مجلـــــة السعيد للعلـــــوم الإنســـانيـــة والتطبيقية
Al - Saeed Journal of Humanities and Applied Sciences
journal@alsaeeduni.net
Vol (5), No(3), September, 2022 المجلد(5)، العدد(3)، 2022م
ISSN: 2616 – 6305 (Print) ISSN: 2790-7554 (Online)

الكمالية لدى الطالبات المتفوقات دراسياً في كلية التربية جامعة بيشة وعلاقتها بكل من استراتيجيات تنظيم الانفعالات ومستوى الإفصاح عن الذات

أ.د/ أنيسة عبده مجاهد دوكم
أستاذ الصحة النفسية جامعة بيشة، وجامعة تعز
Anisa.dokm@gmail.com

د/ ياسمين علي ناصر الرّسمي
أستاذ مساعد في التربية الخاصة - جامعة تعز
y.naser2013@gmail.com

تاريخ تسليم البحث 2022/6/21م تاريخ قبوله للنشر2022/8/19م

https://alsaeeduni.net/colleges/research-and-strategic/2017-03-10-08-03-59

الكمالية لدى الطالبات المتفوقات دراسياً في كلية التربية جامعة بيشة وعلاقتها بكل من استراتيجيات تنظيم الانفعالات ومستوى الإفصاح عن الذات

أ.د/ أنيسة عبده مجاهد دوكم
أستاذ الصحة النفسية جامعة بيشة، وجامعة تعز
د/ ياسمين علي ناصر الرّسمي
أستاذ مساعد في التربية الخاصة - جامعة تعز

المخلص:

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية، جامعة بيشة وعلاقتها بكل من استراتيجيات تنظيم الانفعالات ومستوى الإفصاح عن الذات، وشملت العينة (137) طالبة متفوقة من أقسام: (رياض أطفال، وعلم نفس، والطفولة المبكرة)، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي، كما تم الاعتماد على الأدوات التالية: (مقياس الكمالية لشباب الجامعة من إعداد سميرة شند وآخرين (2017)، كما تم استخدام قائمة تنظيم الانفعالات من إعداد كروس وجون(2003) تعريب وتقنين صلاح الدين عراقي (2014)، حيث تم تكييفهما بما يتناسب مع البيئة السعودية، وأخيرًا مقياس الإفصاح عن الذات "في مواقف التفاعل المباشر، ومواقف التفاعل غير المباشر عبر السوشيال ميديا" من إعداد الباحثتين، وأسفرت النتائج عن انخفاض مستوى الكمالية لعينة الدراسة في ثلاثة أبعاد هي (الحاجة للاستحسان، والحساسية للنقد، الأفكار الوسواسية) في حين أتضح بأن لديهن قدرًا من الكمالية في بُعد (المعايير المرتفعة للأداء)، كما أظهرت الدراسة استخدام أفراد العينة للاستراتيجيات التنظيمية للانفعالات والمتمثلة بـ(إعادة التقييم المعرفي، وقمع التعبير الانفعالي)، كما تبين أيضاً أن مستوى الإفصاح كان منخفضًا لدى أفراد العينة في النوعين (المباشر وجها لوجه، وغير المباشر (عبر وسائل التواصل الاجتماعي)، إلا أن بُعد الإفصاح عن مشاعرهن كنَ أكثر إفصاحًا في التفاعل غير المباشر، كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين الكمالية والإفصاح عن الذات بشقيه المباشر وغير المباشر وهو ما يعني أنه كلما ارتفع مستوى الكمالية ارتفع مستوى الإفصاح عن الذات والعكس، في حين لم تظهر هناك علاقة دالة بين الكمالية واستراتيجيات تنظيم الانفعالات، كما توصلت النتائج إلى أن مستوى الافصاح عن الذات يمكنه التنبؤ بمستوى الكمالية في حين لم يكن لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات ذات القدرة على التنبؤ بمستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات دراسيًا في جامعة بيشة.

الكلمات المفتاحية: الكمالية – استراتيجيات تنظيم الانفعالات – الإفصاح عن الذات – المتفوقات دراسيًا.

The Perfectionism of the Academically Outstanding Female Students of the Faculty of Education, Bisha University (KSA) and Its Relationship with both Emotion-Regulation Strategies and Self-Disclosure Level

Prof. Aneesa Abdu Moghed Dowkam
Psychological Health Professor, Bisha University, Taiz University.

Dr. Yasmin Ali Naser Al Rassmi
Assistant Professor of Special Education, Taiz University.

Abstract:

The present study aims at identifying the perfectionism of the academically outstanding female students of the Faculty of Education, Bisha University (KSA) and its relationship with both emotion-regulation strategies and self-disclosure level. The study sample consists of 137 top female students of Kindergarten, Psychology, and Early Childhood Departments. To achieve the objectives of the study, the researchers have used the descriptive approach and relied on tools such as university students' perfectionism measure prepared by Samira Shand et al (2017), emotion-regulation list of Cross and John et al (2003), and Arabization and codification of Salah Al-Deen Iraqi (2014) which have been adapted to Saudi environment. In addition, the researchers prepared a self-disclosure measure for 'face-to-face interaction situations and indirect-interaction situations (through social media sites)'.

The study has found that the sample's individuals' perfectionism is at low level in three dimensions; they are: the need for approval, sensitivity to criticism, and obsessional thoughts. At the same time, the study sample (top female students) was shown to have some degree of perfectionism in the dimension of high performance standards. Further, the study has shown that the informants of the sample have used the emotion-regulation strategies objective of cognitive re-evaluation and emotional expression repression. It was also found that the sample's individuals' self-disclosure level was low in both situations 'face-to-face interaction and in their indirect interaction through social media sites'. However, in the dimension of disclosure of their feelings, they were more frank in indirect interacting. Findings also have shown a direct correlation between perfectionism and self-disclosure in terms of both direct and indirect interactions. This means that the higher level of perfectionism, the higher level of self-disclosure and the vice versa, while a significant relationship was not shown between perfectionism and emotion-regulation strategies. Further, while self-disclosure level can predict the level of perfectionism, emotion-regulation strategies could not predict the level of perfectionism of the academically outstanding female students of Bisha University.

Keywords: Perfectionism, Emotion-Regulation Strategies, Self-Disclosure, Academically Outstanding Female Students.

مقدمة الدراسة وخلفيتها النظرية:

يُعد المتفوقون والموهوبون في أي مجتمع الثروة البشرية التي يعول عليها في القيام بأدوار فاعلة وملموسة في نهضة المجتمع وتطويره، والدفع به في مسارات التقدم والازدهار، ولاشك أن القيام بهذه الأدوار يتطلب أن يكون المتفوق ذا خصائص نفسية داعمة لهذا الإنتاج وميسره له.

وبفحص خصائص المتفوقين من خلال الاطلاع على عدد من الدراسات التي تهتم بهذه الفئة نجد أن هناك عددًا من الصفات التي تميزهم منها ما هو إيجابي ومنها ما هو سلبي ويمكن أن يمثل إعاقة لهذا التفوق، وفي هذا الصدد نالت مواضيع أثر التفوق في الصحة النفسية على اهتمام الباحثين مؤخرا، حيث تباينت وجهات النظر، فالبعض يرى بأن التفوق ينعكس إيجابًا على الفرد انفعاليًا واجتماعيًا وبأن المتفوقين لديهم فهم أفضل لذواتهم وللآخرين بسبب قدراتهم العقلية المرتفعة والقدرة على حل المشكلات؛ ولذلك فهم يتوافقون مع الضغوط بشكل أفضل مقارنة بأقرانهم، ومن جهة أخرى أظهرت الدراسات المهتمة بالمشكلات والآثار السلبية المترتبة على التفوق التي قارنت بين المتفوقين والعاديين أن المتفوقين لديهم مستويات أعلى من القلق، والنزعة للكمال والمثالية، والحساسية العالية، والشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية أكثر مما لدى العاديين (غيث وآخرون، 2009: 250-249)، و(أبو زيتون، 2013: 1586).

ولعل من مشكلات رعاية المتفوقين في كثير من المؤسسات التعليمية هو التركيز على رعاية المتفوقين في الجوانب العقلية المعرفية، مع إهمال للجوانب الانفعالية والاجتماعية، وهو ما يمكن أن يحد من الفعالية المتوقعة لهذه الفئة.

ولاشك أن الخصائص الوجدانية والاجتماعية للمتفوقين دراسيا لها نفس الاهمية، حيث إن المتفوق هو كلَ متكامل من مجموعة أبعاد مؤثرة ومتأثرة ببعضها بعضا، وفي هذا الصدد تشير Silverman (2005) إلى أن القدرة العقلية غير العادية تترافق مع انفعالات غير عادية ويقودان إلى تجارب حياتية غير عادية طوال دورة الحياة، وأن كلا الجانبين العقلي والانفعالي بخصائصهما الفائقة يتظافران لإحداث التوازن المطلوب للفرد المتفوق والموهوب(silverman, 2005, 2).

وفيما يلي سنستعرض بعض الخصائص الانفعالية الوجدانية والاجتماعية التي نهدف إلى فحصها لدى فئة المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة، وفي مقدمة هذه الخصائص ما يعرف بالكمالية، حيث نال مفهوم الكمالية اهتماماً واسعاً في أدبيات التراث النفسي وظهرت العديد من الاتجاهات الحديثة التي ترى بأن الكمالية فرع من العصاب يتمخض عنها كثيُر من الاضطرابات السلوكية والانفعالية وتؤثر سلبياً في علاقة الفرد بالآخرين المحيطين به وذلك نتيجة إدراكه للمستويات والمعايير المرتفعة التي يضعها لنفسه أو يضعها الآخرون له،

ثم جاء باحثون آخرون فرقوا بين الكمالي العصابي والكمالي السوي في حين ينظر الفريق الآخر أن الكمالية خط متصل بحيث يمثل الوسط الكمالية التكيفية، بينما يمثل طرفا الخط حالة الشذوذ بالنسبة للكمالية (موسى، 2016: 49). ومن أكثر التقسيمات شيوعاً لأنواع الكمالية هو التمييز بين الجوانب التي تبدو إيجابية أو صحية والجوانب التي تبدو سلبية، وقد قدمت الأدبيات تصنيفات للكمالية هي: إيجابية – سلبية، سوية – عصابية، تكيفية – غير تكيفية، مرضية – غير مرضية، كما قدم هيويت وفلت (1991) Hewitt and Flett نموذجًا ثلاثي الأبعاد للكمالية، والذي تضمن جانبًا شخصيًا: الكمال الموجه ذاتيًا، والموجه للآخر، والكمال الموصوف اجتماعيًا، والفرق الرئيسي بين هذه الأبعاد لا ينطبق على السلوك ولكن الشيء الذي توجه إليه الاتجاهات الكمالية؛ تجاه نفسه تجاه الآخرين أو تصور توقعات الآخرين وتعد الكمالية الموجهة ذاتيًا تكيفية في حين تعتبر الكمالية الموجهة للآخر والموضوعة اجتماعيًا غير ملائمة (Kurtovic, Vrdoljak, dzanovic, 2019, 5).

ويصف القريطي (2005) وسيلفرمان (Silverman, 2010) الكماليين بأنهم يضعون معايير عالية لأنفسهم ثم يشعرون بالدونية إذا لم يستوفوا تلك المعايير ويثقلون على أنفسهم بمشاعر الخجل والذنب غير المفهومة للآخرين من حولهم، ولديهم نقد ذات عالٍ متشدد وغير تكيفي، حتى ولو مدحهم الآخرون(القريطي، 2005: 137)، (Selverman, 2010, 1).

وينبه كل من باركر وأدكنز(Parker & Adkins, 1995)، وسيلفرمان (Silverman, 1999) إلى أن الكمالية من المظاهر النمائية التي يساء فهمها في نمو شخصية المتفوق والموهوب، فهي ليست سلبية بالمطلق، بل إنها تحتوي على جوانب إيجابية بقدر تلك السلبية، ويعتمد الأمر على كيفية توجيهها، فعندما يمتلك الفرد وعياً عالياً تصبح الكمالية حافزا له لتحقيق الذات والمثل الإنسانية.

وفي السياق نفسه أوضح كل من سيلفرمان (Silverman,1995) وتشلر(Schuler,1999)، وفيليت وآخرون (Feltt at al, 2002) أن الكمالية متغير جوهري لدى المتفوقين، إلاّ أنها قد تكون مشكلة راسخة، فقد تؤدي الكمالية إلى تفوق الفرد وإنجازه، وقد تؤدي إلى الزج به لليأس وفي هذا الإطار يتم النظر إلى الكمالية كخاصية تنعكس في نواتج سلبية للمراهقين المتفوقين حيث يحتاج هؤلاء إلى الإرشاد خاصة عندما ينتج عنها التأخر الدراسي، أو الاضطراب الانفعالي لديهم (عطية، 2009: 291).

وتفسر (Sword, 2001) ظهور الكمالية لدى الطفل الموهوب والمتفوق بسبب التباين الحاصل بين النمو العقلي الملاحظ للطفل والنمو الجسمي والانفعالي والاجتماعي المتزامن مع هذا النمو العقلي، حيث إن المحيطين بالطفل يبنون توقعات عالية منه بالنظر إلى نموه العقلي في حين أن بقية هذه الجوانب لا تساعده في مواجهة هذه التوقعات (Sword,2001,4-5).

وتفرق كل من باظه (1996) و(1999)Schuler بين الكمالي السوي والكمالي العصابي فتعرف الكمالي السوي بأنه الفرد الذي ينظر إلى عمله ومجهوده بأنه جيد بقدره الحقيقي، ويشتق السعادة من الجهود والأعمال الصعبة، ويميل إلى زيادة تقدير ذاته من خلال أدائه؛ أي أن شعوره بالسعادة يتناسب مع أدائه، أما الكمالي العصابي فهو الفرد الذي ينظر إلى مجهوداته وأعماله على أنها غير جيدة بالقدر الكافي على الرغم من جودة هذا الأداء ويضع لنفسه مستويات غير واقعية ويجاهد من أجل تحقيقها وهو غير قادر على الشعور بالرضا عن أدائه للأشياء ويفتقرون إلى استراتيجيات التأقلم الفعالة كما أظهروا حاجة مستمرة إلى الموافقة (باظة، 1996، 306) (Schuler, 1999, 1).

كما أشارت أيضا دراسة (Michael, et al, 2021) إلى ارتفاع مستوى الكمالية لدى الطلاب الموهوبين أكاديمياً، وفرقت بين الكمالية الإيجابية والكمالية السلبية، حيث مثلت الكمالية السلبية لدى أفراد العينة المستوى الأعلى في بعدين هما المستوى المرتفع من الأداء والتسويف للمهام بسبب الخوف من عدم النجاح. (Michael, et al, 2021, 1631)

وهدفت دراسة تشان (Chan, 2009) إلى معرفة أبعاد الكمالية لدى الموهوبين، وتوصلت إلى أن المجموعة الكمالية العصابية قد سجلت درجات عالية في الأبعاد الخمسة كلها وهي: المعايير الشخصية. توقعات الوالدين – نقد الوالدين – الخوف من الأخطاء والشكوك والتنظيم مقارنة بمجموعة الكمالية السوية (Chan, 2009, 174).

