

التنظيم الانفعالي للأطفال ذوي الإعاقة السمعية بين الواقع والمأمول

Emotional Regulation Of Children With Hearing Disabilities: Between Reality And What is Expected

إعداد:

أ/ أسماء خالد رشدي^١

إشراف:

أ.د/ نبيل السيد حسن الجباس^٢

أ.م.د/ إيهاب سيد احمد مصطفى^٣

أهداف ورقة العمل:

تهدف ورقة العمل الي مناقشة الموضوعات التالية:

أولاً: تعريف تنظيم الانفعالات.

ثانياً: مكونات التنظيم الانفعالي.

ثالثاً: استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

رابعاً: أبعاد التنظيم الانفعالي.

خامساً: سمات التنظيم الانفعالي لدي المعاقين سمعياً.

سادساً: العوامل المؤدية لقصور التنظيم الانفعالي لدي الأطفال المعاقين سمعياً.

سابعاً: طرق تنظيم الانفعالات عند الأطفال.

ثامناً: مهارات تنظيم الانفعالات.

توصيات ورقة العمل.

مقدمة:

الأطفال ضعاف السمع يكون لديهم قصور سمعي او بقايا سمع ,ومع ذلك حاسة السمع لديهم تؤدي وظائفها بدرجة ما تمكنهم من التعلم والفهم ولكن بحاجة الي راعية واهتمام خاص، فبسبب هذا فقدان السمعي يعاني الفرد من صعوبات ومشكلات مختلفة في نواحي الحياه، فالطفل ضعيف السمع يعيش في وحده مطلقه بعيدا عن الناس وهو في وسطهم، معقود اللسان، معقول القدرة، مقطوع الصلات، مكبوت الانفعالات، محبوس المشاعر، بعيدا عن قلب الحياه، انه الحاضر الغائب، الغارق

^١مدرس مساعد بقسم العلوم النفسية - كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنيا

^٢أستاذ علم نفس الطفل المتفرغ وعميد كلية التربية للطفولة المبكرة سابقاً - كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنيا

^٣أستاذ علم النفس المساعد بقسم العلوم النفسية - كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنيا

في النسيان وهو بذلك يحتاج الي خدمات تربوية ونفسية تساعده علي التكيف والتوافق النفسي مع مستوي الإعاقة. (طه, ٢٠١٧, ١٥)

أكدت نتائج البحوث والدراسات المرتبطة بمجال الدراسة والتي أظهرت ان هؤلاء الأطفال لديهم نقص كبير في التنظيم الانفعالي ويؤدي ذلك الي كثير من الاضطرابات والمشكلات النفسية المختلفة. فالأطفال الذين أجبروا علي كبت انفعالاتهم في الطفولة وعدم التعامل بشكل جيد يعانون من صعوبة تنظيم انفعالاتهم عندما يكبرون, كما ينعكس بالسلب علي حياتهم الاجتماعية والنفسية والأكاديمية , بالإضافة الي انهم لديهم صعوبات في تحديد الانفعالات الأساسية او المركبة لدي الآخرين كم ان استراتيجيات التنظيم الانفعالي للأطفال ضعاف السمع بشكل عام اقل فعالية من الأطفال العاديين وذلك ما أكدته دراسة (Besharat,2013) ودراسة (عبد الحميد, ٢٠١٢).

كما يعد التنظيم الانفعالي مهارة اجتماعية انفعالية أساسية تتيح المرونة والتفاعل الإيجابي ويؤدي ضعف قدرة الفرد علي التنظيم الانفعالي الي العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانطواء والعزلة والقلق والخوف وانخفاض الأداء الاكاديمي, كم يتسم التنظيم الانفعالي لدي الأطفال ضعاف السمع بالقصور فالإعاقة السمعية تؤدي الي انخفاض الأنشطة الاجتماعية والتفاعلية فيشعر هؤلاء الأطفال بالرفض من المجتمع المحيط بهم, وبذلك يتسم التنظيم الانفعالي بعدم النضج كما انه غير سليم وقليل الفاعلية وذلك ما أكدته دراسة كلا من (البنأ, ٢٠٢٢) ودراسة (حماد, ٢٠٢٠) ودراسة (Soltanifar,2018) ودراسة (Joormann&Staton,2016) ودراسة (البشارت, ٢٠١٢) ودراسة (Moore,2008) ودراسة (Rieffe&Terwogt,2004).

