

**الكفاءة الاجتماعية في علاقتها بتنظيم الانفعال  
لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية**

Social competence and it's relation with emotional  
regulation among middle school students

**إعداد**

أ/ نورهان نصر منصور فايد

د/ نوال شرقاوي بخيت

مدرس الصحة النفسية  
كلية التربية – جامعة المنوفية

أ.د/ لطفي عبد الباسط إبراهيم

أستاذ علم النفس التربوي  
كلية التربية – جامعة المنوفية

*Blind Reviewed Journal*



## المستخلص

تقابل مرحلة التعليم الاعدادي فترة الطفولة المتأخرة وبداية المراهقة وهي مرحلة مهمة من مراحل النمو الإنساني بما يصاحبها من تغيرات شتى سواء في ذات المراهق أو في البيئة المحيطة والتي تولد لدى المراهق مشاعر من الخوف، والقلق من عدم الاستقرار والشعور بالتهديد من عدم الوصول إلى الأهداف التي يسعى لتحقيقها، وهدفت الدراسة إلى: معرفة علاقة الكفاءة الاجتماعية بتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية ومعرفة مدى إمكانية التنبؤ الكفاءة الاجتماعية من تنظيم الانفعال لديهم، وشارك في هذه الدراسة (٣٧٥) تلميذ تم اختيارهم من المجتمع الأصلي بمدارس مركز ومدينة شبين الكوم تراوحت أعمارهم بين (١٣.٢) عام إلى (١٤.١) عام، بمتوسط عمري قدره (١٣.٧) عام، وانحراف معياري قدره (٦) أشهر، واستخدمت هذه الدراسة اختبار الكفاءة الاجتماعية إعداد ساراسون، وساراسون، وهاكر، وباشم، ١٩٨٥ / ترجمة مجدي عبدالكريم (٢٠٢٠)، ومقياس التنظيم الانفعالي إعداد جروس ((Gross, 2003 ترجمة الباحثة، وتوصلت الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية موجبة داله إحصائياً بين الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال، كما توصلت نتائج الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية من تنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.

الكلمات المفتاحية: الكفاءة الاجتماعية، تنظيم الانفعال، المراهقة

## Abstract

The study aimed to identify the relationship of social competence to emotional regulation and predict by social competence through Emotion regulation of Them, (375) pupils from shepin alkom schools shared in this study: their age is between (13.2 – 14.1) years with an average age of (13.7) years and a standard deviation of (6) months ,The study used social competence Scale (prepared by: sarson, sarson and Hakar, 1985 Translated by Magdy Habib, 2020) and emotional regulation (prepared by: Gross, 2003) Translated by the author, The results indicated to: There are statistically negative significant relationship between Alexithymia and social competence, There are statistically positive significant relationship between social competence and emotional regulation at last emotional regulation can predict by social competence of prep schools.

**Key words:** social competence, emotional regulation.

## مقدمة البحث

تقابل مرحلة التعليم الإعدادي فترة الطفولة المتأخرة وبداية المراهقة وهي مرحلة مهمة من مراحل النمو الإنساني بما يصاحبها من تغيرات شتى سواء في ذات المراهق أو في البيئة المحيطة والتي تولد لدى المراهق مشاعر من الخوف، والقلق من عدم الاستقرار والشعور بالتهديد من عدم الوصول إلى الأهداف التي يسعى لتحقيقها، ولا يزال التعليم الإعدادي عرضة للانتقادات بسبب قصوره في تحقيق أهدافه ولم تعط المدرسة الإعدادية الاهتمام الكافي لميول التلاميذ واحتياجاتهم سواء الذهنية أو النفسية أو الاجتماعية، ومن المعروف أيضاً أن العملية التعليمية بشكل عام وفي المرحلة الإعدادية بشكل خاص لا تحفز تلاميذها على الإبداع من خلال تعويدهم على التفكير، وإنما الاهتمام المركز على التلقين والحفظ وهذا ما أدى إلى تهميش دور التلاميذ مما جعلهم يتسمون بالسلبية ضمن إطار العملية التعليمية.

ويرى طريف شوقي (٢٠٠٢، ٥٣) أن الاهتمام بالكفاءة الاجتماعية يرجع إلى كونها عاملاً مهماً في تحديد طبيعة التفاعلات اليومية للفرد، مع المحيطين به في مجالات الحياة المختلفة، التي تعد في حالة اتصافها بالكفاءة - من عوامل التوافق النفسي على المستويين الشخصي والمجتمعي، وترى آمال باظة (٢٠٠٣، ١١) أن الكفاءة الاجتماعية تعد مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية والشعور بالسعادة، ولها أهمية كبيرة في نمو الشخصية وتطورها وفي النمو العقلي والتنشئة الاجتماعية للتلميذ.

ويرى بام روبنز، وسكوت إيجان (٢٠٠٠، ٩١) أن المظاهر السلوكية السلبية التي يكشف عنها بعض من طلابنا، ترجع أساساً إلى عدم تعلمهم أساليب التفاعل الاجتماعي في طفولتهم ومهارات الكفاءة الاجتماعية؛ فالتلاميذ الذين لا يعرفون كيف ينهون محادثة، أو كيف يبدؤون محادثة تليفونية وكيف يستمرون فيها، والذين يركزون حديثهم طوال الوقت حول أنفسهم، من دون إبداء أي اهتمام بالطرف الآخر، ويتجاهلون المحاولات لتحويل التركيز إلى موضوع آخر، ويتدخلون في شؤون الناس الخاصة بأسئلة متطفلة، كل هذه السلوكيات التي تعد خروجاً عن الخط الاجتماعي الطبيعي والمعتاد، تدل على قصور في البناء الأساسي للتفاعل الاجتماعي.

وعلى الرغم من أهمية الانفعالات لبقاء الفرد فإن الانفعالات الجامحة قد تؤدي إلى عدم التنظيم أو اضطراب بعض العمليات النفسية، وعلى النقيض فالقدرة على تنظيم الانفعالات بطريقة فعالة يمكن أن تؤدي إما إلى عدم التحكم أو التحكم الزائد في الانفعالات، كما أن الصعوبات في تعديل الخبرات الانفعالية يمكن أن يؤدي إلى انغماس الفرد بسهولة في تلك المشاعر، فالمحاولات المتكررة للتحكم أو قمع وكبت الخبرات الانفعالية يمكن أن يمنع المعالجة النفسية المكتملة، والتنظيم الانفعالي الفعال لا يهدف إلى التخلص من الانفعالات ولكن يكون الفرد على وعى وإدراك كامل لتلك الانفعالات، لذلك فالتنظيم الانفعالي يجب أن يساعد الأفراد للوصول إلى الوعي بأنفسهم وبيئاتهم؛ حيث إن الانفعالات تدعم وتعزز الوعي الانفعالي (McLaughlin, 2010, 2-3).

انطلاقاً مما سبق فإن الكفاءة الاجتماعية استجابة متعلمه فالطفل منذ ولادته يتحول من كائن بيولوجي إلى كائن اجتماعي ذلك من خلال التنشئة الاجتماعية التي تقوم بها الأسرة ثم جميع مؤسسات المجتمع، فتنمو لديه القدرة بالتدرج على إنشاء علاقات اجتماعية فعالة مع الآخرين، فيكتسب الأساليب السلوكية والاتجاهات والقيم والمعايير ويتعلم الأدوار الاجتماعية، والمشاركة في المسؤولية الاجتماعية، ويتقبل التغيير الاجتماعي ويتوافق معه، ويلتزم بالواجبات الاجتماعية طبقاً للمعايير التي يضعها المجتمع، كذلك ينمي المهارات التي تحقق التوافق الاجتماعي، وعلى الرغم من أهمية الكفاءة الاجتماعية في تفاعلات الأفراد مع بعضهم البعض إلا إن الباحثين لم يعطوا هذه الظاهرة الاهتمام الكافي بالبحث والدراسة، مما دفع الباحثة إلى دراسة هذه الظاهرة وعلاقتها بتنظيم الانفعال حيث تعد الانفعالات من الجوانب الأساسية في تكوين شخصيه الفرد حيث أنها تتحكم في سلوكيات الناس ومنها ما يمكن الفرد من الحكم على هذه السلوكيات كونها سوية أو غير سوية من هنا بات الاهتمام بالانفعالات وذلك لأنها تلعب دوراً كبيراً في حياة البشر ودرجه توافقه مع أنفسهم والبيئة المحيطة بهم، وسوف تسير الباحثة في دراستها وفقاً للترتيب التالي:

