القلق الاجتمّاعيّ، وعلاقته بصعوبات التّنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة

بشرى أيمن الحناقطة
جمعية أبناء الطفيلة للتربية الخاصة

د. محمّد إسماعيل القضا
جامعة الطّفيلة التّقنيّة

تاريخ الاستلام: 2021/09/19 تاريخ القبول: 2022/01/01

الملخّص

هدفت الدّراسة التّعرّف إلى درجة القلق الاجتمّاعيّ، وعلاقته بصعوبات التّنظيم الانفعاليّ لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، وقد تمّ استخدام المنهج الوصفيّ الارتباطيّ، وتكوّنت عينة الدّراسة من (420) طالباً، وطالبةً، تمّ اختيارهم بالطّريقة العشوائيّة العنقوديّة على مستوى الشّعب الدّراسيّة، طُبّق عليهم مقياس القلق الاجتمّاعيّ المكوّن من (23) فقرةً، ومقياس صعوبات التّنظيم الانفعالي المكوّن من(30) فقرةً، بعد التّأكّد من صدقهما، وثباتهما، وقد أظهرت النّتائج:

أنّ درجة القلق الاجتمّاعيّ، ودرجة صعوبات التّنظيم الانفعالي جاءت متوسّطة لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، وأظهرت الدّراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة (α=0.05) في الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، تُعزى لمتغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة، أو التّفاعل بينهما، كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة (α=0.05) في الدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعالي، تُعزى لمتغيّر النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة، في حين أظهرت النّتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة (α =0.05) في الدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعالي، تُعزى لتفاعل متغيّر النّوع الاجتمّاعيّ والكليّة، ولصالح الذّكور في الكليّات العلميّة، كذلك أظهرت النّتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالّة إحصائياً عند مستوى الدّلالة (α=0.05) بين درجة القلق الاجتمّاعيّ، ودرجة صعوبات التّنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، وقد خلصت الدّراسة إلى عدد من التّوصيات، منها: تصميم برامج إرشاديّة للطلاب لزيادة الوعي بالانفعالات، وكيفيّة إدارتها، وإجراء مزيد من الدّراسات حول صعوبات التّنظيم الانفعالي، لا سيّما نقص الوعي الانفعالي.

الكلمات المفتاحية:

القلق الاجتمّاعيّ، التّنظيم الانفعالي، صعوبات التّنظيم الانفعالي، طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة

Social anxiety and its Relation with difficulties of emotional regulation among Tafila Technical University(TTU) Students

Bushra Ayman Hanaqtah
Tafila Sons Society

Dr.Mohammad Ismail Al Qudah
Tafila Technical University (TTU)

Abstract

The present study aimed at investigating the level of social anxiety and its relation with the difficulties of emotional regulation among (TTU) students. The correlative descriptive approach has been adopted for the purpose of analysis. The sample of the study consisted of (420) students who were chosen randomly. After proving their validity and reliability, two scales were developed by the researcher and used: Social Anxiety Scale (SAQ) with (23) items and Difficulties of Emotional Regulation Scale (DERS) with (30) items.

The results indicated that SA degree and DER degree were average among (TTU) students, and there were no significant statistical differences in the total degree of SA attributed to gender, college variables, or the interaction between them when (α=0.05) is used. Furthermore, there were no significant statistical differences when the total degree of DER attributed to gender or college variables when (α=0.05) is applied. However, the results showed significant statistical differences in the total degree of DER which are attributed to the interaction between gender and college variables when (α =0.01) is applied. Finally, the results showed a statistically significant positive correlative relationship between the SA degree and DER degree among (TTU) students when (α=0.05) is applied.

In conclusion, the study recommends the following: spreading awareness about emotions and emotional regulation among students by designing guiding programs, and conducting more studies about emotional regulation difficulties- specially lack of emotional recognition.

Key words:

Social Anxiety, Emotional Regulation, Difficulties of Emotional Regulation, Tafila Technical University (TTU) Students.

المقدّمة:

يَمُرّ الإنسان في مواقف متعدّدة؛ نتيجة تفاعله مع الآخرين، ومع أحداث الحياة المختلفة ممّا يخلق لديه أنماطاً متعدّدة من القلق، ويسعى الإنسان بفطرته إلى التّخلّص من ذلك باستخدام إستراتيجيات وأساليب متعدّدة، كي يحافظ على اتزانه الانفعاليّ، والنّفسيّ، والاجتمّاعيّ.

وتأخذ الانفعالات جانباً هامّاً في تشكيل الرّوابط الإنسانيّة، والّتي تُعدّ وسيلة اتصال مع الآخرين، ومصدراً من مصادر الألم، والسّعادة؛ فالانفعالات الإيجابية تُضفي شعور المتعة، والسّرور كالفرح والتّفاؤل، أمّا الانفعالات السّلبيّة، كالخوف، والحزن فتكون مؤلمة، قد تؤدي إلى اضطرابات مختلفة حسب مظاهرها، وشدّتها (أبو غزال، 2009)، حيث تختلط الانفعالات مع بعضها البعض مؤدية إلى أنماط انفعالية معقّدة، إلّا أنّه يمكن أن يُستدلّ بها من خلال السّلوك الظّاهر، بوصفها خبرةً شعوريّةً (خليفة، 2009). وعلى الرّغم من أنّ القلق يُعتبر جزءاً من الانفعالات الطّبيعيّة، والعامّة، والّذي يشكّل دافعاً لإنجاز الأنشطة الحياتيّة اليوميّة، ويساعد في مواجهة المواقف الصّعبة، إلا أنّ هناك حالاتٍ من القلق، تعتبر مرضية، وغير طبيعيّة؛ عندما تكون مصحوبة بأعراض نفسيّة، وجسديّة، وسلوكيّة، غير مبرّرة، كالخوف الشّديد، إذ تؤثّر على التّوازن العامّ للإنسان، وتمّنعه من مواصلة أداء مهامّه (السّرحان، والتّكريتيّ، والحباشنة، 2013).

كما تعتبر مرحلة الدّراسة الجامعيّة مرحلة فاصلة في حياة الفرد، إذ ينتقل من محيط عائلته، وأقران المدرسة إلى البيئة الجامعيّة ذات الطّابع الجديد، والمختلف، عن نظام المدرسة، وقد يشعر بالخجل، والتّوتر، والرّغبة في العُزلة الاجتمّاعيّة، ومن ثَمّ يؤثّر سلباً على نموّه الوجدانيّ، والاجتمّاعيّ وتقدّمه الدّراسيّ(البلاح، 2016)، وذلك لزيادة التّجارب الاجتمّاعيّة، والتفاعل مع الغرباء، ونقص الوضوح الانفعالي، والذي قد يؤثّر سلباً على نموّه الوجدانيّ، والاجتمّاعيّ، وتقدّمه الدّراسي. وقد يفقد الطّلبة الّذين يعانون من القلق الاجتمّاعيّ والتفاعل الجسديّ، أو النّفسيّ لمواقف التّعلّم، في حين أنّ القدرة على مراقبة، وتعديل التّواصل مع الزّملاء، والمعلمين قد تتشوّه بسبب المخاوف من التّقييم السّلبيّ (Topham and Russell, 2012)، ولكي يجتاز الطّالب هذه المرحلة بنجاح، وجب عليه الجدّ، والمثابرة، والقيام بالعديد من المتطلّبات الدّراسيّة، والاجتمّاعيّة، ولا تخلو هذه المرحلة من تعرّض طلاّب الجامعة لضغوط متعدّدة، وإحباطات مختلفة تعود إلى طبيعة المرحلة العمريّة، والدراسيّة تفرضها عليهم مطالب الحياة، والّتي تنعكس سلباً على صحتهم النّفسيّة، لذلك يجب على الطّالب الجامعيّ التّصديّ لهذه الضّغوط، وتلك الإحباطات ليكمل الطّريق في تحقيق أهدافه، وإثبات ذاته. ويمكن للطّالب مواجهة الضّغوط الّتي تواجهه عن طريق تنظيم انفعالاته، والّتي تعطي نتائج جيّدة، وإيجابيّة، إذا استخدم إستراتيجيّات التّنظيم الانفعاليّ المناسبة، كما أنّها تعكس الفروق الفرديّة بين الطّلبة في الاستجابة لعوامل التّهديد، والتّوتر، فهناك من يستجيب بطريقة إيجابية لظروفه، وهناك من تؤثّر فيه هذه الظّروف، وتنعكس عليه بشكل سلبيّ (Masten, 2001)؛ لذا بدا القلق حالة تتطلب الاهتمّام، والدّراسة، ووصف علاقته في الوصول إلى إستراتيجيّات تنظيم انفعالات الطّلاّب.

يُعرَف القلق بأنّه شعور عامّ بالضّيق، والتّوتر، مصحوب بتغيّرات جسديّة، وعصبيّة (بعشر وفضلي، 2017). أمّا القلق الاجتمّاعيّ، فهو خوف ملحوظ، وغير عقلانيّ، يظهر في عدد من الأحداث الاجتمّاعيّة، وبخاصّة الأحداث الّتي تتطلّب الفحص، والتّقييم من الآخرين، ويؤثّر على النّشاط العامّ لدى الفرد (الخمشيّ، والشّهراني، وبن شلهوب، 2016). ويُقصد به أيضاً: الخوف غير المبرّر من المواقف الاجتمّاعيّة، والّتي يشعر الفرد فيها بالضّيق، والرّغبة بالتّجنّب لاعتقاده أنّه تحت الأنظار، والتّقييم السّلبيّ (رضوان، 2001).

نظر علماء المدرسة السّلوكيّة للقلق على أنّه استجابة شرطيّة مكتسبة، ظهرت بعد اقتران مثير محايد لا علاقة له بالخوف عدّة مرّات مع مثير آخر، مثير طبيعيّ للخوف، إذ يصبح لدى الفرد مع مرور الوقت، ونسيان ظروف الاقتران شعور الخوف، كلّما تعرّض لذلك المثير الذّي كان محايداً (بلحسيني، 2011)، ويمكن للبيئة الأسريّة بحسب نظريّة العوامل الأسريّة أن تكون سبباً في القلق الاجتمّاعيّ من خلال التّنشئة السّلبيّة، مثل: الحماية الزّائدة الّتي تُضعف قدرة اكتساب الطّفل للمهارات الاجتمّاعيّة، والتّعامل مع المواقف الضّاغطة إضافة الى الجمود في التّعليمات السّلوكيّة لا سيّما كثرة النّواهي الّتي قد تؤدّي إلى تدنّي تقدير الذّات(رشدي، 2015). كما فّسر فرويد (Freued) القلق الاجتمّاعيّ بأنّها رغبات غير مرغوبة فشلت الأنا في كبتها بسبب إلحاحها على الظّهور، ومن ثَمّ زيادة الشّعور بالخوف، والذي يسقط لاحقاً على أي شيء، ويسعى لتجنّبه، والهرب منه (قولي، 2006). وأشار بولبي (Bowlby) إلى أهميّة علاقة الطّفل بأمّه، وأنّ خبرات الارتباط، تبدأ في مراحل الطّفولة الأولى، وتعمل هذه العلاقة نموذجاً أساسيّاً لعلاقاته القادمة. كما أشار إلى العلاقة بين الأمّ، والرّضيع والّتي تزيد قوّتها من خلال نظامين: سلوكيّات الارتباط عند الرّضيع كالتّشبّث، والرّضاعة، والذي يفيد في تنشيط الارتباط في حالة الخوف، أو بُعد الأمّ عنه، وسلوكيّات الاكتشاف: والّتي تظهر مع نموّ الطّفل الحركيّ، واكتشاف ما حوله، والّذي يفيد في محاولة الاكتشاف، والثّقة في تواجد أمّه (الكتّاني، 2004).