التنظيم الانفعالي:

ومن المعلوم ان انفعالات الأطفال وردود أفعالهم بأي مرحلة تختلف تبعاً لاختلاف المواقف التي يمرون بها, ومن ثم فان تنمية قدراتهم علي التعامل مع انفعالاتهم وتنظيمها بشكل جيد يعتبر من ضروريات تصميم البرامج الإرشادية للأطفال ليصبحوا قادرين علي الإنجاز والتميز وتحقيق الطموحات لذلك يجب تنمية قدرات الأطفال علي تنظيم الانفعالات, والتعبير عنها وإدارتها بطريقة إيجابية, ومن ثم مساعدة المجتمع علي إعداد جيل راقى يسهم في تطوير مؤسساته ومواكبة التقدم

تعريف الانفعالات:

عرفت (عائشة عمر, ٢٠١٨, ٤٣) استجابة متكاملة يصدرها الفرد, وتعتمد علي إدراكه لأبعاد المثيرات الداخلية والخارجية التي يتعرض لها, وتشتمل هذه الاستجابة علي عدد من التغيرات الوجدانية المركبة, وتتضمن حدوث تغيرات في نشاطات مختلف أجهزة الجسم الداخلية.

تعريف تنظيم الانفعالات:

عرفت (عبلة الجابر, ٢٠٢١, ١٣٠) تنظيم الانفعالات بانها هي المحاولات الشعورية واللاشعورية التي يستخدمها الأفراد للتأثير علي انفعالاتهم وكيف يعبرون عنها ويشمل التنظيم والانتباه والتقييم والسلوك, أي السيطرة علي الانفعالات أثناء المواقف المختلفة في حياة الفرد.

عرف (علي محمد, ٢٠٢١, ٣٨٤) التنظيم الانفعالي بأنه هو قدرة الفرد علي تنظيم مشاعره الذاتية كالخوف, والغضب, والحزن والفرح, ومحاولاته لتعديل انفعالاته وضبطها, والتحكم بها من خلال ممارسة أنواع متعددة من الأساليب المختلفة لتحقيق الأهداف الشخصية والوصول الي مرحلة التكيف وإنجاز الأهداف المرجوة.

عرف (رضا السيد, ٢٠٢١, ٤٨٠) التنظيم الانفعالي: هو قدرة الفرد علي إدارة الانفعالات بفعالية واستخدام الاستراتيجيات لتغيير هذه الانفعالات الي الحد المطلوب لتحقيق النتائج المرجوة. عرفت (الشيما, ٢٠١٨, ٨) التنظيم الانفعالي بانه هو مجموعه من العمليات والاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد كاستجابة لانفعالاته او كرد فعل نحو الآخرين, والتي تتمثل في قدرة الفرد علي تغيير وتعديل الأفكار والمعرفية والانفعالية والإبدال السلوكي والسيطرة الوجدانية وإدارة الاستجابات الانفعالية سوء السلبية او الإيجابية.

من المهم معرفة ان تنظيم الانفعالات عملية تبدأ في مرحلة الطفولة المبكرة حيث يتعلم الأطفال التعرف علي مشاعرهم ومشاعر الآخرين وقد أثبتت كلية الطب بجامعة كورنيل ان الأطفال القادرين علي تنظيم انفعالاتهم بنجاح يكونون اكثر قدرة علي حل النزاعات مع أقرانهم وإظهار مستويات اقل من التوتر النفسي واكثر اهتماماً بالآخرين.

التعريف الإجرائي: لتنظيم الانفعالات:

هو ادراك وفهم وإدارة الفرد لمشاعره ومشاعر الآخرين سواء أكانت هذه المشاعر سلبية ام ايجابية وبالتالي التحكم والسيطرة علي المواقف المثيرة للانفعالات التي يتعرض لها الفرد, وهو مجموعة من القدرات التي يمتلكها الفرد من حيث الوعي بالانفعالات وفهمها وقبولها والسيطرة علي الانفعالات والسلوكيات المتهورة والتمتع بالمرونة والتصرف بإيجابية.

مكونات التنظيم الانفعالي:

أشار (Lopez,Ruiz&Simon,2021,8) وحيدر يعقوب (٢٠١١) الي ان مكونات التنظيم

الانفعالي تتضح في الاتي:

١- المكونات الذاتية:

تتمثل في الخبرات الشعورية وهي تلك المشاعر التي يشعر بها الشخص المنفعل, ويستطيع التعبير عنها, والعناصر المعرفية وهي مجمل تلك الأفكار عند الشخص المنفعل والمتصلة بالموضوع الذي أثار انفعاله.

