دلالات الصدق والثبات
لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي

أ.د. خالد أحمد عبدالعال إبراهيم
أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية – جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز
المملكة العربية السعودية – الخرج
Ka.ibrahim@psau.edu.sa

تم دعم هذا المشروع بواسطة عمادة البحث والدراسات العليا بجامعة الأمير سطام بن عبد العزيز من خلال المقترح البحثي رقم 2025/02/32645

تاريخ قبول البحث: 2025/5/10م

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من دلالات الصدق والثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى طلبة جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز، حيث طبق الباحث المقياس على عينة تكونت من (843) طالب وطالبة من طلبة جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز، وتوصلت الدراسة إلى تحقق الصدق البنائي للمقياس باستخدام كل من التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، كما تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس، كما تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معاملات ارتباط بيرسون، مما يشير ذلك إلى توفر الخصائص السيكومترية للمقياس والوثوق به في الدراسات التربوية والنفسية.

الكلمات الدالة: صدق المقياس، ثبات المقياس، استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي.

Validity and Reliability Indicators of the Cognitive-emotional Regulation Strategies Scale

Abstract

The current study aimed to verify the validity and reliability of the cognitive-emotional regulation strategies scale among students at Prince Sattam bin Abdulaziz University. The researcher applied the scale to a sample of (843) male and female students at Prince Sattam bin Abdulaziz University. The study concluded that the structural validity of the scale was achieved using both exploratory and confirmatory factor analysis. Cronbach's alpha coefficient was also used to ensure the stability of the scale. The internal consistency of the scale was also verified using Pearson's correlation coefficients, which indicates the availability of psychometric properties of the scale and its reliability in educational and psychological studies.

Keywords: Validity, Reliability, Cognitive-emotional Regulation Strategies

المقدمة:

يتعرض الإنسان يومياً للعديد من الانفعالات المؤلمة الناتجة عن الأحداث الحياتية السلبية، والتي تدور وفقاً للتراث السيكولوجي حول ثلاثة محاور رئيسية وهي: الأحداث المتعلقة بالفقد كفقدان الأحباء من أفراد الأسرة، أو الأصدقاء، أو المال، أو المنصب، والأحداث الحياتية السلبية المتعلقة بالجانب الصحي: كإصابة الشخص، أو أحد أفراد الأسرة، أو الأصدقاء بأحد الأمراض المزمنة، بالإضافة إلى الأحداث الحياتية المتعلقة بالعلاقات بين الفرد والآخرين كالطلاق والشجار الأسري، والتعرض لسوء المعاملة من الآخرين، وعلى الفرد أن يحاول جاهدًا أن يقلل من تلك الانفعالات السلبية وذلك من خلال استخدام إستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي.

وعلى الرغم من أن الجامعة توفر للطلاب فرصاً للنمو والتطور الشخصي، فقد وجدت العديد من الدراسات أن طلاب الجامعة يعانون من مستويات عالية من التوتر بسبب المهام الأكاديمية، وقيود الوقت، والعلاقات الجديدة مع الآخرين، وصعوبات الاختيار الوظيفي، والتي قد يكون لها تأثير على رفاهيتهم النفسية (Dyson & Renk, 2006). وفي السنوات القليلة الماضية، درست العديد من الأبحاث العوامل المساهمة التي تحمي الطلاب من العواقب السلبية للإجهاد وتعزز من رفاهيتهم النفسية (Di Fabio, 2017).

كما أن الطريقة التي يحدد بها الناس عواطفهم ويفهمونها وينظمونها تساعد في تحديد سلوكيات التأقلم وما يترتب على ذلك من نتائج تكيفية. ومع ذلك، فإن أولئك الذين لا يستطيعون إدراك وتقييم حالتهم الوجدانية بدقة قد يفشلون في التعرف على سبب المواقف الصعبة التي قد يمرون بها، ونتيجة لذلك، قد تكون عملية التنظيم المعرفي الانفعالي غير ناجحة (Zeidner, Matthews, & Roberts, 2006).