وتُعرَف الانفعالات بأنّها حالة شعوريّة معقّدة، تصحبها تغيّرات فسيولوجيّة، كضربات القلب، وإفراز الهرمونات، وقد تدفع لاستجابات سلوكيّة معيّنة (بني يونس، 2015). وتؤدّي الانفعالات وظائف متعددة في حياتنا، منها وظيفة تكيفيّة (كشعور الخوف الذي يُحفِز الطفل للهرب عند هجوم كلب)، كما تُعَد وسيلة اتصال، وطريقة للتعبير عن المشاعر، وما يصاحبها من تغيرات جسدية، وتعبيرات في الوجه (كالتّعبير عن الغضب والضيق في موقف مزعج)، كما أن لها دوراً فعّالاً في تشكيل العلاقات الاجتمّاعيّة، وتؤثر في المناخ النّفسيّ في البيئة المحيطة للإنسان، ولها دور رئيسي في التقييم الاجتمّاعيّ، وتقدير مدى نضج الآخرين في طريقة التعامل مع انفعالاتهم، والتّعبير عنها (أبو غزال، 2009). وقد تحوّل اهتمّام العلماء في مجال علم النفس، خلال العقدين الماضيين إلى البحث في مجال الانفعالات والوجدان، ودراسة العلاقات الحيوية للحالات الانفعالية، وتفسيرها والاستفادة منها في مجال العلاج المعرفي السلوكي (هوفمان، 2012).

والتّنظيم الانفعالي مصطلح يستخدم عمومًا لوصف قدرة الشخص على إدارة تجربة عاطفية والاستجابة لها بفعالية (Rolston and lloyd-richadson, 2014). ويقصد بتنظيم الانفعالات بأنها التغيرات المرتبطة بالانفعالات النشطة، وتكون في الانفعالات ذاتها كدرجته، أو في عمليات أخرى مثل الذاكرة.(السيد وفرج ويوسف وخليفة ومحمود، 2009).

وأوضحت الأبحاث بحسب موقعEmotion Regulation of Others and Self(EROS)(2012) بأننا قد نقوم بتنظيم انفعالاتنا من دون معرفتنا، وبشكل تلقائي، وأكدت على أن المشاعر معدية، مجرد الجلوس مقابل شخص ما، يمكن أن يتسبب في تحول مزاجنا إلى حالة الشخص الآخر، يحدث هذا لأننا نحاكي الآخرين دون وعي، والتغذية الراجعة من الوجه والجسم تحوِّل مزاجنا، ويبدو أننا قد نتأثر حتى بمشاعر الناس في شبكتنا الاجتمّاعيّة التي لا نملك معها سوى اتصال غير مباشر، وان كان التأثير صغيرا، كما أن لدى الناس طرقاً متعمدة في مقاومة ما يشعر به الآخرون.

ذَكَرَ جروس المشار اليه في عفانة (2018) عدة نظريات مفسرة لعملية التّنظيم الانفعالي، منها: نظرية التحليل النّفسيّ والتي تناولت تنظيم القلق بوصفه مشاعر سلبية ناتجة من علاقات الأنا والهو والأنا الأعلى، ويأخذ تنظيمها منحى التجنب ووقف الدافع المسبب للقلق؛ والنماذج المعرفية للتنظيم الانفعالي :حيث تشير إلى أن التّنظيم الانفعالي يعتمّد على نظام معقد، يشمل الإدراك والانتباه والذاكرة واتخاذ القرار، إضافة إلى دور الخبرات السابقة في تحديد استجابة الفرد الانفعالية. وأشارت النماذج إلى دور التقويم في تفسير الفرد لعلاقته مع المواقف المختلفة، وبحسب حاجاته ورغباته.كما

اعتبرت توزيع الانتباه في التّنظيم الانفعالي مؤشراً أساسياً، لمعالجة المعلومات للمثيرات الانفعالية المختلفة. أمّا نظرية الإجهاد والتعامل: فتقترح هذه النظرية إيجاد أساليب فعالة لإدارة الاستجابات الانفعالية في المواقف الضاغطة مع الاهتمّام بدور العمليات المعرفية في التعامل مع المواقف المختلفة .إضافةً إلى التأكيد على أسلوبي التعامل مع المشكلة، للبحث عن معلومات حول المشكلة، وأسلوب التعامل مع الانفعال، للتقليل من أثر الخبرات السلبي. كما أكدت نظرية جروس(Gross): على دور إستراتيجيات التّنظيم الانفعالي، وإمكانية التأثير في الاستجابات الانفعالية، والسيطرة عليها في خفضها أو زيادتها وطريقة الإفصاح عنها.

أوضح جروس وجون (Gross and John, 2003) أنواع إستراتيجيات التّنظيم الانفعالي وهي:

أولاً: إستراتيجية التركيز المسبق: وتعني الأساليب التي يتبناها الفرد في الاستجابة الانفعالية والتفاعل التام مع الحدث المثير فمثلاً؛ عند سماع الفرد شخصاً آخر يتحدث عنه بسوء يُقَيِم الحدث، وقد يحزن بدلاً من الغضب من كلامه، وتشمل هذه الإستراتيجية مجموعة من العمليات الأساسية، هي:

1- تحديد الموقف: الذي يُمهِد لظهور الاستجابة الانفعاليّة، الملائم إظهارها بما يتناسب مع الموقف

2- تعديل الموقف، ومحاولة استبداله، في مواقف تستجِر استجابة انفعاليّة إيجابيّة، مثل: ممارسة لعبة بعد عطلٍ في التّلفاز عند إذاعة البرنامج المفضّل.

3- توزيع الانتباه: إذ يمكن تركيز الانتباه إلى مواقف محددة دون غيرها، حيث يمكن إغماض العينين عند إطلاق الرّصاص.

4- التّغيّير الإدراكي: أي أنّ ظهور الانفعالات يتحدّد بحسب نوع الموقف المدْرَك.

5- تعديل الاستجابة: تشير إلى إمكانيّة التّغيير في الاستجابات الفسيولوجيّة، والسّلوكيّة، مثل: التمّرينات، والاسترخاء، والّتي تساهم في التّخفيف من آثار الانفعالات السّلبيّة.

ثانياً: إستراتيجية التّركيز على الاستجابة: وهي الأساليب الّتي يقوم بها الفرد أثناء التّفاعل، والاستجابة الانفعاليّة مع الحدث، مثل: اصطناع الابتسامة عند مقابلة شخصٍ، لا نحبّه في لقاء ما.

ويتمّثّل مفهوم صعوبات التّنظيم الانفعاليّ في عدم القدرة على استخدام الإستراتيجيات الصّحيّة بانتظام، لصرف، أو تخفيف المشاعر السّلبيّة، أو في بعض الأحيان يستخدم بعض النّاس إستراتيجيات غير صحية لتنظيم انفعالاتهم، لا سيّما الأفراد الّذين يعانون من تمّلُك المشاعر السّلبيّة عليهم، فمن المرجح أن تجعلهم يعتمّدون أساليب ضارّة، مثل: إيذاء الذّات المتعمّد.

إنّ تجربة المشاعر في حدّ ذاتها ليست ما يؤدي إلى الصّعوبات، بل تفسير، أو تحليل الانفعالات الّذي يميل إلى تصعيدها، والشّعور بعدم القدرة على تحمّلها، والّتي تسمّى "ا لدّورة الانفعاليّة الشّريرة "، إذ أنّ المشاعر، والأفكار، والسّلوكيّات مرتبطة ببعضها البعض (Rolston and lloyd-richadson, 2014).

أورد جراتس، ورومر (Gratz and Roemer, 2004) مجموعة من الأبعاد الرّئيسيّة حول صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، وهي: بعد عدم تقبل الرّدود الانفعاليّة، وبعد السّلوكيّات المرتبطة بسلوكيات بلوغ الهدف، وبعد صعوبات التّحكّم باندفاعاتي، وبعد نقص الوعي الانفعاليّ، وبعد الوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعاليّ، وبعد عدم وضوح الانفعال.

مشكلة الدّراسة

تعدّ الجامعة من الأماكن التي يتجمع فيها عدد كبير من الطلبة القادمين من بيئات ثقافية، ذات عادات، وتقاليد مختلفة، كما ويختلفون في طبيعة المشكلات التي يواجهونها فمنها: الإقتصادية، والاجتمّاعيّة، والشخصية. مما قد يؤثر تأثيراً كبيراً

على انفعالات الطلبة، وتوجهاتهم نحو الحياة الجامعيّة، كما أن المرحلة الجامعيّة تعتبر مرحلة هامة في حياة الطّالب فمنها يسعى لتحقيق أهدافه في الحياة، ويتحدد فيها شكل حياته المستقبلية، فهي أولى الخطوات نحو مستقبله المهني، وهذا قد يفرض على الطّالب التأقلم وتكوين صداقات جديدة، وكذلك إيجاد حلول لمشاكله معتمّدا على نفسه واتخاذ القرارات الخاصة به معتمّدا على نفسة، وكل ذلك يرتبط بقدرة الطّالب على التأقلم واستقراره النّفسيّ، والشعور بالانتمّاء والتّكيّف الاجتمّاعيّ، ولذلك على الطّالب أن يتفهم مشاعر القلق، والتوتر التي قد تحدث مع بداية الدّراسة الجامعيّة، وكذلك بناء علاقات اجتمّاعيّة خاصّة وأنّ الطّالب الجامعي يكون في نهاية مرحلة المراهقة وبداية مرحلة الشباب التي أشار لهما أريكسون في نظريته والتي يسعى فيهما الفرد إلى تكوين علاقات اجتمّاعيّة قويّة، إلاّ أنّ طلبة الجامعة، قد يواجهون صعوبات اجتمّاعيّة، ونفسيّة، قد تؤدّي إلى القلق، وعدم الاستقرار العاطفيّ، والّذي يؤثّر سلباً على تكيّفه مع بيئته الجامعيّة، ولأن الطّلبة يختلفون في الاستجابة للخبرات الانفعاليّة، وتتفاوت قدراتهم في التّعامل مع المواقف الضاغطة، كما يختلفون في مستوى التّنظيم الانفعالي بسبب عوامل الإجهاد، وتأثير الوالدين، والصدمات النّفسيّة، فإنّ الاستخدام النّاجح لإستراتيجيّات التّنظيم الانفعاليّ، يساهم في تحسين الصّحّة النّفسيّة لدى الفرد، كما أنّ الفشل فيها يؤدّي إلى القلق، أو إلى اضطرابات نفسيّة أخرى؛ لأنّه يمثّل مجموعة العمليّات الّتي يسلكها الفرد في التّعامل، وتحديد تأثير التّعبيرات الانفعاليّة لديه. لذا فإنّ التّنظيم الانفعالي، يعتبر عاملاً مؤثّراً في القلق.