٢- المكونات الفسيولوجية:

يقصد بها التغيرات الفسيولوجية التي تحدث أثناء الحالة الانفعالية, ويمكن الكشف عنها بواسطة أجهزة ضغط الدم, ومعدل ضربات القلب, ومعدل التنفس وحرارة الحسم, والتغيرات الكيميائية, والتعرق وتوتر الجسم.

٣- المكونات الخارجية التعبيرية:

هي مختلف التعبيرات الوجهية، والإيماءات والإشارات الغير لفظية التي تظهر علي وجوه الأشخاص أثناء انفعالاتهم، والحركات والأوضاع البدنية والألفاظ التي تصدر عنهم.

استراتيجيات التنظيم الانفعالي:

أوضحت شيماء احمد (٢٠٢١) وصلاح عراقي (٢٠١٤) ان استراتيجيات التنظيم الانفعالي تتضح في الآتي:

أولاً: استراتيجيات تكيفية: وتتضح في العناصر الآتية:

- ١- إعادة التركيز علي التخطيط: يعني التركيز علي الأفكار التي تهدف الي التحكم في الموقف السلبي الذي يمر به الفرد، والتفكير في طرق اكثر فعالية في حل المشكلة ومواجهة الموقف.
- ٢- إعادة التركيز الإيجابي: يتضمن التركيز علي المواقف الإيجابية بدلاً من الأحداث المزعجة، وتحويل الانتباه الي الأفكار الأكثر قبولا عند الشعور بالتوتر من تجربة ما.
- ٣- إعادة التقييم الإيجابي: هو ادراك الحدث السلبي كفرصة للنمو الشخصي، ومحاولة التركيز علي الآثار الإيجابية المحتملة التي تنشأ من التجربة.
- ٤- القبول: يشير الي الأفكار المتعلقة بقبول الموقف والتي تفضل الاستجابة التكيفية، وتجنب فكرة امتلاك نفس المشاعر والمشاعر المرتبطة بها.
- ٥- تغير المنظور: يعني المقارنة والنسبية مع أحداث أخرى مماثلة، بمعنى مقارنة الفرد موقفه مع موقف اخر أسوء من فينظر الي موقفه بطريقة اكثر اعتدالاً.

ثانياً: استراتيجيات غير تكيفية: نذكر منها الآتي:

- ١- لوم الذات: هي التركيز علي المشاعر والأفكار المتعلقة بلوم الذات، والشعور باني المسؤول عن كل شيء يتم تجربته.
- ٢- لوم الآخرين: يعني إشعار الآخرين بالذنب وتحميلهم المسؤولية عن الموقف.
- ٣- اجترار الأفكار: التركيز علي المشاعر والأفكار المرتبطة بالحدث السلبي وتركيز أفكار الفرد بشكل مفرط علي حالة الإغلاق.
- ٤- التهويل: يعني المبالغة في خطورة الحدث الذي حدث، ويتضمن تركيز انتباه الفرد علي الجوانب الأكثر سلبية.

ومن خلال ما سبق يمكن القول بان التنظيم الانفعالي يتضمن الاعتراف بانفعالات الفرد وإدارتها بشكل مناسب والاستخدام الناجح للتحكم في الانفعالات السلبية، وزيادة الانفعالات الإيجابية والمناسبة للموقف وتحويل انتباه الفرد نحو الأفكار الأكثر قبولا والتفكير في حل المشكلات لتحقيق الأهداف.

أبعاد التنظيم الانفعالي:

