالات، وفي نمط القيادة (الديمقراطي، والتسلطي، التسيبي) بحسب متغير الجنس، ووجود علاقة دالة موجبة بين إدارة الانفعالات والنمط القيادي الديمقراطي، ووجود علاقة دالة سالبة بين إدارة الانفعالات والنمط القيادي التسلطي، وعدم وجود علاقة دالة بين إدارة الانفعالات والنمط القيادي.

وهدفت دراسة "المطيري" (٢٠٢١) إلى معرفة مستوى إدارة الانفعالات لدى طلبة صعوبات التعلم بالمرحلة الثانوية، والتعرف على مهارات ما وراء الانفعالات لديهم، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٧) طلاب وطالبة، من طلاب صعوبات التعلم، وتم استخدام مقياس مهارات ما وراء الانفعالات، من إعداد

الباحثة وكذلك مقياس إدارة الانفعالات، وأظهرت النتائج أن مستوى إدارة الانفعالات، ومهارات ما وراء الانفعالات، لدى طلبة صعوبات التعلم كان بدرجة متوسطة، وأظهرت النتائج أن مهارات ما وراء الانفعالات لا تختلف باختلاف الجنس والتخصص والمرحلة الدراسية لدى طلاب صعوبات التعلم بالمرحلة الثانوية بدولة الكويت .

ثانيا: التكيف الأسري Family Adaptation

يوصف التكيف الأسري بأنه عبارة عن تنظيم وتشكيل أنماط السلوك والعلاقات داخل الأسرة لتحسين الأداء الاجتماعي للأسرة، بوصفه نسقاً متكاملاً والسعي لاستعادة التوازن المرن. ولقد اهتمت نظريات الإرشاد الأسري بمعالجة ومناقشة قضايا إنشاء الأسرة، وما يسبقها من مراحل اختيار الزوج أو الزوجة، ودور كل منهما في تنشئة الأبناء وخلق التماسك الأسري بتوفير التوافق والتكيف الأسري، سعياً وراء الكيان المجتمعي المتماسك (عمران،٢٠٠٧).

ويعكس التكيف الأسري: بأن تكون العلاقات بين أفراد الأسرة قائمة على المودة والمحبة والتعاون ويتضمن هذا التكيف منذ البداية (عمران،٢٠٠٧).

ويعرف التكيف الأسري بأنه "درجة مرونة نظام الأسرة، وقدرته على تغيير قوته البنائية، كما يمتاز بأنه يعكس حالة تكيف دائمة مع مؤثرات البيئة المادية، ومع الوسط الاجتماعي من الناحية النفسية الاجتماعية، يؤثر ويتأثر بالأفراد المحيطين به والممثلين للمجتمع الذي ينتمي له" (أبو حوسة،٢٠٠١)

العوامل التي تؤدي إلى التكيف الأسري

من العوامل المهمة التي تؤدي إلى التكيف الأسري إشباع الحاجات الأساسية لأفراد الأسرة، ولاسيما الأبناء، ومنها:

١- وجود أهداف مشتركة للوالدين مع أبنائهم، وقدرتها على الإسهام في خدمة المجتمع والنهوض به، والارتباط بأخلاقيات هذا المجتمع وقيمه الاجتماعية السليمة.

٢- تفاهم واتفاق بين الوالدين حول علاقتهما مع الأبناء، والاهتمام بتوفير الرعاية والاهتمام بهم، دون تفرقة بينهم.
٣- مشاركة الأبناء للأسرة في إدراك احتياجاتها، والعمل على مقابلتها.
٤- الاكتفاء والاستقرار الاقتصادي، وتقدير كل فرد لما يبذله الآخرون في سبيل إسعاد الأسرة.
٥- التجارب الناجحة في مواجهة الصعوبات التي تعترض الأسرة (Bevar, 2013).

وبالمقابل يوجد العديد من العوامل الأخرى التي تحول بين الأبناء وتكيفهم الأسري، نذكر منها ما يلي: العوامل الجسمية، وتتمثل في سوء الحالة الصحية للأفراد ومختلف الأمراض التي قد تصيبهم، وتشكل عائقا في آلية التكيف الأسري، والعوامل النفسية: وتتمثل في الشعور بالإحباط والقلق والخجل والعزلة الاجتماعية، والشعور باليأس والعوامل الاقتصادية: مثل نقص المال، وعدم توفر الإمكانات المادية والفقر، حيث إن هذه العوامل قد تسبب الشعور بالإحباط والقلق والتوتر والعوامل الاجتماعية: ويقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات، والتي من شأنها أن تعيق الفرد عن تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته (ملحم، ٢٠١٦)، ويمكن لمهارات التواصل الإيجابي أن تساعد العائلة في التفاوض على مستويات التماسك والتكيف والمرونة، وقد وجدت دراسات أشارت إلى أن الأسر التي تتمتع بقدرات تواصل جيدة وقدرات حل المشكلات تكون عادة متوازنة، فيما يتعلق بتماسك الأسرة والتكيف الأسري، كما أن التواصل الإيجابي قد يساعد الأسر على تغيير مستويات التماسك والتكيف والمرونة، إذا تطلب الوضع ذلك. قد تكون هذه تغييرات في النمو، مثل أن يصبح الطفل مراهقاً، أو أحداثاً معينة، تحدث في حياة أفراد العائلة (أبو عيطة، ٢٠١٩).

التكيف الأسري للطالب ودوافعه المختلفة:

١- **التكيف الأسري للطالب في ضوء الدافع النفسي**، ويقصد به قدرة

الطالب على التوفيق بين دوافعه وأدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع، وذلك لتحقيق السعادة وإزالة القلق والتوتر (Becvar &Bevar, 2003)، كما أن العجز عن تحقيق التكيف الذاتي يجعل الطالب في صراعات نفسية مستمرة، لذا نجد مثل هذا الفرد العاجز عن التكيف الذاتي عُرضة للتعب الجسمي والنفسي، لأقل جهد يبذله ونافداً للصبر، سريع الغضب مما يؤدي إلى سوء علاقته الاجتماعية بالآخرين أي إلى سوء تكيفه الاجتماعي، وهذا يوضح العلاقة المتبادلة بين التكيف الذاتي والتكيف الاجتماعي، ويوضح أيضاً أن المقصود من التكيف الذاتي هو خلو الطالب من الصراعات الداخلية (الديب، ٢٠٠٠، ص ٣٠)، كما أن التكيّف من وجهة نظر التحليل النفسي يعني الالتزام والبحث عن منافذ لضغوطنا الداخلية، فهي التي تهيئ لنا إشباع حاجاتنا الضرورية وتجنب عقاب المجتمع أو إدانة الذات، في حين يتضمن التكيّف من وجهة نظر السلوكيين استجابات مكتسبة، من خلال الخبرة، التي يتعرض لها الفرد، والتي تؤهله للحصول على توقعات منطقية، وعلى الإثابة، فتكرار سلوك ما من شأنه أن يتحول إلى عادة (النيال، ٢٠٠٢، ص،١٤١)