#### أولاً: مشكلة الدراسة:

أشار إبراهيم الخطيب، وزهدي عيد، ونعمان خالد (٢٠٠٣، ٣٧) إلى أن افتقار التلميذ للكفاءة الاجتماعية قد يسبب عدم كفاءته في التعلم وتدني تحصيله وانخفاض مفهوم الذات لديه، ويؤكد عزت كواسه، وخيري السيد (٢٠١١، ٦٣) أهمية المهارات الاجتماعية؛ إذ يشير إلى أن مفهوم الذات يتأثر

ب عوامل عدة، أهمها: تقويمات الآخرين للفرد، وخاصة الأفراد المهمين في حياته، ويظهر هذه التقويمات من خلال عمليات التفاعل الاجتماعي، وتعد الكفاءة الاجتماعية من العوامل المهمة في تحديد التفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به في مجالات الحياة المختلفة؛ فمجتمع اليوم في حاجة إلى الفرد الكفء اجتماعيا الذي يؤدي عمله بنظام، ويضطلع بواجباته وينهض بما عليه من التزامات من غير حاجة إلى رقابة أو توجيه من جانب شخص آخر، فضلا عن أن الكفاءة الاجتماعية تؤدي إلى النجاح الاجتماعي، والتكيف السليم، وتدل على التوافق، كما تعد معيارا للصحة النفسية للطلاب ولقد كشفت نتائج دراسة نيليس وكويبيتش وهينسيني وميكولاجكازي (Nelis, Quoidbach, Hansenne, Mikolajczak, 2011) أن الأفراد الغير قادرين على إدارة انفعالاتهم هم عرضة للاضطرابات والأمراض النفسية، كما أنهم يعانون من تصدع في علاقاتهم الاجتماعية، فالتنظيم الانفعالي له أهمية كبيرة في مجالات الحياة المختلفة.

من خلال العرض السابق ترى الباحثة أن تمتع الفرد بالقدرة على تنظيم انفعالاته يعد مؤشر للاطمئنان ويدعو إلى ضرورة دراسة علاقته ببعض المتغيرات لمحاولة فهم هذه الحالة الانفعالية وما يرتبط بها؛ مما يساعد على وضع البرامج والخطط التي تحسن هذا السلوك الانفعالي؛ لذلك قامت الباحثة في البحث الحالي بدراسة علاقة الكفاءة الاجتماعية بتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية، وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن الاسئلة التالية:

١. هل توجد علاقة بين الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية؟
٢. هل يمكن التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية من تنظيم الانفعال؟

**ثانيا: أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:**

- ١- الكشف عن علاقة الكفاءة الاجتماعية بتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
- ٢- الكشف عن إمكانية التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية من تنظيم الانفعال لديهم.

### ثالثاً: أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية في جانبين أحدهما نظري والأخر تطبيقي فيما يلي:

#### أ - الأهمية النظرية:

- يتناول البحث الراهن جوانب مهمة ومظاهر واضحة تتمثل في علاقة الكفاءة الاجتماعية بتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
- تزويد مكتبة علم النفس التعليمي بهذا البحث لتكون مرجعاً للباحثين المهتمين بدراسات الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية، وتلاميذ المراحل التعليمية المختلفة.
- إلقاء الضوء حول سبل التطوير والتفاعلات التربوية الناجحة وكيفية وضع حلول علمية للمواقف التي تواجه تلاميذ المرحلة الاعدادية أثناء تفاعلهم الاجتماعي مع الآخرين في المواقف والمشكلات المختلفة.
- قد تسهم معرفة العلاقة بين متغيرات الدراسة في زيادة الفهم والوعي بتأثير كل منها في الآخر، ومن ثم يساعد كل من السيكولوجيين والمربين والآباء والأمهات في رفع مستوى الصحة النفسية للأبناء وزيادة فاعليتهم وكفاءتهم الشخصية ونجاحهم في حياتهم بمختلف جوانبها الشخصية والاجتماعية والمهنية والدراسية.

#### ب - الأهمية التطبيقية: تكمن الأهمية التطبيقية فيما يلي:

- يمكن الاستفادة من هذا البحث في التعرف على الخصائص النفسية وهي: الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية، والتعرف على جوانب القوة والضعف في شخصياتهم لمحاولة تنمية جوانب القوة وخفض أوجه القصور لديهم.
- قد يساعد البحث في وضع توصيات وأساليب تساعد التلاميذ بوجه خاص والأفراد بوجه عام على تحسين الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال.
- يمكن الاستعانة بأدوات البحث في دراسات أخرى لقياس الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال بأدوات تتمتع بخصائص سيكومترية جيدة.



## رابعاً: المفاهيم الإجرائية للدراسة:

تحدد مصطلحات الدراسة الحالية في الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال، سيتم تناولهم فيما يلي:

١ - الكفاءة الاجتماعية **Social Competence**:

عرفت الباحثة الكفاءة الاجتماعية في هذه الدراسة على أنه: امتلاك التلاميذ لبعض المهارات الاجتماعية والشخصية والاكاديمية والتي تمكنهم من التواصل الإيجابي الفعال مع الآخرين والبيئة المحيطة من خلال قدرتهم على الضبط الانفعالي والاجتماعي، وتتحد الكفاءة الاجتماعية بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ في المقياس المعد لقياسها في الدراسة الراهنة.

٢ - تنظيم الانفعال: **Emotion regulation**:

يعرف جروس (6, 2003, Gross) التنظيم الانفعالي بأنه: العمليات التي تحدث عندما يحاول الفرد ان يؤثر في نوع أو كمية الانفعالات الذي يخبره - هو أو يخبره الآخرون من حوله - وكيفية التعبير عن تلك الانفعالات، ويتحدد التنظيم الانفعالي بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ في المقياس المستخدم لذلك في البحث الحالي، والتي قامت الباحثة بترجمته والتحقق من صدقه وثباته.

خامساً: محددات الدراسة:

- **المحددات المنهجية:** يتوقف اختيار منهج معين دون الآخر على أساس طبيعة مشكلة البحث ونوع البيانات المستخدمة، وقد فرضت طبيعة مشكلة الدراسة الحالية إتباع المنهج الوصفي الارتباطي.
- **المحددات البشرية:** شارك في هذه الدراسة (٣٧٥) تلميذ تم اختيارهم من المجتمع الأصلي بمدارس مركز ومدينة شبين الكوم تراوحت أعمارهم بين (١٣.٢) عام إلى (١٤.١) عام، بمتوسط عمري قدره (١٣.٧) عام، وانحراف معياري قدره (٦) أشهر.
- **المحددات الزمنية:** يقصد بها الفترة الزمنية التي تم استغرقتها لتطبيق أدوات البحث بدءاً بالدراسة الاستطلاعية ومروراً بتطبيق أدوات الدراسة السيكومترية وبتطبيق الأدوات على المشاركين في الدراسة، والذي تم خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣ م.

### سادساً: الإطار النظري للدراسة:

تناول البحث الراهن في هذا الجزء الإطار النظري لكل من: الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال؛ وفيما يلي تفصيل ما ذلك:

### المحور الأول: الكفاءة الاجتماعية:

يعتبر مفهوم الكفاءة الاجتماعية في الوقت الحاضر من أكثر المفاهيم شيوعاً في العلوم الاجتماعية والنفسية، وقد ظهرت خلال العقد الأول من القرن الحالي العديد من التعاريف العلمية الحديثة التي سعت إلى الكشف عن طبيعة ومضمون هذا المفهوم والوقوف على مؤشرات الخاصة ودلالاته العلمية حتى يمكن التفريق بينه وبين بعض المفاهيم الأخرى المرتبطة به والقريبة الصلة منه إلى حد كبير .