وقد لاحظ الباحثان، وهما من جامعة الطّفيلة التّقنيّة أنّ هناك عدداً من الطّلبة، يقومون بالانتقال إلى جامعات أخرى، غير جامعة الطّفيلة التّقنيّة على الرّغم من توفّر كثير من التّسهيلات، مثل: المنح، والقروض، كما أنّ هناك عدداً من الطّلبة، يراجعون مركز الإرشاد النّفسيّ، والأكاديميّ في الجامعة بهدف الحصول على النّصح، والإرشاد، إذ أنّ هناك نسبةً منهم كانت مشاكلهم في سوء تكيّف مع البيئة الجامعيّة، الأمر الذي دفع الباحثين لإجراء هذا الدّراسة للتّعرف إلى مستوى القلق الاجتمّاعيّ وعلاقته بصعوبات التّنظيم الانفعالي لديهم.

أسئلة الدّراسة

جاءت هذه الدّراسة؛ لتجيب عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ما درجة القلق الاجتمّاعيّ لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة؟

السؤال الثاني: ما درجة صعوبات التّنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة(α =0.05) في درجة القلق الاجتمّاعيّ، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة تُعزى للنّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة؟

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة(α =0.05) في صعوبات التّنظيم الانفعالي، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، تُعزى للنوع الاجتمّاعيّ، والكليّة؟

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطيّه ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة(α =0.05) بين القلق الاجتمّاعيّ، وصعوبات التّنظيم الانفعالي، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة؟

أهداف الدّراسة

تهدف هذه الدّراسة إلى التّعرف على درجة القلق الاجتمّاعيّ، ودرجة صعوبات التّنظيم الانفعالي، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، وكذلك الكشف عن دلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة في كلّ من القلق الاجتمّاعيّ، وصعوبات

التّنظيم الانفعالي، تبعاً لمتغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة، وكذلك الكشف عن العلاقة بين القلق الاجتمّاعيّ، وصعوبات التّنظيم الانفعالي، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة.

أهمية الدّراسة

تكمن أهميّة هذه الدّراسة في التّعرّف إلى العلاقة بين القلق الاجتمّاعيّ، وصعوبات التّنظيم الانفعالي، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، كما يتوقّع أن تخدم صنّاع القرار في جامعة الطّفيلة التّقنيّة؛ لتحسين البيئة الاجتمّاعيّة للطّلبة، إضافةً إلى أنّها تُفيد الباحثين لإجراء مزيدٍ من الأبحاث ذات الصلة، وتساهم في وضع البرامج الوقائية والإرشاديّة للتعامل مع القلق بشكل عام والقلق الاجتمّاعيّ بشكل خاص، وكذلك صعوبات التّنظيم الانفعالي.

حدود الدّراسة

طبّقت الدّراسة على طلبة البكالوريوس في جامعة الطّفيلة التّقنيّة. خلال الفصل الدّراسي الثّاني للعام الدراسيّ 2019/2018

مصطلحات الدّراسة

القلق الاجتمّاعيّ

عرّفَ كل من كابالو، وسازلار، واریاس، وایروریتا، وكالديرو، وفريق (CISO) الأسباني القلق الاجتمّاعيّ أنّه خوف– يصفه الفرد على أنّه مفرط – ملحوظ، ومستمّر لواحد، أو أكثر من المواقف الاجتمّاعيّة، أو الأداء الاجتمّاعيّ، يتضمّن – غالباً – فرط الحساسيّة تجاه النّقد، أو التّقييم السّلبيّ، أو الرّفض من قبل الآخرين، ويؤدّي المستوى المرتفع من القلق – عادةً – إلى تجنّب النّاس.

ويُعرَف إجرائياً: الدّرجة الّتي يحصل عليها الفرد على مقياس القلق الاجتمّاعيّ، المُعَدّ لأغراض هذه الدّراسة.

صعوبات التّنظيم الانفعالي

عرّفَ جراتز، ورومر (Gratz and Roemer, 2004) صعوبات تنظيم الانفعاليّ، وهو عجز قدرة الفرد على فهم، وادراك انفعالاته، وتقبّلها، والعجز في القدرة على الحفاظ على التّوازن الانفعاليّ في علاقاته الانفعاليّة مع ذاته، والآخرين، وفقاً للأهداف المطلوبة أثناء الانفعالات السّلبيّة، وعدم قدرته على الاندماج في السّلوكيّات الموجّهة الهادفة عند مروره بالانفعالات السّلبيّة، وعجزه عن التّحكّم بعواطفه أثناء مواجهة أحداث التّوتر، والتّهديد.

ويُعرف إجرائيّاً بأنّها الدّرجة الّتي يحصل عليها الفرد على مقياس صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، المُعدّ لأغراض هذه الدّراسة.

الدّراسات السّابقة:

فيما يلي عرض لأبرز الدّراسات مرتّبة حسب تسلسلها الزّمني من الأقدم إلى الأحدث:

وفي دراسة فيردا وجامز واورهان ونيسم (Ferda,Gamze,Orhan and Nesim, (2004) والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى انتشار الرهاب الاجتمّاعيّ لدى الطلبة وعلاقته بتقدير الذات وصورة الجسم، وتكونت الدّراسة من (1003) طالب، تمّ اختيارهم بشكل عشوائيّ من جامعة الجمهورية التّركية، واتّبعت الدّراسة المنهج الوصفيّ الارتباطيّ، وتوصّلت نتائجها إلى أنّ معدل انتشار الرّهاب الاجتمّاعيّ بنسبة 6.9%، وأنّ الطّلبة ذوي تقدير الذّات المرتفع أقلّ رهاباً اجتمّاعياً، وأظهرت النّتائج أنّ الأشخاص الذين يعانون من الرّهاب الاجتمّاعيّ لديهم تقدير الذّات منخفض، وصورة الجسم مشوّهة لديهم.

وفي دراسة بنسينك (Bensink, 2006) التي كان هدفها التّعرّف إلى علاقة استخدام الإنترنت، وكلّ من الهويّة،والقلق لدى المراهقين، حيث تكوّنت عينة الدّراسة من (161) طالباً، وطالبة، تمّ اختيارهم بشكل عشوائيّ من المرحلة الثّانويّة، واستخدم الباحث المنهج الوصفيّ الارتباطي، وأظهرت النّتائج وجود علاقة ارتباطيّة موجبة ذات دلالة إحصائيّة بين القلق الاجتمّاعيّ، وإدمان الإنترنت، كما أظهرت النّتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة في القلق الاجتمّاعيّ تُعزى لمتغيّر الجنس، ولصالح الإناث.

وفي دراسة قاسم (2009) التي هدفت التعرف إلى القلق الاجتمّاعيّ وعلاقته بالصلابة النّفسيّة لدى طلبة جامعة بغداد، حيث تكونت عينة الدّراسة من (288) طالب وطالبة تمّ اختيارهم بشكل عشوائي، واتّبعت الدّراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وأشارت النّتائج إلى أن مستوى القلق الاجتمّاعيّ بين الطلاب جاء بدرجة مرتفعة، وأظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة في القلق الاجتمّاعيّ تُعزى لمتغيّر الجنس أو التخصص العلمي، كما أظهرت النّتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي، والصّلابة النّفسية.

أمّا دراسة آنّيتا، وكانديدو، وجوان، وجويس (Annetta,Candido,Juan and Joes, 2010) فهدفت إلى معرفة عوامل مقياس القلق الاجتمّاعيّ لدى المراهقين الإسبان، والفروق في الأوساط الحسابيّة حسب الجنس، والعمر، حيث تكوّنت عينة الدّراسة من (1570) مراهقاً إسبانياً تتراوح أعمارهم بين (14–17)، وتشكّل الفتيات (54%) منها، تمّ اختيارهم عشوائياً من جميع مناطق إسبانيا (شمال، وجنوب، وشرق، وغرب، ووسط إسبانيا، ومدينتي إليكانتي، ومورسيافي)، وأظهرت النّتائج أنّ الوسط الحسابي في قياس الإناث أكثر منه عند الذّكور في بعدين فرعيين، هما: الخوف من التّقييم السلبيّ، والتجنّب الاجتمّاعيّ، ونقل المتوسّطات الحسابيّة لمستوى القلق عند زيادة العمر.

كما هدفت دراسة الرّمادي (2012) التّعرّف إلى القلق الاجتمّاعيّ، وعلاقته ببعض اضطرابات الشّخصية، وتكوّنت عينة الدّراسة من (145) طالباً، وطالبة بجامعة الفيوم، واستخدم الباحث المنهج الوصفيّ الارتباطي في الدّراسة، وتوصّلت الدّراسة إلى أنّ الطّالبات أكثر قلقاً من الطلاّب، ووجود فروق ذات دلالة إحصائيّة موجبة في القلق الاجتمّاعيّ لصالح الطّالبات.

وهدفت سلوم (2015) في دراستها التعرف إلى مستويات استخدام إستراتيجيات التّنظيم الانفعالي وعلاقتها بمستوى حل المشكلات، ولدراسة هذه العلاقة بين المتغيّرات استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وكانت الدّراسة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية والجامعيّة في مدينة دمشق، والتي بلغَ عددها (1282)، حيث أظهرت النّتائج تنوعاً في الإستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة لتنظيم انفعالاتهم، أي إن المستوى السائد هو المستوى المتوسط في جميع الإستراتيجيات، وأظهرت وجود أثر منتظم لبعض الإستراتيجيات على حل المشكلات على عكس بعضها الآخر، في حين أن لمتغيّر النّوع الاجتمّاعيّ (الجنس) أثراً في إستراتيجيات تنظيم الانفعالي لصالح الإناث وفي حل المشكلات لصالح الذّكور، ويكن هناك أثراً دال احصائيا لمتغيّر المرحلة الدراسية في كل من إستراتيجيات التّنظيم الانفعالي وحل المشكلات.

هدفت دراسة الحمد، والعوهلي وحميدات (2016) إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى الرهاب الاجتمّاعيّ والتّكيّف النّفسيّ، والاجتمّاعيّ، لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنيّة في مرحلة البكالوريوس، إذ تكونت عينة الدّراسة من (180طالب) تمّ اختيارهم بطريقة عشوائيّة من مجتمّع الدّراسة، واتبعت الدّراسة المنهج الوصفيّ الارتباطيّ، وأشارت نتائجها إلى تدنّي مستوى الرّهاب الاجتمّاعيّ لدى الطلبة، حيث لديهم شعور مرتفع بالتّكيّف النّفسيّ والاجتمّاعيّ، وهناك

علاقة عكسية ذات دلالة إحصائيّة بين مستوى الرّهاب الاجتمّاعيّ، والتّكيّف النّفسيّ، والاجتمّاعيّ لدى الطّلبة السّعوديين في الجامعات الأردنيّة.

وهدفت دراسة بوسعيد (2016) التّعرّف إلى القدرة التنبؤيّة لكلّ من التّحكّم في الفكر، وتنظيم الانفعال كمنبّئات بظهور الاكتئاب، لدى عينة عددها (183) طالباً وطالبةً من جامعة قاصدي مرباح، ورقلة الجزائريّة، واستخدم المنهج الوصفيّ، وأظهرت النّتائج وجود قدرة تنبؤيّة، وعلاقة ارتباطية دالة إحصائياً لكلّ من التّحكّم في الفكر، وتنظيم الانفعال بظهور الاكتئاب، وأنّ تنظيم الانفعال أكثر قدرة تنبؤيّة من التّحكّم في الفكر بظهور الاكتئاب، إضافة إلى أنّه لا يمكن عزل تأثير كل من التّحكّم في الفكر، وتنظيم الانفعال بظهور الاكتئاب؛ لأنّ ذلك يُضعف العلاقة.