٢ – **التكيف الأسري للطالب في ضوء الدافع الاجتماعي، ويقصد** به قدرة الطالب على التوفيق بين دوافعه وأدواره الاجتماعية، المتصارعة مع هذه الدوافع، وذلك لتحقيق السعادة وإزالة القلق والتوتر (جبل، ٢٠٠٠، ص ٦٧)، كما أن البعض يُعْرف عملية التكيف الاجتماعي باسم عملية التطبيع الاجتماعي، ويتم هذا التطبيع داخل إطار العلاقات الاجتماعية، التي يعيش فيها الطالب، ويتفاعل معها، سواء أكانت هذه العلاقات في مجتمع الأسرة والمدرسة والأصدقاء، أم المجتمع الكبير بصفة عامة (Arnold, 2008,p. 74) والتطبيع الاجتماعي الذي يحدث في هذه الناحية، ذو طبيعة تكوينية، لأن الكيان الشخصي والاجتماعي للطالب يبدأ باكتساب الطابع الاجتماعي السائد في المجتمع، من اكتساب اللغة وتشرّب بعض العادات والتقاليد السائدة، وتقبل لبعض المعتقدات ونواحي الاهتمام، التي يؤكدها مجتمعه، وهذا يوضح العلاقة

الوثيقة بين الفرد وبيئته، وأن التكيف الذاتي والتكيف الاجتماعي شرطان أساسيان للصحة النفسية، ولا يتأتى ذلك التكيف إلاّ إذا سلك الإنسان السبل المشروعة التي تجعله راضياً عن نفسه، بعيداً عن مراجعة العقل وتأنيب الضمير، كما تجعل مجتمعه راضياً عنه سعيداً به (الهابط، ٢٠٠٣، ص٣١).

٣ – **التكيف الأسري للطالب في ضوء الدافع المدرسي:** حيث تترافق العملية التربوية مع قدر من الجهد الجسدي والكرب النفسي، وغالباً ما يكون لذلك عواقب وخيمة على صحة الطالب النفسية والجسدية، ويتعرض الطالب لمشكلات كثيرة في المدرسة، منها المنافسة واختلاف التجاوب الفردي، وعدم التكيف مع المجتمع المدرسي، إضافة إلى صعوبات التعلم، ذات المنشأ النفسي، والتكيف المدرسي هو نجاح الطالب في المؤسسات التعليمية والنمو السوي، معرفياً واجتماعياً، وكذلك التحصيل المناسب، وحل المشكلات الدراسية، مثل ضعف التحصيل المدرسي(Leerkes & Augustine ,2019).

وتعرض عدد من الدراسات للتوافق والتكيف الأسري لدى الطلاب، حيث أجرى "حولي" (٢٠١٢) دراسة هدفت للكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي لدى الوالدين، وتكيف أبنائهم دراسيا، وإذا كان هناك اختلاف في العلاقة الارتباطية بين تغير الجنس لدى الأبناء، واعتمدت الباحثة في دراستها على عينتين، الأولى من (١٦٦) والدا ووالدة، والعينة الثانية (١٠٠) طالب وطالبة من المرحلة المتوسطة، في مدينة وهران بالجزائر، وتم اختيار العينتين بالطريقة العشوائية البسيطة، وكانت أداة الدراسة المستخدمة هي مقياس التوافق الأسري الموجه للوالدين، ومقياس التكيف المدرسي الموجه للطلبة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي للوالدين، وتكيف الأبناء في المدرسة، وبينت الدراسة اختلاف العلاقة الارتباطية بين التوافق للوالدين، وتكيف الطلبة في المدرسة باختلاف الجنس في اتجاه الذكور.

وقامت "ونجن" (٢٠١٧) بدراسة استهدفت الكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين المناخ الأسري والتفوق الدراسي للأبناء، والكشف عن تأثير أسلوب المتابعة الأسرية في تفوق أبنائها، واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت أدوات الملاحظة والمقابلة والاستمارة في دراستها، وتكونت العينة من (١٥٠) أسرة من أسر متفوقي مدينة بسكرة، وتوصلت النتائج إلى أهمية المناخ الأسري، من حيث الاستقرار والتعاون الأسري، وإتاحة فرص التعبير والحوار داخل الأسرة، ‘ضافة إلى أهمية أسلوب المتابعة الأسرية من حيث المساعدة والاهتمام بنتائجهم الدراسية، وتخصيص وقت معين للتحاور والتفاهم معهم، لمساعدتهم على تكوين مفهوم إيجابي حول ذواتهم، والاهتمام بمواهبهم، وتنمية روح المنافسة لديهم، وتشجيعهم على المطالعة مع تقديم المعززات، من حين لآخر، حسب الموقف والمرحلة العمرية، كما أن نمط المتابعة الأسرية يؤثر على مستوى التفوق الدراسي للأبناء، حيث نجد أن النمط المرن له أثر إيجابي، والعكس صحيح، مع الأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية والقدرات الخاصة بالأبناء.

العلاقة بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري:

تعد القدرة على إدارة الانفعالات أمرًا أساسيًا للنمو الصحي، في العديد من المجالات، لدى الأفراد، كما تعد إدارة الانفعالات وتنظيمها، بمثابة مؤشر للتكيف الأسري.

ويشير "حاجل" وآخرون (Hajal et al., 2020) إلى الحاجة إلى النظر في التفاعلات المعقدة عبر الأنظمة الفرعية للأسرة من أجل فهم التكيف وإدارة انفعالات أفرادها.

كما أظهرت دراسة أجراها "ويتمان" (Whiteman et al., 2020) أن التكيف الاجتماعي والانفعالي يرتبط بجودة العلاقة بين الأخوة، والتحكم في الانفعالات لدى أفرادها.

وفي سياق ما سبق عرضه من الأطر النظرية، هناك عدد من الدراسات ربطت بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسـري، منها دراسـة "الأحمدي" (٢٠١٠) التي هدفت إلى الكشـف عن طبيعة العلاقة بين إدارة الانفعالات وكل من الذكاء والتحصيل الدراسي وأثرها على الوضع الاجتماعي والثقافي للأسرة، وذلك على عينة مكونة من (١٢٦) طالبًا وطالبة بجامعة طيبة بالمدينة المنورة، وتم استخدام مجموعة من المقاييس، منها مقياس الذكاء الوجداني واختبار الذكاء المصور واستمارة تقدير الوضع الاجتماعي والثقافي في البيئة السعودية، ومن أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائيا على أن إدارة الانفعالات تعزي للوضع الاجتماعي الثقافي للأسرة في اتجاه الذكور.

وقام "الجربان" (٢٠١٣) بدراسة بعنوان "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى طلبة المرحلة الثانوية"، استهدفت التعرف على أبعاد المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى طلبة المرحلة الثانوية في قضاء حيفا بفلسطين، وتضمنت عينة الدراسة (٢٠٠) طالب وطالبة، تم اختيارهم عشوائيًا من طلبة المرحلة الثانوية، وتم استخدام مقياسي المساندة الاجتماعية وإدارة الانفعالات، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المتوسط الحسابي لإدارة الانفعالات جاء بدرجة متوسطة، وبينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، في مستوى إدارة الانفعالات، تعزي لأثر النوع الاجتماعي والصف، وأشارت إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين مستوى أنماط المساندة الاجتماعية، ومستوى إدارة الانفعالات لدى الطلبة.