وتشير دراسة كلين وشورت (Kline & Short, 1991) أن الإناث أكثر عرضة للكمالية وخاصة في المرحلة الثانوية والجامعية، فهن يرغبن في تحقيق مستويات عالية لأنفسهن، ويصبن بالخوف والقلق ويشعرن بتقدير أقل لأنفسهن عما كن عليه في المراحل الدراسية السابقة (السليمان، 2003: 14).

وفي هذا الصدد أيضا يشير جيمس (James, 1994) إلى أن الكثير من العاملين في مجال رعاية الطلبة المتفوقين يؤكدون وجود نزعة كمالية متطرفة لدى الطلاب المتفوقين عاكسة بذلك نموذج التعامل الأسري مع هؤلاء الطلبة (موسى، 2016: 5).

وتضمنت القائمة التي قام بإعدادها (Hill, et all, 2004) لقياس الكمالية ثمانية مقاييس فرعية هي القلق بشأن الأخطاء، والمعايير العالية للآخرين، والحاجة للموافقة والتنظيم، والضغوط الوالدية، والبراعة، والاجتهاد، والسعي للتميز (ill, et all, 2004, 80).

وقامت شند وآخرون (2017) ببناء مقياس للكمالية وهو الذي تم تبنيه في هذه الدراسة وقد تضمن أربعة أبعاد هي:

1- المعايير المرتفعة للأداء وتتمثل في ميل الفرد لإنجاز الأعمال بجودة فائقة ووضع مستويات مرتفعة لتقييم تلك الأعمال وصولاً لما يهدف من مستويات.

2- الحاجة إلى الاستحسان وتتمثل في رغبة الفرد في الحصول على استحسان وإعجاب الآخرين فيرى ضرورة تحقيق الكمال في أدائه وسلوكياته لنيل تقدير المحيطين والمقربين والحصول على الدعم الإيجابي منهم.

3- الحساسية للنقد ويتمثل في انشغال الفرد بآراء وانطباعات الآخرين عنه والتأثر بها ومحاولة تجنب النقد السلبي له مما يجعله يتبنى معايير عالية وسلوكيات صارمة الأداء ليتجنب لوم ونقد الآخرين.

4- الأفكار الوسواسيه وتتمثل في مجموعة من الأفكار التسلطية القهرية التي تؤثر في سلوك وأداء الأفراد من حيث الشك في أداء الأعمال ومراجعة الذات والانشغال الزائد بما يستحق وما لا يستحق(شند وآخرون، 2017: 444).

وباستعراض بعض الدراسات التي تناولت الكمالية لدى المتفوقين وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية نجد دراسة بنهان (2010) التي سعت من خلال أهدافها إلى تحديد العلاقة الارتباطية بين أبعاد مقياس جودة الحياة وكل من أبعاد مقاييس الكمالية السوية والذكاء الانفعالي، وتحديد الإسهام النسبي لمكونات الذكاء الانفعالي والكمالية السوية في التنبؤ بمستوى جودة الحياة لطلاب الجامعة الموهوبين، وقد توصلت الدراسة إلى قدرة الدرجة الكلية لمقياس الكمالية السوية في التنبؤ بالدرجة الكلية ودرجات الأبعاد لمقياس جودة الحياة حيث أسهمت الكمالية السوية بنسبة تباين قدرها 30% في التنبؤ بجودة الحياة. وهدفت دراسة منصور (2012) إلى تحديد الفروق بين متوسطات الطلاب منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، ومدى إسهام هذه المتغيرات في تفسير درجات الطلاب في الكمالية التكيفية، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا بين منخفضي ومرتفعي الكمالية في كل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، كما وجدت علاقة ارتباطية دالة بين الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، وتباينت الاسهامات النسبية للمتغيرات سابقة الذكر بالكمالية التكيفية وأبعادها الفرعية. أما دراسة دراوشة (2013) فقد هدفت إلى معرفة مستوى الكمالية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين دراسياً، وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى الكمالية وتقدير الذات لدى المتفوقين، كما وجدت علاقة إيجابية دالة إحصائيًا بين الكمالية وتقدير الذات، ووجدت فروقاً دالة في مستوى الكمالية تبعا للجنس، حيث أظهرت الإناث مستوى مرتفعاً من الكمالية مقارنة بالذكور. وكذلك دراسة غريب وآخرون (2016) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الكمالية والطمأنينة النفسية وأساليب التفكير لدى الطالبات السعوديات بالمرحلة الجامعية، وقد أظهرت الدراسة وجود

علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين درجات أفراد العينة على مقياس الكمالية ودرجاتهم على أساليب التفكير: (التشريعي، الحكمي، المحلي، المتحرر، الهرمي، الخارجي، التنفيذي، المحافظ، الملكي)، ووجدت فروقاً دالة بين مرتفعي الكمالية ومنخفضي الكمالية في أساليب التفكير (التشريعي، الحكمي، التنفيذي، المحلي، الهرمي، الملكي، الخارجي) لصالح مرتفعي الكمالية. أما دراسة دياب (2018) فقد هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التدفق النفسي والكمالية لدى طلاب الصف الأول الثانوي المتفوقين والعاديين، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائيًا بين كافة ابعاد التدفق النفسي والكمالية لدى المتفوقين من الصف الأول الثانوي مقارنة بالعاديين، في حين هدفت دراسة الكناني (2019) الى معرفة درجة الكمالية وعلاقتها بسمة الاكتئاب لدى الطلاب، وقد تم تطوير مقياس للكمالية ومقياس للاكتئاب وأشارت النتائج الى أن الكمالية كانت مرتفعة في حين كان مستوى الاكتئاب منخفضاً وكانت العلاقة بين الكمالية والاكتئاب موجبة لكنها ضعيفة، ولم ترتبط الكمالية بعلاقة دالة بأبعاد مقياس الاكتئاب إلا مع بعد الإحساس بالفشل، وهذا ما اكدته دراسة كل من العبيدي (2015)، الانديجاني (2017) عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين الكمالية العصابية والاستقرار النفسي (الشيمي، 2020: 153).

كما أن للجانب الانفعالي عموما حضوراً كبيراً في شخصية المتفوق، حيث يؤكد غيث والبدارين والمجالي(2011) وجود تفاوت بين النمو المعرفي للمتفوق ونموه الانفعالي والاجتماعي، مما يجعل تنظيمه وإدارته لانفعالاته مجالاً خصباً للعمل الإرشادي الهادف إلى إحداث التوازن في شخصيته (غيث وآخرون، 2011: 312).

وعلى الصعيد الاجتماعي فإن ذات المتفوق تعني له الكثير حيث يحرص في علاقاته الاجتماعية على إبرازها وحمايتها من اللوم أو النقد وبذلك لعل من التساؤلات المهمة التي تطرح نفسها هي: إلى أي مدى يفصح المتفوقون عن ذواتهم سواء عن طريق التفاعل المباشر أو عن طريق التفاعل غير المباشر عبر وسائل التواصل التي أكدت حضورها في حياة الجيل الحالي وحكمت تفاعلاته؟

وقد هدفت عدد من الدراسات فحص الأبعاد الانفعالية والاجتماعية للمتفوقين، فأظهرت دراسة بنات وبراهمة (2014) أن المجال النفسي هو أقل مجالات التكيف لدى الموهوبين والمتفوقين، والأسباب النفسية هي أولى الأسباب التي تدفعهم للالتحاق بالمراكز الريادية، وتوصلت دراسة الختلان (2015) إلى أن أكثر المشكلات التي تواجه الطالب المتفوق دراسيًا هي سوء التكيف الدراسي ومناشدته الكمال والإحساس الدائم بالإحباط، وعجزه عن تفسير مفهوم الذات والقبول الاجتماعي بين الزملاء، والشعور بالقلق والارتباك من توقعات الآخرين وقلة الأصدقاء المتفهمين لمشاعرهم، في حين توصلت دراسة الشبلي والرمامنة

(2019) إلى أن أبرز الحاجات الانفعالية للطلبة الموهوبين تتمثل في حاجتهم إلى فهم وتقدير الذات والحد من المشكلات الانفعالية كالشعور بالملل والفشل وبالنسبة للحاجات الاجتماعية كان من أبرز الحاجات هي الحاجة إلى المهارات القيادية والتعامل مع الآخرين وتوصل (Sweezy, 2005) في دراسته ـ مؤكداً إلى ما سبق ـ أن إفصاح الفرد وتعبيره عن ذاته يسهم في تحقيق فهم متبادل بين الأفراد في العلاقات التفاعلية مما يؤدي إلى تقوية هذه التفاعلات الاجتماعية والعلاقات البينية بين الأفراد (عبد الوارث وتوفيق، 2021: 182).

وبناءً على ما سبق فإن من المتغيرات ذات الأهمية البالغة لدى المتفوق طريقته في تنظيم انفعالاته حيث تشير الأدبيات التي تناقش النمو الانفعالي للمتفوق والموهوب إلى أنها ذات طبيعة خاصة تميزه عن أقرانه وتجعله في حالة عدم استقرار انفعالي ويلخصه جروان (2000) بعرض عبارة شهيرة للمربية هولينغوبرت تقول في وصف الطلبة الموهوبين والمتفوقين بأنهم: "أكتاف صغيرة تحمل أدمغة كبيرة"، وقولها: "أن تجمع بين عقل راشد وعواطف طفل في جسم طفولي معناه مواجهة صعوبات معينة" (جروان، 2000، 2).

وتلخص يعقوب (2015) هذه الإشكالية من خلال مراجعتها لعدد من الأدبيات أن هناك فجوة بين مستوى النمو العقلي والعاطفي حيث يتقدم النمو العقلي بسرعة أكبر مما يؤدي الى ضغط نفسي على حياتهم في حالة تعاملهم مع مفاهيم عاطفية أو اجتماعية أو شخصية تفوق طاقتهم وأنه ليس بالضرورة أن ذوي القدرات العقلية العالية يمكنهم من تقييم عواطفهم (يعقوب، 2015، 19).

ويعرف (Gross, 2001) تنظيم الانفعالات بأنه: مدى واسع من الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية النفسية الشعورية واللاشعورية التي تستخدم في التقليل، أو الاحتفاظ، أو الزيادة للانفعال (الخولي، 2015، 20).

وتعرف محمود (2016) التنظيم الانفعالي بأنه جهد الفرد للسيطرة على حالة الاستثارة الانفعالية وإعادة توجيهها وتحسينها وتعديلها حتى يتمكن من الأداء المتكيف الذي يساعده على تحقيق أهدافه وفي سبيل ذلك يستخدم مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات المعرفية عند التعامل مع المواقف والأحداث الضاغطة، وتؤكد أن التنظيم الانفعالي لا يقصد به قمع الانفعالات ولا أن يكون الفرد دائما في حالة هدوء من الاستثارة الانفعالية بل يتضمن عمليات المراقبة والتقييم وتغيير خبرات الفرد الانفعالية (محمود، 2016، 77-78).

أما بسيوني (2019) توضح أن التنظيم الانفعالي يتمثل في الإستراتيجيات التي يستعملها الفرد لتنظيم حالته الوجدانية وضبط مكونات الاستجابة الانفعالية من خلال الفهم الانفعالي للمواقف والتعبير عن تلك الخبرات الانفعالية وتوجيهها للحصول على سلوك منظم وتعزيز حالة السرور أو تجنب الألم قدر المستطاع بما يتناسب مع تحقيق أهدافه (بسيوني،2019، 62-63).

ويشير (Gross, 2002) إلى أن تنظيم الانفعالات يعد من أهم التحديات الحياتية التي تواجه الفرد، وحدد استراتيجيتين شائعتي الاستخدام للتنظيم الانفعالي وهما اللتان اعتمدتا في القائمة التي تم استخدامها في البحث الحالي وهما استراتيجية إعادة التقييم واستراتيجية القمع، ويفسر عمل هاتين الاستراتيجيتين بأن استراتيجية إعادة التقييم تأتي في وقت مبكر من عملية توليد المشاعر ومن خلالها يتم تغيير طريقة تفسير الموقف وتخفيض الانفعال المصاحب له، أما استراتيجية القمع فتأتي لاحقاً لتؤدي إلى تجنب ظهور أية علامات تشير الى الانفعالات الداخلية، والدراسات التجريبية ودراسات الفروق الفردية أظهرت أن إعادة التقييم غالباً ما تكون أكثر فعالية من القمع كونها تخفض من الخبرة الانفعالية والتعبيرات السلوكية للموقف وليس لها تأثير في الذاكرة، في حين أن القمع يقلل من التعبير السلوكي لكنه لا يخفض الخبرة الانفعالية كما أنه يضعف الذاكرة (Gross, 2002: 281).

ويميز "Gross" بين استراتيجيات تنظيم الانفعال المركزة على الأحداث السابقة واستراتيجيات تنظيم الانفعال المركزة على الاستجابة، وتشير الاستراتيجيات المركزة مسبقا إلى الأشياء التي نعملها قبل أن تصبح ميول الاستجابة الانفعالية مفعلة تماما وتكون قد غيرت سلوكنا واستجاباتنا الفسيولوجية الخارجية، والمثال على التنظيم المركز مسبقا هو رؤية مقابلة عمل ما على أنها فرصة لتعلم شيء ما أكثر عن الشركة التي تريد العمل بها بدلا من كونها اختبار (نجاح أو فشل). أما الاستراتيجيات المركزة على الاستجابة فتشير إلى الأشياء التي نعملها حالما يكون انفعالاً ما جارياً (ساري المفعول) أي بعد أن تكون ميول الاستجابة قد تولدت. والمثال على التنظيم المركز على الاستجابة هو عندما يحافظ الفرد على قلقه من الظهور عندما يترك طفله في روضة أطفال للمرة الأولى" (غانم ونوري، 2013، 38).

ويصف محمود (2017) النموذج الذي قدمه جروس وتومبسون (2007) لتنظيم الانفعال بأنه يركز على خمس عمليات دينامية تصف تنظيم الانفعال، وهي:

1- اختيار الموقف، ويشير إلى اختيار الفرد الاقتراب أو تجنب موقف انفعالي ذي صلة فإذا اختار الفرد تجنب أو فك الارتباط بموقف انفعالي وثيق الصلة بالموضوع، فإنه يقلل من احتمال مواجهة الانفعال، وبدلا من ذلك، فإذا اختار الفرد الاقتراب أو التعامل مع الموقف الانفعالي وثيق الصلة بالموضوع، فإنه يزيد من احتمال مواجهة الانفعال.

2- تعديل الموقف ويشير إلى تغيير البيئة المادية الطبيعية للموقف حتى يغير من تأثيره الانفعالي.

3- الانتشار أو التوزيع الانتباهي، ويشير إلى التأثير في الاستجابة الانفعالية عن طريق إعادة توجيه انتباه الفرد تجاه الموقف المحدد، ومن ثم فإن التوزيع الانتباهي يعد تحويلا داخليا لاختيار الموقف.

4- التغيير المعرفي يشير إلى تغيير كيفية تقييم الفرد للموقف حتى يغير من معناه الانفعالي.

5- تعديل الاستجابة، يشير إلى التأثير في الاستجابات الفسيولوجية، والتجريبية أو السلوكية بشكل مباشر، فعلى سبيل المثال، ربما تستخدم التمارين والاسترخاء لتقليل الجوانب الفسيولوجية والتجريبية للانفعالات السلبية (محمود، 2017، 208-209).