يعرف راندى وميشيل (Randy & Michele, 2008, 89) الكفاءة الاجتماعية بأنها "القدرة على إظهار السلوك المرغوب فيه وقدرة الفرد على معرفة وتحقيق أهداف اجتماعية بدون الأضرار بمصالح الآخرين من أجل تحقيق أهدافه".

وعرف صبحي الكفورى (٢٠٠٩، ٧٦) الكفاءة الاجتماعية بأنها " قدرة الفرد على الاتصال بالآخرين والتفاعل معهم بفرض التأثير فيهم لإحداث تجاوب من خلال إجابة وإتقان مهارات لفظية وغير لفظية تتيح للفرد قيام علاقات اجتماعية ناجحة".

وعرف هشام الخولى (٢٠١٠، ٧٣) الكفاءة الاجتماعية بأنها "مقدار ما يتوفر لدى الفرد من معارف أو مهارات تمكنه من التواصل مع نفسه ومع الآخرين ومن ثم التوافق مع نفسه ومع الآخرين وإنجاز بعض المهام أو الوفاة والنجاح فيها مع الآخرين وهذا يتحقق من خلال تنمية بعض المهارات فى ضوء أبعاد الكفاءة الاجتماعية وهي المعارف والقدرة على حل المشكلات والأداء والتوافق النفسى".

وترى أسماء السرسى، وأماني عبد المقصود (٢٠٠١، ٣٢) أن الكفاءة الاجتماعية تحتل

أهمية كبيرة في حياة الفرد وفي شتى الميادين من طفولته إلى شيخوخته متمثلة في:

- المساعدة في تكوين علاقات اجتماعية ضرورية للفرد خلال مراحل نموه.
- اللعب وطرق التواصل والاستجابات غير اللفظية ضرورية من خلال التفاعل مع الآخرين.

- الكفاءة الاجتماعية ضرورية ومفيدة كأسلوب للتصرف.
  - تمكن الفرد من السيطرة على أشكال سلوكه المختلفة وتزيد من قدرته على التعامل مع السلوك غير المنطقي الصادر من الآخرين.
  - تمكين الفرد من إقامة علاقات وثيقة مع المحيطين به والحفاظ عليها.
  - تسهل الكفاءة الاجتماعية المرتفعة على الفرد أيضًا إدارة علاقات العمل سواء مع الزملاء أو الرؤساء بطريقة أفضل.
  - تجنب الفرد نشوء صراعات وإن حدثت حلها بسرعة.
- وتضيف نهى محمود (٢٠١٣، ٣٠) يمكن تحديد أهمية الكفاءة الاجتماعية على النحو التالي:

- الكفاءة الاجتماعية عامل مهم في تحقيق التكيف الاجتماعي داخل الجماعات التي ينتمون إليها.
- الكفاءة الاجتماعية تعيد الأفراد في التغلب على مشكلاتهم وتوجيه تفاعلهم في البيئة المحيطة.
- يساعد اكتساب الأفراد لتلك المهارات على استمتاع هؤلاء الأفراد بالأنشطة التي يمارسونها وتحقيق الحاجات النفسية لهم.
- تساعد الكفاءة الاجتماعية الأفراد على تحقيق قدر كبير من الاستقلال الذاتي والاعتماد على النفس والاستمتاع بأوقات الفراغ.
- تساعد الكفاءة الاجتماعية على اكتساب الثقة بالنفس ومشاركة الآخرين في الأعمال التي تتفق وقدراتهم وإمكانياتهم.
- تساعد على التفاعل مع الرفاق والابتكار والإبداع في حدود طاقاتهم الذهنية والجسمية.
- الكفاءة الاجتماعية تجعل التعامل مع الآخرين فعالاً، وتجعل الإنسان قادرًا على مواجهة الآخرين، وإقامة العلاقات الناجحة، وعلى إقناع الآخرين، والتأثير فيهم وجعلهم راضين عن تصرفاتهم.

- تعمل الكفاءة الاجتماعية على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي مع أحداث الحياة الضاغطة بصورة إيجابية.
- وفي إطار تحديد مكونات الكفاءة الاجتماعية، يرى شوقي طريف (٢٠٠٢، ٣١)، أن هناك خمس مهارات مكونة للكفاءة الاجتماعية هي:
  - مهارات توكيد الذات، والتي تظهر في قدرة الفرد على التعبير عن المشاعر والآراء والدفاع عن الحقوق، وتحديد الأساليب المناسبة في مواجهة ضغوط الآخرين.
  - مهارات التعاطف الوجداني، والتي تظهر في تيسير إقامة الفرد لعلاقات وثيقة وودودة مع الآخرين، وإدارة التفاعل معهم على نحو يساعد على الاقتراب منهم والتعرف عليهم عن قرب.
  - مهارات الاتصال، وتتمثل في قدرة الفرد على توصيل المعلومات للآخرين لفظياً أو غير لفظي، واستقبال الرسائل اللفظية وغير اللفظية منهم، وفهم مغزاها والتعامل معهم في ضوءها.
  - مهارات المرونة الانفعالية، وتتمثل في قدرة الفرد على التحكم بمرونة في سلوكه الانفعالي، سواء كان لفظياً أم غير لفظي، وتعديله وفقاً لما يطرأ من تغيرات على الموقف، ومعرفة السلوك الانفعالي الملائم للموقف، واختيار التوقيت المناسب لإصداره فيه.
  - مهارات المرونة الاجتماعية، وتتمثل في قدرة الفرد على التحكم بمرونة في سلوكه اللفظي وغير اللفظي، وخاصة في موقف التفاعل مع الآخرين، وتعديله وفقاً لما يطرأ من تغيرات على الموقف، ومعرفة السلوك الاجتماعي الملائم للموقف، واختيار التوقيت المناسب لإصداره فيه.
- من جانب آخر ترى هدى المشاط (٢٠٠٩، ١٠) أن للمهارات الاجتماعية عدة مكونات، أهمها المكونات السلوكية والمكونات المعرفية؛ فالمكونات السلوكية هي ما يسمى بالسلوك الاجتماعي، والذي يصنف إلى سلوك اجتماعي لفظي وسلوك اجتماعي غير لفظي. بينما تشير المكونات المعرفية إلى أفكار الفرد وقراراته بشأن ما يجب عليه قوله أو فعله أثناء التفاعل

الاجتماعي، كما تتضمن المكونات المعرفية الإدراك الصحيح لنوايا الشخص الآخر، أو استبصار نوعية الاستجابة التي يغلب أن تؤثر على رأي الآخر في مواقف التفاعل الاجتماعي. وفي إطار ما تقدم أمكن تحديد مفهوم الكفاءة الاجتماعية في هذه الدراسة على أنه: امتلاك التلاميذ لبعض المهارات الاجتماعية والشخصية والأكاديمية والتي تمكنهم من التواصل الإيجابي الفعال مع الآخرين والبيئة المحيطة من خلال قدرته على الضبط الانفعالي والاجتماعي. وتتضح أهمية الكفاءة الاجتماعية في جعل الفرد أفضل من غيره في تعريف انفعالاته وانفعالات الآخرين، ولديه قدرة كبيرة على التعبير عن انفعالاته تعبيراً دقيقاً يمنع سوء فهم الآخرين له فعندما يغضب فإنه لديه القدرة على عكس انفعال الغضب على ملامح وجهه وصوته، كما إن لديه القدرة على السيطرة على انفعالاته سيطرة تتمي قدراته العقلية والوجدانية كتأجيل إشباع حاجاته وكبح جماح غضبه، ومن ثم يرجع الاهتمام بمهارات الكفاءة الاجتماعية إلى كونها عاملاً مهماً في تحديد طبيعة التفاعلات اليومية للفرد، مع المحيطين به في مجالات الحياة المختلفة، والتي تعد في حالة اتصافها بالكفاءة، من عوامل التوافق النفسي على المستويين الشخصي والمجمعي.