وهدفت دراسة "أرشيد" (٢٠١٨) إلى الكشف عن إدارة الانفعالات وعلاقتها بالتكيف النفسي الاجتماعي، لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة اربد، وتكونت عينة الدراسة من (٣١٧) طالباً وطالبة بالمرحلة الثانوية، في لواء المزار، وتم استخدام مقياس إدارة الانفعالات، ومقياس التكيف الاجتماعي، وأظهرت النتائج أن مستوى إدارة الانفعالات، في مدارس مديرية لواء المزار الشمالي، متوسط، ووجود فروق دالة إحصائيًا، تعزي لمتغير الجنس، على بعد

اســـتراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية الوظيفية، في اتجاه الذكور، وفي اتجاه الإناث في بعدي إدارة الانفعالات الخارجية غير الوظيفية، وإدارة الانفعالات الداخلية غير الوظيفية، وكذلك وجود فروق دالة إحصـــائيًا، تعزي لمتغير الفرع الأكاديمي، على بعد اســـتراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية الوظيفية، في اتجاه الأدبي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصـــائيًا بين إدارة الانفعالات والتكيف النفسي والاجتماعي.

وهدفت دراســة "البلاونة وعربيات" (٢٠٢٠) إلى التعرف على مســتوى إدارة الانفعالات، ومستوى التوافق الأسري، لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا المتضمنة الصفوف من السابع حتى العاشر في لواء الجامعة، وتكونت عينتها من (٢٧٦) طالبًا وطالبة، تم اختيارهم عشــوائيًا من طلبة المرحلة الأســاســية العليا في لواء الجامعة، ولتحقيق أهداف الدراســة تم اعتماد المنهج الوصـــفي التحليلي، وتم تطوير مقياسي إدارة الانفعالات، والتوافق الأسري وتطبيقهما بعد التحقق من دلالات صــدقهما، وثباتهما، وتوصــلت الدراســة إلى مجموعة من النتائج، أهمها أن مستوى إدارة الانفعالات لدى طلبة المرحلة الأساسية جاء في المستوي المتوسط، وكذلك التوافق الأسري، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين مستوى إدارة الانفعالات ومستوى التوافق الأسري لدى الطلبة، كما أشــارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية، تعزي لمتغير الجنس في كل من مستوى إدارة الانفعالات، ومستوى التوافق الأسري.

كما استهدفت دراسة (Chen and Liao, 2021) التعرف على استراتيجية إدارة الانفعالات والصـراع الأسـري، وتكونت عينة الدراسـة من (٣٠٠) مشـارك لأعمار (٢١-٣٥) ســنة وطبق مقياس الذكاء الانفعالي والصـــراع الأســري، وأظهرت النتـائج وجود علاقـة إيجـابيـة بين الـذكـاء العـاطفي وإعـادة التقييم المعرفي، كما تبين وجود علاقة ســلبية بين الذكاء العاطفي والقمع والصـــراع الأسري.

وتناولت دراسة "دوكاد" وآخرين .(Ducad et al., 2023) إستراتيجيات إدارة الانفعالات والعواطف في ضوء أدوار الأسرة من خلال مراجعة الأدبيات المتعلقة بدور إدارة الانفعالات والعواطف في العلاقات الأسرية والتفاعل بين الوالدين والأبناء، وأسفرت النتائج عن دور المشاعر الإيجابية والسلبية في العلاقة الزوجية والتفاعل بين الوالدين والأبناء، كما تبين أن هناك دورا فعالا لاستراتيجيات إدارة الانفعالات من خلال العلاقات الأسرية الإيجابية.

فروض الدراسة:

تتمثل فروض الدراسة، فيما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس التفكك الأسري.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس إدارة الانفعالات.

إجراءات الدراسة:

أولا: منهج الدراسة

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، الذي يعتمد على وصف ما هو كائن وتفسيره، ولا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها، بل يمضي إلى أكثر من ذلك، حيث يتضمن قدراً من التفسير لهذه البيانات والتعبير عن نتائج البحث بالأساليب الإحصائية المختلفة.

ثانياً: مجتمع الدراسة

تضمن مجتمع الدراسة جميع طلاب المرحلة الجامعية بكلية التربية

الأساسية بجامعة الكويت، والمقدر عددهم بـــ(23) ألف طالب وطالبة، وذلك وفق إحصائية جامعة الكويت لعام ٢٠٢٢/٢٠٢١.

ثالثاً: عينة الدراسة

أ-عينة الدراسة الاستطلاعية

تكونت عينة الدراســـة الاســـتطلاعية من (٦٠) من طلاب كلية التربية الأســاســية بجامعة الكويت، من الذكور والإناث، وكان الهدف من هذه العينة، هو التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

ب-عينة الدراسة الأساسية

تكونت من (١٣٠) طالبا وطالبة، تم اختيارهم من طلاب كلية التربية الأساسية بجامعة الكويت، من الذكور والإناث، بطريقة عشوائية بسيطة.

ثالثًا: أدوات الدراسة:

١- مقياس التكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية إعداد/ الباحثة:

يهدف المقياس الحالي إلى الوقوف على مستوى التكيف الأسري، لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وتم إعداد المقياس في ضوء الأطر النظرية والتراث الســيكولوجي لمفهوم التكيف الأســري، وإطلاع الباحث في هذا الصــدد على بعض البحوث والدراسات العربية والأجنبية ذات الصلة، والتي على أساسها تم اختيار الأبعاد الممثلة للتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وهي:

البعد الأول: التكيف مع أفراد الأســرة، ويقصــد به قدرة الطالب على الشــعور بالراحة والأمان والســعادة، وبعلاقات طيبة مع بقية أفراد الأســرة، وتأدية واجباته تجاه أسرته، بكل يسر وطمأنينة، ويحتوي على (١٠) عبارات.

البعد الثاني: التكيف الأكاديمي، ويقصــد به حالة انفعالية تحدث للطفل عندما يتعرض لإعاقة إشــباع حاجاته، ولا يســتطيع اجتياز هذا العائق، ويحتوي على (١٠) عبارات.

البعد الثالث: التكيف مع المحيطين به، ويقصد به مشاركة الطالب للآخرين أفراحهم وأحزانهم والشعور بتقدير واحترام الآخرين له، وبعلاقات اجتماعية يسودها الحب والاحترام معهم، ويحتوي على (١٠) عبارات.

البعد الرابع: التكيف الانفعالي، ويشير إلى شعور الطالب بالسعادة والبهجة أو الحزن والكآبة والضيق والعجز في القيام بواجباته تجاه أفراد أسرته، وكذلك الشعور بالوحدة والخوف من المستقبل، ويحتوي على (١٠) عبارات.

البعد الخامس: التكيف الاقتصادي، ويشير إلى تمتع الطالب بقدر مناسب من الكفاية الاقتصادية والتوازن المالي للأسرة، بما يتناسب واحتياجات الأسرة، وعدم اللجوء إلى الديون من أجل تغطية نفقات أسرته، ويحتوي على (١٠) عبارات.