ويشرح (Gross, Jazaeri, 2014) الكيفية التي يتم بها تنظيم الانفعالات فيذكران أن هناك ثلاثة عوامل مهمة للتنظيم التكيفي وهي: (الوعي والأهداف والاستراتيجيات) فالوعي بالانفعالات والسياق الذي تحدث فيه يعزز الاستراتيجيات المتاحة ومرونة استخدامها وبالنسبة للهدف من عملية تنظيم الانفعالات فهي تشمل زيادة أو تقليل حجم أو شدة التجربة العاطفية أو مرافقاتها الفسيولوجية أما العامل الثالث فهو الاستراتيجيات التي يتم تنفيذها بهدف تنظيم الانفعالات. ويضيف أن الأهداف تحدد مآل عملية التنظيم في حين أن الاستراتيجيات تحدد معنى ووسائل عملية التنظيم (Gross, Jazaeri, 2014: 388).

ومن الدراسات التي تناولت تنظيم الانفعالات دراسة محمود (2016) التي هدفت إلى معرفة مدى الاختلاف في قلق الامتحان لطالبات المرحلة الجامعية باختلاف استراتيجياتهم في التنظيم الانفعالي ومعتقداتهن ما وراء المعرفية، والكشف عن إمكانية التنبؤ بقلق الامتحان من خلال هذين المتغيرين، وقد أظهرت النتائج وجود فرق بين الطالبات اللواتي يستخدمن استراتيجيات التنظيم المعرفي بدرجة عالية واللواتي يستخدمنها بدرجة منخفضة في مستوى قلق الاختبار، كما أظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بقلق الاختبار من خلال بعض استراتيجيات التنظيم الانفعالي وهي التفكير الكارثي، ولوم الآخرين، وإعادة التقييم المعرفي، ولوم الذات، ومن خلال بعد الثقة المعرفية ضمن المعتقدات بما وراء المعرفة، وهناك دراسة بوسعيد (2016) التي هدفت إلى معرفة القدرة التنبؤية لكل من التحكم في الفكر وتنظيم الانفعال بظهور الاكتئاب وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين كل من التحكم بالفكر وتنظيم الانفعال والاكتئاب لدى عينة الدراسة وأن عزل تأثير تنظيم الانفعال عن العلاقة بين التحكم بالفكر والاكتئاب يضعف من قوة هذه العلاقة لدى عينة الدراسة كذلك أظهرت النتائج أنه توجد قدرة تنبؤية لكل من التحكم بالفكر وتنظيم الانفعال بظهور الاكتئاب لدى عينة الدراسة، حيث كان تنظيم الانفعال أكبر قدرة تنبؤية من التحكم بالفكر. وهدفت دراسة الأسود (2017) الى الكشف عن العلاقة بين الكمالية وتنظيم الانفعال والقلق الاجتماعي وأظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين الكمالية وتنظيم الانفعالات والقلق الاجتماعي ووجدت قدرة تنبؤية لكل من الكمالية وتنظيم الانفعالات في ظهور القلق الاجتماعي. وهناك دراسة الخولي (2015) حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين اضطراب التشوه الجسمي واستراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية واضطراب

التشوه الجسمي ومعتقدات دمج الفكر والتعرف إلى العلاقة بين اضطراب التشوه الجسمي وكمالية المظهر الجسمي (الانزعاج من عدم الكمالية، السعي نحو الكمالية)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن قيم معاملات الارتباط بين اضطراب التشوه الجسمي وبعض استراتيجيات تنظيم الانفعال: (إعادة التركيز، وضع تصور، التضخيم الكارثي) جاءت دالة، كما كشفت نتائج الدراسة عن إمكانية التنبؤ باضطراب التشوه الجسمي من خلال استراتيجية التضخيم الكارثي كاستراتيجية تنظيم انفعالي بالإضافة الى معتقدات الانزعاج من عدم الكمالية، ومعتقدات السعي نحو الكمالية. وهدفت دراسة عليوة (2018) إلى معرفة طبيعة العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات تنظيم الانفعال والاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين درجات الطلاب على قائمة الاضطرابات النفسية: (القلق النفسي – الكمالية العصابية – الضغوط النفسية) وكل من استراتيجيات تنظيم الانفعال: (كبت التعبير الانفعالي– اجترار الأفكار– لوم الذات– لوم الآخرين– التفكير الكارثي) كما وجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة بين درجات الطلاب على قائمة الاضطرابات النفسية وكل من استراتيجيات التنظيم الانفعالي وإعادة التقييم المعرفي، التقليل من أهمية الأشياء، الإلهاء، المشاركة الاجتماعية، إعادة التركيز الإيجابي، رؤية الموضوع من منظور آخر) كما أمكن التنبؤ بالكمالية العصابية من خلال استراتيجيات التفكير الكارثي وكبت التعبير الانفعالي. وهدفت دراسة حميدة (2019) إلى الكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي كل من الشفقة بالذات وفاعلية الذات الانفعالية وما وراء الانفعال في تنظيم الانفعال والفروق بين مرتفعي ومنخفضي تنظيم الانفعال في مهارات اتخاذ القرار، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة السببية بين الشفقة بالذات وما وراء الانفعال وفاعلية الذات الانفعالية كمتغيرات مستقلة وتنظيم الانفعال كمتغير وسيط ومهارات اتخاذ القرار كمتغير تابع لدى عينة من المديرين، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي كل من الشفقة بالذات وفاعلية الذات الانفعالية وما وراء الانفعال في تنظيم الانفعال لصالح المرتفعين، ووجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي تنظيم الانفعال في مهارات اتخاذ القرار لصالح المرتفعين، كما وجد تأثير موجب مباشر دال لمتغيرات الشفقة بالذات وما وراء الانفعال وفاعلية الذات الانفعالية على إعادة التقييم المعرفي كأسلوب تنظيم معرفي، ووجود تأثير موجب مباشر دال لإعادة التقييم المعرفي في مهارات اتخاذ القرار. أما دراسة بسيوني (2019) فقد هدفت إلى معرفة استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى الطالبات الموهوبات في المرحلتين المتوسطة والثانوية بمدينة جدة، وأظهرت النتائج أن استراتيجية التركيز الإيجابي اكثر استراتيجية يتم استخدامها، في حين كانت أقل الاستراتيجيات استخداما هي استراتيجية الإلهاء ولم تظهر علاقة دالة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والقدرة على حل المشكلات.

كما لقى مفهوم الإفصاح عن الذات اهتمام الباحثين في مجال علم النفس؛ لكونه يعد من المتغيرات المهمة والحديثة، ويمثل دور الوسيط النفسي لتوافق الفرد وصحته النفسية ويعد محكاً لتقييم الشخصية السوية لما له من أهمية في تنمية المهارات الاجتماعية وتطويرها وتحسين علاقاته مع الآخرين، ويعرفه الباكر (1996) بأنه: "عملية الكشف عن الذات وإظهارها بحيث يتمكن الآخرون من التعرف إليها وإدراكها، ويتضمن هذا الكشف عن المشكلات الاجتماعية والنفسية والصحية والاقتصادية، والطموحات المستقبلية والآراء والاتجاهات وبعض الأسرار الخاصة" (الشاوي، 2017، 320-321).

ويعرف ليونج (Leung, 2002) إفصاح الفرد بأنه: عملية معرفية تؤثر في محتوى وعمق ما يبوح به للآخرين، فهو يحدد اولاً ما الذي يبوح به، ثم يقرر الأسلوب المناسب والشخص الذي سوف يتواصل معه (عبد الوارث وتوفيق، 2021: 182).

وتقدم صغير (2020) تعريفاً مفصلاً لماهية الإفصاح عن الذات بأنه إفشاء المعلومات المرتبطة بالذات سواء في الماضي أو الحاضر أو المستقبل لشخص آخر فيما يتعلق بالنواحي الدراسية مثل التعبير عن المستوى الاكاديمي والصعوبات الدراسية، والآراء والاتجاهات مثل التعبير عن اهتمامات الفرد ورأيه في المجالات السياسية والدينية والاجتماعية، والنواحي الشخصية مثل إفشاء المعلومات المرتبطة بالمشاعر والمعتقدات والأفكار الإيجابية أو السلبية نحو المنزل أو المدرسة والمجتمع (صغير، 2020: 243).

ويشير Jourard (1971) إلى فوائد الإفصاح عن الذات في إطار العلاقات الإنسانية، فالأفراد يعلمون مدى تشابههم ومدى اختلافهم عن بعضهم بعض من حيث الأفكار والمشاعر والآمال وردود الفعل على الماضي، كما يتعلمون احتياجات الآخر، مما يمكنهم من المساعدة له، بالإضافة إلى إمكانية الحكم على توافق الآخر أو انحرافه عن المعايير الأخلاقية (Jourard, 1971: 5).

واتفق كل من انتاكي وزملائه (Antaki, et al (2005 وبيرج وديرليجا (2020) بأن سيدني جورارد مؤسس مفهوم الإفصاح عن الذات قدمه كمفهوم إيجابي يدعم نمو الشخصية؛ حيث توصل انتاكي وزملائه (Antaki, et al , 2005) في دراسة لهم إلى أن المعاملة بالمثل في عملية الإفصاح عن الذات أو ما يطلق عليها كشف الذات واحدة من أكثر الموضوعات شيوعًا لأبحاث الكشف عن الذات في علم النفس الاجتماعي حيث وجد أن إفصاح الفرد فيما يتعلق بمشاكله أو تجربته غالبًا ما يؤدي إلى إفشاء ذاتي من قبل الشخص الآخر وهو ما جعلهم يعتبرون أن لجوء المرشد للإفصاح المدروس أمام المسترشد أكثر فائدة في تدعيم العلاقة الإرشادية من التعبيرات المعتادة من نوع أنا أفهم أو أنا أعرف ما تعانيه، أو الأشكال الأخرى من عكس المحتوى(Antaki, et al, 2005: 196).

وباستعراض الدراسات حول علاقة الافصاح عن الذات ببعض المتغيرات النفسية أظهرت دراسة كيم وآخرين (Kim, et al, 2015) أن درجة الإفصاح عبر وسائل التواصل الاجتماعي تكون أكبر كلما كانت العلاقة بين طرفي الإفصاح أضعف، في حين تخفض كمية الإفصاح للأشخاص الذين يرتبط الفرد معهم بعلاقات فعلية أقوى، وفي السياق نفسه أظهرت دراسة ما وزملائه (Ma, et al, 2016) أن الناس على استعداد للإفصاح أكثر مع الأصدقاء عبر الإنترنت، حيث يشكل ذلك مصدرا للدعم الوجداني عند الحاجة إليه، ولكن هذا الاتجاه يضعف عندما يصبح المحتوى أكثر حميمية، كم أن إخفاء الهوية يسمح بمزيد من الإفصاح عبر وسيلة التواصل، كما قام باركر وباروت (Parker & Parrott, 1995) بدراسة لفحص نماذج الإفصاح عن الذات وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية، والتي توصلت إلى ارتباط الافصاح عن الذات إيجابيا بالمساندة الاجتماعية المدركة من الأهل والأصدقاء، وان مجموعة الأفراد الراشدين الكبار (متوسطي العمر) قد فضلوا الافصاح عن الذات لدى افراد عائلتهم اكثر من اصدقائهم، بينما فضل أفراد مجموعة الراشدين الصغار الاصدقاء للإفصاح عن ذواتهم أكثر من عائلاتهم، وأن الإناث في جميع المراحل العمرية كن أكثر إفصاحاً من الذكور (النملة، 1437: 46).

وتبرز عدد من الدراسات أهمية امتلاك الفرد لمجموعة المهارات المكونة للإفصاح عن الذات تجعل لديه القدرة العالية على التعاطي بفعالية مع الظروف الضاغطة نفسياً، وفي ذات الصدد كشفت دراسة (حليم، 2021) مستوى كل من الإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي لطلبة الجامعة، ومدى تأثر النوع بالافصاح، وأظهرت أن مستوى الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي كان مرتفعاً، كما لم يوجد فروقا دالة احصائياً بين الجنسين – ذكور واناث في الإفصاح عن (المعلومات الشخصية – العلاقات الأسرية – الأنشطة والطموحات) بينما كان هناك فروق لصالح الإناث في بُعد الافصاح عن الحالات الشعورية والمزاجية لصالح متوسط درجات الاناث، في حين وجدت فروقا دالة إحصائياً في بُعد الافصاح عن الآراء والاتجاهات لصالح متوسط درجات الذكور، كما أظهرت علاقة ارتباطية سالبة بين كل من الإفصاح عن الذات وبين القلق الاجتماعي(حليم، 2021: 15). وهدفت دراسة الشاوي (2017) إلى الكشف عن العلاقة بين الإفصاح عن الذات وكل من الاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية وتوصلت الدراسة إلى ارتباط الإفصاح بعلاقة سلبية بالاكتئاب وبعلاقة إيجابية بتقدير الذات.

ويؤكد ما سبق دراسة كل من (Gibbs et al, 2011 & Joinson et al, 2010) التي كشفت أن الأفراد ذوي الافصاح المرتفع عن ذواتهم لديهم مستويات أعلى في الصحة النفسية

من الذين يفضلون التكتم وعدم البوح عن مشاعرهم وخبراتهم السلبية للآخرين وأن الإفصاح عن الذات له آثار إيجابية في خفض مشاعر الحزن والتوتر والقلق المصاحبة للخبرات الحياتية السلبية والمؤلمة، ويساعد على تنمية العلاقات الاجتماعية التي تمثل مصدراً مهماً للدعم النفسي (Gibbs et al ,2011: 82). ودراسة خالد العمري (2015) التي اكدت على وجود علاقة ارتباط سالبة بين كشف الذات والوحدة النفسية، ودراسة منصور (2017) التي اظهرت عينتها بنسبة (100%) أن الافصاح عن الذات من خلال مواقع التواصل انعكس إيجابياً على شخصيتهم في عدة نواحي؛ وأنهن أصبحن أكثر انفتاحاً وأكثر قدرة على التعبير عن آرائهن ومشاعرهن في الواقع، وبدون مواقع التواصل كما أظهرت وجود علاقة ارتباط بين كثافة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ودرجة الإفصاح عن الذات (منصور،2017: 304).

ودراسة (Anusuah.R, 2018) التي هدفت إلى الكشف عن الذات عبر الانترنت كثقافة اجتماعية (دراسة على مستخدمي فيس بوك) حيث أظهرت النتائج الاستطلاعية أن الكشف عن الذات في مواقع التواصل الاجتماعية يعد جزءًا أساسيًا من بدء الصداقات وتكوين شبكة العلاقات الاجتماعية (Anusuah.R, 2018: 11).

ودراسة (Bitna Kim, et al z, 2015) التي استعرضت كيفية كشف الأفراد العاملين في الشركات عن ذواتهم بشكل مختلف وفقا إلى قوة العلاقة في خدمة الشبكات الاجتماعية، وتوصلت إلى أن الكشف عن الذات له دور رئيسي في تطوير العلاقات، والحفاظ عليها؛ نظرا لأن العديد من الشركات تعتمد خدمات الشبكات الاجتماعية لمنصة مشاركة المعلومات التنظيمية الخاصة بها (Bitna Kim, et al, 2015, 2139).