#### المحور الثاني: تنظيم الانفعال:

يعد فهم الانفعالات والسيطرة عليها أو ضبطها ابرز مؤشرين من مؤشرات التنظيم الانفعالي الذي يتضمن إمكانية السيطرة على التعبيرات الانفعالية وتوجيهها للحصول على سلوك منظم عند التعرض لمواقف انفعالية شديدة (Diener & Do-young, 2004; Gilliom, Shaw, Beck, Schonberg & Lukon, 2002)، وتتفاعل الانفعالات مع المعرفة عندما تؤدي الحالات المزاجية الجيدة بالفرد إلى التفكير إيجابياً، وهذا التفاعل بين المعرفة والانفعال قد يؤدي إلى التنظيم الانفعالي، وتعتمد قدرة الفرد على التكيف ومواجهة الحياة بنجاح على التوظيف المتكامل لقدراته العقلية والانفعالية، ويعتمد نجاح الفرد في علاقاته الشخصية على قدرته على التفكير في خبراته الانفعالية والمعلومات الانفعالية، والاستجابة بوسائل متوافقة انفعالياً (سهاد المللي، ٢٠١٠، ١٣٨). ويؤدي تنظيم الانفعال دوراً مهماً في تحقيق الصحة النفسية (Hayes, Luoma, Bond, Masuda & Lillis, 2006 1-25) ومن ناحية أخرى فإن قصور تنظيم الانفعال يؤدي دوراً جوهرياً في تشكيل الاضطرابات والمشكلات النفسية (Walker, O'Connor & Schaefer, 2011, 463-475).

ويعرف مكارتي ورود (McCarty & Rude, 2001, 27) التنظيم الانفعالي بأنه جهود الأفراد لقمع وتغيير الأنفعال غير السوي ووضع التعبير عن المشاعر جانباً لكي يحقق الأفراد أهدافهم، واتفق كل من (Miller, Gouley, Seifer, Dickstein & Shields, 2004 ; Izard , Trentacosta, King & Mostow, 2004;White 2008, 52) على أن التنظيم الانفعالي يعني قدرة الفرد على استعمال عدد من العمليات والاستراتيجيات (داخلية أو خارجية) المرتبطة بالفهم الانفعالي وإمكانية السيطرة أو التعبير الانفعالي بوصفها أسلوباً تكيفياً لتلبية متطلبات الحياة، ويرى بيركنجا ووبرمان (Berkinga & Wupperman, 2012, 128) أن التنظيم الانفعالي يعني "العمليات الداخلية والخارجية المسؤولة عن رصد وتقييم وتعديل ردود الفعل الانفعالية"، وترى حنان محمود (٢٠١٦، ٧٨) أن التنظيم الانفعالي يتمثل في "جهود الفرد للسيطرة على حالة الاستثارة الانفعالية وإعادة توجيهها وتحسينها وتعديلها حتى يتمكن الفرد من الأداء المتكيف الذي يساعده على تحقيق أهدافه، وفي سبيل ذلك يستخدم مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات المعرفية عند التعامل مع المواقف والأحداث الضاغطة".

من خلال عرض تعريفات التنظيم الانفعالي تعرف الباحثة الحالية التنظيم الانفعالي بأنه قدرة التلميذ على تنظيم مشاعره وتوجيهها نحو تحقيق الأمن النفسي والرضا عن الحياة، واستخدام المشاعر والانفعالات في صنع القرارات والتكيف الاجتماعي، وفهم تفاعل الآخرين بالانفعالات المختلفة.

ويذكر فليس وبورز (Phillips & Powers, 2007,22) أن للتنظيم الانفعالي عدة خصائص تتمثل فيما يلي:

- كل من الانفعالات السلبية والإيجابية يمكن تنظيمها.
- يمكن أن يحدث التنظيم الانفعالي تكاملاً بين التنظيم الموجه ذاتياً وغير الموجه ذاتياً.
- لا يوجد تنظيم انفعالي مطلق (جيد- سيء)، كما أن التنظيم الانفعالي يمكن أن يكون شعورياً أو لا شعورياً.

ويرى كروس (Gross,2003, 11) أن كل فرد لديه إستراتيجيتين مختلفتين للتأثير في مستوى الاستجابة الانفعالية هما:

- إستراتيجية التركيز المسبق: وهي التي يلجأ إليها الفرد في حالة الاستعداد للاستجابة قبل أن يكون متفاعلاً مع المثير للموقف الانفعالي بشكل كلي، والتي تتمثل في: اختيار الموقف، وتعديل الموقف، ونشر أو توزيع الانتباه، والتغيير المعرفي.
- إستراتيجية التركيز على الاستجابة: وهي التي يلجأ إليها الفرد لتطبيقها عندما يكون متفاعلاً في حالة استجابة انفعالية ويكون الانفعال عندها بشكل اعتيادي، والتي تتمثل في تعديل الاستجابة.

ويذكر جراتر ورومر (Gratz & Roemer, 2004) أن التنظيم الانفعالي يتضمن أربعة أبعاد رئيسية هي:

- الوعي الانفعالي: يتضمن القدرة على إدراك الانفعال لتوضيح المشاعر دون قهرها أو إنكارها أو تجنبها.
- القبول الانفعالي: يتضح بنقص الاستجابة الانفعالية السلبية لشعور ما (الشعور بالذنب تجاه الشعور بالغضب).
- التسامح الانفعالي: يتضمن التصرف بأسلوب يقود إلى تحقيق الأهداف ومنع السلوكيات المندفعة والتسامح في الوقت نفسه.
- المرونة التنظيمية: وتتضمن المعالجة واستخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي المختلفة بطرائق مرنة.

سابعاً: إجراءات البحث:

اتبعت الباحثة في الدراسة الراهنة الإجراءات التالية:

أ- منهج البحث: اعتمدت الباحثة في دراستها الراهنة على المنهج الوصفي لأنه أنسب أنواع المناهج لإجرائها؛ وذلك لأنه محاولة علمية للحصول على معلومات وبيانات كافية ودقيقة عن الأفراد من جمهور معين في مجتمع ما.

ب- عينة البحث: شارك في هذه الدراسة (٣٧٥) تلميذ تم اختيارهم من المجتمع الأصلي بمدارس مركز ومدينة شبين الكوم تراوحت أعمارهم بين (١٣.٢) عام إلى (١٤.١) عام، بمتوسط عمري قدره (١٣.٧) عام، وانحراف معياري قدره (٦) أشهر، تم تقسيمهم إلى:

### - عينة البحث الاستطلاعيه:

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية من بين تلاميذ المرحلة الاعدادية، وقد بلغ عددهم (١٥٠) تلميذ.

### - عينة البحث الأساسية:

تم اختيار عينة الدراسة الأساسية من بين تلاميذ المرحلة الاعدادية، وقد بلغ عددهم (٣٧٥) تلميذ وذلك لدراسة إمكانية العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال والتنبؤ بالكفاءة الاجتماعية من تنظيم الانفعال لديهم.

ج- أدوات الدراسة: تعرض الباحثة أدوات الدراسة والتحقق من خصائصها السيكمترية، وذلك حسب ترتيب استخدامها في مراحل الدراسة على النحو التالي:

١. اختبار الكفاءة الاجتماعية. (إعداد ساراسون، وساراسون، وهاكر، وباشم، ١٩٨٥/ ترجمة مجدي عبدالكريم ٢٠٢٠).

٢. مقياس التنظيم الانفعالي (إعداد جروس (Gross, 2003) ترجمة الباحثة.

وفيما يلي عرض تفصيلي لأدوات الدراسة والخصائص السيكمترية لها:

١- اختبار الكفاءة الاجتماعية (إعداد ساراسون، وساراسون، وهاكر، وباشم، ١٩٨٥/ ترجمة مجدي عبدالكريم ٢٠٢٠):

أ- هدف المقياس: يهدف المقياس إلى قياس القدرات الاجتماعية التي يستخدمها التلاميذ في التفاعل مع الآخرين.