ويحتاج الفرد لممارسة التنظيم الانفعالي بشكل يومي ضمن السياقات الاجتماعية المختلفة وبشكل متسق بهدف خفض حدة الانفعالية السلبية وزيادة مستوى الحالات الانفعالية الإيجابية، ويُعزز شعوره بالسرور أو منع الألم وتقليله (أحمد، 2016). حيث إن التنظيم الانفعالي عملية تحدث داخل الشخص تتضمن تنظيم المشاعر الإيجابية والسلبية، والتي تتضمن محاولات التأثير على انفعالات الآخرين، وأنها تشير إلى العمليات الموجهة نحو الهدف والتي يحاول الأفراد من خلالها استحضار وإثارة الحالات الانفعالية أو تغييرها أو الحفاظ عليها (Niven 2022،). وتشير استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي على أنها مجموعة من أساليب التفكير التي يستخدمها الأفراد بعد التعرض لمواقف الحياة الضاغطة وذلك لتقليل التأثيرات السلبية للانفعالات الناتجة عن هذه المواقف (السيد، 2012).

ويتشكل التنظيم المعرفي الانفعالي من شقين هما الجانب المعرفي والجانب السلوكي، مع ضرورة التركيز في المقام الأول على الجانب المعرفي نظراً لأسبقية الإدراك على السلوك، ويرى (Garnefski & Kraaij, 2006) أن القدرة على إدارة ردود الأفعال الخاصة عند مواجهة الأحداث السلبية، تتحدد في تسع استراتيجيات هي: إعادة التقييم الإيجابي، إعادة التركيز الإيجابي، رؤية الموضوعات من منظور آخر التخطيط القبول التأمل أو الاجترار التفكير الكارثي، لوم الذات، ولوم الآخرين. ويمكن تصنيف استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي مثل: لوم الذات، لوم الآخرين، واجترار الأفكار، والتفكير الكارثي، أساليب مواجهة غير تكيفية، في حين أن القبول، وإعادة التركيز على التخطيط وإعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التقييم الإيجابي، والنظر للأمور من منظور آخر، أساليب مواجهة إيجابية تجعل الأفراد أقل عرضة للمخاطر، ويلعب التنظيم المعرفي الانفعالي دوراً كبيراً في التأثير على أنواع المشاعر التي يواجهها الافراد، فقد يشعر

الفرد بالضيق لكنه يبتسم في محاولة للشعور بالارتياح بعد تلقيه أخباراً محبطة، وهذا معرفياً يعطى قدرة على تجاوز المشاعر السلبية بسرعة، بسبب المعلومات التي يتلقاها سلباً أو إيجاباً (Wang, Xu, & Luo, 2016).

مشكلة الدراسة:

يشكل عدم القدرة على تنظيم الانفعال معضلة كبيرة بالنسبة للكثير من الأفراد سواء في تكيفهم مع الآخرين أو مع أنفسهم ويؤثر على علاقات الفرد مع من حوله وبالتالي يكون له تأثير على نتائجه وعلى صحته، ولأن الصعوبة في تنظيم الانفعال تشكل مشكلة بحد ذاتها (غانم، ونوري، 2013). ويختلف الأفراد في قدرتهم وميلهم لإنجاز عمليات التنظيم المعرفي الانفعالي، فبينما يبدو بعض الأفراد أنهم قادرين على ضبط غضبهم عند التعامل مع مدير عنيد، آخرون يفقدون أعصابهم وبذلك فهم يزيدون من سوء موقفهم.. فهو يزودنا بهيكل علمي عن فكرة كون الأفراد يختلفون في المدى الذي عنده يهتمون ويعالجون ويستخدمون معلومات مثقلة بالانفعالات خاصة بالطبيعة الشخصية (تنظيم انفعالات الفرد الخاصة) وطبيعة ما بين الأشخاص (مثلًا تنظيم انفعالات الآخرين)، لذلك تحاول الدراسة الحالية التعرف على دلالات الصدق والثبات لمقياس التنظيم المعرفي الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

أسئلة الدراسة:

يتمثل السؤال الرئيس في الدراسة الحالية على النحو التالي: هل تتوفر دلالات الصدق والثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي؟

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية للتحقق من دلالات الصدق والثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي.

أهمية الدراسة:

1- مواكبة الاتجاه الجديد للدراسات الحديثة في علم النفس الإيجابي.

2- كما أن الدراسة الحالية تفيد في تبصرة المؤسسات التعليمية بأهمية التنظيم المعرفي الانفعالي، ومن ثم وضع ذلك في الاعتبار كمجال لدورات تدريبية وورش عمل مستقبلية.

3- تزويد الميدان التربوي بأداة بحثية مقننة حول استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي.

حدود الدراسة:

اقتصرت حدود الدراسة على طلبة جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز للعام الجامعي 1446هـ.