وعلى الرغم من أهمية افصاح الفرد عن ذاته لما له من آثار ايجابية تم ذكرها، فإن هناك عدداً من المعوقات التي تجعل منه متردداً عن الافصاح خوفاً من العواقب التي قد يجنيها ويمتنع احياناً خوفاً من ظهور العيوب الخاصة به أمام الآخرين فيتردد احيانا بإظهار القصور في شخصيته أو في المهارات التي يتمتع بها أو حتى طلب المساعدة من الآخرين، حيث يعقب على ذلك مجموعة من الباحثين بأن الافصاح عن الذات له آثار سلبية في حال كان غير مناسب فهو يسيء للعلاقة مع الآخرين؛ فمن خلال الافصاح عن الخبرات الشخصية السلبية تجعلهم يتوقعون من الآخرين أن يقيموهم تقييمياً سلبياً أو يفقدون احترام الآخرين لهم، وتكشف دراسة عامر علي (2016) التي أظهرت انخفاض مستوى الإفصاح عن الذات لدى طلبة الجامعة بينما يتمتع هؤلاء الطلبة بمستوى جيد من مهارات التواصل الاجتماعي ومن ثمَ لا توجد علاقة بين الافصاح ومهارات التواصل(صغير، 2020: 252).

من زاوية أخرى مناقضه يرى(Li & Lin & Hsiu, 2011) أن إحجام الأفراد عن الإفصاح قد يكون بسبب فقدانهم مهارات التواصل لديهم وتجنب عقد صداقات مع الاخرين (عبدالوارث وتوفيق، 2022: 186).

وقد استعرضت عبدالفتاح (ب.ت) في دراستها عن ظاهرة الافصاح غير المباشر (عبر مواقع التواصل) من حيث حجم التأثير المجتمعي والميل الذاتي لدى الأفراد للإفصاح والمشاركة، ثم التعرف إلى المنافع التي قد يجنيها الأفراد نتاجاً لسلوك الإفصاح في مقابل التهديدات والمخاطر التي قد يتعرضون لها، والعوامل التي تحفز مقابل العوامل التي تحجم سلوك الإفصاح عبر المواقع، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين شعور الأفراد بالاسترخاء والاستمتاع عبر استخدام مواقع (الفيس) وبين معدل افصاحهم عن ذواتهم، في حين كلما زاد الخطر المدرك لدى الأفراد نتيجة كشف معلوماتهم على الفيس قل معدل إفصاحهم عن ذواتهم عبر الموقع نفسه، اوضحت دراسة قام بها كل من تشانج وهيو (Chang & Heo, 2014) العلاقة بين الافصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي ومخاطر اختراق خصوصية الأفراد بالقول إن المنافع المدركة من قبل الأفراد لاستخدام (فيس بوك) تخطت الاهتمام بالحفاظ على الخصوصية الشخصية من جهة وارتبطت بالفعل بمعدلات الافصاح عن الذات (chan & Heo, 2014: 80).

في حين يشير راهوفر (Rauhofer, 2008) إلى أن الحاجة إلى الشهرة والانتشار مازالا يمثلان هدفاً أقوى تأثيرا في السلوك الفعلي للأفراد مقابل الحفاظ على اسرارهم وتقديم المعلومات الوقفية والشخصية (عبدالفتاح، ب.ت: 17-31).

وأكدت دراسة كل من (Hook, at al, 2003) أهمية معرفة الفرد لمستوى افصاح الذات لديه خاصة وأن لكل فرد مستوى مختلف من الحاجة للحميمية، فبعض الأشخاص يشعرون بالارتياح عندما يتحدثون عن خبراتهم الشخصية وبعضهم يشعر بالتوتر، وهذا مؤشر على المستوى المتدني من الألفة والمودة بين الفرد والآخرين، ذلك أن انخفاض مستوى إفصاح الذات قد يؤدي إلى أن يكره الفرد نفسه وأن يشعر بالعزلة، كما يعوزه نقص التغذية الراجعة عن مدى سلامة أفكاره بالإضافة إلى الشعور بالخجل (Hook, et al, 2003: 463). وهكذا تبقى فكرة الخصوصية والبوح رهينتين لمجموعة من الانماط والمعايير والدوائر الاجتماعية التي تحدد حجم ما يمكن أن يبوح به الفرد، وحجم إدراكه للمخاطر المترتبة على ذلك من عدمها.

وبناءً على ما سبق سعت الباحثتان إلى دراسة مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات، وفحص علاقتها باستراتيجيات تنظيم الانفعالات لديهن كون هذه الاستراتيجيات بحسب نوعها الأكثر استخداما لديهن، ويمكن أن تؤثر في سلوكها وتقييمها للأحداث، والمواقف التي تمر بها انطلاقاً من العلاقة الوثيقة بين الانفعال والتفكير والسلوك، وبالتالي قد تؤثر في نوع الكمالية الذي تتبناه المتفوقة سلباً وإيجاباً، ولما لوسائل التواصل الاجتماعي من انتشار وحظوة لدى الشباب فقد استهدفتا كذلك دراسة علاقة الكمالية واستراتيجيات تنظيم

الانفعالات بمتغير الإفصاح عن الذات سواء كان هذا الإفصاح عبر العلاقات المباشرة أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

مشكلة الدراسة:

بناءً على ما تم الاطلاع عليه من دراسات سابقة كدراسة (سليمان واحمد، 2001)، (الهران، 2005)، (محمد، 2005)، (نبهان، 2010)، (مصطفى وأحمد، 2011)، (ابوهواش، 2012)، (الحوامدة وبنات، 2012) التي أشارت إلى أن الكمالية من الخصائص الشخصية المؤثرة في سلوك المتفوقين ايجابًا أو سلبًا وأن للجانب الانفعالي حضور في شخصية المتفوق لا يقل أهمية عن الجانب العقلي، وما توصلت إليه نتائج دراسات كل من (غيث والبدراين والمجالي، 2011)، (وبراهمه وبنات، 2014)، (الختلان، 2015)، (الشبلي والرمامنه، 2018) الذين اجمعوا على أن المجال النفسي هو أقل مجالات التكيف لدى المتفوقين، ومن ابرز حاجاتهم الانفعالية الحد من مشكلاتهم الانفعالية كالاحباط والملل والحساسة وفهم وتقدير الذات، علاوة على خبرة الباحثتان في ميدان العمل الارشادي الذي لوحظ من خلاله ان الطالبات المتفوقات يفضلن العمل الفردي على الجماعي والبعض منهن يسعين لتحقيق الدرجة العليا في أي تقييم، ولا تقبل دون ذلك، والبعض يعانين من مشكلة التسويف والتأجيل في انجاز المهام رغبة في الوصول الى درجة الاتقان الكاملة، والبعض لديهن مشكلات الحساسية والتأزم من مواقف النقد او المواقف المحبطة والتي تعيقها عن الاداء والانجاز، وعليه فإن مشكلة هذه الدراسة تتحدد بالإجابة عن التساؤلات التالية:

1- ما مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة؟

2- ماهي أكثر استراتيجيات تنظيم الانفعالات استخداما من قبل الطالبات المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة؟

3- ما مستوى الإفصاح عن الذات في التفاعل المباشر وجهاً لوجه وفي التفاعل غير المباشر عبر وسائل التواصل الاجتماعي لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة؟

4- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة وبين استراتيجيات تنظيم الانفعالات التي يستخدمنها ومستوى الإفصاح عن الذات لديهن؟

5- هل يمكن التنبؤ بمستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة من خلال استراتيجيات تنظيم الانفعالات المستخدمة من قبلهن ومستوى الإفصاح عن الذات لديهن؟

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية، جامعة بيشة، ودراسة علاقتها بكل من استراتيجيات تنظيم الانفعالات المستخدمة من قبلهن ومستوى الإفصاح عن الذات لديهن.

أهمية الدراسة:

استندت أهمية الدراسة من تركيزها على جوانب الرعاية الضرورية للمتفوقين وهي الرعاية النفسية والانفعالية التي لا تقل أهمية عن الرعاية التعليمية التي توليها الدول في مجتمعاتنا العربية، ولأهمية الفئة المدروسة والمتمثلة بالطالبات (المتفوقات)؛ لما يعول عليهن وما يتوقع منهن من أداءات ونتائج مميزة تنفعهن وتنفع وطنهن، مع ما تمثله خاصية الكمالية بشقها العصابي السلبي التي أشارت بعض الدراسات إلى وجودها لديهن من عائق كبير للإنجاز وتحقيق الأهداف كونها تجعل المتفوقة تنشد الكمال في أدائها بمعايير مبالغ فيها وغير واقعية وهو ما قد يوصلها إلى الإحجام عن الأداء خوفا من الفشل أو عدم الوصول للأداء الأكمل، وعليه فإن التعرف إلى مستوى الكمالية ودراسة بعض الخصائص النفسية ذات الصلة مثل تنظيم الانفعالات والافصاح عن الذات يمكن أن تسهم بتوجيه انتباه المجتمع بمن فيهم الأسرة والمعلمين بأن لدى المتفوقين مشكلات مختلفة عن العاديين قد تؤثر في موهبتهم مستقبلاً، كما يتوقع أن تقدم نتائج البحث معلومات تفيد الأخصائيين لتأسيس برامج إرشادية توجه نحو هذه الفئة المميزة والمهمة من بناتنا الطالبات وتركيزها على أحد جوانب الرعاية الضرورية للمتفوقين وهي الرعاية النفسية والانفعالية التي لا تقل أهمية عن الرعاية التعليمية والاجتماعية.

حدود الدراسة:

تمثلت الحدود الموضوعية بدراسة الكمالية وعلاقتها باستراتيجية تنظيم الانفعالات والافصاح عن الذات لدى الطالبات المتفوقات دراسياً في جامعة بيشه، كما تحدد بالحدود البشرية بطالبات كلية التربية لأقسام: علم النفس والطفولة المبكرة ورياض الاطفال، وبالحدود الزمانية للعام 1439– 1440هـ.

مصطلحات الدراسة:

ورد في هذه الدراسة عدد من المصطلحات يمكن تعريفها كما يلي:

الكمالية:

يعرفها سكولر (1999) بأنها: "الأفكار والسلوكيات التي ترتبط بمستويات ومعايير عالية للأداء والآمال والتوقعات بالنسبة للأداء، والكمالية قد تكون سوية وصحية أو قد تكون عصابية لا سوية تسبب قصوراً وظيفياً للفرد". (أرنوط، 2015: 35).

كما يُعرف ستوبر وآخرون (Stoeber et al, 2007) الكمالية بأنها: "سمة من سمات الشخصية تتسم بالسعي نحو عدم الوقوع في الأخطاء، ووضع معايير عالية جداً للأداء، والميل نحو التقديم النقدي الشديد لسلوك الفرد" (بنهان، 2010: 655).

ويعرفها منصور (2012) بأنها: "وضع مستويات مرتفعة للأداء، والكفاح لإنجاز هذه المستويات مع خلوها من الأخطاء" (منصور، 2012، 75).

وتتبنى الباحثتان تعريف شند وعبدالمنعم وصالحين (2017) كونهما أعتمدتا مقياسهم في قياس الكمالية، حيث يعرفونها بأنها: رغبة الفرد المستمرة في تحقيق أعلى مستويات الأداء مدفوعا بحاجته إلى استحسان الآخرين له وتجنب نقدهم نتيجة لأفكار وسواسية تسلطية بداخله وتتضمن شقين أحدهما تكيفي وآخر لا تكيفي (شند وآخرون، 2017، 438).

تنظيم الانفعالات:

يعرف جروس Gross تنظيم الانفعالات بأنها: "العمليات التي نؤثر بها في انفعالاتنا عندما نمر بها والكيفية التي نخبر بها عن هذه الانفعالات، ويركز على اثنتين من الاستراتيجيات وهما إعادة التقويم وتعرف بأنها: الاستراتيجية التي تأتي في وقت مبكر من توليد الانفعال وتتكون من تغيير الطريقة التي يتم بها تفسير الموقف بهدف تقليل تأثيره الانفعالي، والاستراتيجية الأخرى هي القمع والتي تأتي في وقت لاحق من عملية توليد الانفعال وتمنع إظهار العلامات الخارجية للمشاعر الداخلية" (الحلفي وجابر، 2015: 184)

وتتبنى الباحثتان تعريف عراقي (2014) كونهما اعتمدتا القائمة التي أعدها لقياس تنظيم الانفعالات، حيث يعرف تنظيم الانفعال بأنه تلك العملية المتصلة بالتعديل والتأثير في متى وكيف يتم التعبير عن الانفعالات الخاصة، وكيف يتم معايشة تلك الانفعالات. ويشمل ذلك كل الانفعالات الشعورية واللاشعورية السلبية والموجبة على حد سواء. وتتضمن استراتيجيتين هما:

1- إعادة التقييم المعرفي، حيث يتم إعادة تقييم المواقف المستقبلة أو الحاضرة بحيث يتم تغيير التأثير الانفعالي. وتشمل تغيير وإعادة صياغة طريقة تفكير الفرد حول الموقف والانفعال لتنظيم تأثيرهما.

2- قمع التعبير الانفعالي، وهي إستراتيجية متمركزة حول الاستجابة، حيث تكون الاستجابة السلوكية أو التعبيرات الانفعالية حول الموقف أو بشكل غير ظاهر للآخرين. وتنطوي على تغيير أو منع العلامات السلوكية الجسمية وتعبيرات الوجه الانفعالية (عراقي،2014، 7).

الإفصاح عن الذات:

عرفه جورارد (1971) بأنه: عملية جعل الذات معروفة للأشخاص الآخرين عن طريق البوح بمعلومات شخصية. الجاجان ونحيلي (2016)، وعرَّف الإفصاح الذاتي بأنه: مدى

استعداد الأشخاص لمشاركة المعلومات مع الآخرين بغض النظر عن مستوى معرفتهم، بما في ذلك الكشف عن الأفكار والمشاعر والتجارب الشفهية أو الضمنية للآخرين (الجاحان ونحيلي، 2016: 116).

وعرفه Dindia (2000) بأنه: مدى استعداد الأشخاص لمشاركة المعلومات مع الآخرين بغض النظر عن مستوى العلاقة معهم، بما في ذلك كشف الأفكار والمشاعر والتجارب الشفهية أو الضمنية للآخرين(Shen, 2015: 277).

وتعرفه الباحثتان بأنه إقدام الفرد على البوح بمعلومات وأفكار ومشاعر متعلقة به وبخبراته وتجاربه الذاتية أمام الأفراد الآخرين حتى ممن ليسوا على علاقة حميمة معه، وكلما زادت درجة خصوصية هذه المعلومات كان الفرد مفصحا عن ذاته أكثر.

المتفوقات دراسياً:

عرفت وزارة التربية الأمريكية المتفوقين (1997) بأنهم: أولئك الذين يظهرون أداءً عالياً، وتحصيلاً مرتفعا وإمكانيات وقدرات في المجالات التالية: (قدرة عقلية عامة، استعداد أكاديمي خاص، إبداع وتفكير منتج، قدرة قيادية، قدرة بصرية وأدائية، قدرة نفس حركية). (القريطي، 2005: 81).

كما يعرف زحلوق (2001) التفوق الأكاديمي بأنه: "الارتفاع الملحوظ في التحصيل أو الإنجاز الدراسي فوق المتوسطين من الأقران" (البلاح، 2015: 28).

وتعرف الباحثتان المتفوقات إجرائياً بأنهن: الطالبات اللواتي حققن معدلاً دراسياً تراكمياً قدره 85% فأعلى للعام الجامعي 1439/ 1440هـ.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

مجتمع الدراسة: تمثل مجتمع الدراسة في طالبات كلية التربية جامعة بيشة المتفوقات في أقسام رياض أطفال، وعلم نفس، والطفولة المبكرة (محك التفوق الذي تم اعتماده هو المعدل التراكمي 4.5 الذي يقابل تقدير ممتاز) والبالغ عددهن (181) مقسمات وفق الجدول (1).