- أوضح كلا عمر عبد القادر (٢٠٢١) واحمد البحيري (٢٠٢١) ورحاب احمد (٢٠٢٠) وعلا محمد (٢٠١٩) ان أبعاد التنظيم الانفعالي تتضح في الاتي:
- ١- الوعي الانفعالي: وهو يعني القدرة علي ادراك الانفعالات وتوضيحها دون كبتها.
 - ٢- القبول الانفعالي: يتضح في نقص الاستجابة الانفعالية السلبية لشعور ماء.
 - ٣- المرونة التنظيمية: تعني المعالجة واستخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي بمرونة.
 - ٤- التسامح الانفعالي: يعني التسامح ومنع السلوكيات المندفعة السيئة.
 - ٥- التحكم بالانفعالات: تشير الي قدرة الفرد علي إدارة انفعالاته, والسيطرة عليها بما يخدم الموقف الانفعالي.
 - ٦- التعبير عن الانفعالات: تعني القدرة علي التعبير عن الحالة الانفعالية, وعن ما يشعر به من انفعالات ايجابية او سلبية, والقدرة علي التواصل مع الآخرين بشكل لفظي او غير لفظي.
 - ٧- معالجة الجوانب الانفعالية: تعني ان يعرف الفرد المشاعر التي تؤذيه وتزعجه, والقدرة علي التعامل معها بشكل صحيح.
 - ٨- التعاطف: تعني قدرة الفرد علي تفهم مشاعر الآخرين, وردود أفعالهم الانفعالية, ومعايشة مشكلاتهم وإيجاد حلول لها.
 - ٩- المهارات الاجتماعية: هي مهارة فن العلاقات, والتعامل الصحيح مع الآخرين وتهدة النفس وقت الانفعال الشديد, وإدارة العلاقات بكفاءة عالية, وامتصاص غضب الآخرين.
- ومن خلال العرض السابق يتضح ان التنظيم الانفعالي تتعدد أبعاده والتي تتضح في الوعي والقبول الانفعالي والمرونة الانفعالية والمهارات الاجتماعية والتحكم والضبط الانفعالي وغيرها, التي لا بد من تميمتها عند الأطفال المعاقين سمعيا مما يؤدي الي تنمية الصحة النفسية والانفعالية, وبالتالي تحقيق التوافق النفسي في جميع جوانب حياته المختلفة.
- ### سمات التنظيم الانفعالي لدي المعاقين سمعياً:
- أشار عبد اللاه محمود (٢٠١٩) ان التنظيم الانفعالي عند الأطفال المعاقين سمعيا يتسم بالقصور, حيث تعد الإعاقة السمعية من الإعاقات الحسية التي تؤدي الي انخفاض الأنشطة الاجتماعية, بالإضافة الي الشعور بالرفض من المجتمع المحيط, وبذلك يتسم التنظيم الانفعالي للمعاقين سمعيا بأنه غير سليم وغير ناضج انفعالياً, وبالتالي يحتاجون الي جهد أكبر لتحقيق تفاعلات مرضية مع الآخرين, وقصور الانفعالات يؤدي الي مشكلات واضطرابات نفسية كثيرة منها القلق والاكتئاب والعناد والتحدي, مما يؤثر علي الكفاءة الانفعالية, كما يؤدي العجز في التنظيم يؤدي الي الضعف في التفكير والتفاعل الاجتماعي بين الأطفال.

العوامل المؤدية لقصور التنظيم الانفعالي لدى الأطفال المعاقين سمعياً:

أوضح كلا من (Theunissen,Rieffe,Netten,Briaire,Schoones&Frijns,2014) وسعيد عبد الرحمن (٢٠١١) ان هناك عوامل تؤدي الي قصور التنظيم الانفعالي منها:

- ١- إشباع انفعال الغضب وتفسيره في حين انهم يتجاهلون العوامل التي أدت الي النتائج السلبية, كما يتجاهلون فهم الموقف ككل.
- ٢- عائق الفهم: حيث ان اللغة وتميز الأصوات يلعبان دوراً مهماً في الحالة الانفعالية لضعاف السمع, مما يجعلهم يعزلون عن العالم المحيط بهم ويكون مردود ذلك عليهم الحزن, والاكتئاب, والانسحاب من الحياة الاجتماعية والاتصال بالآخرين.
- ٣- العجز عن معرفة وفهم الانفعالات: حيث ان الأطفال ضعاف السمع لديهم عجز في فهم انفعالاته وانفعالات الآخرين, وعدم التعبير عنها بصور صحيحة مما يؤدي الي قصور التنظيم الانفعالي.
- ٤- افتقاد التجريد والرؤية الواضحة: وذلك ناتج عن وسائل التواصل المحدودة نتيجة فقد السمع, والظروف التي تؤدي الي نتائج سلبية محبطة.
- ٥- العزلة التي يعيشها المعاقين سمعياً في مجتمعات خاصة بهم: فهذا له دور كبير في كل المظاهر الانفعالية السلبية, حيث العيش مع أطفال مثلهم يتصفون بالجمود وعدم الثبات الانفعالي بعكس الأطفال الذين يعيشون في اسر مع أخوة لهم عاديين.
- ٦- كبت الانفعالات: فالأطفال الذين أجبروا علي كبت انفعالاتهم في الطفولة, ولم يتم التعامل معها بشكل صحيح يعانون من صعوبة في تنظيم انفعالاتهم.