كما هدفت دراسة محاميد (2017) التّعرّف إلى أنماط التّعلّق السائدة، وعلاقتها بالتّنظيم الانفعالي وسلوك التنمر، استخدام الباحث المنهج الوصفيّ الارتباطيّ، وبلغت عينة الدّراسة (339) طالباً، وطالبةً من المرحلة الإعداديّة في مدارس منطقة، أمّ الفحم في الدّاخل الفلسطينيّ، تمّ اختيارهم بالطّريقة العشوائيّة الطّبقيّة من ذوي الفئة العمريّة (12–15) سنة. وأظهرت النّتائج ارتباط جميع أبعاد التّنمّر في بُعد عدم تقبل الاستجابات الانفعاليّة كما ارتبط مجالي التّنمّر الاجتمّاعيّ، وإتلاف الممتلكات ببعد عدم الوضوح الانفعاليّ كما أظهرت النّتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة في بعد صعوبات الانخراط في السّلوك الموجه بهدف، ولصالح الإناث، وأشارت النّتائج لوجود فروق ذات دلالة إحصائيّة في صعوبات التّنظيم الانفعالي، ولصالح الصّفّ الدّراسيّ المرتفع في صعوبات التّنظيم الانفعاليّ.

أمّا دراسة الرّفاعيّ، ومظلوم، والطّنطاويّ (2018)، فقد هدفت إلى الكشف عن طبيعة الفروق بين الذّكور، والإناث من طلاّب الجامعة في القلق الاجتمّاعيّ، وكذلك معرفة دلالة الفروق بين ذوي التّخصّص العلميّ، والأدبيّ في القلق الاجتمّاعيّ، وكذلك دلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة للقلق الاجتمّاعيّ باختلاف المستوى الدّراسي، والمستوى الاجتمّاعيّ، والاقتصاديّ، والثّقافيّ، وتكونت عينة البحث من (220) طالبًا، وطالبةً من طلاّب كليّة التّربية بجامعة بنها، من ذوي الفئة العمريّة (20 – 22) عاماً، وأظهرت نتائج الدّراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطَيْ درجات الذّكور، والإناث في القلق الاجتمّاعيّ، ولصالح الإناث، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسّط درجات طلاّب الجامعة ذوي التّخصّص العلميّ، وذوي التّخصّص الأدبي في القلق الاجتمّاعيّ، وعدم وجود فروق في القلق الاجتمّاعيّ، تُعزى إلى متغيّري السّنة الدّراسية (أولى – رابعة)، والمستوى الاجتمّاعيّ، والاقتصاديّ والثّقافيّ.

التعقيب على الدّراسات السّابقة

تتشابه الدّراسة الحاليّة مع عدد من الدّراسات السّابقة في منهجها، وهو الوصفي الارتباطي، مثل: دراسة الحمد، والعوهلي، وحميدات (2016)، ودراسة الرمادي (2012)، ودراسة آنّيتا، وكانديدو، وجوان، وجويس (Annetta,Candido,Juan and Joes, 2010)، ودراسة قاسم (2009)، ودراسة بينسيك (Bensik, 2006)، ودراسة فيدرا، وجامز، واورهان، ونيسم (Ferda,Gamze,Orhan and Nesim, 2004))

كما تتفّق الدّراسة الحاليّة مع بعض الدّراسات السّابقة في مجتمّع الدّراسة الّذي يشمل الطّلبة الجامعيين، مثل: دراسة الحمد، والعوهلي وحميدات (2016)، ودراسة بوسعيد (2016)، ودراسة الرّمادي (2012)، ودراسة قاسم (2009)، ودراسة فيدرا، وجامز واورهان، ونيسم (Ferda,Gamze,Orhan and Nesim, 2004)

وتميّزت الدّراسة عن الدّراسات السّابقة ببحث علاقة القلق الاجتمّاعيّ بصعوبات التّنظيم الانفعالي، إذ أنّ بعض الدّراسات السّابقة الّتي تناولت علاقة القلق الاجتمّاعيّ بمتغيّرات أخرى، مثل: التّكيّف النّفسيّ كدراسة (الحمد، والعوهلي، وحميدات،

2016)، والتّحصيل الدّراسيّ، واستخدام الإنترنت كدراسة (Bensink, 2006)، والصلابة النّفسيّة كدراسة (قاسم،2009)، أما الدراسات التي تناولت صعوبات التّنظيم الانفعالي فقد تناولت علاقته بأنماط التعلق كدراسة محاميد (2017)، أو الاكتئاب كدراسة بوسعيد (2016)، ومن ثمّ فإنّ هذه الدّراسة تفرّدت عن باقي الدّراسات في دراسة العلاقة بين القلق الاجتمّاعيّ بصعوبات التّنظيم الانفعالي. كما استفاد الباحثان من هذه الدّراسات في بناء أدوات الدّراسة الحاليّة.

الطريقة والإجراءات

منهجية الدّراسة: اعتمّدت الدّراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، لمناسبته أغراض هذه الدّراسة.

مجتمّع الدّراسة

تكوّن مجتمّع الدّراسة من جميع طلبة البكالوريوس في جامعة الطّفيلة التّقنيّة، والمسجّلين للفصل الدّراسي الثّاني من العام الجامعيّ 2019/2018، والبالغ عددهم (3998) طالباً، وطالبة، وذلك حسب إحصائيّة وحدة القبول، والتسجيل في الجامعة. ويوضّح الجدول (1) توزيع أفراد المجتمّع حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ (ذكر، أنثى)، والكليّة (علميّة، إنسانيّة)(وحدة القبول، والتّسجيل/جامعة الطّفيلة التّقنيّة، 2019).

جدول (1) توزيع أفراد مجتمّع الدّراسة حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة

النّوع الاجتمّاعيّ/الكليّة	عدد الذّكور	نسبة الذّكور	عدد الإناث	نسبة الإناث	المجموع	النّسبة %
علميّة	2024	%50.6	655	%16.4	2679	67
إنسانيّة	468	%11.7	851	%21.3	1319	33
المجموع	2492	%62.3	1506	%37.7	3998	100

يوضّح الجدول (1) توزّع أفراد مجتمّع الدّراسة حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة، حيث بلغ عدد الطلبة الذّكور في جامعة الطّفيلة التّقنيّة (2492) طالباً، يشكّلون ما نسبته 62.3% من مجتمّع الدّراسة، كما بلغ عدد الطّالبات الإناث (1506) طالبة، وبنسبة (37.7%) من مجتمّع الدّراسة، في حين بلغ عدد الطّلبة في الكليّات العلميّة (2679) طالباً، وطالبة، وبنسبة (67%) من مجتمّع الدّراسة، وبلغ عدد الطلبة في الكليّات الإنسانيّة (1319) طالباً، وطالبة، وبنسبه بلغت (33%) من مجتمّع الدّراسة.

عينة الدّراسة

تكوّنت عينة الدّراسة من (436) طالباً، وطالبة أي ما يعادل (10.9%) من مجتمّع الدّراسة، تمّ اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية، وتمّ استبعاد ستة عَشر استبانة؛ لعدم صلاحيّتها للتّحليل لتصبح العينة مكوّنة من (420) طالباً، وطالبة، شكلوا ما نسبته 10.5%من مجتمّع الدّراسة، والجدول (2) يوضّح توزيع أفراد العينة حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة.

جدول (2) توزيع أفراد عينة الدّراسة حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة

النّوع الاجتمّاعيّ/الكليّة	عدد الذّكور	نسبة الذّكور	عدد الإناث	نسبة الإناث	المجموع	النّسبة للمجموع
علميّة	215	%51.2	68	%16.2	283	%67.4
إنسانيّة	50	%11.9	87	%20.7	137	%32.6
المجموع	265	%63.1	155	%36.9	420	100

أداتا الدّراسة

قام الباحثان بتطوير أداتي الدّراسة من خلال الاطلاع على الأدب النّظري، ومراجعة الدّراسات السّابقة حول موضوع الدّراسة (القلق الاجتمّاعيّ، وعلاقته بصعوبات التّنظيم الانفعالي)؛ وتمّ اعتمّاد مقياس القلق الاجتمّاعيّ Anxiety

Social Questionnaire (SAQ) والمُعدّ من قِبل كابالو، وآخرون((Caballo and et al، 2010 والّذي تمّت ترجمته للّغة العربيّة من قِبل الباحثين، وتمّ استخدام مقياس آخر لقياس صعوبات التّنظيم الانفعالي Emotional Regulation Difficulties Questionnaire (DERS) والمُعد من قِبل جراتس، ورومر (Gratz and Roemer،2004) والّذي تمّت ترجمته للّغة العربيّة من قبل الباحثين، وقد استخدم تدرّج ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) في تدريج أداتي الدّراسة. وتمّ التّحقّق من صدقهما، وثباتهما كما يلي:

صدق أداتا الدّراسة:

تمّ تقييم درجة صدق الأداتين بعرضها بعد ترجمتها إلى اللّغة العربيّة على (6) محكّمين من المختصّين باللّغة الإنجليزيّة للتّأكّد من سلامة التّرجمة، وصحّة صياغة الفقرات، وبذلك تمّ إعداد المقياس بصورته الأوليّة، ثمّ تمّ عرضه على مجموعة من المحكمين، والمتّخصّصين في علم النّفس التّربويّ، والقياس، والتّقويم، والإدارة التّربويّة، من جامعة الطّفيلة التّقنيّة، والجامعة الهاشميّة، حيث بلغ عددهم (10) محكّمين، وتمّ الأخذ بآرائهم واقتراحاتهم، والإبقاء على الفقرات الّتي اتّفق عليها ما يزيد عن (80%) من المحكّمين، وتعديل صياغة بعض الفقرات، وحذف (6) فقرات؛ ليصبح المقياس بصورته النّهائيّة مكوّن من (23) فقرة، موزّعة على أربعة أبعاد، هي: التّحدّث في الأماكن العامّة، أو مع أشخاص ذوي سلطة (5) فقرات، والتّفاعل مع الغرباء (6) فقرات، والتّعبير الحازم عن الانزعاج (5) فقرات، والنّقد، والإحراج (7) فقرات.

أمّا صعوبات التّنظيم الانفعالي، فقد تمّ تعديل صياغة بعض الفقرات، وحذف (6) فقرات، وتكوّن المقياس بصورته النّهائية من (30) فقرة، موزّعة على ستّة أبعاد، هي: عدم تقبّل الرّدود الانفعاليّة (6) فقرات، والسّلوكيّات المرتبطة بسلوكيّات بلوغ الهدف(5) فقرات، وصعوبات التّحكّم في اندفاعاتي(6) فقرات، ونقص الوعي الانفعاليّ(6) فقرات، والوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعاليّ (8) فقرات، وعدم وضوح الانفعال (5) فقرات.