### ب- وصف المقياس في صورته الأصلية:

يذكر مترجم المقياس أن المقياس تكون من (١٠) بنود تصف الفرد الكفاء اجتماعيا من خلال بعض المهارات الاجتماعية والانماط السلوكية التي تظهر في السلوك الاجتماعي للفرد، حيث يطلب من المفحوص أن يصف مشاعره أثناء وجوده مع الآخرين، وذلك بوضع علامة صح أسفل العمود الذي يوضح درجة انطباقها أو عدم انطباقها عليه من خلال مقياس رباعي: تنطبق تماما، تنطبق، لا تنطبق، لا تنطبق أبداً.



ج- الخصائص السيكومترية للمقياس: تعرض الباحثة في هذا الجزء الخصائص السيكومترية للمقياس في النسخة المترجمة، وما قامت به الباحثة في الدراسة الراهنة للتحقق من خصائص المقياس السيكومترية.  
أولاً: ثبات الاختبار:

قام مترجم المقياس بالتحقق من ثبات المقياس على ثلاث عينات (عينة بالمرحلة الثانوية، وعينة بالمرحلة الجامعية، وعينة بالدراسات العليا)، واتضح تمتع المقياس في صورته المترجمة بدرجة ملائمة من الثبات، حيث بلغ معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق (٠.٨٩) بالنسبة للمرحلة الثانوية، و (٠.٨٣) بالنسبة للمرحلة الجامعية، (٠.٨٧) للدراسات العليا، كما بلغ معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (٠.٨١) بالنسبة للمرحلة الثانوية، و (٠.٧٨) بالنسبة للمرحلة الجامعية، (٠.٧٧) للدراسات العليا، وبلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (٠.٧٢) بالنسبة للمرحلة الثانوية، و (٠.٧٦) بالنسبة للمرحلة الجامعية، (٠.٨٧) للدراسات العليا، وهو معامل ثبات ملائم يمكن الوثوق به في الدراسة الحالية.

#### ثانياً: صدق الاختبار:

قام مترجم المقياس بالتحقق من صدق المقياس على ثلاث عينات (عينة بالمرحلة الثانوية، وعينة بالمرحلة الجامعية، وعينة بالدراسات العليا)، واتضح تمتع المقياس في صورته المترجمة بدرجة ملائمة من الصدق، حيث بلغ معامل الصدق التلازمي لمقياس الكفاءة الاجتماعية المستخدم في الدراسة الحالية بمقياس المسئولية الاجتماعية إعداد (سيد عثمان) (٠.٥٣) بالنسبة للمرحلة الثانوية، و (٠.٥١) بالنسبة للمرحلة الجامعية، (٠.٥٦) للدراسات العليا، وجميع هذه المعاملات موجبة دالة.

#### ثالثاً: الاتساق الداخلي:

قام مترجم المقياس بالتحقق الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية، وذلك على أفراد المراحل الدراسية الثلاث وتراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠.٣٦ - ٠.٦٧)، وجميعها قيم دالة، مما يمكن الوثوق بها في الدراسة الحالية.

### الخصائص السيكومترية لمقياس الكفاءة الاجتماعية في الدراسة الحالية:

تحققت الباحثة في الدراسة الحالية من الخصائص السيكومترية لمقياس الكفاءة الاجتماعية من خلال الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وصدق المحك الخارجي، واتساقه الداخلي، وذلك وفقاً لما يلي:

#### أولاً: ثبات المقياس:

قامت الباحثة في الدراسة الراهنة بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، والتي تعتمد على حساب معامل ألفا للمقياس بعد حذف درجة البند، وحساب معامل ألفا للمقياس ككل. والجدول (١) التالي يبين قيم معاملات ألفا بعد حذف البند:

#### جدول (١)

#### قيم معامل ألفا لمقياس الكفاءة الاجتماعية (ن=١٥٠)

رقم البند	قيمة معامل ألفا	رقم البند	قيمة معامل ألفا
١	٠.٨٣٩	٢	٠.٨٥١
٣	٠.٨٥٠	٤	٠.٨٤٧
٥	٠.٨٤٤	٦	٠.٨٣٨
٧	٠.٨٥٣	٨	٠.٨٥٤
٩	٠.٨٤٩	١٠	٠.٨٤٠

وقد بلغت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل = ٠.٨٥٤.

يتضح من جدول (١) السابق أن قيم معامل ألفا لجميع البنود تُعبر عن ثباتها، حيث انخفض معامل ألفا بحذف البند في معظم المقياس، ولم يتغير وظل ثابتاً في بعض البنود ولم يتخط معامل ألفا للمقياس ككل، وهذا يُشير إلى أن جميع بنود المقياس مهمة وحذفها قد يؤثر سلباً عليه، مما يُشير إلى أن بنود المقياس تتسم بثبات ملائم.

#### ثانياً: صدق المقياس:

قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتحقق من صدق المقياس عن طريق صدق المحك ؛ حيث قامت بتطبيق بطارية اختبارات الذكاء الاجتماعي إعداد حنان عبد الرسول (٢٠٠٣)، باعتبارها

مكّماً لمقياس الكفاءة الاجتماعية المستخدم في الدراسة الراهنة على المشاركين في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس (١٥٠) تلميذ، فبلغ معامل الارتباط (٠,٧٤٢) بما يشير إلى صدق المقياس.

### ثالثاً: الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس ؛ وجدول (٢) التالي يبين ذلك:

### جدول (٢)

الاتساق الداخلي لمقياس الكفاءة الاجتماعية لتلاميذ المرحلة الإعدادية (ن = ١٥٠)

معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند
٠.٧٦٣	٢	٠.٧٣١	١
٠.٦٨٤	٤	٠.٨٠٥	٣
٠.٨٣٩	٦	٠.٦٩٣	٥
٠.٧٤٤	٨	٠.٨٤١	٧
٠.٨٠٩	١٠	٠.٧٩٨	٩

يتبين من جدول (٢) السابق أن جميع بنود المقياس ترتبط مع الدرجة الكلية له، والذي يُشير إلى ارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي مناسب.

٢- مقياس التنظيم الانفعالي إعداد جارنيفسكي وكريجي وسبين هوفن (Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001) وقامت بترجمته باللغة العربية الباحثة الحالية.

أ- هدف المقياس:

يهدف المقياس إلى قياس قدرات تلاميذ المرحلة الإعدادية الانفعالية، واستراتيجيات التنظيم الانفعالي التي يستخدمها التلاميذ في التفاعل مع أحداث الحياة الضاغطة.

ب- ترجمة المقياس:

تم ترجمة المقياس في صورته الانجليزية إلى اللغة العربية، وعرض هذه الترجمة على أربع من المتخصصين في اللغة الإنجليزية لإبداء رأيهم بصدد صحة ودقة الترجمة ومطابقة المعنى للأصل الأجنبي، وبعد أخذ آراء متخصصي اللغة في الاعتبار وتفعيلها عُرض المقياس مرة أخرى في

صورته العربية على ثلاثة من المتخصصين آخرين بقسم اللغة الإنجليزية وطلبت منهم ترجمة المقياس إلى اللغة الإنجليزية (ترجمة عكسية)، وذلك للاطمئنان إلى مطابقة الترجمة العربية للأصل الأجنبي، وفي ضوء ذلك تم تعديل صياغة بعض عبارات المقياس في ضوء آراء السادة المتخصصين، ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٦) بند موزعة على تسع أبعاد فرعية، يتضمن كل بعد فرعي (٤) بنود وهذه الأبعاد هي: لوم الذات، والقبول، وتركيز التفكير، وإعادة التفكير الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابي، والوضع في منظور، والتفكير الكارثي، ولوم الآخرين.

ج- **تعليمات المقياس:** صاغ معد المقياس تعليمات الاستجابة للمقياس متضمنة: الهدف منه، وكيفية الاستجابة لبنوده، وشملت التعليمات مثالاً توضيحياً لكيفية الاستجابة لبنوده.