وصف المقياس: يتكون المقياس من (٥٠) عبارة، موزعة على خمسة أبعاد أساسية، بواقع (١٠) عبارات لكل بعد، موزعة وفق تدريج "ليكرت" الخماسي (دائما- غالبا- أحيانًا- نادرًا- أبدًا)، تأخذ درجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للعبارات الإيجابية، والعكس للعبارات السلبية، بحيث تكون أعلى درجة (٢٥٠) درجة، وتمثل ارتفاع مستويات التكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وأقل درجة (٥٠)، وتمثل انخفاض مستويات التكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وقد تم حساب الخصائص السيكومترية المقياس في البحث الحالي، عن طريق تطبيق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (٦٠) من طلبة كلية التربية الأساسية، كما يلي:

إجراءات بناء المقياس: بعد الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث ذات الصلة، ومنها:

١- اسميو (٢٠٢١) التوافق الأسري وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لطالب

الدراسات العليا

٢- علي (٢٠١٩) إدمان شبكة التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" في ضوء نظرية "Caplan" وعلاقته بكل من المهارات الاجتماعية والتكيف والتماسك الأسري، لدي عينة من طلبة الثانوية العامة والدبلومات الفنية وكلية التربية والدبلوم التربوي.

٣- سعودي (٢٠١٤) إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي: دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار.

ثم قام الباحث بتحديد الأبعاد الخمس الممثلة للتكيف الأسري، لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وهي:

البعد الأول: التكيف مع أفراد الأسرة

البعد الثاني: التكيف الأكاديمي

البعد الثالث: التكيف مع المحيطين به

البعد الرابع: التكيف الانفعالي

البعد الخامس: التكيف الاقتصادي

وقام الباحث بعرض المقياس بصورته الأولية على (١٠) من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية والتربية الخاصة من أعضاء هيئة التدريس، وقد اشتمل على التعريف الإجرائي للتكيف الأسري، لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وتمت مراعاة عدة أمور أثناء تصميم المقياس، منها: تقارب عدد العبارات الممثلة لكل بعد، مراعاة تنوع المحكمين وعدم الاستئثار بجامعة دون أخرى لتنوع الرؤى، وفي ضوء ما سبق تم الاتفاق على كافة عبارات المقياس، وتم تعديل البعض منها، في ضوء تعليمات السادة المحكمين، بعد ذلك قام الباحث بتطبيق الاختبار على عينة استطلاعية قوامها (٦٠) من طلبة كلية التربية الأساسية، للتأكد من صدق المقياس وثباته في قياس ما وضع من أجل قياسه، حيث تضمن المقياس في صورته المعدة

للتطبيق على العينة الاستطلاعية (٦٠) عبارة موزعة على الأبعاد الخمس، سابقة الذكر. وفيما يلي عرض لحساب الخصائص السيكومترية لمقياس التكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية، إعداد الباحثة:

حساب الكفاءة السيكومترية لمقياس التكيف الأسري

أ- **ثبات المقياس**، حُسب ثبات مقياس التكيف الأسري لعينة من الطلبة (ن=٦٠)، في هذه الدراسة، بطريقة إعادة التطبيق (بفاصل١٥ يوماً بين التطبيق الأول والثاني)، وطريقة معامل ألفا، ويوضح الجدول الآتي معاملات الثبات التي تم استخراجها لمجموعة الدراسة من الاختبارات المستخدمة في هذه الدراسة، بطريقتي ألفا وإعادة التطبيق:

جدول (١) معاملات ثبات مقياس التكيف الأسري

معاملات الثبات	الذكور (ن = ٣٠)		الإناث (ن = ٣٠)	
الاختبارات	ألفا	إعادة التطبيق	ألفا	إعادة التطبيق
التكيف مع أفراد الأسرة	٠,٩٥	٠,٨٦	٠,٩٣	٠,٩٠
التكيف الأكاديمي	٠,٩٢	٠,٨٦	٠,٩٠	٠,٨٨
التكيف مع المحيطين به	٠,٨٩	٠,٨٥	٠,٨٦	٠,٨٣
التكيف الانفعالي	٠,٨٨	٠,٨٥	٠,٨٨	٠,٨٢
التكيف الاقتصادي	٠,٨٥	٠,٨٢	٠,٨٤	٠,٨٦
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨٧	٠,٨٤	٠,٨٢	٠,٨٠

يبين الجدول (١) ثبات مكونات مقياس التكيف الأسري بطريقة ألفا على (٦٠) طالبا وطالبة، وقد تراوحت معاملات الثبات لعينة الذكور بين (٠,٨٥ – ٠,٩٥) و(٠,٨٢ – ٠,٩٣) لعينة الإناث، كما حُسب الثبات عن طريق إعادة التطبيق، وتراوحت معاملات الثبات لعينة الذكور بين (٠,٨٢ – ٠,٨٦) و(٠,٨٠ – ٠,٩٠) لعينة الإناث.

٢- صدق مقياس التكيف الأسري:

تم حساب الصدق، في الدراسة الحالية، بطريقة الصدق المرتبط بالمحك: حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات العينة الاستطلاعية (٦٠ طالبا وطالبة) على مقياس التكيف الأسري، وحُسب معامل الارتباط بينه وبين مقياس التكيف والتماسك الأسري، إعداد: "أولسون " (٢٠١١) تقنين خطاب ويونس (٢٠٢٢)، وقد بلغ معامل الارتباط بين (٠,٤٧-٠,٥٤) على التوالي.

٢- مقياس إدارة الانفعالات إعداد/ (Phillips& Power, 2007)، وترجمة الباحثة:

استخدم في البحث الحالي مقياس إدارة الانفعالات، المعد من قبل "فيلبس وبور" (Phillips& Power, 2007)، ويتضمن المقياس (١٨) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد، هي:

- البعد الأول: إستراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية الوظيفية، ويتكون من خمس فقرات (١,٢,٣,٤,٥)
- البعد الثاني: إستراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية غير الوظيفية، ويتكون من خمس فقرات (١١,١٢,١٣,١٤,١٥).
- البعد الثالث: إستراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية الوظيفية، ويتكون من ثلاث فقرات (١٦,١٧,١٨)
- البعد الرابع: إستراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية غير الوظيفية، ويتكون من خمس فقرات (٦,٧,٨,٩,١٠)

وتحققت مُعدة المقياس من ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وقد بلغت قيم الثبات لبعد استراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية غير الوظيفية ٠,٧٢، ولبعد استراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية الوظيفية ٠,٧٦، ولبعد استراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية غير الوظيفية ٠,٧٦، ولبعد استراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية الوظيفية ٠,٦٦.