الجدول(1): توزيع مجتمع الدراسة تبعاً للأقسام

القسم	رياض الأطفال	علم النفس	الطفولة المبكرة
العدد	93	32	56

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من عدد (137) طالبة متفوقة ممن استجبن على أدوات الدراسة الثلاث، حيث تم إعداد صورة إلكترونية من الأدوات وبعثت لجميع الطالبات المتفوقات اللواتي تم العثور على أرقام تلفوناتهن عبر إدارة القبول والتسجيل في الكلية من خلال أخذ كشوفات بجميع طالبات الكلية مع أرقام التلفونات ثم فرز الطالبات المتفوقات وفقاً لمحك التفوق المحدد "المعدل التراكمي 4.5 الذي يقابل تقدير ممتاز" وأرسل إليهن رابط الأدوات الإلكتروني مع رسالة توضيحية لهدف الدراسة وهوية الباحثة والتأكيد على سرية الاستجابات وعدم استخدامها في غير أهداف البحث العلمي.

علماً بأن مجتمع الدراسة كاملاً كان مستهدفاً وفارق العدد ناتج عن أحد العوامل الآتية:

1- عدم وجود رقم هاتف أمام اسم الطالبة.

2- الرقم المسجل ليس رقم هاتف الطالبة وإنما رقم أحد أفراد أسرتها.

3- الرقم الموجود قديم ولم يعد مستخدماً.

4- اعتذار الطالبة عن الاستجابة.

وبناء على ما سبق استقرت العينة على عدد 137 طالبة موزعات على أقسام الكلية كما هو موضح في الجدول (2).

الجدول(2): توزيع عينة الدراسة تبعاً للأقسام

القسم	رياض الأطفال	علم النفس	الطفولة المبكرة
العدد	73	29	35

أدوات الدراسة:

1- مقياس الكمالية لشباب الجامعة، إعداد سميرة شند وآخرين (2017) تكييف الباحثة الأولى على البيئة السعودية.

تكون المقياس من (26) عبارة توزعت على (4) أبعاد فرعية هي المعايير المرتفعة للأداء وتمثل في (4عبارات) والحاجة إلى الاستحسان وتمثل في (7عبارات)، والحساسية للنقد وتمثل في (8عبارات)، والأفكار الوسواسية وتمثل في (7عبارات)، وكان مقياس الإجابة ثلاثياً: (موافق، أحياناً، غير موافق) وأعطيت هذه البدائل الدرجات (1، 2، 3)، واحتوى المقياس على عبارتين سالبتين يتم تصحيحهما بطريقة عكسية، وقد تمتع المقياس بخصائص صدق وثبات أكدت كفاءته والثقة في نتائجه.

ولغرض استخدامه في الدراسة قامت الباحثة الأولى بفحص خصائصه السيكومترية التي كانت على النحو الآتي:

صدق الاتساق الداخلي: تم حساب ارتباط الفقرات بأبعادها الفرعية والبعد الكلي للمقياس فكانت كل الفقرات مرتبطة ارتباطًا دالاً بأبعادها الفرعية وبالدرجة الكلية ماعدا الفقرات (8، 18، 26) فكان القرار بحذف هذه الفقرات كما هو موضح في جدول (3).

الجدول(3) معاملات ارتباط فقرات مقياس الكمالية بأبعاده الفرعية والبعد الكلي

رقم الفقرة	الارتباط بالبعد الفرعي	الارتباط بالبعد الكلي
1	0.678 **	0.592 **
2	0.440 **	0.380 **
3	0.524 **	0.544 **
4	0.624 **	0.423 **
5	0.585 **	0.548 **
6	0.704 **	0.644 **
7	0.695 **	0.463 **
8	0.238 **	0.057
9	0.674 **	0.525 **
10	0.598 **	0.482 **
11	0.441**	0.234 **
12	0.570 **	0.531 **
13	0.490 **	0.472 **
14	0.601 **	0.337 **
15	0.681 **	0.547 **
16	0.530 **	0.449 **
17	0.475 **	0.214*
18	0.594 **	0.070
19	0.766 **	0.327 **
20	0.723 **	0.603 **
21	0.480 **	0.407 **
22	0.426 **	0.268 **
23	0.601 **	0.514 **
24	0.635 **	0.566 **
25	0.345 **	0.255 **
26	0.355 **	0.160

وفيما يلي يعرض جدول (4) ارتباطات الأبعاد الفرعية للمقياس ببعضها وبالدرجة الكلية:

جدول (4): معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية ببعضها وبالدرجة الكلية

البعد	المعايير المرتفعة للأداء	الحاجة إلى الاستحسان	الحساسية للنقد	الأفكار الوسواسية	الكمالية كدرجة كلية
المعايير المرتفعة للأداء	1	0.330**	0.314**	0.201*	0.482**
الحاجة إلى الاستحسان	0.330**	1	0.677**	0.265**	0.855**
الحساسية للنقد	0.314**	0.677**	1	0.448**	0.855**
الأفكار الوسواسية	0.201*	0.265**	0.448**	1	0.635**
الكمالية كدرجة كلية	0.482**	0.855**	0.855**	0.635**	1

****دالة عند مستوى دلالة0.01، *دالة عند مستوى دلالة 0.05**

ومن خلال الجدول (4) يتضح أن جميع الأبعاد الفرعية ترتبط بالمجال الكلي ارتباطاً دالاً عند مستوى دلالة 0.01 كما أنها ترتبط ببعضها بعضا بشكل دال ما بين مستويات دلالة 0.01 لمعظمها ومستوى دلالة 0.05 لبعضها، وبشكل عام يمكن القول ان المقياس يتمتع بقدر مناسب من الاتساق الداخلي.

ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل وللأبعاد الفرعية فكانت معاملات الثبات بعد حذف الفقرات التي كان بقاؤها يخفض الثبات وهي الفقرات: (8، 18، 26) وهي نفس الفقرات التي حذفت في الاتساق الداخلي وهو ما دعم قرار حذفها كما هو موضح في الجدول (5).

جدول (5): معاملات الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ

البعد	المعايير المرتفعة للأداء	الحاجة للاستحسان	الحساسية للنقد	الأفكار الوسواسية	الدرجة الكلية للمقياس
معامل الفا كرونباخ	0.381	0.766	0.629	0.525	0.825

وبفحص القيم المحسوبة للثبات بمعامل الفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول (5) نجد أنها قيم مطمئنة على ثبات القائمة، وإن وجدت بعض القيم بالنسبة للأبعاد الفرعية تبدو منخفضة إلا أنه يمكن إرجاع ذلك الى قلة عدد الفقرات في البعد الفرعي خصوصا بعد حذف الفقرات، وبموجب المعالجات سابقة الذكر أصبح المقياس في صورته النهائية يتمتع بمعاملات صدق وثبات مناسبين لاستخدامه في الدراسة.

2- قائمة تنظيم الانفعالات إعداد كروس وجون(2003) تعريب وتقنين صلاح الدين عراقي (2014) تكييف (الباحثة الأولى) على البيئة السعودية.

وتهدف القائمة إلى تقييم الفروق الفردية في عمليات تنظيم الانفعال من خلال الاستخدام المعتاد لاستراتيجيتي تنظيم الانفعال: إعادة التقييم المعرفي للانفعالات وقمع التعبير الانفعالي تتكون القائمة من 10 مفردات موزعة على النحو الآتي:

1- البعد الأول: إعادة التقييم المعرفي ويتكون من (6) عبارات.

2- البعد الثاني: قمع التعبير الانفعالي ويتكون من (4) عبارات.

وتتدرج الاستجابة في النسخة الأصلية للقائمة على العبارات في مقياس سباعي يبدأ من لا يحدث بشدة (1) إلى يحدث بشدة (7) وبعد أن قام الباحث بتعريب القائمة قام بتغيير تدرج الاستجابة إلى مقياس خماسي يبدأ من لا أوافق بشدة (1) وينتهي ب أوافق بشدة (5)، ويتم تجميع درجات المفحوص على كل بعد على حده.

وقد تم حساب الصدق الثبات للقائمة فكانت مؤشراتهما تدل على تمتع القائمة بدرجة عالية من الاتساق الداخلي والثبات، ولغرض استخدامه في الدراسة قامت الباحثة الأولى بفحص خصائصه السيكومترية فكانت على النحو الآتي:

صدق الاتساق الداخلي: تم حساب ارتباط الفقرات بأبعادها الفرعية فكانت كل الفقرات مرتبطة ارتباطاً دالاً ببعدها الفرعي، عدا الفقرات (2، 4) فكان القرار بحذف هذه الفقرات كما هو موضح في الجدول (6).

الجدول (6): معاملات ارتباط فقرات قائمة تنظيم الانفعالات بأبعاده الفرعية والبعد الكلي

الفقرة	البعد الفرعي الذي تنتمي اليه الفقرة	الارتباط بالبعد
1	إعادة التقييم المعرفي	0.698 **
2	قمع التعبير الانفعالي	0.036
3	إعادة التقييم المعرفي	0.577 **
4	قمع التعبير الانفعالي	0.043
5	إعادة التقييم المعرفي	0.555 **
6	قمع التعبير الانفعالي	0.721 **
7	إعادة التقييم المعرفي	0.677 **
8	إعادة التقييم المعرفي	0.704 **
9	قمع التعبير الانفعالي	0.640 **
10	إعادة التقييم المعرفي	0.737 **

**دالة عند مستوى دلالة 0.01

وفيما يلي يعرض جدول (7) ارتباطات الأبعاد الفرعية للمقياس ببعضها وبالدرجة الكلية:

جدول (7): معاملات ارتباط الابعاد الفرعية لمقياس تنظيم الانفعالات ببعضها والدرجة الكلية

البعد	إعادة التقييم المعرفي	قمع التعبير الانفعالي
إعادة التقييم المعرفي	1	0.249**
قمع التعبير الانفعالي	0.249**	1

**دالة عند مستوى دلالة 0.01

ومن خلال الجدول (7) يتضح ان البعدين الفرعيين للمقياس يرتبطان ببعضهما ارتباطاً دالاً عند مستوى دلالة 0.01 وبشكل عام يمكن القول أن المقياس يتمتع بقدر مناسب من الاتساق الداخلي.

ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ لبعدي المقياس فكانت معاملات الثبات كما في جدول (8) بعد حذف الفقرات التي كان بقاؤها يخفض الثبات وهي الفقرات (4,2) وهما نفس الفقرات التي حذفت في الاتساق الداخلي وهو ما دعم قرار حذفهما.

جدول (8): معاملات الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ

معامل الثبات	إعادة التقييم المعرفي	قمع التعبير الانفعالي
معامل الفا كرونباخ	0.730	0.492

وبفحص القيم المحسوبة للثبات بمعامل الفا كرونباخ في الجدول (8) نجد أنها قيم مطمئنة على ثبات القائمة ولا شك انها منخفضة بعض الشئ لكن قلة عدد الفقرات في هذا البعد قد يكون سبباً في هذا الانخفاض، وبموجب المعالجات سابقة الذكر أصبحت القائمة في صورتها النهائية تتمتع بمعاملات صدق وثبات مناسبين لاستخدامه في الدراسة ومكونه من(8) فقرات.

3- مقياس الإفصاح عن الذات في (مواقف التفاعل المباشرة، وفي مواقف التفاعل عبر السوشيال ميديا) من إعداد الباحثتان.

لغرض بناء المقياس قامت الباحثتان بالاطلاع على التراث النظري المتعلق بالإفصاح عن الذات، حيث تم الاطلاع على عدة مقاييس منها:

– مقياس الإفشاء عن الذات – جمال محمد الباكر، القاهرة (1997).

– مقياس تقدير الذات عبر الفيس بوك – جوزيف والتر وزملائه (2001).

– مقياس الافصاح عن الذات – حسناء منصور (2017).

وبعد الاطلاع على ما سبق قامت الباحثتان بصياغة عبارات المقياس وبلغت (17) عبارة، كما تم إعداد صورتين للمقياس فيهما نفس العبارات مع اختلاف مقياس الاستجابة بحسب كون الإفصاح يتم في مواقف تفاعل مباشرة أو مواقف تفاعل غير مباشرة، فتتم الاستجابة وفقًا للمقياس الموضح في النموذج الآتي:

بدائل الاستجابة على مقياس الافصاح عن الذات

م	العبارة	في مواقف التفاعل المباشر (وجهاً لوجه)					في مواقف التفاعل غير المباشر (عبر وسائل التواصل الاجتماعي فيسبوك، واتساب، تويتر، سناب شات ....)				
		دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً

وقد تمت صياغة كل فقرات المقياس بصياغة إيجابية تعبر عن الإفصاح العالي عن الذات، بحيث يتم تصحيح البديل دائمًا (5) درجات وللبديل أبداً (1) درجة واحدة عدا عبارتين تمت صياغتهما بطريقة سلبية فيتم تصحيحهما بطريقة عكسية.

صدق الاتساق الداخلي: تم حساب ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس فكانت كل الفقرات مرتبطة ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية عدا الفقرات: (13، 15، 16، 17) فكان القرار بحذف هذه الفقرات كما هو موضح في الجدول (9).

الجدول (9): معاملات ارتباط فقرات مقياس الافصاح عن الذات بأبعاده الفرعية والبعد الكلي

رقم الفقرة	الارتباط بالدرجة الكلية لجزء المقياس للتفاعل المباشر	الارتباط بالدرجة الكلية لجزء المقياس للتفاعل غير المباشر
1	0.633**	0.673**
2	0.639**	0.646**
3	0.606**	0.635**
4	0.414**	0.539**
5	0.549**	0.559**
6	0.490**	0.556**
7	0.591**	0.564**
8	0.630**	0.574**
9	0.584**	0.551**
10	0.630**	0.578**
11	0.683**	0.677**
12	0.635**	0.616**
13	0.152	0.079
14	0.458**	0.451**
15	0.036	0.231**
16	0.068	0.269**
17	0.177	0.035

دالة عند مستوى دلالة0.01

ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ للمقياس فكانت معاملات الثبات بعد حذف الفقرات التي كان بقاؤها يخفض الثبات وهي الفقرات: (13، 15، 16، 17) وهي الفقرات نفسها التي حذفت في الاتساق الداخلي وهو ما دعم قرار حذفها كما هو مبين في الجدول (10).

جدول (10): معاملات الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ

معامل الفا كرونباخ	لمقياس الإفصاح بطريقة مباشرة	لمقياس الإفصاح بطريقة غير مباشرة
	0.846	0.840

نتائج الدراسة ومناقشتها:

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم معالجة البيانات باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وقد وكانت النتائج على النحو الآتي:

1- الإجابة عن السؤال الأول ومناقشته:

نص السؤال الأول على "ما مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية، جامعة بيشة؟" وللإجابة عنه تم استخدام الاختبار التائي لعينة ومجتمع لحساب دلالة الفروق بين المتوسط الفرضي للمقياس لدرجته الكلية ولدرجات أبعاده الفرعية وبين متوسطات العينة للمقياس ككل وللأبعاد الفرعية فكانت النتيجة كما هي موضحة في الجدول(11).

جدول (11) الاختبار التائي لعينة ومجتمع لتحديد مستوى الكمالية لدى المتفوقات للدرجة الكلية ولدرجات الأبعاد الفرعية.

