

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرقاوي

أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضر (رحمه الله)

أستاذ علم النفس التربوي

أستاذ الصحة النفسية – وكيل كلية التربية

وكيل الكلية للدراسات العليا الأسبق

لشئون البيئة والمجتمع الأسبق

كلية التربية □ جامعة الزقازيق

كلية التربية – جامعة الزقازيق

أ.د أشرف محمد عبد الحميد

أستاذ الصحة النفسية

و وكيل الكلية لشئون الدراسات العليا والبحوث

كلية التربية □ جامعة الزقازيق

المستخلص :

هدفت الدراسة إلى إعداد أداة لقياس الاتزان الانفعالي لذوي صعوبات التعلم بالمرحلة الإعدادية ، والتحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس، من خلال التعرف على دلالات صدق وثبات مقياس الاتزان الانفعالي بعد تطبيقه على عينة من ذوي صعوبات التعلم ، وتم تطبيق المقياس على (١٠٤) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف الأول الإعدادي ، والتي تراوحت أعمارهم ما بين (١٢ – ١٣) عاماً، من مدارس أبومليحه للتعليم الأساسي والشهيد تامر حسني للتعليم الأساسي بإدارة ابوكبير التعليمية خلال العام الدراسي (٢٠٢٢/٢٠٢٣) ، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتم التحقق من مؤشرات الاتساق الداخلي للمقياس ، وتم حساب صدق المقياس عن طريق صدق التحليل العاملي الاستكشافي الذي أسفر عن تشبعات عبارات المقياس على أبعاده الخمسة (التحكم في الانفعالات ، تقدير الذات ، مهارات التفاعل الاجتماعي ، الوعي الانفعالي ، التفاؤل بالنسبة للمستقبل) ، كما تم حساب ثبات مقياس الاتزان الانفعالي بطريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha حيث كان معامل الثبات (٠.٨٧٩)، وبالتالي تمتع المقياس بدلالات صدق وثبات مرتفعة ، وأصبح مقياس الاتزان الانفعالي في صورته النهائية يتكون من (٣٧) عبارة موزعة على الأبعاد الخمسة .

الكلمات المفتاحية : الخصائص السيكومترية ، الاتزان الانفعالي ، ذوي صعوبات التعلم .

The Psychometric Properties of the Emotional Stability Scale for pupils with Learning Disabilities

Abstract:

The study aimed to prepare a tool to measure emotional stability for students with learning disabilities in the preparatory stage, and to verify the psychometric efficiency of the scale, by identifying the indications of the validity and reliability of the emotional Stability scale after applying it to a sample of students with learning disabilities. The scale was applied to (104) male and female students from the first preparatory grade, whose ages ranged between (12-13) years, from Abu Maliha Basic Education Schools and Shahd Tamer Hosni Basic Education Schools in Abu Kabir Educational Administration during the academic year (2022/2023). The study relied on the descriptive approach, and the internal consistency indicators of the scale were verified, and the validity of the scale was calculated through the validity of the exploratory factor analysis, which resulted in the saturation of the scale's phrases on its five dimensions (control of emotions, self-esteem, social interaction skills, emotional awareness, optimism for the future). The stability of the emotional stability scale was also calculated using the Cronbach Alpha method, where the stability coefficient was (0.879), and thus the scale enjoyed high validity and reliability, and the emotional stability scale in its final form consisted of (37) statements distributed over the five dimensions.

Key Words: The Psychometric Properties , Emotional Stability, pupils with Learning Disabilities

مقدمة

يُعد ميدان صعوبات التعلم Learning Disabilities مصدراً لاهتمام العديد من الباحثين لكون مستوى ذكاء التلاميذ ذوي صعوبات التعلم يتمثل حول متوسط الذكاء العام، ويعانون بذات الوقت من ضعف عام في تعلم المهارات الأساسية، مثل: القراءة والكتابة، والحساب مقارنةً بأقرانهم العاديين ، ويتصفون ببعض الصفات والخصائص التي يتصفون بها عن غيرهم ، وفي ضوء ذلك ذكر هؤاد عيد الجوالده (٢٠١٦) أن التلاميذ ذوي صعوبات التعلم يتصفون بمجموعة من الخصائص العامة منها : عدم القدرة على التنظيم، وعدم الانتباه، ولديهم صعوبة في تذكر الجدول

الدراسي والواجبات، ولا يتمتعون بالكفاءة التي تمكنهم من استخدام قدرتهم العامة ومهاراتهم الأكاديمية الخاصة، وتحديدهم للسلوك المقبول اجتماعياً، وكل ذلك من شأنه أن يؤدي إلى اضطراب في النشاط السيكلوجي لديهم.

ولما كان الاتزان الانفعالي Emotional Stability أحد المحددات المؤثرة في أنماط الشخصية وواحداً من المؤشرات المهمة على الصحة النفسية المتوافقة ؛ ويشكل الركن الأساس الذي تنتظم من خلاله جميع جوانب النشاط السيكلوجي للفرد، وما يصدر عنه يؤثر في أشكال التوافق؛ ولذلك يُعد الاتزان الانفعالي واحداً من الجوانب المهمة لحياة الإنسان، وجوهر العملية التوافقية الشخصية (Nasir,2014).

وقد أشار فؤاد غالب (٢٠١٢، ٣٦) إلى أهمية الاتزان الانفعالي لدى الطالب في أنه جزء من العملية التوافقية لديه؛ وسمة من سمات تميز الطالب الذي يستجيب بمرونة في المواقف الانفعالية دون تطرف ومبالغة، والتعامل بكفاءة مع البيئة المحيطة به ؛ فيجب أن يمتلك القدرة على السيطرة على انفعالاته المختلفة، وأن تكون استجابته الانفعالية مناسبة بحسب ما يقتضيه الموقف، ومتناغمة ومتناسبة مع الظروف والأوضاع التي تستدعي هذه الانفعالات.