حساب الكفاءة السيكومترية لمقياس إدارة الانفعالات

أ- صدق مقياس إدارة الانفعالات

تم ترجمة مقياس إدارة الانفعالات، وللتحقق من صدق المقياس، تم عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس الإرشادي والتربوي، والإرشاد النفسي والتربية الخاصة واللغة الإنجليزية واللغة العربية من ذوي الاختصاص، في علم النفس الإرشادي والتربوي، وذلك للتحقق من مدى مناسبة المقياس للكشف عن مستوى إدارة الانفعالات لدى طلبة كلية التربية الأساسية من ذوي الاختصاص في اللغة الإنجليزية، للتأكد من سلامة الترجمة، وصياغة الفقرات، من الناحية اللغوية، ومدى وضوح الفقرات، من حيث المعنى، ومدى ارتباط الفقرة بالمجال، وأية ملاحظات وتعديلات يرونها مناسبة، وتم اعتماد ما نسبته (٨٠%) من إجماع المحكمين، حول ما أبدوه من ملاحظات وتعديلات، وبناء على ملاحظات المحكمين تم تعديل فقرة (١٥)، بالإضافة إلى استبدال بعض المفردات، وبعد التعديلات تكون المقاس من (١٨) فقرة موزعة على أربعة أبعاد، وللتحقق من صدق بناء المقياس تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٦٠) طالبا بكلية التربية الأساسية من خارج عينة الدراسة، وتم استخراج معامل الارتباط بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه، حيث لوحظ أن جميع قيم معامل الارتباط أكبر من (٠,٦٠). وتعد هذه القيم مقبولة لأغراض هذه الدراسة.

ب-ثبات مقياس إدارة الانفعالات

للتحقق من ثبات المقياس، فقد تم تطبيقه على عينة عشوائية تكونت من (٦٠) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية الأساسية من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها الأساسية، وإعادة تطبيقها على نفس العينة، بفاصل زمني، مدته أسبوعان، بين حالتي التطبيق باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test Retest)، وتم استخراج قيم معاملات الثبات، ثبات للأبعاد، باستخدام معامل ارتباط بيرسون، حيث لوحظ أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس إدارة

الانفعالات تراوحت بين (٠,٨٠) و(٠,٩١)، وأن قيم معاملات ثبات لأبعاد مقياس إدارة الانفعالات مناسبة لاستخدام المقياس لأغراض هذه الدراسة.

تصحيح المقياس

تتم الاستجابة على فقرات المقياس من خلال وضع إشارة (أمام كل فقرة، حسب قناعة المستجيب بمضمون الفقرة، وفقا لتدريج ليكرت الخماسي (Likert)، وهي بدرجة كبيرة جداً، وتعطى (٥) درجات، وبدرجة كبيرة تعطى (٤) درجات، وبدرجة متوسطة تعطى (٣) درجات، وبدرجة قليلة تعطى (٢) درجة، وبدرجة قليلة جدا تعطى (١)، وبذلك تتراوح درجة الاستجابة بشكل عام ما بين (١-٥) درجات، كما تتراوح الدرجة الكلية على المقياس ما بين ١٨- ٩٠.

إجراءات تطبيق الدراسة:

لكي يُتحقق من صحة الفروض أُجري عدد من الإجراءات، تمثلت في تجهيز أدوات القياس، وتثبيت وضبط بعض المتغيرات، ثم إجراء دراسة استطلاعية على عينة لها مواصفات العينة الأصلية للدراسة نفسها، بهدف التأكد من صلاحيتها للتطبيق، وبعد ذلك أُجريت الدراسة الأساسية.

ومرت إجراءات التطبيق للعينة الأساسية بمراحل عدة متتالية، تمثلت في:

١. تم أخذ الموافقة لإجراء التطبيق الميداني بكلية التربية الأساسية جامعة الكويت، وتم التطبيق في يناير بالفصل الدراسي الثاني ٢٠٢٢/٢٠٢٣م

٢. تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بسيطة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات.

للتحقق من صحة فروض الدراسة أُجريت بعض التحليلات الإحصائية، باستخدام حزمة البرامج الإحصائية (Statistical Package For Social Sciences) المعروفة باسم الـ (SPSS) وتم استخدام الطرق والأساليب الإحصائية الآتية:

١ – المتوسط، والانحراف المعياري.

٢ – معامل الارتباط المستقيم لـ بيرسون.

٣ – معامل ألفا كرونباخ.

٤ – اختبار " ت T. test" للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعات

تفسير نتائج الدراسة ومناقشتها

الفرض الأول: الذي ينص على وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية بالكويت.

للتحقق من هذا الفرض أُستخدم معامل الارتباط بيرسون لبحث العلاقة بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلبة كلية التربية الأساسية، وجاءت النتائج كما بالجدول (٢):

جدول (٢) معاملات الارتباط بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية ن= (١٣٠)

المتغيرات	الدرجة الكلية لإدارة الانفعالات
التكيف مع أفراد الأسرة	٠,٩٦
التكيف الأكاديمي	٠,٨٤
التكيف مع المحيطين به	٠,٨٦
التكيف الانفعالي	٠,٦٩
التكيف الاقتصادي	٠,٨٩
الدرجة الكلية للتكيف الأسري	٠,٩٢

يتضح من جداول (٢): وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري، الدرجة الكلية والأبعاد، (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى طلبة كلية التربية الأساسية حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٦٩- ٠,٩٦)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت مستويات إدارة الانفعالات ارتفعت مستويات التكيف الأسري لدى طلبة كلية التربية الأساسية، والعكس صحيح.

وقد يرجع هذا إلى أن الطالب في المرحلة الجامعية يمتلك النضج الانفعالي، ويتمتع بالقدرة على التكيف مع أفراد المجتمع، الذي يعيش فيه بصفة عامة، ومع أسرته بصفة خاصة، لذا يكون لديهم مستوى منخفض من المشكلات السلوكية الانفعالية، ويكون لديهم مستوى مرتفع من السلوك المساند والإيجابي نحو المجتمع، وأيضا يعزى ذلك إلى الدور الفعال الذي تسهم فيه الأسرة والجامعة والمجتمع، والذي يكسبهم الخبرات والمهارات الانفعالية، وفهم الانفعالات والوعي بها، وكيفية استخدامها بتفكير إيجابي، ومن خلال تحسين تفكيره وضبط انفعالاته وانفعالات الآخرين من خلال إدارة انفعالاته، التي لا يشعر بها، أو إخفائها في الوقت اللازم، ويكون لديه القدرة على أن يستثير انفعالات آخرين؛ بالتالي يكون لديه مهارات اجتماعية، تساعده على إقامة علاقات ناجحة وإيجابية والتحكم بقراراته، مما يساعده على تكوين قيم، تساعده على النهوض بمستقبله، ومواكبة الحياة بنجاح، واتفقت مع دراسة "أرشيد" (٢٠١٨) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين إدارة الانفعالات والتكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة الثانوية في محافظة أربد، ودراسة "البلاونة" (٢٠٢٠) التي أكدت وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين إدارة الانفعالات ومستوى التوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في لواء الجامعة في عمان.