د- **طريقة الاستجابة للمقياس:** حرص معد المقياس على أن تكون الاستجابة بوضع علامة (✓) أمام البند في المكان الذى يُعبر عن درجة انطباق البند على التلميذ؛ حيث يوجد بجوار كل بند خمسة اختيارات، هي: (أبدأً- نادراً- أحياناً- غالباً- دائماً)، وعلى التلميذ أن يختار واحدة منها، وذلك لجميع أبعاد المقياس.

هـ - **الخصائص السيكومترية للمقياس:**

**الخصائص السيكومترية للمقياس في صورته الإنجليزية:**

تشير نتائج دراسة جارنيفسكي وكريجي وسبين هوفن ( Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001)، ودراسة جارنيفسكي وكريجي ( Garnefski & Kraaij, 2006) إلى تمتع المقياس بدرجة ملائمة من الثبات والصدق، حيث بلغ معامل الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ في هاتين الدراستين أعلى من (٠.٧٠) وهو معامل ثبات ملائم يمكن الوثوق به في الدراسة الحالية، كما تم التحقق من الصدق العامل للمقياس في هاتين الدراستين واتضح تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق.

**الخصائص السيكومترية للمقياس في صورته المترجمة:**

قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس وذلك عن طريق التحقق من ثباته وصدقه واتساقه الداخلي ؛ وذلك كالتالي:

أولاً: ثبات المقياس:

قامت الباحثة في الدراسة الراهنة بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، والتي تعتمد على حساب معامل ألفا للمقياس بعد حذف درجة البند، وحساب معامل ألفا للمقياس ككل. والجدول (٣) التالي يُبين قيم معاملات ألفا بعد حذف البند:

### جدول (٣)

قيم معامل ألفا لمقياس التنظيم الانفعالي (ن=١٥٠)

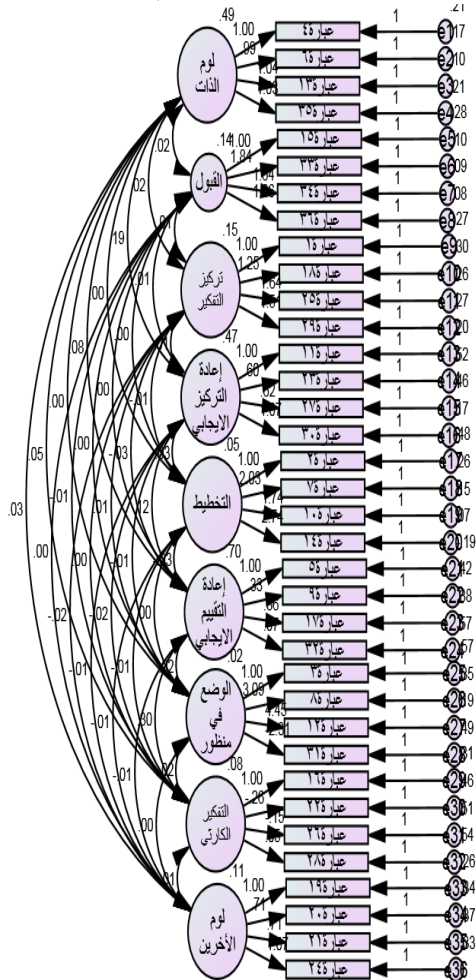
رقم البند	قيمة معامل ألفا	رقم البند	قيمة معامل ألفا	رقم البند	قيمة معامل ألفا	رقم البند	قيمة معامل ألفا
١	٠.٧٨٩	١٠	٠.٨٠٩	١٩	٠.٨٠٥	٢٨	٠.٨٠٢
٢	٠.٧٩٨	١١	٠.٧٩٦	٢٠	٠.٨١٠	٢٩	٠.٧٩٥
٣	٠.٨١١	١٢	٠.٧٩٤	٢١	٠.٨٠١	٣٠	٠.٨٠٤
٤	٠.٨١٩	١٣	٠.٨٠٢	٢٢	٠.٧٨٨	٣١	٠.٨١٠
٥	٠.٨١٣	١٤	٠.٨٠٠	٢٣	٠.٨٠٤	٣٢	٠.٨٠٣
٦	٠.٧٩٨	١٥	٠.٧٩٦	٢٤	٠.٨١٤	٣٣	٠.٧٩٢
٧	٠.٧٩٧	١٦	٠.٨٠١	٢٥	٠.٧٩٥	٣٤	٠.٨٠٤
٨	٠.٨١٨	١٧	٠.٨٠٤	٢٦	٠.٨١٥	٣٥	٠.٨١٠
٩	٠.٨٠٩	١٨	٠.٨١١	٢٧	٠.٨١٧	٣٦	٠.٨١٣

وقد بلغت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل=٠.٨١٩

يتضح من جدول (٣) السابق أن قيم معامل ألفا لجميع البنود تُعبر عن ثباتها، حيث انخفض معامل ألفا بحذف البند في معظم المقياس، ولم يتغير وظل ثابتاً في بعض البنود ولم يتخط معامل ألفا للقائمة ككل، وهذا يُشير إلى أن جميع بنود القائمة مهمة وحذفها قد يؤثر سلباً عليه، مما يُشير إلى أن بنود القائمة تتسم بثبات ملائم.

ثانياً: صدق المقياس:

قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس عن طريق التحليل العاملي التوكيدي بطريقة الاحتمال الأقصى بعد التأكد من اعتدالية توزيع درجات المشاركون في التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، وأشارت نتائج التحليل إلى النموذج التالي:



شكل (١): نموذج التحليل العاملي التوكيدي لبنود مقياس التنظيم الانفعالي

ويوضح جدول (٤) التالي مؤشرات صدق البنية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس التنظيم

الانفعالي

جدول (٤): مؤشرات صدق البنية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس التنظيم الانفعالي

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square (CMIN)	١١٢٩.٨٨٧	أن تكون غير داله
مستوى الدلالة	٠.٠٧ (غير داله)	
DF	٦٤٠	
CMIN/DF	١.٧٦٥	أقل من ٣
GFI	٠.٩٥٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التي تقترب أو تساوى الواحد الصحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
NFI	٠.٩٧٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التي تقترب أو تساوى الواحد الصحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
IFI	٠.٩٦٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التي تقترب أو تساوى الواحد الصحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
CFI	٠.٩٦٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أى التي تقترب أو تساوى الواحد الصحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
RMSEA	٠.٠٨	من (صفر) إلى (١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج

(Schreiber, 2008, 89)

يتضح من الشكل (٢) مؤشرات جيدة للنموذج حيث كانت قيمة Chi-square = ١١٢٩.٨٨٧ إلى درجات حرية ٦٤٠ وهى غير دالة وكانت النسبة بين قيمة Chi-square إلى درجات الحرية = ١.٧٦٥ > ٣، مما يدل على وجود مطابقة جيدة للنموذج، وبلغت قيمته مؤشرات حسن المطابقة ( GFI=0.952 و NFI= 0.977 و IFI=0.965 و CFI= 0.967)، و (RMSEA= 0.08)، مما يدل على وجود مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التنظيم الانفعالي.