المجال	متوسط العينة	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
المعايير المرتفعة للأداء	5.058	4	0.905	13.680	136	0.000	الفرق دال
الحاجة للاستحسان	13.080	14	3.305	-3.257-	136	0.001	الفرق دال
الحساسية للنقد	13.058	16	2.622	-13.128-	136	0.000	الفرق دال
الأفكار الوسواسية	11.408	14	2.411	-12.575-	136	0.000	الفرق دال
الكمالية كدرجة كلية	41.321	46	7.033	-7.786-	136	0.000	الفرق دال

يتضح من الجدول (11) أن هناك فرقاً دالاً إحصائياً عند مستوى دلالة 0.001 أو أقل بين متوسطات العينة والمجتمع على الدرجة الكلية لمقياس الكمالية وعلى درجات الأبعاد الفرعية للمقياس، وكانت الفروق باتجاه متوسطات المجتمع، حيث كانت قيمها أكبر من قيم متوسطات المجتمع للمقياس للكل وللأبعاد الفرعية الثلاثة: (الحاجة للاستحسان، الحساسية للنقد، الأفكار الوسواسية)، وهو ما يعني انخفاض مستوى الكمالية لعينة الدراسة من متفوقات كلية التربية جامعة بيشة سواء بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس أو لدرجات الأبعاد الفرعية الثلاثة، في حين كان الفرق في البعد الفرعي الرابع (المعايير المرتفعة للأداء) باتجاه متوسط

العينة، حيث كانت قيمته أكبر من قيمة متوسط المجتمع، وهو ما يعني أن المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة لديهن معايير مرتفعة للأداء مقارنة بمجتمع الدراسة؛ أي أن لديهن قدراً من الكمالية في هذا البعد، وتأتي هذه النتيجة متسقة مع ما ذكره القريطي (2005)، من أن الكمالية لدى الموهوبين عقليا وهم المتفوقون دراسيا يميلون لأن يكونوا مثاليين أو كماليين فيما يتعلق بدرجاتهم في المدرسة وقدراتهم الأكاديمية(القريطي، 2005، 137)، وهذا بالفعل ما لاحظته الباحثة الأولى في أوساط الطالبات المتفوقات من حرص على الوصول إلى الدرجة الكاملة في الاختبار وعدم تقبل أي نقص في الدرجة حتى وإن كان هناك خطأ فالكثيرات لا يقتنعن بأن هناك خطأ ويجادلن، وإن أقررن بالخطأ فيجادلن في مقدار ما يستحقه من درجه ويلححن في طلب تعويض وتحسين بتكليف أو إعادة اختبار، بل إن بعض المتفوقات يحرصن على أن يبدأن أول محاضرة بالنقاش مع الأستاذة حول الدرجات وضرورة حصولهن على المعدل الكامل لأنهن تعودن على ذلك في الثانوية ولا يردن أن ينقصن.

وقابلت الباحثة الأولى عدة حالات إرشادية لمتفوقات لديهن مشكلات قلق اجتماعي وإحجام عن المشاركة في الأنشطة الصفية بسبب المعايير المرتفعة في الأداء، وتصنيف موقف المشاركة بأنه موقف تقييم للذات من الأساتذة والزميلات، وحيث إن المطلوب معايير عالية ينشأ قلق من عدم الوصول إلى هذه المعايير، وقابلت الباحثة الأولى حالات لمتفوقات تحرص في إجابتها عن السؤال المطروح في الاختبار على ذكر كل ما تعرفه عن النقطة موضوع السؤال دون الالتزام بحدود السؤال، وهو ما يمكن تفسيره بالمعايير المرتفعة للأداء والرغبة في اكتماله من ناحية، ووجود قدر من الأفكار الوسواسية التي تدفع هؤلاء الطالبات إلى التشكك في قدرتهن على تمييز المطلوب تحديداً فتكتب كل ما تعرفه عن الموضوع وإن كان بعد الأفكار الوسواسية لم يكن دالاً إلا إنه يظهر لدى بعض المتفوقات.

ويمكن تفسير بروز الكمالية في بعد (المعايير المرتفعة في الأداء) لدى الطالبات المتفوقات بالتوقعات العالية التي يضعنها لأنفسهن بسبب التوقعات العالية للآباء وخاصة في المجتمعات العربية التي لا تُعنى كثيرا بموضوع الفروق الفردية والاهتمام بالميول والقدرات، وهذا الصنف من الآباء يسهمون في كثير من الحالات إلى تعميق توجههن ونزعتهن الكمالية عندما يحثونهن باستمرار على الأداء المرتفع، ويدفعونهن دفعاً وبشتى الطرائق إلى الاتقان الكامل؛ مما يعرضهن لضغوط مستمرة، ويولد لديهن خوفاً متزايداً من الفشل، وهذا ما أشارت إليه دراسة عسيري (2006) بأن أساليب تربية الوالدين وتوقعاتهم العالية قد تكون سبباً من الأسباب المهمة في حدوث الكثير من المشكلات النفسية لدى الطلبة المتفوقين، وأن إدراك الطالب لصورة والديه تؤثر في شخصيته وأدائه الأكاديمي.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه بعض الدراسات والأبحاث لكل من (Silverman,1999)، منصور (2012)، ودراوشه (2013)، وعبد العزيز(2016)، وديـاب (2018)، والكناني (2019) التي ترى في مجملها أن الكمالية الإيجابية من المظاهر النمائية في نمو شخصية المتفوق، وأنها ليست سلبية بالمطلق بل تحتوي على جانب إيجابي تحفزه لتحقيق الأهداف ودراسة Stricher (2020) التي أظهرت عدم ظهور مؤشرات الكمالية اللاتكيفية لدى الموهوبين.

في حين اختلفت مع نتائج دراسات جيمس (James, 1994)، السليمان (2003)، بنهان (2010)، وموسى (2016) والتي أشارت جميعها إلى وجود نزعة كمالية متطرفة لدى الطلاب المتفوقين وقد يعود هذا الاختلاف إلى الطبيعة العصابية لأبعاد الحاجة للاستحسان والحساسية للنقد والأفكار الوسواسيه وبالتالي فقد تكون الكمالية التي لدى الطالبات باتجاه الشكل السوي منها وليس ذلك الاتجاه العصابي، كما قد تكون هذه النتيجة راجعه كون الطالبات دراسات لعلم النفس وميزن ذلك فكانت استجاباتهن تميل للمرغوبية الاجتماعية.

الإجابة عن السؤال الثاني ومناقشته:

نص السؤال الثاني: "ما هي أكثر استراتيجيات تنظيم الانفعالات استخداماً من قبل الطالبات المتفوقات في كلية التربية، جامعة بيشة؟" وللإجابة عنه تم استخدام الاختبار التائي لعينة ومجتمع لحساب دلالة الفروق بين المتوسط الفرضي ومتوسطي درجات العينة للأبعاد الفرعية لمقياس تنظيم الانفعالات فكانت النتيجة كما هي موضحة في الجدول(12):

جدول (12): الاختبار التائي لعينة ومجتمع لتحديد استراتيجيات تنظيم الانفعالات الأكثر شيوعاً لدى المتفوقات

المجال	متوسط العينة	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
استراتيجيات إعادة التقييم المعرفي	21.416	18	3.818	10.470	136	0.000	الفرق دال عند 0.001
استراتيجيات قمع التعبير الانفعالي	6.328	6	1.680	2.287	136	0.024	الفرق دال عند 0.05

وبفحص الجدول (12) نجد أن الفروق بين متوسطات العينة والمجتمع دالة لكلا النوعين من استراتيجيات تنظيم الانفعالات وكانت الفروق باتجاه متوسطات العينة حيث كانت متوسطات العينة أكبر من متوسطات المجتمع وهذا يعني أن عينة المتفوقات أكثر استخداما لكلا النوعين من استراتيجيات تنظيم الانفعال: (إعادة التقييم المعرفي، قمع التعبير الانفعالي) مقارنة بالمجتمع، وهو ما يدل على أنهن يعملن على التعامل مع الانفعالات باستراتيجيات متنوعة وبحسب ما يقتضيه الموقف، وما تسمح به الظروف المحيطة بهن، وإن كان استخدامهن لاستراتيجيات إعادة التقييم المعرفي أكثر دلالة وهو ما يتلاءم مع مستواهن العقلي إلاّ أنهن قد يلجأن أحيانًا لاستخدام استراتيجيات القمع المعرفي عندما يقتضي الموقف ذلك وهو أمر متوقع فليست كل المواقف تسمح بالمواجهة والتعبير الصريح عن الانفعال أو

تغييره باتجاه إيجابي لذا يظهر السلوك الذكي المتوقع من المتفوقات باستخدام القمع الانفعالي وعدم المواجهة الانفعالية.

ايضاً يمكن أن تكون حاجتهن لاستخدام هذه الاستراتيجيات تأتي لمواجهة بعض الضغوط الدراسية أو الأسرية أو المجتمعية والنابعة من شعورهن بالاختلاف وعدم تفهم حاجاتهن المعرفية والوجدانية والاجتماعية سببا آخر يضاف الى ذلك كون أفراد العينة من الاناث، وهن أكثر عرضة للقلق وهذا ما أثبتته معظم الدراسات التي تم الاطلاع عليها كدراسة جروسبرج وورين (Grossbarg & Worene, 1990) بأنه كلما تمتع الموهوبون والمتفوقون بالذكاء الأكاديمي ارتفع معدل القلق لديهم (البلاح، 2015: 68)، وما توصلت إليه دراسة البلاح (2015) إلى وجود فروق دالة إحصائياً في استخدام الموهوبين الذكور والإناث لاستراتيجيات مواجهة الضغوط الاجتماعية الناتجة عن تميزهم لصالح الذكور.

2- الإجابة عن السؤال الثالث ومناقشته:

نص السؤال الثالث: "ما مستوى الإفصاح عن الذات في التفاعل المباشر وجهاً لوجه وفي التفاعل غير المباشر عبر وسائل التواصل الاجتماعي" لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية، جامعة بيشة؟ وللإجابة عنه تم استخدام الاختبار التائي لعينة الدراسة ومجتمعه لحساب دلالة الفروق بين المتوسط الفرضي للمقياس ببعديه: (الإفصاح في التفاعل المباشر، الإفصاح في التفاعل غير المباشر) وبين متوسطي العينة فكانت النتيجة كما هي في الجدول (13).

جدول (13): الاختبار التائي لعينة ومجتمع لتحديد مستوى الإفصاح المباشر وغير المباشر لدى المتفوقات

المجال	متوسط العينة	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
مستوى الإفصاح المباشر	35.854	39	8.746	-4.210-	136	0.000	الفرق دال
مستوى الإفصاح غير المباشر	33.474	39	9.225	-7.010-	136	0.000	الفرق دال

وبفحص الجدول (13) نجد أن الفرق بين متوسطي العينة والمجتمع لنوعي الإفصاح المباشر وجها لوجه وغير المباشر عبر وسائل التواصل الاجتماعي هو فرق دال باتجاه متوسط المجتمع، حيث كان متوسط المجتمع في الحالتين أكبر من متوسط العينة وهو ما يدل على أن مستوى إفصاح عينة المتفوقات منخفض مقارنة بمستوى إفصاح المجتمع، والنتيجة متوقعه كون المجتمع السعودي كما هو حال بقية المجتمعات العربية مجتمعاً محافظاً وهو أكثر محافظة بالنسبة للإناث، وفي المجتمعات المحافظة هناك محاذير كثيرة تعطى للفتيات حول مخاطر كشف الذات أو الانفتاح الكامل على الآخر ترسيخاً لأهمية أن تصون الفتاة نفسها وأسرارها وأمورها الشخصية، والمبالغة في هذه التحذيرات قد تقود الطالبات إلى التكتم وعدم الإفصاح حتى في الأحوال التي لا ضرر فيها من الإفصاح كون الإفصاح عن الذات في حدود معينة هو من مدعمات الصحة النفسية. حيث اتفقت هذه

النتيجة مع دراسة عامر (2016) التي أشارت إلى انخفاض مستوى الإفصاح لدى طلاب الجامعة رغم امتلاكهم مهارات التواصل (صغير، 2020: 252)، كذلك من الأسباب التي قد تجعل المتفوق عموما لا يُفصح عن ذاته هو الخوف من النقد، ويكثر لدى المراهق خوفاً من فقدان شخصيته، حيث إنه في هذه المرحلة تزداد رغبتهم في الاعتماد على أنفسهم واتخاذ قراراتهم الخاصة دون الرجوع للوالدين او أي مرجعية، وهذا ما أكدته دراسة (Bitna Kim, et al, 2015)، في حين اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة محمد (2020) في الجانب الذي أظهر وجود علاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات، حيث أظهر أفراد العينة كمالية سوية مقابل عدم الإفصاح عن الذات، واتفقت في جانب آخر مع دراسة حليم (2021) بأن هناك فروقاً دالة بين كل من الذكور والإناث في إخفاء الذات، وذلك باتجاه الإناث وتحديداً في بُعد الإفصاح عن الحالات الشعورية والمزاجية.

وللمقارنة بين مستوى الإفصاح لدى الطالبات المتفوقات في موقفي التفاعل المباشر والتفاعل غير المباشر تم حساب المتوسط والانحراف المعياري ومقارنتهما بالمتوسط المرجح لكل فقرة من فقرات المقياس لنوعي الإفصاح كما هو موضح في الجدول (14).

جدول (14) المتوسط والانحراف المعياري ومقارنتهما بالمتوسط المرجح لفقرات مقياس الإفصاح عن الذات المباشر وغير المباشر

الفقرة	التفاعل المباشر وجها لوجه			التفاعل غير المباشر عبر وسائل التواصل الاجتماعي		
	المتوسط	الانحراف المعياري	مقياس الاستجابة	المتوسط	الانحراف المعياري	مقياس الاستجابة
أشارك الآخرين مشاعري وانفعالاتي وخبراتي بشكل دقيق.	3.02	1.128	أحيانا	2.81	1.258	احيانا
اكشف للآخرين مشاعري الخاصة بصدق وإخلاص.	3.14	1.255	أحيانا	2.93	1.321	احيانا
أفصح عن نفسي وأموري الخاصة بانفتاح الكامل.	1.82	0.994	نادرا	1.82	1.163	نادرا
اعبر عن مشاعري وانفعالاتي بشكل يبين معرفتي الدقيقة بذاتي.	3.34	1.121	أحيانا	3.07	1.244	احيانا
أكشف الأشياء الحميمة والشخصية عن نفسي دون تردد.	2.01	1.283	نادرا	1.97	1.194	نادرا
اكشف للآخرين خبراتي الخاصة بصدق وإخلاص.	3.62	1.106	غالبا	3.37	1.150	احيانا
عندما أتحدث قد أكشف معلومات خاصة عن نفسي دون قصد.	2.48	1.138	نادرا	2.03	1.091	نادرا
أناقش مشاعري الخاصة عندما أتحدث مع الآخرين.	2.48	1.065	نادرا	2.48	1.065	نادرا
عندما أتحدث أكون عاطفياً ومنفتحاً كما أنا بالفعل.	3.40	1.197	غالبا	3.18	1.250	احيانا
عندما أبدأ في الإفصاح عن نفسي قد استمر لفترة طويلة دون أن أشعر.	2.77	1.238	نادرا	2.38	1.201	احيانا
أكشف عن نفسي للآخرين معلومات كثيرة عني وعن مشاعري وخبراتي.	2.49	1.008	نادرا	2.38	1.079	احيانا
أناقش مشاعري الذاتية مع الآخرين.	2.40	1.011	نادرا	2.35	1.102	احيانا
لا أجد مشكلة في أن أبوح بالأشياء السلبية عن نفسي.	2.88	1.172	احيانا	2.70	1.190	احيانا

من خلال المقارنة بين متوسطات استجابات المتفوقات على العبارات في الجدول (14) نلاحظ اتفاق درجة الإفصاح لدى الطالبات في معظم الفقرات، ولكن اختلفت درجة إفصاحهن بين الإفصاح المباشر وغير المباشر في (4) فقرات على النحو التالي: فقرتي أكشف للآخرين خبراتي الخاصة بصدق وإخلاص، عندما أتحدث أكون عاطفياً ومنفتحاً كما أنا بالفعل) وكان افصاحهن في التفاعل المباشر بدرجة غالباً وفي التفاعل غير المباشر أحياناً.