الفرض الثاني: والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس التفكك الأسري.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب متوسط الفروق بين درجات الذكور والإناث على مقياس التفكك الأسري، باستخدام اختبار (ت)، ويوضح الجدول التالي نتائج هذا التحليل:

جدول (٣) دلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس

التفكك الأسري

المقاييس الفرعية	الذكور (ن= ٦٠)		الإناث (ن= ٧٠)		قيمة ت
	م	ع	م	ع	
التكيف مع أفراد الأسرة	٢٦,٣٥	١٠,٢٠	٣٩,٥٦	٧,٠٥	٨,٦٨ **
التكيف الأكاديمي	٢٥,٠٧	٨,٥٨	٤٠,١٠	١١,٥٠	٨,٣٢ **
التكيف مع المحيطين به	٢٣,٦٣	٨,٠١	٤٠,٧١	٩,٩٢	١٠,٦٨ **
التكيف الانفعالي	٢٥,٨٠	٩,٤١	٣٨,٨١	٧,٩١	٨,٥٦ **
التكيف الاقتصادي	٢٤,٢١	٧,٢٨	٣٧,١٦	٨,٤٠	٦,٨٢ **
الدرجة الكلية لمقياس التفكك الأسري	١٠٠,٨٥	٢٣,٤١	١٥٩,١٩	٢٠,١٩	١٥,٢٢ **

**** دال عند مستوى (٠,٠١)**

يتضح من جدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الفروق بين درجات الذكور والإناث، على مقياس التفكك الأسري، (التكيف مع أفراد الأسرة، والتكيف الأكاديمي، والتكيف مع المحيطين به، والتكيف الانفعالي، والتكيف الاقتصادي، والدرجة الكلية لمقياس التفكك الأسري) في اتجاه الإناث، ما يعني أن الإناث أكثر تكيفا مع الأسرة، وبذلك يتحقق الفرض الأول.

وتتسق نتائج هذا الفرض مع ما جاء في الأدبيات السابقة مثل دراسة "حولي" (٢٠١٢) في أن التوافق الأسري وتكيف الطلبة في المدرسة كان في اتجاه الذكور.

بينما اختلفت نتيجة الفرض السابق مع دراسة "البلاونة وعربيات" (٢٠٢٠) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في مستوى التوافق الأسري.

ويمكن تفسير النتيجة أعلاه في ضوء أن المناخ الأسري المتماسك، لدى الإناث، تسوده علاقات أسرية حميمة، وتشيع فيها مشاعر الطمأنينة والتسامح

واســـتعمال المديح وتعزيز الثقة بالنفس من الوالدين بعكس الذكور دائمي المشاجرة والشغب وإثبات الذات ولاسيما في عمر المراهقة، كل هذا يزيد من تغلب الإناث على العقبات التي تواجههن في المرحلة الجامعية، مما يجعلهن مقبلات على الدراسة والعمل برغبة داخلية نابعة من أنفسهن، وهذا يعتمد على مسار العمليات المعرفية عندهن، والتي تعلمنها في أسرهن (Whiteman et al.,2020) .

وتفسر النتيجة أعلاه أيضا، نتيجة للبيئة التي ينشأ فيها الطالب، وتؤثر في سلوكه وتكيفه وتمتعه بصحة نفسية، من خلال طبيعة ونمط العلاقات الأسرية السائدة وأسلوب إشباع الحاجات الإنسانية، وطريقة التعامل مع المشكلات التي تنشأ بين أفرادها، والتي من شأنها أن تجعل الأسرة سوية، وهذا ما توفر في الإناث دون الذكور (Chen & Liao 2021).

ويفسر "الفريحات" (٢٠١٥)، وفقاً لمدرسة التحليل النفسي، تفوق الإناث على الذكور في التكيف الأسري يأنه نتيجة للخبرات الأسرية الأولى في سلوك الذكور واتجاهاتهم، والتي لها تأثير مهم في نموهم النفسي والاجتماعي، وتكوين شخصياتهم وظيفياً وديناميا.

الفرض الثالث: والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس إدارة الانفعالات".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب متوسط الفروق بين درجات الذكور والإناث على مقياس إدارة الانفعالات باستخدام اختبار (ت)، ويوضح الجدول التالي نتائج هذا التحليل:

جدول (٤) دلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور والإناث على مقياس إدارة الانفعالات

المقاييس الفرعية	الذكور (ن= ٦٠)		الإناث (ن= ٧٠)		قيمة ت
	م	ع	م	ع	
إستراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية الوظيفية	٢٩,٣٨	٩,٣٧	٤٠,٧٨	١٠,٤١	٦,٢٠ **
إستراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية غير الوظيفية	٢٩,٣٨	٩,٣٣	٤٥,٩٣	١٦,٧٩	٦,٧٨ **
إستراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية الوظيفية	٣٣,٨٧	١٥,٤٩	٥٠,٧٢	١٦,٦١	٥,٩٥ **
إستراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية غير الوظيفة	٣٢,٠٦	٩,٠٧	٤٠,٨١	٥,٨٨	٦,٦٣ **
الدرجة الكلية لمقياس إدارة الانفعالات	١٢٠,٣٠	٢٧,٨٣	١٧٨,٢٥	٣٠,٢٩	١١,٢٨ **

**** دال عند مستوى (٠,٠١)**

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الفروق، بين درجات الذكور والإناث، على مقياس إدارة الانفعالات (إستراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية الوظيفية، واستراتيجية إدارة الانفعالات الداخلية غير الوظيفية، واستراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية الوظيفية، واستراتيجية إدارة الانفعالات الخارجية غير الوظيفية، والدرجة الكلية لمقياس إدارة الانفعالات) في اتجاه الإناث، ما يعني أن الإناث أكثر إدارة لانفعالاتهن والتحكم فيها وبذلك يتحقق الفرض الأول.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة كل من (فوقية راضى، ٢٠٠١) و(إيناس فخرى، ٢٠٠٧) التي ترجع تفوق الإناث على الذكور في قدرتهن على الإدراك الجيد للمشاعر والانفعالات الذاتية، التي تجعلهن أكثر حساسية بالمشاعر، والتمييز بينها وتسميتها، وإلى الاختلافات المعيارية والعرفية داخل

الأسرة التي تسمح للإناث بتناول التعبيرات الوجدانية ومناقشتها فيها، ولا تسمح بها للذكور، حيث قد ينظر الآباء والمحيطون إلى أن مناقشة الذكور في انفعالاتهم ومشاعرهم أمر غير مقبول اجتماعيا نظراً لتسرع الذكور في قرارتهم، ولاسيما في سن المراهقة".

واختلفت نتيجة الفرض السابق مع دراسة "الأحمدي" (٢٠١٠) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في إدارة الانفعالات، تعزي للوضع الاجتماعي الثقافي للأسرة في اتجاه الذكور.

كما اختلفت نتيجة الفرض السابق مع دراسة "البلاونة وعربيات" (٢٠٢٠) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في إدارة الانفعالات.