مصطلحات الدراسة:

استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي Cognitive emotion regulation strategies: تعرف استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي بأنها عمليات واعية تتمثل في لوم الذات، لوم الآخر، الاجترار، التهويل القبول الوضع في المنظور، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التقييم الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط" (Bandadi, Chamkal, Belbachir, & Ahami, 2019). ويُعرف إجرائياً بالدرجة الكلية التي حصل عليها الطالب نتيجة استجابته على فقرات مقياس التنظيم المعرفي الانفعالي.

المخرجات المتوقعة من إجراء الدراسة الحالية:

توفير أداة بحثية مقننة للميدان التربوي تتعلق باستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي يمكن استخدامها في العديد من الدراسات والبحوث التربوية والنفسية.

القيمة التي تضيفها الدراسة الحالية للملكة العربية السعودية:

تمثل الدراسة الحالية إضافة قيمة للمملكة العربية السعودية حيث إنه من المهم الكشف عن مستوى التنظيم المعرفي الانفعالي في سن مبكرة لدى الأفراد، لمعالجة جوانب القصور لديهم، والعمل على تعزيز جوانب القوة في التعامل مع المشكلات المختلفة.

منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي، والذي يلائم أهداف الدراسة.

عينة الدراسة: طبقت الدراسة الحالية على عينة بلغ قوامها (843) من طالب وطالبة من طلبة جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز.

نتائج الدراسة:

تم استخدام برنامج SPSS v.27 للتحقق من دلالات الصدق والثبات لمقياس التنظيم المعرفي الانفعالي Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) (إعداد/ Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2001، ترجمة/ الباحث) على النحو التالي:

يتكون المقياس في صورته الأصلية من (36) فقرة خماسية التدريج (تنطبق تماما، تنطبق، غير متأكد، لا تنطبق، لا تنطبق تماما) وتحصل على الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب، وتتوزع فقرات المقياس بالتساوي على تسع أبعاد هي: لوم الذات Self-blame، القبول Acceptance، الاجترار Rumination، إعادة التركيز الإيجابي Positive refocusing، إعادة التركيز على التخطيط Refocus on planning، إعادة التقييم الإيجابي Positive reappraisal، التقليل من الأحداث Putting into perspective، الفزع

أو الكارثية Catastrophizing، لوم الآخرين Other–blame. وتحقق مترجم المقياس من صدقه وثباته على عينة قدرها (250) من طلاب الجامعة، حيث تحقق من الصدق البنائي للمقياس باستخدام كل من التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي، كما تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس، وقد بلغت قيمة معامل الثبات لأبعاد المقياس (لوم الذات، القبول، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الإيجابي، التقليل من الأحداث، الفزع أو الكارثية، لوم الاخرين) (0.65، 0.66، 0.79، 0.72، 0.66، 0.78، 0.59، 0.60، 0.60) على الترتيب. وقد قام الباحث في الدراسة الحالية بالتحقق من: صدق وثبات المقياس كما يلي:

1- الاتساق الداخلي Internal Consistency:

للتحقق من الاتساق الداخلي تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات فقرات مقياس التنظيم المعرفي الانفعالي ودرجات الأبعاد وذلك بعد حذف درجة الفقرة من درجة البعد الذي تنتمي اليه، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.45 إلى 0.62) لفقرات بعد "لوم الذات"، وبين (0.42 إلى 0.66) لفقرات بعد "القبول"، وبين (0.50 إلى 0.63) لفقرات بعد "الاجترار"، وبين (0.49 إلى 0.63) لفقرات بعد " إعادة التركيز الإيجابي"، وبين (0.46 إلى 0.71) لفقرات بعد "إعادة التركيز على التخطيط "، وبين (0.52 إلى 0.71) لفقرات بعد " إعادة التقييم الإيجابي "، بين (0.47 إلى 0.66) لفقرات بعد " التقليل من الأحداث "، وبين (0.52 إلى 0.69) لفقرات بعد " الفزع أو الكارثية "، وبين (0.42 إلى 0.64) لفقرات بعد " لوم الاخرين "، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت اكبر من (0.30) وهي قيم دالة احصائياً عند مستوى (0.01) مما يؤكد تحقق الاتساق الداخلي للمقياس.