طرق تنظيم الانفعالات عند الأطفال:

- ١- تفرغ الطاقة الانفعالية في أعمال مفيدة, حيث ان الانفعالات تولد طاقة هائل ولا بد من استغلالها في صور مفيدة.
- ٢- تحويل الانتباه الي أشياء نافعة: فيتخلص من الطاقة الانفعالية ويصل الي الهدوء النفسي.
- ٣- محاولة إثارة استجابات معارضة للانفعال: مما يؤدي الي التخلص من الانفعالات تدريجياً.
- ٤- تعلم النظر الي العالم نظرة مرحة: ولأسيما الانفعالات التي تثير الفرح والسرور والضحك.
- ٥- بعث حالة من الاسترخاء البدني: فتهدئه حالة الانفعال.
- ٦- تجنب المواقف والأشخاص التي تثير الانفعالات.
- ٧- فهم الفرد لحالته الانفعالية.

مهارات تنظيم الانفعالات:

أشار إبراهيم سعيد (٢٠٢٢, ٣٨٠) ان مهارات التنظيم الانفعالي تنقسم الي قسمين أساسيين وهي كالآتي:
أولاً: مهارات توافقية وتشمل

- ١- إعادة التركيز الإيجابي: ويشير الي قدرة الفرد علي التفكير في قضايا وموضوعات سارة, بدلا من التفكير في الأمور السلبية.
 - ٢- إعادة التركيز علي التخطيط: يعني التركيز علي الأفكار التي تهدف الي التحكم في الموقف السلبي الذي يمر به الفرد, والتفكير في طرق اكثر فعالية في حل المشكلة ومواجهة الموقف.
 - ٣- إعادة التقويم الإيجابي: هو ادراك الحدث السلبي كفرصة للنمو الشخصي, ومحاولة التركيز علي الآثار الإيجابية المحتملة التي تنشأ من التجربة.
 - ٤- القبول: يشير الي الأفكار المتعلقة بقبول الموقف والتي تفضل الاستجابة التكيفية, وتجنب فكرة امتلاك نفس المشاعر والمشاعر المرتبطة بها.
 - ٥- تغير المنظور: يعني المقارنة والنسبية مع أحداث أخرى مماثلة, بمعنى مقارنة الفرد موقفه مع موقف اخر أسوء من فينظر الي موقفه بطريقة اكثر اعتدالاً.
- ثانيا: مهارات لا توافقية: قد يستخدمها بعض الأفراد بهدف التحكم والسيطرة علي انفعالاتهم لكنها ترتبط بظهور العديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية ومنها:
- ١- لوم الذات: هي التركيز علي المشاعر والأفكار المتعلقة بلوم الذات, والشعور بانني المسؤول عن كل شيء يتم تجربته.
 - ٢- لوم الآخرين: يعني إشعار الآخرين بالذنب وتحميلهم المسؤولية عن الموقف.
 - ٣- اجترار الأفكار: التركيز علي المشاعر والأفكار المرتبطة بالحدث السلبي وتركيز أفكار الفرد بشكل مفرط علي حالة الإغلاق.
 - ٤- التهويل: يعني المبالغة في خطورة الحدث الذي حدث, ويتضمن تركيز انتباه الفرد علي الجوانب الأكثر سلبية.

توصيات ورقة العمل:

- ضرورة الاهتمام بالبرامج الإرشادية والعلاجية التي تعمل علي تحسين التنظيم الانفعالي لدي الأطفال المعاقين سمعياً في كافة المراحل العمرية المختلف التي تحتاج الي توجيه العناية لمساعدتهم علي اجتياز المراحل العمرية المختلفة بسلام وأمان نفسياً وانفعالياً.
- ضرورة عمل ندوات إرشادية للوالدين والمعلمات والأخصائيين النفسيين لتدريبهم علي كيفية التعامل مع الأطفال المعاقين سمعياً وتحسين التنظيم الانفعالي لديهم.
- ضرورة إعداد كوادر قادرة ومؤهلة للتعامل مع المعاقين سمعياً ذوي الاضطرابات النفسية والانفعالية المختلفة وكيفية التحسن المستمر لهم واستثمار قدراتهم المختلفة.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- إبراهيم, إبراهيم سعيد. (٢٠٢٢) مهارات تنظيم الانفعال وعلاقتها بسلوك المخاطرة لدي طلاب التعليم الثانوي الفني, *مجلة كلية التربية, جامعة الأزهر*, مج ٥(١٩٤), ص ٣٧٤-٤٠٤
- احمد, رحاب يحي. (٢٠٢٠). فعالية العلاج السلوكي الجدلي في تحسين التنظيم الانفعالي لدي المراهقات واثره علي تخفيف شره الأكل العصبي لديهن, *مجلة كلية التربية, جامعة بنها*, مج ٣١(١٢١), ص ١٠٤-١٦٤.
- البشارات, روان سمير. (٢٠٢١). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالاستعداد المدرسي لدي طالبة الصف الأول الأساسي. *المجلة التربوية الاردنية*, مج ٦(٤), ص ١-٢٧.
- حماد, عبد اللاه محمود. (٢٠١٩). فعالية برنامج إرشادي اسري في تحسين التنظيم الانفعالي وخفض اضطراب العناد والتحدي لدي الأطفال المعاقين سمعياً. *مجلة تكنولوجيا التربية*, مج ٢(٣٩), ص ٤٣٩-٥٠٢.
- حماد, محمد احمد. (٢٠٢٠). فعالية برنامج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية في تحسين مستوي التنظيم الانفعالي والمعرفية الاجتماعية لدي الأطفال المعاقين سمعياً. *مجلة البحث العلمي في التربية*, مج ١٤(٢١), ص ٢٦٨-٣١٤
- سعيد عبد الرحمن. (٢٠١١). جودة الحياة واستراتيجيات التعايش للصم وضعاف السمع, *مجلة كلية التربية, جامعة بنها*, مج ٨٧(٢٢), ص ٢٢٩.
- شديد, شيماء محمود احمد (٢٠٢١). برنامج إرشادي قائم علي العلاج بالواقع لتحسين التنظيم الانفعالي لدي الطالبات معلمات رياض الأطفال, *مجلة كلية التربية, جامعة المنوفية*, مج ٣٦ ص ٢٩٤-٣٣٨
- عبد الحميد, سعيد. (٢٠١٢). فعالية برنامج تدريبي لتنمية مهارات نظرية العقل لدي أطفال الروضة واثره في تحسين مستوي التنظيم الانفعالي لديهم. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*, مج ٣(٣٢), ص ١٦١-٢١٤
- عبد القادر, عمر عامر (٢٠٢١). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي لدي الطلبة في مدينة عرابة. (رسالة ماجستير). جامعة عمان العربية
- عراقي, صلاح الدين. (٢٠١٤). الحساسية للقلق وعلاقتها بكل من تنظيم الانفعال وأعراض القلق لدي عينة من طلاب الجامعة, *مجلة كلية التربية, جامعة بنها*, مج ٢٠(٢٥), ص ٢٣١-٢٦٣
- عمر, عائشة عثمان. (٢٠١٨). الانفعالات الإنسانية في ضوء القران الكريم السمعية (رسالة دكتوراه). جامعة ام رومان الإسلامية.
- يعقوب, حيدر مزهر. (٢٠١١). التنظيم الانفعالي للطلبة المتميزين في محافظة ديالى بالمجلس العربي للموهبين والمتفوقين, المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهبين والمتفوقين: الموهبة والإبداع مقتطفات هامة في حياة الشعوب ١٥-١٦ أكتوبر, جامعة ديالى, ص ٤٥١-٤٦٧.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Besharat, M.A. (2013). **Mediating Role Of Cognitive Regulation Strategies in The Relationship Between Attachment Styles in The girls**. Journal Of The American Academy Of Child & Adolescent Psychiatry, 49(5), pp484-492.
- Joormann, I & Stanton, C.H. (2016). **Examining Emotion Regulation in Depression: A review and Future Directions**. Behavior Research and Therapy, 86, pp35-49.
- Lopez, M, Ruiz & Simon, A. (2021). **Emotional Cognitive Regulation in University Students During Lockdown; comparative analysis of students from Spanish universities- sustainability**, 13
- Moore's, D.F. (2008). **In Collusion ,Itinerant Teachers ,and The Pullout Model, American Annals Of The Deaf**, 153(3), pp273-274..
- Soltanifar, A.K .amrani & Erfani. N. (2018). **The Effectiveness Of Emotion Regulation On Quality Of Life and Social Adjustment Of The Deaf**. International Journal Of Pharmaceutical Research, 10(4).
- Theunissen, S.C, Rieffe, C, Netten, A, PBriaire, J.J, Soede, W, Schoones, J. W & Fijns, J.H (2014) **Psychopathology and Its risk and Protective Factors in hearing – impaired children and adolescents**. A systematic review JAMA pediatrics, 168(2), 1700-177