ووفقاً للنظرية المعرفية السلوكية يرجع تفسير تفوق الإناث في إدارة الانفعالات، إلى كون أن الأنثى أكثر تحديداً لنوع الانفعال الذي يطغى على تفكيرها، وطريقة تعاملها معه، كما أنها تتبني الأفكار المعرفية العقلانية، التي تكتسبها نتيجة خبراتها المتتالية، والتي تتفاعل من خلالها مع مواقف الحياة المختلفة، وبالتالي يتحدد سلوكها الناتج عن هذه الأفكار تبعًا لطبيعتها، وقدرتها على السيطرة على الذات وانفعالاتها، ومع الآخرين والمجتمع من حولها (Von Scheve, 2012)

كما يمكن تفسير الفروق بين الذكور والإناث على مقياس إدارة الانفعالات في أن الذكور أكثر مواجهة للضغوط والاضطرابات الحياتية والأكاديمية على خلاف الإناث الذين يتسمن برهافة الحس والمشاعر، وحسن التفكير والعقلانية في الحكم على المواقف، ولا سيما المصيرية، مما يجعل الذكور سريعي الغضب والعصبية في كثير من الأحيان، وبالتالي يكونون أضعف في إدارة الانفعالات. (Thwaites, 2017)

توصيات الدراسة:

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج، توصي الدراسة بما يلي:

١- ضـــرورة الاهتمام بتدريب الطلاب على إســـتراتيجيات إدارة الانفعالات الداخلية الوظيفية والخارجية الوظيفية، مما قد يســـهم بتحســـين التكيف الأسري، والعكس صحيح.

٢- تصـــميم برامج إرشـــادية وعلاجية تســـتهدف تحســـين إســـتراتيجيات إدارة الانفعال لدى طلاب الجامعة، للتصـــــدي لكافة الضـــــغوط الأســـــرية والأكاديمية لدى الطلاب.

٣- توجيه انتباه المختصـــين والمســـؤولين التربويين والمعلمين والمرشـــدين وأولياء الأمور إلى العمل على تحسين مستوى إدارة الانفعالات ومستوى التوافق الأســـري، لدى الطلبة بكافة المراحل الدراســـية، وذلك من خلال إعداد البرامج الإرشـــــادية التدريبية والعلاجية التي تمكنهم من ضـــــبط انفعالاتهم، وإدارتها بشكل سليم.

٤- العمل على تقوية منظومة الحوار الأســـــري من خلال الندوات والورش التدريبية، وإجراء دراسـات مستقبلية حول متغيرات الدراسـة مع متغيرات أخرى، والكشف عن العلاقة الارتباطية بينها.

البحوث المقترحة:

١- إجراء دراســـة تتناول فعالية برنامج إرشـــادي أســـري لتحســـين التوافق النفسي والأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

٢- إجراء دراســـــة تتناول نمذجة العلاقات الســـــببية بين إدارة الانفعالات والتكيف الأسري والضغوط النفسية والأكاديمية، لدى طلاب الجامعة.

٣- إجراء دراســـــة تتناول المناخ الأســـــري وعلاقته بمتغيرات أخرى، مثل (مستوى الطموح، الإبداع، الثبات الانفعالي)

٤- إجراء دراسة حول تأثير المناخ الأسري على جماعة الأصدقاء للطلبة.

٥- إجراء دراسة تتناول التكيف الأكاديمي، وعلاقته بالتفوق الدراسي.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

أبو حوسة، موسى. (٢٠٠١). **دراسات في علم الاجتماع الأسري**، عمان، الأردن: مطبوعات الجامعة الأردنية.

أبو عيطة، سهام درويش. (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشاد جمعي أسري وفق النظرية البنيوية لمينشين في المهارات الوالدية والتكيف الأسري الوالدي لدى الأسر البديلة، **مجلة الدراسات التربوية والنفسية**، جامعة السلطان قابوس، ١٣(٣)٥٩٢ – ٦١٤.

الأحمدي، محمد بن عليثة. (٢٠١٠). الذكاء الوجداني وعلاقته بالذكاء المعرفي والتحصيل الدراسي لدي عينة من الطلاب جامعة طيبة. **مجلة العلوم الاجتماعية**، ٣٥(٤)، ١٣– ٤٠.

أرشيد، أمال محمد جمال. (٢٠١٨). **إدارة الانفعالات وعلاقتها بالتكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة الثانوية في محافظة إربد**. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة اليرموك.

اسميو، أحلام (٢٠٢١) التوافق الأسري وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لطالب الدراسات العليا، **مجلة الساتل**، جامعة مصراتة، ١٦(٢٨) ٧٠ – ٩٧.

البلاونة، خديجة حسين، وعربيات، رند بشير. (٢٠٢٠). إدارة الانفعالات وعلاقتها بالتوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا. **مجلة دراسات – العلوم التربوية**، الجامعة الأردنية، عمادة البحث العلمي، ٤٧(١)، ٣٦– ٥٢.

جبل، فوزي محمد (٢٠٠٠). **الصحة النفسية وسيكولوجيا الشخصية**، الإسكندرية: المكتبة الجامعية.

الجريان، بكر ناجي. (٢٠١٣). **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى طلبة المرحلة الثانوية في قضاء حيفا**. رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية، الأردن.

حولي، فاطمة. (٢٠١٢). **التوافق النفسي للوالدين وانعكاسه على تكيف الأبناء في المدرسة، دراسة ميدانية لتلاميذ السنتين الثانية والثالثة من التعليم المتوسط**، رسالة ماجستير، جامعة وهران وهران الجزائر.

خطاب، محمد، ويونس، إبراهيم (٢٠٢٢) . الخصائص السيكومترية لمقياس تقييم التكيف والتماسك الأسري الرابع (أولسون) **مجلة الإرشاد النفسي**، ٧٢(١)، ٢٩٧-٤٢٤.

الدليمي، طارق أحمد. (٢٠١٣). نمط الشخصية الانبساط والانطواء وإدارة الانفعالات لدى مدرسي الثانوية. **مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية**، (٤)، ٤٩١- ٥٣٧.

الديب، حامد (٢٠٠٠). **فلسفة التكيف النفسي والاجتماعي في المدارس الرياضية**، بيروت: دار الكتاب اللبناني

راضي، فوقية محمد محمد. (٢٠٠٢). أثر سوء المعاملة وإهمال الوالدين علي الذكاء (المعرفي والانفعالي والاجتماعي للأطفال، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**, ١٢(٣٦) ، ١٧١-٢٠٤.

الزبيدي، هيثم أحمد. (٢٠١٣). فاعلية الذات وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدي طلبة المرحلة الإعدادية. **مجلة كلية التربية الأساسية**، الجامعة المستنصرية، بغداد.

سعودي، عبد الكريملا. (٢٠١٤). إدمان الفيس بوك وعلاقته بالتوافق الأسري للطالب الجامعي: دراسة على عينة من طلبة جامعة بشار

مجلة دراسات نفسية وتربوية مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، جامعة قاصدي مرباح – ع ١٣، ورقلة – الجزائر.

عطا، إيمان السيد (٢٠٢٢). فعالية برنامج تدريبي قائم على إدارة الانفعالات في المناعة النفسية لدى طلاب الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، رابطة التربويين العرب، ع١٤٢، ١٦٧ – ٢٠٠.

علي، مصطفى (٢٠١٩). إدمان شبكة التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" في ضوء نظرية "Caplan" وعلاقته بكل من المهارات الاجتماعية والتكيف والتماسك الأسري لدي عينة من طلبة الثانوية العامة والدبلومات الفنية وكلية التربية والدبلوم التربوي، **مجلة الإرشاد النفسي**، ٢٩(١٠٣)، ٣٧٧ – ٤٢٠.