ثبات أداتي الدّراسة

تمّ التّحقّق من ثبات أداتي الدّراسة من خلال تطبيقها على عينة استطلاعية خارج عينة الدّراسة عددها (25) طالباً، وطالبة، تمّ اختيارهم بالطريقة العشوائيّة العنقوديّة، وباستخدام معامل ثبات كرونباخ ألفا، والجدول (3) يوضّح النّتائج

جدول(3) قيم معامل الثبات لكل من أداتي الدّراسة وكل بعد من أبعاد مقياس صعوبات التّنظيم الانفعالي، وكلّ بعد من أبعاد مقياس القلق الاجتمّاعيّ

مقياس صعوبات التّنظيم الانفعالي		مقياس القلق الاجتمّاعيّ	
الأبعاد	الثبات كرونباخ ألفا	الأبعاد	الثّبات كرونباخ ألفا
عدم تقبل الرّدود الانفعالية	0.86	التّحدّث في الأماكن العامّة مع أشخاص ذوي سلطة	0.87
السّلوكيّات المرتبطة بسلوكيّات بلوغ الهدف	0.86	التّفاعل مع الغرباء	0.84
صعوبة التّحكّم في اندفاعاتي	0.80	التّعبير الحازم عن الانزعاج	0.86
نقص الوعي الانفعالي	0.82	النّقد، والاحراج	0.89
الوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعالي	0.84	الأداة ككلّ	0.89
عدم وضوح الانفعال	0.91		
الأداة ككلّ	0.92		

يبيّن الجدول(3) أنّ درجة الثّبات لأداة صعوبات التّنظيم الانفعالي (0.92)، وتتراوح قيم الثّبات لأبعادها بين(0.80–0.91)، كما يبيّن الجدول أنّ درجة الثّبات لأداة القلق الاجتمّاعيّ (0.89)، وتتراوح قيم الثّبات لأبعادها بين(0.84–0.89) وتعتبر هذه القيم كافية لأغراض هذه الدّراسة.

إجراءات تطبيق الدّراسة

تمّ تنفيذ خطوات الدّراسة على النّحو الآتي:

1- بعد الاطلاع على الأدب النّظري، والدراسات السّابقة حول موضوع الدّراسة (القلق الاجتمّاعيّ، وعلاقته بصعوبات التّنظيم الانفعاليّ)، تمّ تطوير أداتي الدّراسة.

2- تمّ أخذ الموافقات الرّسميّة من الجهات المختصّة؛ لتطبيق الدّراسة على مجتمّع الدّراسة.

ثمّ بعد ذلك، تمّ التّحقّق من الخصائص السّيكومتريّة (الصّدق، والثّبات) لأداتي الدّراسة، ثمّ تمّ تطبيق الأداة على عينة الدّراسة، وإدخال المعلومات إلى ذاكرة الحاسوب، وتمّ الإجابة على أسئلة الدّراسة. وقد تمّ تقدير الدّرجات على الفقرات (دائما =5، غالباً =4، أحياناً =3، نادراً =2، أبداً =1)، مع عكس هذا التّدرّج للفقرات السّلبيّة، وتمّ استخدام المعيار الآتي في الحكم على درجة الفقرات:

- إذا كان الوسط الحسابيّ للفقرة أقل من، أو يساوي (2.33) تكون درجة الفقرة منخفضة.
- إذا كان الوسط الحسابيّ للفقرة محصور بين (2.34–3.67) تكون درجة الفقرة متوسّطة.
- إذا كان الوسط الحسابيّ للفقرة أقل من، أو يساوي (3.68) تكون درجة الفقرة مرتفعة.

3- استخراج النّتائج، ومناقشتها.

4- صياغة التّوصيات.

المعالجات الإحصائيّة

1- للإجابة عن السّؤال الأوّل، والثّاني، تمّ استخدام المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة.

2- للإجابة عن السّؤال الثّالث، والرّابع، تمّ استخدام تحليل التّباين الثّنائي(ANOVA)، وتحليل التّباين المتعدّد.(MANOVA).

3- للإجابة عن السّؤال الخامس، تمّ استخدام معامل الارتباط بيرسون.

عرض النّتائج

تمّ عرض نتائج الدّراسة مرتبة حسب تسلسل أسئلتها كما يلي:

النّتائج المتعلّقة بالإجابة عن السّؤال الأوّل

للإجابة عن سؤال الدّراسة الأوّل:" ما درجة القلق الاجتمّاعيّ لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة؟" تمّ حساب المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة، والرّتبة، والدّرجة لكلّ بعد من أبعاد مقياس القلق الاجتمّاعيّ، والدّرجة الكليّة، والجدول (4) يبيّن هذه النّتائج.

جدول (4) المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة، والرّتبة، والدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ وأبعاده

الأبعاد	المتوسّط الحسابيّ	الانحراف المعياريّ	الرّتبة	الدّرجة
التّفاعل مع الغرباء	3.55	0.86	1	متوسّطة
التّعبير عن الانزعاج أو الاستياء	3.18	0.84	2	متوسّطة
التّحدّث في الأماكن العامّة /أو مع أشخاص ذوي سلطة	3.05	0.77	3	متوسّطة
النّقد، والإحراج	2.50	0.80	4	متوسّطة
الدّرجة الكليّة (للقلق الاجتمّاعيّ)	3.04	0.56	-	متوسّطة

يبيّن الجدول (4) أن الدّرجة الكليّة القلق الاجتمّاعيّ لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة جاءت متوسّطة، كما جاءت جميع أبعاد القلق الاجتمّاعيّ بدرجة متوسّطة، وقد تُعزى هذه النتيجة إلى طبيعة التّنشئة الاجتمّاعيّة، وثقافة الوالدين الّتي تشجّع الأبناء على الانخراط بأقرانهم الطّلبة، والمشاركة في المواقف الاجتمّاعيّة المختلفة، والتّوجّه نحو الجماعة، كما أنّ هذه المرحلة تتطلّب من الفرد الانخراط في الجماعات، والانتمّاء لها؛ ولأنّ معظم الطّلبة هم من خارج المحافظة، فهذا قد يفسّر شعور الطّلبة بالقلق الاجتمّاعيّ، والناتج عن اللّقاء بأفراد من ثقافات مختلفة، ومناطق متعدّدة، الأمر الّذي يفرض على الطّالب القلق، والخوف من بناء العلاقات الاجتمّاعيّة، وهذا يتّفق مع كيلي (Kelly, 2006) الّذي أشار أنّ كثيراً من طلبة الجامعة، يواجهون مشكلات تتعلّق بالجانب الاجتمّاعيّ، والأكاديميّ، والشّخصيّ، كما أنّ هذه النّتيجة منطقيّة لنتيجة السّؤال الثّاني الّتي أشارت إلى شعور الطّلبة بصعوبات في التّنظيم الانفعاليّ، وهذا ينعكس سلباً على تكيّفهم الاجتمّاعيّ، ممّا يشعرهم بمستوى من القلق الاجتمّاعيّ، وقد اتّفقت هذه النّتيجة مع نتائج دراسة " أبو حميدان "(2010)، واختلفت مع نتائج دراسة الرّيماويّ (2014).

كما يبيّن الجدول أنّ بعد التّفاعل مع الغرباء جاء بالمرتبة الأولى بمتوسّط حسابي (3.55)، وانحراف معياريّ (0.86)، وبالمرتبة الثّانية جاء بعد التّعبير عن الانزعاج، أو الاستياء بمتوسّط حسابيّ (3.18)، وانحراف معياريّ (0.84)، وقد تُعزى هذه النّتيجة إلى أنّ الطّلبة أكثر انتقائية في اختيار المعارف، والأصدقاء، وأنّ الّتفاعل، والالتقاء بأصدقاء يتطلّب الكلام، والحديث، ويحتاج إلى محادثات مستمّرّة لإكتساب علاقات اجتمّاعيّة جديدة، ووضع الخطط معهم، كما أنّ الطّبيعة النّفسيّة لهذه المرحلة التي تتطلّب من الفرد الشّعور بالانتمّاء للجماعات في بيئة اجتمّاعيّة جديدة وبخاصّة أنّ معظم طلبة الجامعة، هم من مختلف محافظات المملكة الأردنيّة (شريم، 2009).

كما احتلّ بعد النّقد، والإحراج المرتبة الأخيرة، بمتوسّط حسابيّ (2.50)، وانحراف معياريّ (0.80). وقد تُعزى هذه النّتيجة إلى طبيعة البيئة الجامعيّة الّتي تُهذّب سلوك الطّالب، وتركّز على العلاقات القائمة على أساس الاحترام المتبادل بين الطّلبة مع بعضهم البعض، وكذلك بين المدرّسين، وطلبتهم، كما أنّ الغالبيّة العظمى من الطّلبة، هم من أبناء الدّين الإسلامي الّذي يحرّم على المنتمّين له السّخرية، ونقد الآخرين، وإنّما يركّز على النّصح، والموعظة الحسنة. وتتّفق هذه النّتائج مع نتائج دراسة الرّقاد (2017).

النّتائج المتعلّقة بالإجابة عن السّؤال الثّاني

للإجابة عن سؤال الدّراسة الثّاني: "ما درجة صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة؟" تمّ استخدام المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة للدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ، وابعاده، والجدول (5) يبيّن قيم المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة، والرّتبة، والدّرجة لأبعاد مقياس صعوبات التّنظيم الانفعاليّ.

جدول (5) المتوسّط الحسابي، والانحراف المعياري، والرّتبة، والدّرجة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ وأبعاده.

الأبعاد	المتوسّط الحسابيّ	الانحراف المعياريّ	الرّتبة	الدّرجة
نقص الوعي الانفعاليّ	3.41	0.88	1	متوسّطة
عدم وضوح الانفعال	3.28	0.89	2	متوسّطة
عدم تقبّل الرّدود الانفعاليّة	3.07	1.07	3	متوسّطة
الوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعاليّ	3.01	0.77	4	متوسّطة
صعوبات التّحكّم في اندفاعاتي	2.85	0.89	5	متوسّطة
السّلوكيّات المرتبطة بسلوكيّات بلوغ الهدف	2.83	0.92	6	متوسّطة
الدّرجة الكليّة(صعوبات التّنظيم الانفعاليّ)	3.06	0.65	-	متوسّطة

يبيّن الجدول (5) أنّ الدّرجة الكليّة لمقياس صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، لدى طلبة جامعة الطفيلة، جاءت بدرجة متوسّطة، كما جاءت جميع أبعاد صعوبات التّنظيم الانفعاليّ بدرجة متوسّطة، فاحتلّ بعد " نقص الوعي الانفعالي " المرتبة الأولى بمتوسّط حسابيّ (3.41)، وانحراف معياريّ (0.88)، وفي المرتبة الثانية، جاء بعد " عدم وضوح الانفعال " بمتوسّط حسابيّ (3.28)، وانحراف معياريّ (0.89)، وفي المرتبة الأخيرة، جاء بعد " السّلوكيّات المرتبطة بسلوكيّات بلوغ الهدف " بمتوسّط حسابيّ (2.83)، وانحراف معياريّ (0.92).