بينما كان الاختلاف الآخر في فقرات: (عندما أبدأ في الإفصاح عن نفسي قد استمر لفترة طويلة دون أن أشعر، اكشف عن نفسي للآخرين معلومات كثيرة عني وعن مشاعري وخبراتي، أناقش مشاعري الذاتية مع الآخرين) وكان إفصاحهن في التفاعل المباشر بدرجة نادراً وفي التفاعل غير المباشر بدرجة أحياناً.

وبفحص الملاحظات السابقة يمكن القول ان الطالبات فيما يخص الإفصاح عن المشاعر هن أكثر افصاحا في التفاعل غير المباشر كون من يفصحن له شخصاً افتراضياً ليس له معرفة شخصية بالمفصحة، وهو ما يتيح قدراً أعلى من الانفتاح والكشف عن مكنون النفس من مشاعر وانفعالات سواء من حيث الكم أو من حيث القابلية للنقاش مع هذا الآخر الافتراضي، وهذه الملاحظة تتسق مع طبيعة المجتمع المحافظ وطبيعة تربية الإناث فيه، ولذلك حين تبدأ الطالبة بالإفصاح وتستمر لفترة دون أن تشعر كونها تشعر بالاطمئنان من عدم انكشاف هويتها مما يقلل من قدر التكتم، في حين تفسر الباحثة اتجاه افصاح الطالبات عبر التفاعل الغير مباشر بأنه قد يعود للكبت النفسي كون الإفصاح غير المباشر يمكن ان يعبر عنه بصورة فيها تسامي ومقبولة اجتماعيا اما عبر حالة بالواتس آب أو عبر كتابة موضوع ما يعبر من خلاله عن اتجاه او معتقد او مشاعر، كما أن اختلاف طبيعة التواصل الاجتماعي الذي تزامن مع التغيير التكنولوجي أدى دوراً أيضا؛ حيث أصبحت وسائل التواصل غير المباشرة ميسرة وأكثر انتشارا من التواصل المباشر.

وقد أكدت معظم الدراسات وجود علاقة ارتباط بين كثافة استخدام مواقع التواصل ودرجة الإفصاح عن الذات كدراسة منصور (2017) ودراسة (Anusuah.R, 2018) اللتين أشارتا إلى أن الكشف عن الذات عبر الانترنت أصبح كثقافة اجتماعية سائدة للتفاعل مع الآخرين.

3- الإجابة عن السؤال الرابع ومناقشته:

نص السؤال الرابع: "هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات دراسيا في كلية التربية وكل من استراتيجيات وبين كل من استراتيجيات تنظيم الانفعالات التي يستخدمنها ومستوى الإفصاح عن الذات لديهن؟" وللإجابة عنه تم حساب معامل الارتباط بين كل من مستوى الكمالية واستراتيجيات تنظيم الانفعالات ومستوى الإفصاح لدى الطالبات المتفوقات كما هو موضح في الجدول (15).

جدول (15) معاملات ارتباط بيرسون بين الكمالية واستراتيجيات تنظيم الانفعالات والإفصاح عن الذات لدى المتفوقات

المجال	الكمالية	إعادة التقييم المعرفي	قمع التعبير الانفعالي	الإفصاح عن الذات بشكل مباشر	الإفصاح عن الذات بشكل غير مباشر
الكمالية	1	0.023	0.043	0.436**	0.362**
إعادة التقييم المعرفي	0.023	1	0.249**	0.012-	0.081-
قمع التعبير الانفعالي	0.043	0.249**	1	0.082-	0.155-
الإفصاح بشكل مباشر	0.436**	0.012-	0.082-	1	0.449**
الإفصاح بشكل غير مباشر	0.362**	0.081-	0.155-	0.449**	1

**** دال عند مستوى دلالة أقل من (0.001)**

من خلال فحص الجدول (15) يتضح أن الكمالية أظهرت علاقة طردية دالة إحصائياً مع الإفصاح عن الذات بشقيه المباشر وغير المباشر، وهو ما يعني أن الكمالية والافصاح عن الذات كل منهما يرتفع مستواه بارتفاع مستوى الآخر، ولعل هذه النتيجة متسقة مع ما أظهرته النتائج السابقة من انخفاض مستوى كل من الكمالية بدرجتها الكلية والإفصاح عن الذات بشقيه لدى عينة الدراسة، ويمكن فهم هذه العلاقة الطردية من خلال كون الإفصاح عن الذات قد يكون من أحد أهدافه الحصول على القبول والاستحسان من المحيط الاجتماعي للفرد وهو أحد مكونات الكمالية لذا فالعلاقة بين المفهومين طردية، كما انه يمكن فهم هذه العلاقة من خلال كون الكمالية المقاسة في هذه الدراسة ليست الكمالية العصابية وانما الكمالية السوية وبالتالي من المقنع ان ترتبط إيجابا بالإفصاح عن الذات الذي يمثل خاصية إيجابية بمستواه المعتدل وقد أظهرت دراسة محمد(2020) العلاقة الإيجابية بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات، أيضًا يتضح أنه لم تظهر علاقة دالة بين الكمالية واستراتيجيات تنظيم الانفعالات: (إعادة التقييم المعرفي– قمع التعبير الانفعالي). وتفسر هذه النتيجة بانخفاض مستوى الكمالية السلبية أو العصابية لدى أفراد العينة ومن ثمَ عدم تفاقم المشكلات التي تسبب اضطراباً انفعاليا؛ الأمر الذي لا يستدعي الحاجة لهذه الاستراتيجيات وإن كن يستخدمنها في مواقف الحياة المختلفة كما ظهر في نتيجة السؤال الثاني.

واتسقت هذه النتيجة مع نتائج معظم الدراسات التي تم الاطلاع عليها وتؤكد وجود علاقة ارتباطية دالة بين الكمالية العصابية وبين استراتيجيات تنظيم الانفعالات، كدراسة كل من بوسعيد (2016)، والأسود (2017)، والخولي (2018)، وبسيوني (2019).

4- الإجابة عن السؤال الخامس ومناقشته:

نص السؤال الخامس: "هل يمكن التنبؤ بمستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية جامعة بيشة من خلال استراتيجيات تنظيم الانفعالات المستخدمة من قبلهن ومستوى الإفصاح عن الذات لديهن؟" وللإجابة عنه تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد وقد كانت النتائج كما هي مبينة في الجدول (16).

جدول (16) تحليل الانحدار المتعدد لفحص إسهام كل من استراتيجيات تنظيم الانفعال التي تستخدمها المتفوقات ومستوى الإفصاح عن الذات لديهن (مباشر، غير مباشر) في التنبؤ بمستوى الكمالية لديهم

المتغير التابع (المتنبأ به)	المتغيرات المستقلة (المنبئة)	مربع معامل الارتباط	الوزن B	الخطأ المعياري	الوزن المعياري Beta	قيمة T	مستوى الدلالة
الكمالية	الثابت	0.236	22.206	4.334	—	5.124	0.000
	إعادة التقييم المعرفي		0.036	0.145	0.020	0.248	0.804
	قمع التعبير الانفعالي		0.425	0.332	0.102	1.280	0.203
	الإفصاح في التفاعل المباشر		0.277	0.068	0.344	4.041	0.000
	الإفصاح في التفاعل غير مباشر		0.171	0.066	0.225	2.612	0.010

وبفحص الجدول (16) يتبين أن الإفصاح عن الذات بشقيه المباشر وغير المباشر هو الذي يمكن التنبؤ من خلاله بمستوى الكمالية حيث بلغ مربع معامل الارتباط (0.236) وهو ما يعني أنه يفسر (0.236) من التباين الكلي للكمالية أي أن (23%) من التباين في الكمالية للمتفوقات يمكن التنبؤ به من خلال الإفصاح عن الذات بشقيه المباشر وغير المباشر، والقيمة دالة عند مستوى دلالة أقل من (0.001)، كما يتضح من خلال الجدول وقيم Beta فيه أن مقياس الإفصاح عن الذات بشكل مباشر هو الأكثر تنبؤاً بالكمالية حيث بلغت قيمة Beta (0.344) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة أقل من (0.001) ثم يليه في التنبؤ بالكمالية الإفصاح عن الذات بشكل غير مباشر حيث بلغت قيمة Beta (0.225) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة أقل من(0.01).

وقد يفسر ذلك كون أفراد العينة من الإناث ولذلك فهن أكثر إفصاحاً عن طموحاتهن وأهدافهن ومشكلاتهن التي تعيقهن عن الإنجاز المنشود وبحاجة لحلول من قبل إنسان ذي خبرة، وتتسق هذه النتيجة بما أظهرنه الطالبات المتفوقات من كمالية إيجابية في معظم الأبعاد التي ترتبط بصورة جذرية بخصائص التفوق لديهن من تحقيق مستوى عال من الإنجاز ورسم الأهداف الممكنة وتحديد الجوانب الايجابية والسلبية والسعي لتعديلها ومن هنا برزت العلاقة.

ومن خلال الجدول (16) ايضا بينت النتائج أن استراتيجيات تنظيم الانفعالات لا يمكنها التنبؤ بالكمالية لدى الطالبات المتفوقات؛ وهذه النتيجة جاءت متسقة مع نتيجة السؤال الرابع من عدم وجود علاقة ارتباطية بين الكمالية واستراتيجيات تنظيم الانفعالات؛ وقد يُرد ذلك إلى أن الطالبات المتفوقات دراسياً عينة الدراسة قد أظهرن مستوى من الكمالية السوية التي لم تبرز الدور المهم لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات في عملية التنبؤ بالكمالية، وأكد ما سبق ما جاءت به معظم الدراسات من إمكانية استراتيجيات تنظيم الانفعالات في التنبؤ بالكمالية العصابية تحديداً وما تتضمنه من مشكلات انفعالية كالقلق والاكتئاب وغيره، كدراسة بوسعيد (2016)، ومحمود (2016)، والأسود (2017)، والخولي (2018)، وعليوه (2018).

التوصيات:

من خلال ما تم التوصل إليه من نتائج توصي الدراسة بما يلي:

- إرشاد الطلبة إلى تبني معايير واقعية للإنجاز في المهام الاكاديمية وفقاً للقدرات والإمكانيات المتاحة وليس لتوقعات الأهل ومعاييرهم.
- ضرورة تقديم برامج إرشادية وقائية لمساعدة الطلبة الموهوبين وخاصة الإناث في تنمية مهارات مواجهة الضغوط الحياتية المختلفة.
- ضرورة عمل برامج توعية للآباء والأمهات بكيفية التعامل مع الموهوبين ومراعاة خصائصهم وتلبية حاجاتهم الوجدانية، والحد من مستوى الكمالية العصابية المعرقلة للابتكار.
- إعداد برامج تدريبية لتنمية مهارات توكيد الذات والإفصاح الإيجابي.
- توجيه المرشدين في مراكز الإرشاد النفسي في الجامعة بتوظيف الإفصاح عن الذات لدى الطلبة (بالصورة السوية) كفنية إرشادية مرتبطة بالصحة النفسية.
- إرشاد وتوجيه اعضاء هيئة التدريس للطلبة في الجامعة لتوظيف الإفصاح الإيجابي عن الذات عبر التفاعل المباشر في أثناء النقاش في المحاضرات، أو الندوات العلمية أو التفاعل غير المباشر عبر وسائل التواصل الاجتماعي في اثناء إعداد البحوث والتقارير العلمية.

المقترحات:

في ضوء نتائج الدراسة تقترح الباحثتان إجراء الدراسات الآتية:

- الكمالية لدى الطالبات المتفوقات دراسياً (دراسة مقارنة بين الطالبات ذات الإعاقات الحسية والحركية وبين الطالبات العاديات).
- الكمالية العصابية وعلاقتها بمستوى النرجسية لدى الطالبات المتفوقات دراسياً وفقا لعدد من المتغيرات.

– أثر برنامج علاجي قائم على الإفصاح عبر وسائل التواصل الاجتماعي في خفض مستوى القلق لدى الطالبات المتفوقات دراسياً.

– دراسة مقارنة بين الإفصاح المباشر وغير المباشر للذات لدى عينة من طلبة الجامعة.

– دراسة العلاقة بين الإفصاح عن الذات وأنماط الشخصية لدى الطلبة الموهوبين في الجامعة.

– دراسة الكمالية وعلاقتها بالإفصاح عن الذات لدى الطلبة الموهوبين وفقا لعدد من المتغيرات: (النوع – مجال الموهبة – نوع التخصص).

– إجراء دارسة مقارنة بين نتائج الدراسة الحالي وعينة أخرى من طالبات جامعة تعز (دراسة عبر ثقافية).

مراجع الدراسة:

أبو زيتون، جمال (2013). فاعلية تدريس مساق تنمية الموهبة والتفوق في تنمية اتجاهات عينة من طلبة كلية العلوم التربوية – المعلمين المستقبليين – نحو الطلبة المتميزين والبرامج المقدمة لهم. **دراسات العلوم التربوية**، الجامعة الأردنية، (40)2، ص1584–1601.

أبو هواش، راضي (2012). مشكلات الطلبة الموهوبين والمتفوقين في مدينة الباحة من وجهة نظرهم، المجلة التربوية الدولية، (1)1، ص 1–16. متاح على الرابط http://www.joeducation.org/index.php/en/-2012

أرنوط، بشرى إسماعيل أحمد (2015). فاعلية برنامج إرشادي قائم على نظرية العلاج الواقعي في خفض الكمالية العصابية وزيادة فاعلية الذات الاكاديمية لدى طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك خالد. **مجلة الإرشاد النفسي**. العدد(42)، ص23–97.

الأسود، مهرية (2017). الكمالية وتنظيم الانفعال كمنبئات بظهور القلق الاجتماعي. **رسالة ماجستير غير منشورة**. جامعة قاصدي مرباح– ورقلة، الجزائر.

الأند يجاني، عبد الوهاب (2017). الحاجات النفسية لدى التلاميذ الموهوبين بمدينة مكة المكرمة، **ورقة عمل المؤتمر العلمي العربي الرابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين**، المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين ومؤسسة الملك عبد العزيز لرعاية الموهوبين، للفترة بين 16– 7/18، عمان: الأردن.

باظة، آمال عبدالسميع مليجي (1996). الكمالية العصابية والكمالية السوية. **دراسات نفسية**، (6) 3، ص305–311.

الباكر، جمال محمد (1997). بناء مقياس الافشاء عن الذات، **مجلة علم النفس**، 11(44)، ص154–171.