## ثالثاً: الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة في الدراسة الحالية بالتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والبُعد الذي تنتمي إليه، ودرجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ؛ وجدول (٥) التالي يبين ذلك:

## جدول (٥)

الاتساق الداخلي لمقياس التنظيم الانفعالي لتلاميذ المرحلة الإعدادية (ن = ١٥٠)

البعد الأول	معاملات الارتباط	البعد الثاني	معاملات الارتباط	البعد الثالث	معاملات الارتباط
١	٠.٦٩٦	٥	٠.٨٦٩	٩	٠.٦٩٩
٢	٠.٧١٧	٦	٠.٨٠٧	١٠	٠.٨٢٥
٣	٠.٨٢٩	٧	٠.٧٣٩	١١	٠.٧٨٢
٤	٠.٦٩١	٨	٠.٨٠٠	١٢	٠.٦٩٧
البعد الرابع	معاملات الارتباط	البعد الثاني	معاملات الارتباط	البعد الثالث	معاملات الارتباط
١٣	٠.٦٩٧	١٧	٠.٧٧٤	٢١	٠.٧٤٩
١٤	٠.٦٨٢	١٨	٠.٨٠٨	٢٢	٠.٧٦٩
١٥	٠.٧٣٧	١٩	٠.٦٩٧	٢٣	٠.٨٣٦
١٦	٠.٦٧٢	٢٠	٠.٧٥٧	٢٤	٠.٨٠٤
البعد السابع	معاملات الارتباط	البعد الثامن	معاملات الارتباط	البعد التاسع	معاملات الارتباط
٢٥	٠.٧٥٧	٢٩	٠.٧٦٧	٣٣	٠.٧١٩
٢٦	٠.٨٢٨	٣٠	٠.٦٩٢	٣٤	٠.٨٢٤
٢٧	٠.٧٣٧	٣١	٠.٨٠٨	٣٥	٠.٦٩٧
٢٨	٠.٧٧٢	٣٢	٠.٦٩٧	٣٦	٠.٨٤٣
البعد	معاملات الارتباط	البعد	معاملات الارتباط	البعد	معاملات الارتباط
الأول	٠.٦٧٢	الثاني	٠.٦٩٧	الثالث	٠.٨٠٣
الرابع	٠.٧٢٩	الخامس	٠.٧٤٢	السادس	٠.٦٩٨
السابع	٠.٧١٩	الثامن	٠.٨٠٧	التاسع	٠.٧٥٣



يتبين من جدول (٥) السابق أن جميع بنود المقياس ترتبط مع درجة الأبعاد التي تنتمي إليها كما أن جميع أبعاد المقياس ترتبط مع الدرجة الكلية له، والذي يُشير إلى ارتباط بنود المقياس بالأبعاد التي تنتمي إليها، وارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية، مما يُشير إلى أن المقياس يتمتع باتساق داخلي مناسب.

#### و- تقدير درجات المقياس:

تم تقدير درجات المقياس في ضوء اختيارات ثلاثة هي (ابدا- نادرا- أحيانا- غالبا- دائما) (حسب التدرج التالي (١-٢-٣-٤-٥) وعليه تصبح الدرجة الكلية القصوى للمستجيب على المقياس هي  $36 \times 5 = 180$  درجة وأدنى درجة للمستجيب هي  $36 \times 1 = 36$  درجات.

#### ثامنا: نتائج الدراسة وتفسيرها:

تعرض الباحثة في هذا المحور نتائج التحليل الإحصائي، حيث تبدأ بعرض النتائج المتعلقة بفروض الدراسة.

#### ١- اختبار الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الألكسيثيميا والكفاءة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية"، ولتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التلاميذ في مقياس تنظيم الانفعال ودرجاتهم في مقياس الكفاءة الاجتماعية، والجدول (٦) يوضح نتيجة هذا الإجراء:

جدول (٦): معاملات ارتباط بيرسون بين درجات تلاميذ المرحلة الاعدادية على مقياس تنظيم

#### الانفعال ودرجاتهم على مقياس الكفاءة الاجتماعية

الكفاءة الاجتماعية	الكفاءة الاجتماعية تنظيم الانفعال
**٠.٧٤٣	لوم الذات
**٠.٧٨٣	القبول
**٠.٦٩٣	تركيز التفكير
**٠.٨٠٤	إعادة التركيز الإيجابي
**٠.٧٢٥	التركيز على التخطيط

**٠.٦٧٣	إعادة التقييم الإيجابي
**٠.٦٢٣	الوضع في منظور
**٠.٧٠٩	التفكير الكارثي
**٠.٨٢٩	لوم الآخرين
**٠.٧٦٦	الدرجة الكلية للمقياس

\*داله عند ٠,٠٥ ، \*\* دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات تلاميذ المرحلة الاعدادية المشاركين في الدراسة الحالية في الكفاءة الاجتماعية وكل من: لوم الذات، والقبول، وتركيز التفكير، وإعادة التركيز الإيجابي، والتركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابي، والوضع في منظور، والتفكير الكارثي، ولوم الآخرين، والدرجة الكلية لمقياس تنظيم الانفعال.

#### تفسير نتائج الفرض الأول:

يتضح من نتائج الفرض الأول بجدول (٦) تحقق صحة الفرض الأول حيث إنها في مجملها تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة داله إحصائياً بين درجات تلاميذ المرحلة الاعدادية من الأفراد المشاركين في الدراسة على مقياس تنظيم الانفعال (الدرجة الكلية - الأبعاد الفرعية)، ودرجاتهم على مقياس الكفاءة الاجتماعية، ومعنى ذلك أن التلاميذ ذوي التنظيم الذاتي المرتفع يتسمون بالكفاءة الاجتماعية المرتفعة و القدرة على التطور الشخصي، و القدرة على التعامل الإيجابي مع الانفعالات، و القدرة على المواجهة والتوافق، إضافة إلى القدرة على التعامل الفعال مع مواقف الإحباط ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن عدم ابتكار الشخص انفعالياً يكسبه كثير من الصفات التي تكسبه الإحساس بالقدرة على اختيار وإيجاد بيئة مناسبة للحاجات والقيم الشخصية، والاحساس بالدفء والرضا والثقة في علاقاته الشخصية مع الآخرين، و الاهتمام بسعادة الآخرين، و القدرة على التفهم والصدقة والأخذ والعطاء في العلاقات الإنسانية.

وتتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة سبيتزر وسييل جورجس وبرنو وجروبي وفؤي برجر (Spitzer , Siebel-Jurges, Barnow, Grape, & Freyberger, 2005) ودراسة سليمان

يوسف (٢٠١٥) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تنظيم الانفعال والكفاءة الاجتماعية.

## ٢- اختبار الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه: "يمكن التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية من خلال تنظيم الانفعال". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة دلالة المعادلة التنبؤية لتنظيم الانفعال في التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية، وجدول (٧) يوضح نتيجة هذا الإجراء:

### جدول (٧): نتائج تحليل التباين لانحدار الكفاءة الاجتماعية على تنظيم الانفعال

الدلالة	ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
٠.٠١	٦٢١.٧١٢	١٢٢٨١.٩٢	١	١٢٢٨١.٩٢	الانحدار
		١٩.٧٥٥	٣٧٣	٧٣٦٨.٥٥	البواقي
			٣٧٤	٢٩٩٥٩.٤٦	الكل

يتضح من الجدول السابق (٧) وجود تأثير دال إحصائياً لتنظيم الانفعال عند مستوى ٠.٠٠١. وقد كانت نسبة إسهام هذا المتغير في التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية  $R^2$  تساوي ٦٢.٧١%.

### جدول (٨): نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنظيم الانفعال على الكفاءة الاجتماعية

الدلالة	ت	معامل بيتا	الخطأ المعياري	معامل الانحدار	مصدر الانحدار
٠.٠١	٢.٥٩	-	٢.٠٢	٦.٢٩	الثابت
٠.٠١	٣١.٢٣	١.٣١	٠.٠٢	٠.٦٣	تنظيم الانفعال

يتضح من جدول (٨) أن معادلة انحدار تنظيم الانفعال على الكفاءة الاجتماعية هي:

$$\text{الكفاءة الاجتماعية} = ٦.٢٩ + ٠.٦٣ \times \text{تنظيم الانفعال}$$

تشير نتائج جدول (١٣) إلى دلالة المعادلة التنبؤية لتنظيم الانفعال في التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية.

### تفسير نتائج الفرض الثاني:

توضح نتائج الفرض الثاني جدول (٧) تحقق صحة الفرض الثاني حيث توصل إلى دلالة المعادلة التنبؤية لتنظيم الانفعال في التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية، ويمكن تفسير ذلك بأن الكفاءة الاجتماعية تتأثر بشكل واضح بدرجة تنظيم الانفعال لدى كل تلاميذ المرحلة الاعدادية فكلما ارتفع تنظيم الانفعال ارتفعت الكفاءة الاجتماعية وبالعكس كلما انخفض تنظيم الانفعال انخفضت الكفاءة الاجتماعية.