وتُعزى هذه النّتيجة إلى أنّ الحياة الجامعيّة، تفرض العديد من التّغيّرات الانفعاليّة، الّتي تدفع الطّلبة إلى تجريب إستراتيجيات متعدّدة لتنظيم الانفعالات، والتّعامل معها (Webb and Miles and Sheeran, 2012) (Gross and Thompson, 2007) مثل إستخدام إستراتيجيات إعادة التقييم، وحلّ المشكلات، وترتبط تلك الإستراتيجيات بتعزيز الأداء الاجتمّاعيّ، والصّحّة النّفسيّة، وتحسين الجانب الأكاديميّ (Gross and John, 2003) وهذا يتّفق مع (Gratz and Roemer, 2004) اللذين أشارا إلى أنّ المراهقين يعانون من صعوبات في التّنظيم الانفعالي، ومن ثَمَّ يؤثّر على تكيّفهم الاجتمّاعيّ، كما أنّ البيئة الجامعيّة التي تتطلّب تغييراً في أنماط التّدريس، وطبيعة العلاقات الاجتمّاعيّة، والتّنوّع الاقتصاديّ، والثّقافيّ في البيئة الجامعيّة، والذي يحتاج من الطّالب التّفاعل، والتّكيّف معها، وبخاصّة أنّ الطّلبة لديهم مشكلة في الوعي الانفعاليّ، وكيفيّة تنظيمها، وتقبّل انفعالاته. وقد جاءت النّتيجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ بدرجة متوسّطة منسجمة مع النّتيجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ الّتي جاءت بدرجة متوسّطة ومن ثَمَّ فإنّ درجة صعوبات التّنظيم الانفعاليّ المتوسّطة قد انعكس تأثيرها على القلق الاجتمّاعيّ.

كما أظهرت النّتائج أنّ بعد نقص الوعي الانفعالي جاء في المرتبة الأولى، وبعد السّلوكيات المرتبطة بسلوكيّات بلوغ الهدف جاء في المرتبة الأخيرة، وقد تُعزى هذه النّتائج إلى أنّ طلبة الجامعة، هم في نهاية مرحلة المراهقة، وبداية مرحلة الشّباب الّتي تتميّز بأنّها مرحلة انفعالية تتّسم بعدم السّيطرة على الانفعالات، وتذبذبها (شريم، 2009)، الأمر الذّي يدفع الفرد في هذه المرحلة إلى إظهار مشاعر سلبيّة اتّجاه ذاته للشّعور بالضّيق، والعصبيّة، وافتقاد الرّغبة في التّواصل، أو المشاركة في الأنشطة المختلفة، ممّا يعكس عدم وعي الفرد بانفعالاته، وصعوبة السّيطرة عليها.

النّتائج المتعلقة بالإجابة عن السّؤال الثّالث

للإجابة عن سؤال الدّراسة الثّالث: " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة (α =0.05) في درجة القلق الاجتمّاعيّ لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة تُعزى للنّوع الاجتمّاعيّ والكليّة؟" فقد تمّ استخدام المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة، وتحليل التّباين الثّنائي (2-Way ANOVA) K للتّعرّف على دلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة للدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، وتحليل التّباين المتعدّد (MANOVA) للتّعرّف على دلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد القلق الاجتمّاعيّ حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة، الجدول (6) يبيّن المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة للدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، وأبعاده تبعاً لمتغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة.

جدول (6) المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة لدرجة القلق الاجتمّاعيّ، وأبعاده حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة

الكليّة	البعد	النّوع الاجتمّاعيّ					
		ذكور		إناث		المجموع	
		متوسّط حسابيّ	**إنحراف معياريّ**	**متوسّط حسابيّ**	**إنحراف معياريّ**	**متوسّط حسابيّ**	**إنحراف معياريّ**
علميّة	التّحدّث في الأماكن العامّة /أو مع أشخاص ذوي سلطة	3.10	0.56	2.97	0.55	3.07	0.56
	التفاعل مع الغرباء	3.55	0.82	3.53	0.95	3.55	0.85
	التّعبير عن الانزعاج، أو الاستياء	3.21	0.82	3.14	0.85	3.19	0.82
	النّقد، والإحراج	2.60	0.83	2.44	0.84	2.56	0.83
	الدّرجة الكليّة	3.10	0.56	2.97	0.55	3.07	0.56

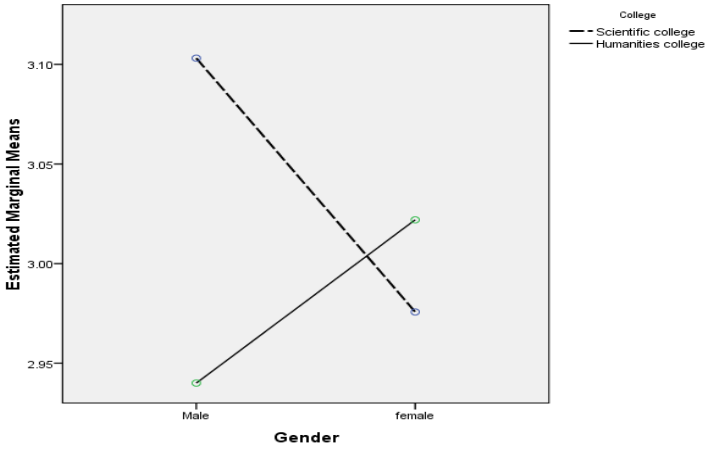
إنسانيّة	**التّحدّث في الأماكن العامّة، /أو مع أشخاص ذوي سلطة**	3.02	0.89	2.97	0.70	2.99	0.77
	التّفاعل مع الغرباء	3.44	1.07	3.52	0.95	3.57	0.85
	التّعبير عن الانزعاج، أو الاستياء	3.00	0.96	3.14	0.85	3.19	0.82
	النّقد، والإحراج	2.39	0.78	2.44	0.84	2.56	0.83
	الدّرجة الكليّة	2.94	0.66	2.97	0.55	3.07	0.56
المجموع	**التّحدّث في الأماكن العامة، /أو مع أشخاص ذوي سلطة**	3.11	0.79	2.93	0.74	3.05	0.77
	التّفاعل مع الغرباء	3.53	0.87	3.59	0.85	3.55	0.86
	التّعبير عن الانزعاج، أو الاستياء	3.17	0.85	3.21	0.83	3.18	0.84
	النّقد، والإحراج	2.56	0.82	2.39	0.76	2.50	0.80
	الدّرجة الكليّة	3.07	0.59	3.00	0.50	3.04	0.56

يبيّن الجدول(6) بأنّه توجد فروقٌ ظاهريةٌ في المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة في الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، وأبعاده تبعاً لمتغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة، ولبيان دلالة الفروق الإحصائيّة بين المتوسّطات الحسابيّة في الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، تمّ استخدام تحليل التّباين الثّنائي (2-Way ANOVA)، والجدول (7) يبيّن النّتائج:

جدول (7) تحليل التّباين الثّنائيّ لدلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة للدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحريّة	متوسّط المربّعات	قيمة ف	مستوى الدّلالة
النّوع الاجتمّاعيّ	0.041	1	0.041	0.129	0.72
الكليّة	0.26	1	0.26	0.85	0.36
النّوع الاجتمّاعيّ * الكليّة	0.86	1	0.86	2.73	0.099
الخطأ	130.99	416	0.31		
المجموع	4030.149	420			
المجموع المصحّح	132.641	419			

يتبيّن من جدول (7) أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، تُعزى للنّوع الاجتمّاعيّ؛ حيث بلغت قيمة ف (0.129) وهي قيمة غير دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، كما يبيّن أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، تُعزى للكليّة، حيث بلغت قيمة ف (0.85) وهي قيمة غير دالّة احصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، كما أظهرت النّتائج أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، تُعزى لتّفاعل النّوع الاجتمّاعيّ مع الكليّة، حيث بلغت قيمة ف (0.56) وهي قيمة غير دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، والشّكل البيانيّ التّالي، يبيّن نتائج التّفاعل.



الشّكل (1) نتائج دلالة الفروق في القلق الاجتماعيّ، حسب تفاعل متغيّري النّوع الاجتماعيّ مع الكليّة.

كما تمّ استخدام تحليل التّباين المتعدّد((MANOV) للتّعرّف إلى دلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة في أبعاد القلق الاجتماعيّ، حسب متغيّري النّوع الاجتماعيّ، والكليّة، والجدول (8) يبيّن النّتائج.

جدول (8) تحليل التّباين المتعدّد لدلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد للقلق الاجتماعيّ، حسب متغيّري النّوع الاجتماعيّ، والكليّة.

المصدر	الاختبار	قيمة الاختبار	قيمة ف	درجات الحريّة الافتراضيّة	مستوى الدّلالة
النّوع الاجتماعيّ	هوتلنج	0.023	2.38	4	0.051
الكليّة	هوتلنج	0.007	0.69	4	0.596
النّوع الاجتماعيّ * الكليّة	ولكس لمبدا	0.996	0.79	4	0.527

يتبيّن من الجدول (8) أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد القلق الاجتماعيّ مجتمّعة، تُعزى لكلّ من النّوع الاجتماعيّ؛ حيث بلغت قيمة اختبار هوتلنج (0.023)، وهي قيمة غير دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، كما لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائيّة في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد القلق الاجتماعيّ مجتمّعة، تُعزى للكليّة، حيث بلغت قيمة اختبار هوتلنج (0.007) وهي قيمة غير دالةّ إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، كما أظهرت النّتائج أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد القلق الاجتماعيّ مجتمّعة، تُعزى لتفاعل النّوع الاجتماعيّ مع الكليّة، حيث بلغت قيمة اختبار ولكس لمبدا (0.996) وهي قيمة غير دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05).

وقد تُعزى هذه النّتيجة إلى أنّ ظاهرة القلق الاجتماعيّ، لا تقتصر على نوع اجتماعي دون آخر، أو كليّة دون أخرى، لا سيّما أنّ الطلبة ذكوراً وإناثاً يعيشون ظروفاً مشتركة في الجامعة التي ينتمّون لها، ومن الفئة العمرية نفسها، والتي تكون متطلّباتها النّفسيّة واحده للجنسين، وبغض النّظر عن كلية الطّالب، وتتّفق هذه النّتائج مع دراسة عسيري(2017)، الّتي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة في الدّرجة الكليّة للقلق الاجتماعيّ، وأبعاده تُعزى للكليّة، كما اتّفقت النّتائج مع نتيجة دراسة الرّيماويّ(2014)، ونتيجة دراسة " أبو حميدان "(2010)، واختلفت مع نتيجة دراسة الرّماديّ (2012).

النّتائج المتعلّقة بالسّؤال الرّابع

للإجابة عن سؤال الدّراسة الرّابع:" هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة (α = 0.05) في صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة، تُعزى للنّوع الاجتماعيّ، والكليّة؟" تمّ استخراج المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة لصعوبات التّنظيم الانفعالي، وأبعاده لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة حسب متغيّري النّوع الاجتماعيّ، والكليّة، والجدول (9) يبين ذلك.

جدول (9) المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة لدرجة صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، وأبعاده حسب متغيّري النّوع الاجتماعيّ، والكليّة.