عمران، هناء. (٢٠٠٧). **الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى عينة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية**، رسالة ماجستير، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

العناسوة، علي موسى محمد. (٢٠٢٢). أشكال الإساءة وعلاقتها بالتكيف الاجتماعي والنفسي لدى الطلبة في الأردن، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، المركز القومي للبحوث غزة، ٦(٣٠)، ١٣٢ – ١٥٧.

فخري، إيناس محمد (٢٠٠٧). **الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات لدي عينة من طلاب المرحلة الإعدادية في المرحلة العمرية من (١٢-١٥) سنة** , معهد الدراسات العليا للطفولة , جامعة عين شمس , دكتوراه

الفريجات، حسين عايد. (٢٠١٥). المناخ الأسري وعلاقته ببعض مظاهر الصحة النفسية لدى مجموعة من طلبة وطالبات كلية الدراسات الإسلامية والعربية في دبي، **مجلة كلية التربية**، جامعة الأزهر، العدد: (١٦٤ الجزء الثالث) يوليو

الكفوري، صبحي عبدالفتاح. (٢٠٠٩). **مقياس إدارة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة**، بحوث دراسات في الصحة النفسية، ج٣، كفر الشيخ: السلام للطباعة.

اللامي، أحمد فاضل. (٢٠١٤). **علاقة إدارة الانفعالات بالأنماط القيادية لدى مديري ومديرات المدارس الإعدادية**. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المستنصرية.

المحسن، رضاب منصور حسين. (٢٠٢٠). إدارة الانفعالات وعلاقتها بموقع الضبط لدى طلبة الجامعة. **مجلة كلية التربية**، جامعة واسط، ١٢٥٥– ١٢٨٢.

محمد، عادل عبد الله. (٢٠٠٢). **العلاج المعرفي السلوكي، أسس وتطبيقات**، القاهرة: دار الرشاد.

المطيري، عبد العزيز ناصر (٢٠٢١). إدارة الانفعالات وعلاقتها بمهارات ما وراء الانفعال لدى طلبة صعوبات التعلم في ضوء بعض المتغيرات بدولة الكويت. **المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة**، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، (١٦)، ٦١– ٧٣.

ملحم، سامي. (٢٠١٦). **مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي**. عمان، الأردن: دار الفكر.

النيال، مايسة (٢٠٠٢). **التنشئة الاجتماعية، مبحث في علم النفس الاجتماعي**، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

الهابط، محمد السيد (٢٠٠٣). **التكيف والصحة النفسية**، *الإسكندرية*: المكتب الجامعي الحديث.

هاشم، سامي محمد موسى. (٢٠٢٢) إدارة الانفعالات كمنبئ بإدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية، **مجلة كلية التربية**، جامعة بورسعيد – كلية التربية، ع٤٠، ٦٨٠ – ٧٠٠.

ونجن، سميرة. (٢٠١٧). **إسهام الأسرة التربوي في تفوق الأبناء دراسيا دراسة ميدانية على عينة من أسر متفوقي إكماليات مدينة بسكرة**، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Arguedas, M., Daradoumis, T., & Xhafa, F. (2016). Analyzing the effects of emotion management on time and self-management in computer-based learning. *Computers in Human Behavior*, 63, 517-529.

Arnold, L. (2008). *Family communication: Theory and research*. Boston, MA: Pearson Education.

Baumeister, F., Vohs, D., Nathan DeWall, C., & Zhang, L. (2007). How emotion shapes behavior: Feedback, anticipation, and reflection, rather than direct causation. *Personality and social psychology review*, 11(2), 167-203.

Beal, D. J., Trougakos, J. P., Weiss, H. M., and Dalal, R. S. (2013). Affect spin and the emotion regulation process at work. *J. Appl.* Psychol. 98, 593–605. doi: 10.1037/a0032559

Becvar, D. (2013). *Handbook of family resilience*. 1st, ed. First Edition. New York, NY: Springer.

Becvar, D., & Becvar, R. (2003). *Family therapy: A systemic integration* (5th ed.). Boston, MA: Pearson Education.

Chen W-L and Liao WT (2021) .Emotion Regulation in Close Relationships: The Role of Individual Differences and

Situational Context. *Front*. Psychol. 12:697901. doi: 10.3389/fpsyg.2021.697901

Duca,d et al.,(2023).Emotions and Emotion Regulation in Family Relationships, *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala* 15(2):114-131

Hajal, N. J., Aralis, H. J., Kiff, C. J., Wasserman, M. M., Paley, B., Milburn, N. G., Mogil, C., & Lester, P. (2020). Parental wartime deployment and socioemotional adjustment in early childhood: The critical role of military parents' perceived threat during deployment. *Journal of Traumatic Stress*, 33(3), 307–317. https://doi.org/10.1002/jts.22475

Hansen, R. (2009). *A Study of school district superintendents and the connection of emotional intelligence to leadership*. PHD, Capella University.

Jordan, J., & Troth, C. (2004). Managing emotions during team problem solving: Emotional intelligence and conflict resolution. *Human performance*, 17(2), 195-218.

Leerkes E. M., Augustine M. E. (2019). Parenting and emotions. In Bornstein M. H. (Ed.), *Handbook of parenting: Being and becoming a parent* (pp. 620–653). Routledge/Taylor & Francis Group. https://doi.org/١٠,٤٣٢٤/٩٧٨٠٤٢٩٤٣٣٢١٤-١٨

Lotze, M., Ravindran, N., & Myers, J. (2010). Moral emotions, emotion self-regulation, callous-unemotional traits, and problem behavior in children of incarcerated mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 19(6), 702-713.

Mayer, J &Salovey, P. (2000). Perceiving Affective Content in Ambiguous Visual Stimuli: A component of Emotional Intelligence, *Journal ofPersonality Assessment*, (54), 771- 781

Mayer,J Salovy,P,& Caruso,D (2003). Measuring Emotional intelligence with the MSCETTV2,0,*Emotion*, 3 (1) 97–105

Mnokh, S., & Al-Obeidi, T. (2019). Psychological Immunity for Preparatory Students. *Journal of Tikrit university for humanities*, 26(6), 394-372.

Paley, B., Hajal, N.J. (2022).Conceptualizing Emotion Regulation and Coregulation as Family-Level Phenomena. *Clin Child Fam Psychol* Rev 25, 19–43 https://doi.org/10.1007/s10567-022-00378-4

Richard, M. (2020). Developing employee resilience: The role of leader-facilitated emotion management. *Advances in Developing Human Resources*, 22(4), 387-403.

Thwaites, R. (2017). (Re) examining the feminist interview: rapport, gender "matching," and emotional labour. *Front*. Soc. 2:18. doi: 10.3389/fsoc.2017.00018

Von Scheve, C. (2012). Emotion regulation and emotion work: two sides of the same coin? Front. *Psychol*. 3:496. doi: 10.3389/fpsyg.2012.00496

Whiteman, S. D., Hamwey, M. K., Topp, D., & Wadsworth, S. M. (2020). Youth's sibling relationships across the course of a parent's military deployment: Trajectories and implications. *Child Development*, 91(6), 1988–2000. https://doi.org/10.1111/cdev.13367