البلاح، خالد (2015). اثر استراتيجيات المواجهة الاجتماعية في خفض حدة الكمالية العصابية وتحقيق الرضا عن الحياة لدى الطلاب الموهوبين، **مجلة كلية التربية** – جامعة بنها، كلية التربية، (26) 102، ص25– 72.

بسيوني، سوزان صدقة عبدالعزيز (2019). استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى الطالبات الموهوبات في مدينة جدة، **مجلة جامعة الملك عبدالعزيز– الآداب والعلوم الإنسانية**. (27) 4، ص51–98.

بنهان، بديعة حبيب (2010). الاسهام النسبي لكل من الكمالية السوية والذكاء الانفعالي في التنبؤ بجودة الحياة المدركة لدى طلاب الجامعة الموهوبين أكاديمياً، **المؤتمر العلمي لجامعة بنها، كلية التربية** – مصر، ص732–646.

بنات، سهيلة محمود، براهمه، محمد طايل (2014). العلاقة بين التكيف النفسي وأسباب التحاق الطلبة الموهوبين والمتفوقين بالمراكز الريادية (دراسة ميدانية)، مجلة جامعة دمشق، المجلد (309)1، ص475–515.

بوسعيد، سعاد (2016). التحكم في الفكر وتنظيم الانفعال كمنبئات بظهور الاكتئاب لدى الطلبة. **رسالة ماجستير غير منشورة**. جامعة قاصدي مرباح – ورقلة، الجزائر.

الجاجان، ياسر ونحيلي، علي (2016). كشف الذات وعلاقته بقوة الشخصية لدى عينة من طلبة التعليم المفتوح بجامعة دمشق، **مجلة جامعة البعث**، (38) 58، ص111–143.

جروان، فتحي عبدالرحمن (2000). حاجات الطلبة الموهوبين والمتفوقين ومشكلاتهم. **المؤتمر العلمي العربي الثاني لرعاية الموهوبين والمتفوقين**. (10/31–2000/11/2). عمان الأردن.

الجندي، نبيل (2010). الحاجات الإرشادية النفسية للأطفال الموهوبين والمتفوقين عقلياً في المدارس الأساسية العليا، **مجلة جامعة الخليل**، (5)1، ص1–23.

الحلفي، علي عودة وجابر، أبرار حسن (2015). تنظيم الانفعال رؤية نظرية. **مجلة الفلسفة**. الجامعة المستنصرية. العدد (12)، ص169–183.

حليم، شيري مسعد (2021). الإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي لدى طلبه الجامعة، **مجلة كلية التربية** – جامعة عين شمس، الجزء (1) 45، ص15–102.

حميدة، محمد إسماعيل سيد (2019). تنظيم الانفعال وعلاقته بالشفق بالذات وما وراء الانفعال وفاعلية الذات الانفعالية ومهارات اتخاذ القرار لدى عينة من المديرين: دراسة في نمذجة العلاقات. **مجلة الإرشاد النفسي**. مركز الإرشاد النفسي. جامعة عين شمس. العدد(58)، ص123–236.

الحوامدة. خولة، بنات. سهيلة (2012). المشكلات التي يواجهها الطلبة واستراتيجيات التعامل معه، (13)3، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، ص14–40.

الختلان، محمد مطلق سيف (2015). الاحتياجات والمشكلات التعليمية والتربوية عند المتفوقين عقلياً في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت، **مجلة كلية التربية**، جامعة الازهر، (34)، 164– الجزء الرابع، ص119–134.

الخولي، عبدالله محمد عبد الظاهر (2015). استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية ومعتقدات دمج الفكر والكمالية كمنبئات باضطراب التشوه الجسمي لدى عينة من المراهقين. **مجلة كلية التربية** جامعة أسيوط. (31)4، ص1–87.

دراوشة، موسى أحمد (2013). **الكمالية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين دراسيا في المدارس الثانوية**. ماجستير غير منشورة. جامعة عمان العربية.

دياب، هبه عبدالعظيم السيد (2018). **التدفق النفسي وعلاقته بالكمالية لدى المتفوقين والعاديين من طلاب الصف الأول الثانوي**. ماجستير غير منشورة. كلية التربية جامعة المنصورة.

سليمان، عبد الرحمن. أحمد، صفاء (2001). **المتفوقون عقلياً (خصائصهم– اكتشافهم– تربيتهم– مشكلاتهم)**، ط1، مكتبة زهراء الشرق: القاهرة، مصر.

السليمان، نوره (2003): **مشاكل الموهوبين والمتفوقين**، دار الفكر، عمان: الأردن.

السيد، حفني عبد الفتاح. عبد الرحمن، محمد السيد. عجاجه، صفاء أحمد (2020). الإفصاح عن الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين ضعاف السمع، **المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة**، (4)10، ص1–34.

شند، سميرة محمد إبراهيم وعبدالمنعم، أحمد السيد وصالحين، دعاء إبراهيم (2017). الخصائص السيكومترية لمقياس الكمالية لشباب الجامعة. **مجلة الإرشاد النفسي**. مركز الإرشاد النفسي. جامعة عين شمس. العدد(50)، ص437–465.

الشاوي، سليمان إبراهيم (1439). الافشاء عن الذات وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الامام محمد بن سعود الإسلامية، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، العدد (46)، ص1–59.

الشلبي، رفعت عبدالفتاح، الرمامنه. عبداللطيف خلف (2019). تقييم مدى تلبية الحاجات الاجتماعية والانفعالية للطلبة الموهوبين، **المجلة الدولية للأبحاث التربوية**، جامعة الامارات العربية المتحدة، (43) 1، ص31–58.

الشيمي، رضوى عاطف حلمي (2020): الكمالية العصابية لدى الافراد الموهوبين من ذوي الإعاقة (دراسة حالة)، **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، (17)65، ص142–170.

صغير، عبله محمد (2020). الافصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة المرحلة الثانوية، **دراسات تربوية ونفسية**، كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد (108)، ص221–273.

عبد الفتاح، سماح فرج (ب.ت). **ثقافة الخصوصية عبر مواقع التواصل الاجتماعي بين مزايا الإفصاح عن الذات ومخاطره (دراسة في توجهات الجمهور العام المصري)**، جامعة القاهرة.

عبد الوارث. اسلام حسن، توفيق. مروة عبدالحميد (2021). الوجود النفسي الأفضل والافصاح عن الذات كمنبئين لاحترام الذات لدى المتفوقين دراسياً بالمرحلة الثانوية، **مجلة الارشاد النفسي**، (1)67، ص156–236.

عسيري، أحمد محمد (2006). **الضغوط النفسية لدى الموهوبين ودور الإرشاد النفسي في مواجهتها**، المؤتمر العلمي الإقليمي للموهبة – جدة، السعودية. متاح على الرابط: www.elg.edu.sa/modules/files/items/1238274851

عطية، أشرف محمد (2009). دراسة العلاقة بين الكمالية والتأجيل لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقلياً، **مجلة الارشاد النفسي الصادرة من مركز الارشاد النفسي**– جامعة عين شمس، العدد(22)، ص281–324.

عليوة، سهام علي عبدالغفار (2018). استراتيجيات تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين دراسة سيكومترية إكلينيكية. **مجلة كلية التربية**، جامعة بنها. (29)116، ص1–66.

غانم، ستار جبار ونوري، خديجة حيدر (2013). التنظيم المعرفي للانفعال: استراتيجياته وصعوباته. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**. الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، العدد (103)– ص233–355.

غريب، إيناس محمود وعبدالعزيز، أحلام حلمي (2016). الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الكمالية والطمأنينة النفسية في ضوء أساليب التفكير لدى الطالبات السعوديات بالمرحلة الجامعية. **مجلة كلية الدراسات الإنسانية**، ص79–166.

غيث، سعاد، بنات، سهيلة، طقش، حنان (2009). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين واستراتيجيات التعامل معها، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، المجلد (10)، العدد(1)، ص245–268.

القريطي، عبدالمطلب (2005). **الموهوبون والمتفوقون خصائصهم واكتشافهم ورعايتهم**. دار الفكر. القاهرة.

الكبيسي، كامل ثامر (2006). **دراسة مقارنة في خصائص الشخصية الموهوبة بين ذوي التحصيل العالي والواطئ من طلبة الصف السادس الثانوي**، مؤتمر الطفولة الوطني

الثاني، للفترة من 30-1/5-6 مركز التأهيل والتطوير التربوي، جامعة تعز: اليمن، ص127-148.

الكناني، أحمد بن ضيف (2019). درجة الاكتئاب وعلاقتها بالنزعة الكمالية لدى الطب الموهوبين بمدينة جدة، **المجلة العلمية لكلية التربية**، جامعة أسيوط، (35) 5-الجزء الثاني، ص2-53.

محمد، سماح (2020). نموذجة العلاقات السببية بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو السعي لالتماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة، **مجلة كلية التربية** – جامعة عين شمس، الجزء(3) 44، ص15-154.

محمد، عادل عبدالله (2005). **سيكولوجية الموهبة**، ط 1، دار الرشاد: القاهرة، مصر.

محمود، أحمد علي (2017). تنظيم الانفعال كمتغير وسيط بين أنماط التعلق والسعادة النفسية لدى طلاب الجامعة، **مجلة التربوية النفسية**، (7)2. ص205-253.

محمود، حنان (2016). التنظيم الانفعالي والمعتقدات ما وراء المعرفية وعلاقتهما بقلق الامتحان لدى عينة من طالبات المرحلة الجامعية. **مجلة العلوم التربوية**. (1)4، ص69-117.

مصطفى. ولاء، أحمد. هويده (2011). التنبؤ بالكمالية العصابية لدى طلاب الجامعة الموهوبين أكاديميا وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدية، **مجلة العلوم التربوية**، العدد (2)، ص262-301.

المللي، سهاد (2011). الفروق في الذكاء الانفعالي لدى عينة من الطلبة المتفوقين والعاديين، **مجلة جامعة دمشق**، (27)1 + 2، ص283-320.

منصور، حسناء (2017). تأثيرات استخدام مواقع التواص الاجتماعي على درجة الإفصاح عن الذات لدى الفتاة السعودية وعلاقته براس المال الاجتماعي، **مجلة جامعة الملك عبدالعزيز** – كلية الآداب والعلوم الإنسانية – جدة، المملكة العربية السعودية، ص257-312.

منصور، السيد كامل الشربيني (2012). استراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي كمنبئات للكمالية التكيفية. **مجلة كلية التربية**. جامعة الزقازيق. العدد(77)، ص51-120.

موسى، أماني عبد الكريم (2016). الصورة الوالدية وعلاقتا بالنزعة الكمالية لدى عينه من الطلبة المتفوقين، **رسالة ماجستير**، جامعة دمشق – كلية التربية. ص21-179.

النملة، عبد الرحمن بن سليمان (1437هـ). الإفصاح عن الذات وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية ووجهة الضبط لدى طلاب وطالبات جامعة الامام محمد بن مسعود الإسلامية، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، العدد(40)، ص13-90.

نواصرة، فيصل عيسى (2011). **الذكاء الانفعالي والاجتماعي والخلقي**، ط1، دار عماد: الأردن.

الهران، أحمد (2005). **مشكلات الطلبة المتفوقين دراسياً في المرحلة الثانوية بدولة الكويت**، دراسة مقدمة للمؤتمر العلمي العربي الرابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين المنعقدة 16– 7/18 المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين ومؤسسة الملك عبد العزيز لرعاية الموهوبين، عمان: الأردن.

يعقوب، نعيمة (2015). حاجة الموهوبين والمتفوقين للمساعدة النفسية – دراسة تحليلية – **مجلة العلوم الانسانية**. العدد(ب.ت)، ص7–29.

Anusuah. R (2018). Online Self – disclosure in Collectivist culture – A study on Tamil ethno – linguistic Facebook users. **Journal of Emerging Technologies and Innovative**, Vol 5, No 10, p11-18.

Bitna Kim, Kyung – Shik Shin, Sangmi Chai (2015). How People Disclose Themselves Differently According To The Strength Of Relationship In SNS**. Journal of Applied Business Research**, Vol 31, No 6, p2139 – 2146.

Chan, w (2008): Gifted of chinese student in Hong Kong. **Gifted child Quarterly**, vol. 52, No (1), p 40 -54. Available online http: //gcq.sagepub.com/content/52/1/4

Chan, w(2009) Dimensionality and Typology of Perfectionism: The Use of the frost multidimensional perfectionism scale with Chinese gifted students in Hong Kong. **Gifted child quarterly** 53, (3), p 174-187.

Chang, c.-w., & Heo, J. (2014). Visiting theories that predict college students' self-disclosure on Fase book**. Computers in Human Behavior**, Vol. 30, p. 79-86.

Gibbs, J, Ellison, N.B, Lai, C.H (2011): First comes love, then comes goole: An investigation off uncertainty reduction strategies and self – disclosure in online dating. **communication Research**, vol 38 (1), p70- 100.

Gross, James J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. **Psychophysiology**, vol 39, p281–291.

Gross, James. Jazaieri, Hooria. (2014). Emotion, Emotion Regulation, and Psychopathology: An Affective Science Perspective. **Clinical Psychological Science**, Vol (4). p 387– 401.

Hill, Robert W, Huelsman, Timothy J, Furr, R, Michael, Kibler, Jason, Vicente, Barbara B, and Kennedy, Christopher. (2004). A New Measure of Perfectionism: The Perfectionism Inventory**. Journal of personalityassament**, vol 82(1), p 80–91

Hook, M.K, Grestion, L.H, Detterich, L, & Gridky B. (2003): How clos are we? Measuring intimacy and examining gender differences**, Journal of counseling and Development**, vol 81. no (4), p 462 – 472.

Kurtovic, Ana, Vrdoljak, Gabrijela, Idzanovic, Anita, (2019). Predicting Procrastination: The Role of Academic Achievement, Self-efficacy and Perfectionism. IJEP – **International Journal of Educational Psychology**, Vol. 8 No. p 1-26.

Michael C. Grugan. Andrew P. Hill. Daniel J. Madigan. Tracy C. Donachie. Luke F. Olsson. Marianne E. Etherson (2021): Perfectionism in Academically Gifted Students: A Systematic Review. **Educational Psychology Review**, vol 33: p1631 – 1673.

Silverman, Linda Kreger. (2010). Perfectionism Is Not AMalady. Available online http://www.heksis.com/index_pliki/heksis_1_2010/teksty_1_20

Silverman, Linda Kreger. (1999). Perfectionism: The Crucible of Giftedness.**Advanced Development**, vol 8, p 47-61.

Silverman, Linda Kreger. (2005). Inside-Out: Understanding the Social and Emotional Needs Gifted Children Available online. http://www.pegy.org.uk/Inside-Out%20PEGY%20pdf.pdf

Shen, George C. (2015). How Quality Of Life Affects Intention To Use Social Networking Sites: Moderating Role Of Self-Disclosure. **Journal of Electronic Commerce Research**,Vol 16, No 4, pp276-289.

Schuler, Patricia A, (1999).Voices of Perfectionism: Perfectionistic Gifted Adolescents in a Rural Middle School**. National Research Center on the Gifted and Talented**. Stricher, Johannes a Meta-Analytic Review. **Educational Psychology Review**. vol32: pp391–414

Sword, Lesley. (2001). Psycho-social Needs: Understanding The Emotional, Intellectual and Social Uniqueness Of Growing Up Gifted. Available online http://www.darshana-ganatra.com/files/Psycho_social_Needs_of_Gifted_Children_Kopie.pdf