الكليّة	البعد	النّوع الاجتماعيّ					
		ذكور		إناث		المجموع	
		متوسّط حسابيّ	**انحراف معياريّ**	**متوسط حسابيّ**	**انحراف معياريّ**	**متوسّط حسابيّ**	**انحراف معياريّ**
علمية	عدم تقبّل الرّدود الانفعاليّة	3.15	1.05	2.97	1.07	3.11	1.06
	السّلوكيات المرتبطة بسلوكيات بلوغ الهدف	2.89	0.88	2.78	0.95	2.83	0.90
	صعوبات بالتّحكّم في اندفاعاتي	2.91	0.85	2.75	0.98	2.80	0.88
	نقص الوعي الانفعاليّ	3.40	0.82	3.40	0.97	3.53	0.86
	الوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعاليّ	3.06	0.74	2.91	0.76	2.97	0.75
	عدم وضوح الانفعال	3.29	0.89	3.23	0.84	3.27	0.88

	الدّرجة الكليّة	3.11	0.63	2.98	0.69	3.07	0.64
إنسانية	عدم تقبّل الرّدود الانفعاليّة	2.92	1.17	3.05	1.06	3.00	1.10
	السّلوكيات المرتبطة بسلوكيّات بلوغ الهدف	2.61	1.01	2.87	0.94	2.77	0.97
	صعوبات بالتّحكّم في اندفاعاتي	2.79	0.94	2.84	0.88	2.82	0.90
	نقص الوعي الانفعالي	3.12	0.99	3.62	0.82	3.44	0.92
	الوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعالي	2.95	0.91	3.02	0.77	2.99	0.82
	عدم وضوح الانفعال	3.24	1.05	3.34	0.85	3.30	0.93
	الدّرجة الكليّة	2.92	0.77	3.10	0.60	3.03	0.67
المجموع	عدم تقبل الرّدود الانفعالية	3.11	1.07	3.01	1.06	3.07	1.07
	السلوكيات المرتبطة بسلوكيات بلوغ الهدف	2.84	0.91	2.83	0.94	2.83	0.92
	صعوبات بالتّحكّم في اندفاعاتي	2.89	0.87	2.80	0.92	2.85	0.89
	نقص الوعي الانفعالي	3.35	0.86	3.03	0.89	3.41	0.88
	الوصول المحدود إلى إستراتيجيّات التّنظيم الانفعاليّ	3.04	0.78	2.97	0.77	3.01	0.77
	عدم وضوح الانفعال	3.28	1.05	3.29	0.85	3.28	0.89
	الدّرجة الكليّة	3.07	0.77	3.05	0.64	3.06	0.65

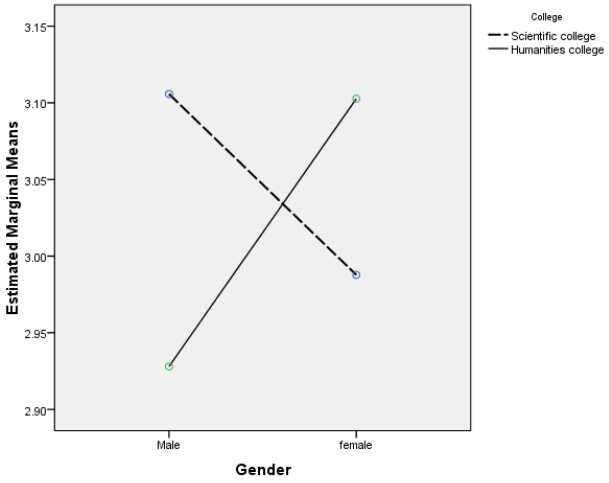
يبين الجدول (9)، وجود فروقٍ ظاهريةٍ في المتوسّطات الحسابيّة، والانحرافات المعياريّة في الدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ، وأبعاده لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة تبعاً لمتغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة.

ولبيان دلالة الفروق الإحصائيّة بين المتوسّطات الحسابيّة للدرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعالي تمّ استخدام تحليل التباين الثنائي (2-Way ANOVA)، والجدول (10) يبين النّتائج.

جدول (10): تحليل التّباين الثّنائيّ لدلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة للدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدّلالة
النّوع الاجتمّاعيّ	0.06	1	0.06	0.14	0.701
الكليّة	0.07	1	0.07	0.18	0.671
النّوع الاجتمّاعيّ * الكليّة	1.68	1	1.68	3.92	*0.048
الخطأ	178.575	416	0.42		
المجموع	4125.566	420			
المجموع المصحح	180.400	419			

يتبين من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة في المتوسّطات الحسابيّة للدرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعالي، تُعزى لتفاعل النّوع الاجتمّاعيّ مع الكليّة حيث بلغت قيمة (ف=3.92)، وهي قيمة دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α = 0.05)، وتُعزى هذه الفروق لصالح الذّكور في الكليّات العلميّة، حيث بلغ متوسّطهم الحسابيّ (3.11)، وبانحراف معياريّ(0.63)، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائيّة، تُعزى للنّوع الاجتمّاعيّ حيث بلغت قيمة (ف = 0.14)، وهي قيمة غير دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α = 0.05)، كما لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائيّة، تُعزى للكليّة، حيث بلغت قيمة (ف=0.18)، وهي قيمة غير دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α = 0.05) والشّكل البيانيّ (2) التّالي يبيّن نتائج التّفاعل.



الشكل (2) نتائج دلالة الفروق في صعوبات التّنظيم الانفعالي حسب تفاعل متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ مع الكليّة

كما تمّ استخدام تحليل التباين المتعدّد(MANOVA) للتّعرّف إلى دلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة في أبعاد صعوبات التّنظيم الانفعاليّ حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة، والجدول (11) يبين النّتائج.

جدول (11): تحليل التّباين المتعدّد لدلالة الفروق في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد صعوبات التّنظيم الانفعاليّ حسب متغيّري النّوع الاجتمّاعيّ، والكليّة.

المصدر	الإختبار	قيمة الاختبار	قيمة ف	درجات الحرية الافتراضية	مستوى الدّلالة
النّوع الاجتمّاعيّ	هوتلنج	0.029	2.00	6	0.064
الكليّة	هوتلنج	0.004	2.88	6	0.942
النّوع الاجتمّاعيّ * الكليّة	ولكس لمبدا	0.980	1.42	6	0.202

يتبين من الجدول (11) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد صعوبات القلق الانفعالي مجتمّعة تُعزى للنوع الاجتمّاعيّ؛ حيث بلغت قيمة إختبار هوتلنج (0.029) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد القلق الاجتمّاعيّ مجتمّعة تُعزى للكلية، حيث بلغت قيمة إختبار هوتلنج (0.004) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدّلالة (α = 0.05)، كما أظهرت النّتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة في المتوسّطات الحسابيّة لأبعاد القلق الاجتمّاعيّ مجتمّعة تُعزى لتفاعل النّوع الاجتمّاعيّ مع الكليّة حيث بلغت قيمة اختبار ولكس لمبدا (0.980) وهي قيمة غير دالة احصائياً عند مستوى الدّلالة (α=0.05).

وقد تُعزى نتيجة الفروق في الدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعالي والتي جاءت لصالح الذّكور في الكليّات العلميّة، إلى طبيعة الخبرات المتعلقة بالمساقات التعليمية التي تتطلب من الطلبة إنجاز تجارب ومهمات أكثر تعقيداً من المهمات الإنسانية والتي تتطلب تركيز انتباه عالي وضرورة انجاز هذه المهمات مما يجعل الطلبة تحت الضغط النّفسيّ والتوتر وهذا يجعل الطلبة يشعرون بصعوبة تنظيم انفعالاتهم خاصّة، وأنّ الجامعة هي جامعة تقنيّة، تركّز على التّخصّصات التّقنيّة ذات متطلّبات أكاديميّة كثيرة، ومعقّدة بالنّسبة للطّلبة، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائيّة لصالح الإناث في الكليّات العلميّة، على الرّغم من تشابه الخبرات المتعلّقة بالمساقات التّعليميّة؛ وذلك لأنّ الإناث تميل أكثر من الذّكور إلى تنظيم انفعالاتهنّ في سياق علاقات اجتمّاعيّة، وثيقة (Neumann and Koot, 2010).

النّتائج المتعلّقة بالإجابة عن السّؤال الخامس

للإجابة عن سؤال الدّراسة الخامس: " هل توجد علاقة ارتباطيّة ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة(α =0.05) بين القلق الاجتمّاعيّ، وصعوبات التّنظيم الانفعاليّ، لدى طلبة جامعة الطّفيلة التّقنيّة؟" تمّ حساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين القلق الاجتمّاعيّ، ودرجة صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، والجدول (12) يبين النّتائج.

جدول (12) معاملات الارتباط بين الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، وأبعاده الدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعالي وأبعاده

صعوبات التّنظيم الانفعالي							
أبعاد القلق الاجتمّاعيّ	عدم تقبّل الرّدود الانفعالية	**السّلوكيّات** المرتبطة بسلوكيّات بلوغ الهدف	صعوبات بالتّحكّم في إندفاعاتي	نقص الوعي الانفعاليّ	الوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعاليّ	عدم وضوح الانفعال	الدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ
التّحدّث في الأماكن العامّة /أو مع أشخاص ذوي سلطة	0.120*	0.093	0.180**	0.023	0.208**	0. 230**	0.243**
التّفاعل مع الغرباء	0.112*	0.085	0.181**	0.302**	0.158**	0.249**	0.242**
التّعبير عن الانزعاج أو الاستياء	0.155**	0.157**	0.235**	0.363**	0.282**	0.271**	0.335**
النّقد، والإحراج	0.302**	0.355**	0.298**	0.161**	0.358**	0.196**	0.390**
الدّرجة الكليّة **(للقلق الاجتمّاعيّ)**	0.264**	0.269**	0.335**	0.382**	0.375**	0.322**	0.451**

** دالة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.01) *دالة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة ((α=0.05

يبيّن الجدول(12) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائيّة بين الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، والدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ، إذ بلغت (0.451)، وهي دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.01)، ويوضح الجدول أعلى معامل ارتباط كان بين الدّرجة الكليّة للقلق الاجتمّاعيّ، وبعد نقص الوعي الانفعاليّ (0.382) وهي قيمة دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، فيما ارتبط بعد التّحدّث في الأماكن العامة، /أو مع أشخاص ذوي سلطة بأعلى معامل ارتباط مع بعد عدم وضوح الانفعال بلغ (0.230)، وهي قيمة دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، وارتبط بعد التّفاعل مع الغرباء مع بعد نقص الوعي الانفعاليّ بأعلى معامل ارتباط بلغ (0.302)، وهي قيمة دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، كما ارتبط بعد التّعبير عن الانزعاج، أو الاستياء وبعد نقص الوعي الانفعاليّ بأعلى معامل ارتباط بلغ (0.363)، وهي قيمة دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، في حين بلغ أعلى معامل ارتباط بين بعد النّقد، والإحراج، وبعد الوصول المحدود إلى إستراتيجيات التّنظيم الانفعاليّ بلغ (0.358) وهي قيمة دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (α=0.05)، وارتبط بعد النّقد، والإحراج بأعلى معامل ارتباط مع الدّرجة الكليّة لصعوبات التّنظيم الانفعاليّ بلغ (0.390).