وتتفق نتائج هذا الفرض مع سبيتزر وسيل جوجس وبرنو وجروبي وفؤي برجر ( Spitzer , Siebel-Jurges, Barnow, Grape, & Freyberger, 2005)، ودراسة فوتش وكامر وبورتر (Fuchs, Kumar & Porter,2007)، ودراسة أبو زيد الشويقي (٢٠٠٨)، ودراسة علاء الدرس (٢٠١٨) والتي توصلت إمكانية التنبؤ بالكفاءة الاجتماعية من تنظيم الانفعال.

### توصيات الدراسة:

توصي الدراسة الراهنة في ضوء ما أسفرت عنه نتائجها بما يلي:

- الاهتمام بدراسة العوامل النفسية التي من شأنها تحسين الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
  - إعداد برامج إرشادية لتحسين الكفاءة الاجتماعية وتنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
  - اهتمام الأسرة بتنمية مهارات أبنائها على ضبط انفعالهم وإدارتها والتعبير عنها وتنمية المهارات الإبداعية الانفعالية وحسن استغلال ما لديهم من قدرات.
- دراسات مقترحة:** تقترح الباحثة إجراء دراسات مرتبطة بدراسته في المجالات التالية:
- تنظيم الانفعال وعلاقته بالمساعدة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
  - فعالية برنامج عقلائي انفعالي في تحسين تنظيم الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
  - الألكسيثيميا وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
  - الفرق بين التلاميذ مرتفعي ومنخفضي الكفاءة الاجتماعية في تنظيم الانفعال.

## مراجع الدراسة

## أولاً: المراجع العربية:

- طريف شوقي (٢٠٠٢). المهارات الاجتماعية والاتصالية. دراسات وبحوث نفسية، القاهرة: دار غريب.
- بام روبنز، وسكوت إيجان (٢٠٠٠). الذكاء الوجداني بترجمة صفاء الأعسر وعلاء كفاقي، القاهرة: دار قباء.
- إبراهيم الخطيب، وزهدي عيد، ونعمان خالد (٢٠٠٣). التنشئة الاجتماعية للطفل. عمان: الدار العلمية للنشر والتوزيع.
- أبو زيد سعيد الشويقي (٢٠٠٨). الابتكاريه الانفعاليه لدى عينه من طلاب الجامعه وعلاقتها بكل من الالكسثيميا والعوامل الخمس الكبرى فى الشخصيه. المجله المصريه للدراسات النفسيه، ١٨ (٦١)، ٤٢-٨٤.
- عزت كواسه، وخيري السيد (٢٠١١). المناخ الأسري كما يدركه الأبناء وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٤٥، ٥٥-٨٩.
- علاء سعيد الدرس (٢٠١٨). الالكسثيميا وعلاقتها بالرفاهيه النفسيه والابتكاريه الانفعاليه لدى طلاب المرحله الثانويه". مجله الدراسات التربويه والانسانيه- كلية التربيه جامعته دمنهور، ١٠ (٤)، ١٠-١٦٤.
- هشام عبد الرحمن الخولى (٢٠١٠). علم نفس النمو. مصر: دار مصطفى للطباعة، بنها.
- صبحي عبد الفتاح الكفورى (٢٠٠٩). بحوث ودراسات فى الصحة النفسيه والعلاج النفسى (ج١). مصر: السلام للطباعة والنشر.
- أسماء السرسى و أماني عبد المقصود (٢٠٠١). فاعلية برنامج لتنمية الكفاءة الاجتماعية لأطفال ما قبل الدراسة، المؤتمر العلمي السنوي لدراسات الطفولة، مركز الطفل، جامعة عين شمس.

- إمال عبد السميع باظه (٢٠٠٣). اضطرابات التواصل وعلاجها، القاهرة: دار الانجلو المصريه.
- نهى محمد محمود (٢٠١٣). برنامج لرفع الكفاءة الاجتماعية للطلاب ضعاف السمع للمرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، كلية البنات، جامعة عين شمس، القاهرة.
- حنان حسين محمود (٢٠١٦). التنظيم الانفعالي والمعتقدات ما وراء المعرفية وعلاقتها بقلق الامتحان لدى عينة من تلميذات المرحلة الجامعية. مجلة العلوم التربوية- مصر، ٢٤ (٤)، ٦٩-١١٧.
- سهاد المللى (٢٠١٠). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسى لدى عينه من المتفوقين والعاديين(دراسة ميدانيه على طلبه الصف العاشر من مدارس المتفوقين والعاديين فى مدينه دمشق)، مجله جامعه دمشق، ٢٦(٣)، ١٣٨-١٩١.
- سليمان عبدالواحد يوسف (٢٠١٥). أثر التدريب القائم على الكفاءه الاجتماعيه- الانفعاليه فى خفض الالكسيثيميا والانفعالات الاكاديميه السلبيه لدى تلاميذ المرحله الابتدائيه ذوى صعوبات التعلم الاجتماعيه والانفعاليه، دراسات عربيه فى التربيه وعلم النفس، رابطته التربوين العرب، ٥٦-٦١١٣.
- هدى عبدالرحمن المشاط (٢٠٠٩). العلاقه بين نمط السلوك (أ) والمهارات الاجتماعيه والفاعليه الذاتيه لدى عينه من طالبات كليه إعداد المعلمين بمحافظة جده (دراسه وصفيه ارتباطيه)، مجله العلوم التربويه، معهد الدراسات والبحوث التربويه بجامعة القاهرة، ٤(٢)، ١-٤٥.

## ثانيا : المراجع الاجنبية

- Gross, J. (2003). Individual differences in two Emotion regulation processes. Stanford university,U.S.A.
- Phillips, K. & Power, M. (2007). A new self-report measure of emotion regulation in adolescents: The regulation of emotions questionnaire. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 14, 145–156.
- Gratz, K. & Romer , L. (2004). Multidimensional assessment emotion regulation and dysregulation: Development, factorstructure and initial validation of the difficulties in emotio regulation scale. *Journal of Psychological and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.
- Nelis, D., Quoidbach, J., Hansenne, M. & Mikolajczak, M. (2011). measuring individual differences in emotion regulation: The emotion regulation profile – revised (ERP – R). *Psychological Belgica*, 51 (1), 49 – 91.
- Mclaughlin, E. (2010). The relation ship between dispositional mindfulness and emotion regulation in children ,ph these, the city university of New York.
- Diener, M., & De- Yeong, K. (2004). Maternal and child predictors of preschool children's social competence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25 (1), 3-24.
- Gilliom, M., Shaw, D., Beck, J., Schonberg, M., & Lukon, J. (2002). Anger regulation in disadvantaged preschool boys: Strategies, antecedents and the development of self-control. *Developmental Psychology*, 38 (2),222-235.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A. & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behavior research and Therapy*, 44 (1), 1-25.
- McCarty, C. & Rude, S. (2001). Relationship of emotional functioning to depression in college students. Paper presented at the annual metting of the American Pcychological association (109<sup>th</sup> , San Francisco, CA., August 24-28).

- Miller, A., Gouley, K., Seifer, R., Dickstein, S., & Shields, A. (2004). Emotions and behaviors in the head start classroom: Associations Among Observed Disregulation social competence and preschool adjustment. *Early Education & Development*, 15 (2), 147-165
- Walker, S., O'Connor, D. B. & Schaefer, A. (2011). Brain potentials to emotional pictures are modulated by alexithymia during emotion regulation. *Cognitive, Affective & Behavioral Neuroscience*, 11 (4), 463-475.
- Izard, C., Trentacosta, C., King, K. & Mostow, A. (2004). An emotion- based prevention program for Head Start children. *Early Education & Development*, 15 (4), 407-422.
- Randy, L. P & Michelle, J. (2008). Exploring the E.Facts of Social Skills Training on Social Skill Dereploment on Student Behavior, *National of Special Education Journal*, 19 (1), 91-102.
- Schreiber. J. B. (2008). Core reporting practices in structural equation modeling. *Research in social & Administrative pharmacy*. 4 (2). 83-97.