2- الصدق البنائي Construct Validity:

للتحقق من الصدق البنائي للمقياس تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي وذلك باستخدام طريقة الاحتمال الأقصى Maximum Likelihood Estimation (MLE)، وقد دلت النتائج على وجود مطابقة جيدة لنموذج القياس حيث جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة كما يلي (كاي تربيع/درجات الحرية = 2.87، CFI = 0.97 ، GFI = 0.97 ، IFI= 0.97، TLI= 0.96، RMSEA= 0.07)، وتراوحت قيم التشبعات المعيارية بين (0.70 إلى 0.86) لفقرات بعد "لوم الذات"، وبين (0.57 إلى 0.80) لفقرات بعد "القبول"، وبين (0.58 إلى 0.77) لفقرات بعد "الاجترار"، وبين (0.53 إلى 0.81) لفقرات بعد " إعادة التركيز الإيجابي"، وبين (0.72 إلى 0.82) لفقرات بعد "إعادة التركيز على التخطيط "، وبين (0.62 إلى 0.87) لفقرات بعد " إعادة التقييم الإيجابي "، بين (0.53 إلى 0.80) لفقرات بعد " التقليل من الأحداث "،

وبين (0.58 إلى 0.84) لفقرات بعد " الفزع أو الكارثية "، وبين (0.63 إلى 0.80) لفقرات بعد " لوم الاخرين "، ويلاحظ ان قيم التشبعات المعيارية كانت جميعها مقبولة (أكبر من 0.5).

وتم حساب الثبات البنائي Composite Reliability لأبعاد المقياس، حيث بلغت قيم معاملات الثبات البنائي لأبعاد المقياس (لوم الذات، القبول، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الإيجابي، التقليل من الأحداث، الفزع أو الكارثية، لوم الاخرين) (0.82، 0.81، 0.79، 0.80، 0.85، 0.81، 0.79، 0.76، 0.85) على الترتيب، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات البنائي كانت مقبولة (أكبر من 0.7).

3- ثبات المقياس Scale Reliability:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس (لوم الذات، القبول، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الإيجابي، التقليل من الأحداث، الفزع أو الكارثية، لوم الاخرين) (0.76، 0.82، 0.76، 0.80، 0.81، 0.78، 0.79، 0.82، 0.77) على الترتيب، وللمقياس ككل (0.85)، ويلاحظ أن جميع قيم معاملات الثبات كانت مقبولة (أكبر من 0.7).

من خلال ماسبق توصل الباحث إلى أن مقياس استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي له دلالات صدق وثبات مرتفعة، ومن ثم يمكن الاعتماد عليه في الدراسات المستقبلية في مجالات العلوم التربوية والنفسية.

توصيات الدراسة:

1) الاهتمام بالتنظيم المعرفي الانفعالي للطلاب في المرحلة الجامعية.
2) عمل ندوات وورش عمل لطلاب الجامعة عن استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي حتى تساعدهم على تحقيق الرفاهية النفسية.

المراجع:

أحمد، أحمد جمال (2016). علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجيات إدارة الصراع لدى المتفوقين دراسياً. المجلة العلمية، جامعة المنيا، 2، 274-311.

السيد، عبد المنعم عبد الله (2012). الاستراتيجيات المعرفية في تنظيم الانفعال وعلاقتها بأعراض القلق والاكتئاب لدى المراهقين والراشدين: رؤية نقدية، مجلة التربية، 151(3)، 659-693.

غانم، ستار جبار، ونوري، خديجة حيدر (2013). التنظيم المعرفي للانفعال: استراتيجياته وصعوباته، مجلة العلوم التربوية والنفسية، (103)، 233–355.

Bandadi, L., Chamkal, N., Belbachir, S., & Ahami, A. O. (2019). The use of the adaptive and the maladaptive cognitive emotion regulation strategies by nurse's student in morocco facing to the patient death in a clinical setting. Biomedical and Pharmacology Journal, 12(1), 175-181.

Di Fabio, A. (2017). The psychology of sustainability and sustainable development for well-being in organizations. Frontiers in psychology, 8, 1534.

Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. Journal of clinical psychology, 62(10), 1231-1244.

Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire–development of a short 18-item version (CERQ-short). Personality and individual differences, 41(6), 1045-1053.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. Personality and Individual differences, 30(8), 1311-1327.

Niven, K. (2022). Does interpersonal emotion regulation ability change with age?. Human Resource Management Review, 32(3), 100847.

Wang, Y., Xu, W., & Luo, F. (2016). Emotional resilience mediates the relationship between mindfulness and emotion. Psychological Reports, 118(3), 725-736.

Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2006). Emotional intelligence, coping with stress, and adaptation. Emotional intelligence in everyday life, 100-125.