وقد يُعزى ذلك إلى أنّ الجانب الاجتمّاعيّ في شخصيّة الفرد يتأثّر بالجانب الانفعاليّ، حيث إنّ الوعي بالانفعالات وتنظيمها يُمكِن الطّالب من التفاعل الاجتمّاعيّ بإيجابية في المجتمّع المحيط به، كما أن المهارات الاجتمّاعيّة تتضمن مهارات انفعالية تدعم تكوين علاقات اجتمّاعيّة جيّدة مع الآخرين والتعاون معهم بما يتناسب مع الموقف الاجتمّاعيّ، وهذا يتفق مع (Gratz and Roemer, 2004) اللّذين أكّدا أنّ صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، تؤثّر في تكيّف الفرد

الاجتمّاعيّ، كما قد تُعزى هذه النّتيجة إلى أنّ طلاّب الجامعة– وحسب طبيعة مرحلتهم العمرية – يضعون أهدافاً أكبر من قدراتهم الانفعالية، فيعانون من التّشتّت في تحديد أهدافهم ومن ثَمَّ يشعرون بصعوبة تنظيم انفعالاتهم، وهذا ينعكس سلباً على طبيعة العلاقات الاجتمّاعيّة، وحلّ مشكلاتها، والاستجابة للمشكلات الاجتمّاعيّة التي تواجههم بشكل ملائم، وبالتّالي يشعرهم بالقلق الاجتمّاعيّ والتوتر، وقد أظهرت دراسة العلوان (2011) دور الذّكاء الانفعاليّ في مساعدة الأفراد على اكتساب المهارات الاجتمّاعيّة. كما أنّ ابتعاد الطّلبة عن المشاركة في الأعمال الجماعيّة يسبب مشاعر التّوتر، وعدم الشّعور بالأمان، والّتي ترافق تدنّي قدرة الفرد على فهم عواطفه وإدارتها، والتّعبير عنها للآخرين، كما يمكن عزو النّتيجة إلى قلّة البرامج الإرشاديّة الّتي تحثّ الطّلبة على إدارة انفعالاتهم، وتنظيمها.

التّوصيات:

من خلال النّتائج التي، تمّ التّوصّل إليها، توصي الباحثة بما يلي:

- زيادة فرص التّواصل الاجتمّاعيّ البنّاء بين الطلبة داخل الجامعات.
- عقد دورات حول إستراتيجيات التّنظيم الانفعاليّ للطلاّب لزيادة الوعي بالانفعالات
- تفعيل دور قسم الإرشاد النّفسيّ في الجامعة وتقديم خدمات التوجيه والدّعم النّفسيّ للطلاّب.
- إجراء مزيد من الدّراسات حول صعوبات التّنظيم الانفعاليّ، لا سيّما نقص الوعي الانفعاليّ.

المراجع العربية:

أبو حميدان، يوسف.(2010). مدى انتشار القلق الاجتمّاعيّ بين طلبة جامعة مؤتة، وعلاقته ببعض المتغيّرات الديمغرافية، **مجلة كلية التّربية**، جامعة الأزهر، (2)144 ،(552-535)

أبو غزال، معاوية.(2009).**النمو الانفعالي والاجتمّاعيّ للطفل**، الطبعة الأولى. عمان: وزارة الثقافة

بعشر، طه وفضلي، محمد.(2017).**دليل الطب النّفسيّ.الجيزة** : وكالة الصحافة العربية

البلاح، خالد.(2016). فاعلية برنامج لتحسين إستراتيجيات المواجهة في خفض الحساسية للنبذ والقلق الاجتمّاعيّ لدى طلاب الجامعة. **دراسات عربية في التّربية وعلم النفس**، 79،279–312.

بلحسيني، وردة.(2011). **فاعلية برنامج أثر برنامج معرفي سلوكي في علاج الرهاب الاجتمّاعيّ لدى عينة من طلبة الجامعة**. *رسالة دكتوراه منشورة*، الجزائر في جامعة قاصدي مرباح ورقلة. الجزائر.

بني يونس، محمد.(2015).سيكولوجيا الدافعية والانفعالات، الطبعة الرابعة. عمان: دار المسيرة للنشر.

بوسعيد، سعاد.(2016).**التّحكّم في الفكر وتنظيم الانفعال كمنبئات بظهور الاكتئاب لدى الطلبة: دراسة ميدانية**، *رسالة ماجستير*، **كلية العلوم الإنسانية والاجتمّاعيّة، جامعة قاصدي مرباح – ورقلة**.الجزائر

جامعة الطّفيلة التّقنيّة.(2018)، شعبة القبول والتسجيل، إحصائيات أعداد الطلبة

الحمد، نايف والعوهلي، خالد والحميدات، محمود.(2016). مستوى الرهاب الاجتماعي، وعلاقته بالتّكيّف النّفسيّ، والاجتماعيّ لدى الطلبة السّعوديين في الجامعات الأردنية. مجلة العلوم التّربويّة 1886-1871 (5)43.:

خليفة، صابر.(2009).**مبادئ علم النفس**، عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.

الخمشي، سارة والشهراني، هند وبن شلهوب، هيفاء .(2016) . **ممارسة الخدمة الاجتمّاعيّة في الدّفاع الاجتمّاعيّ**، الرياض: دار الشّقري للنشر.

رشدي، هند (2015). **المشاكل النّفسيّة**، القاهرة : دار الخلود

رضوان، سامر.(2001). دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتمّاعيّ على عينات سورية. **مجلة مركز البحوث التّربويّة**، جامعة قطر، 10(19)،77- 47

الرفاعي، ناريمان، ومظلوم، مصطفى والطنطاوي، حازم (2018). اضطراب القلق الاجتمّاعيّ لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيّرات، مجلة كلية التّربية ببنها، 6(116)، 235– 281

الرّفاتي، عبدالرحمن. (2015). **الذكاء الانفعالي: النّظريّة، والتّطبيق علم النّفس الرّياضي**، ط1، عمان: دار المأمون للنّشر، والتّوزيع.

الرقاد، هناء.(2017). الرهاب الاجتمّاعيّ وعلاقته بالتوافق الجامعي لدى طلبة الجامعة الهاشمية. **مجلة العلوم التّربويّة، والنّفسيّة**،1(3): 232– 248

الرمادي، نور.(2012). القلق الاجتمّاعيّ وعلاقته ببعض اضطرابات الشخصية لدى طلبة جامعة الفيوم. **مجلة الطفولة والتّربية**،12(2) ،87 – 127

الريماوي، عمر. (2014). مستوى القلق الاجتمّاعيّ لدى عينة من طلبة جامعة القدس في ضوء بعض المتغيّرات. الجامعة العربية الأمريكية، جنين، **مجلة الجامعة العربية الأمريكيّة للبحوث**، 1(1): 47– 65

السرحان، وليد والتكريتي، عدنان وحباشنة، محمد.(2013). **القلق**، الطبعة الثّالثة. عمان: دار مجدولاي للنشر والتوزيع.

سلوم، هناء.(2015). **إستراتيجيات التّنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات دراسة: مقارنة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعيّة بمدينة دمشق**. *رسالة ماجستير*، جامعة دمشق، سوريا.

السيد، عبدالحليم، وفرج، طريف، ويوسف، جمعة، وخليفة، عبداللطيف، ومحمود، عبد المنعم. (2009). **الأسس النّفسيّة لتنمية الشّخصيّة الإيجابيّة للمسلم المعاصر**، عمان: دار إيتريك للنشر والتوزيع.

شريم، رغدة.(2009). **سيكولوجية المراهقة**، ط1.عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

العبيدي، محمد والعبيدي، آلاء.(2010).الإرشاد والتوجيه النّفسيّ، ط1.عمان: مركز ديبونو للنشر والتوزيع.

عفانة، محمد (2018). **التّنظيم الانفعالي، وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينيّة بمحافظات غزّة**. *رسالة ماجستير*، الجامعة الإسلاميّة، غزة.

العلوان، أحمد. (2011). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتمّاعيّة وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيّري التخصص والنّوع الاجتمّاعيّ للطالب. **المجلة الأردنية في العلوم التّربويّة**، 7(2) ، 125–144

قاسم، انتصار.(2009). القلق الاجتمّاعيّ وعلاقته بالصلابة النّفسيّة لدى طلبة الجامعة. جامعة بغداد. **مجلة العلوم النّفسيّة**، 15(1) ،-317 271

قولي، أسامة إسماعيل (2006). **العلاج النّفسيّ بين الطب والإيمان**، ط1. بيروت: دار الكتب العلميّة.

الكتاني، فاطمة(2004). **القلق الاجتمّاعيّ والعدوانية لدى الأطفال والعلاقة بين دور كل منهما في الرفض الاجتمّاعيّ**، ط1. بيروت : دار وحي العلم للنشر والتوزيع.

المحادين، حسين والنوايسة، أديب. (2009). **تعديل السلوك**، ط1، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

محاميد، مرام فهمي.(2017). **أنماط التعلق وصعوبات التّنظيم الانفعالي لدى المتنمرين**. *رسالة ماجستير*، جامعة عمان الأهلية، الأردن.

هوفمان، ستيفن.(2012).**العلاج المعرفي السلوكي المعاصر**.(ترجمة عيسى مراد). القاهرة: دار الفجر.

المراجع الأجنبيّة:

Annetta, L, Candido, I, Juan, M and Joes,G.(2010).Social anxiety scale fo adolescents:factorial invariance and latent mean differences across gender and age in spanish adolescents. *Journal of Anxiety Disorder*, 24, 847-855.

Anonymous.(2012).*Emotion regulation of others and self*, Retrieved December 10, 2018, from http://www.erosresearch.org/index.php/emotion_regulation/an%20easy%20guide

Bensink, R.(2006). Intrnet use, identity development and social anxiety among young adults. *Psychological Scince*.29(6),14-82.

Caballo,V , Salazar,I , Arias,B , Irurtia,M , Calderero,M and team,CISO.(2010). Validation of the Social Anxiety Questionnaire for Adults (SAQ-A30) with Spanish university students: similarities and differences among degree subjects and regions. *Behavioral Psychology*.18, 5-34.

Izgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O., & Kuğu, N. (2004). Social phobia among university students and its relation to self-esteem and body image. *Canadian journal of psychiatry*, 49(9), 630–634. https://doi.org/10.1177/070674370404900910

Gratz, K. L and Roemer, L.(2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*.26. 41-54.

Gross, J and John, O. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect Relationships and Well-Being. *Journal of the personality and social Psychology*. 85(2).348-362.

Gross, J and Thompson, R.(2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. *Handbook of emotion regulation*.3–24

Israel, Smith Stacey. (2009). Creative Therapy and Adolescents: Emotion Regulation and Recognition in a Psycho- Educational Group for Ninth Grade Students. *Social Work Theses*.47

Kelly, H. (2006). Entering student needs assessment survey institutional. *Research and planning report surveys and studies*. University of Delaware

Masten, A. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56 (3), 227-238

Rolston, A and Lloyd-Richardson, E. (2014*). What is emotion regulation and how do we do it.* Retrieved December 10,2018,from http://www.selfinjury.bctr.cornell.edu/perch/resources/what-is-emotion-20regulationsinfobrief.pdf?fbclid=IwAR2dJM_mwdlJUq9HiaNOXfY94Yj19HWGkTVn20gMOPrjubGD7K-_F9yBt5d0

Topham, P and Russell, G. (2012). Social anxiety in higher education. *Journal of the Psychologist*. 25(4).280-283.

Webb,T and Miles, E and Sheeran, P.(2012).Dealing with feeling: A meta analysis of the effectiveness of strategies derived from the process model of emotion regulation. *Psychological Bulletin*. 138. 775–808.