يُعد الاتزان الانفعالي من الجوانب النفسية المهمة التي لا يُمكن إغفالها أو تجنبها، فالاتزان الانفعالي يُعد من أبرز المقومات والحاجات والمتطلبات الأساسية للشخصية الإنسانية، والتي يحتاجها التلاميذ في مختلف جوانب حياتهم، لما لها من أهمية قصوى وتأثير على الصحة النفسية والجسدية لديهم (لي نزار سليمان ومعين نصرأوين، ٢٠٢٠، ١٠٨).

ويُعد الاتزان الانفعالي أحد المحددات التي تؤثر على شخصية الطالب، فهو مؤشر مهم على الصحة النفسية، فالطالب عندما يكون قادراً على المحافظة على مشاعره والسيطرة عليها يكون متزناً انفعالياً، كما ينظر إليه على أنه القدرة على التحكم بالتعبيرات العاطفية، مع الحفاظ على التفكير السليم، واتخاذ قرارات بطريقة عقلانية وهو أيضاً القدرة على إظهار المشاعر المناسبة في مختلف المواقف التي يتعرض لها الطالب، والتصرف فيها بطريقة عقلانية (Ezhilarasi & Nadahini,2014).

فالالاتزان الانفعالي مؤشر من مؤشرات النضج الانفعالي لدى الطالب الذي ينعكس بقدرته على تنظيم انفعالاته وضبطها، والسيطرة على التصرفات الاندفاعية والتفاعل الإيجابي مع الآخرين، وذلك حسب المتطلبات البيئية المحيطة وطبيعة التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين من زملاء أو أفراد الأسرة. وبما أن الاتزان الانفعالي يعكس قدرة الطالب على تنظيم انفعالاته والسيطرة عليها في

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاء أ.د. عبد الباسط متولي خضر أ.د. عادل سعد يوسف خضار رحمه الله أ.د. أشرف محمد عبد الحميد

المواقف المختلفة، فإن ذلك من شأنه أن يجعل منه قادراً على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، كما إن الطلبة الذين يتسمون بالاتزان الانفعالي يكونون قادرين على تكوين علاقات صداقة ناجحة نتيجة لما يحظون به من شعبية ومحبة من قبل أصدقائهم والمحيطين بهم (Bindu, 2016).

ثانياً- مشكلة البحث:

لاحظ الباحث ندرة في الأبحاث التي اهتمت بدراسة الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، وخاصة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم - فلم يجد الباحث في حدود اطلاعه - سوى دراسة فؤاد الجوالدة وهيام التاج ولينا المحارمة وسهير التل (٢٠١٧) التي هدفت إلى التعرف على مركز الضبط وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى طلبة صعوبات التعلم في عمان، ودراسة تهاني بسم الشمايلة (٢٠٢٠) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم وعلاقته بتقبل الذات لديهم، ودراسة وعود أحمد كبيبة (٢٠٢٣) التي اهتمت بدراسة مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى التلميذات ذوي صعوبات التعلم، وأيضاً لاحظ الباحث ذلك من خلال تعامله واحتكاكه مع التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في البيئة المدرسية، أن هذه الفئة تعاني من العديد من المشكلات التي تؤثر على مستوى الاتزان الانفعالي لديهم، ومنها العدوانية المرتفعة والقلق والاندفاعية والعجز عن مسايرة الأقران والاعتماد على الآخرين والالتكالية والنشاط الزائد المفرط، ويواجهون مشكلات في تكوين الأصدقاء، كما يعانون من رفض أو تجاهل من قبل الآخرين، ويظهرون تبايناً واضحاً بين التحصيل الدراسي المتوقع منهم والتحصيل الدراسي الفعلي.

فالفرد المتزن انفعالياً لديه وعي بانفعالاته، فيستجيب للمواقف والمشاكل التي تواجهه بأسلوب يتصف بالمرونة والتروي والصبر ويستجيب الاستجابة المناسبة في الوقت المناسب، ويصمد أمام مواقف الحياة، فهو شخص متفائل غير عدائي ومنضبط وهادئ ورزين، ويتسم بالشجاعة في مواجهة المستقبل، والعزم على اتخاذ القرارات المهمة والتفكير النشط والتوافق النفسي (وفاء حسين، ٢٠٢٠، ٤٥١).

وبرزت الحاجة إلى دراسة الاتزان الانفعالي لدى الطلاب، والتأكد من مدى وجوده لديهم، وذلك سعياً للبحث عن الإمكانيات التي يمكن من خلالها التخفيف من التفكير السلبي الذي ينعكس بشكل أو بآخر على دراستهم وعلى تكيفهم الاجتماعي مع البيئة المحيطة (فؤاد صبيبة ومي تركماني، ٢٠٢٣، ٢٦٣).

بمراجعة بعض الأدبيات التي تناولت الاتزان الانفعالي ، تتضح الحاجة إلى مقياس لتقدير الاتزان الانفعالي للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم ، حيث يمثل الاتزان الانفعالي متغير مهم يجب تناوله بالدراسة والبحث باعتباره متغير مهم لتهيئة التلاميذ للتوافق الأكاديمي والنفسي ولمواجهة المواقف التي يمر بها الفرد بفاعلية، وفي ضوء ما سبق يمكن صياغة أسئلة الدراسة فيما يلي :

١ - ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الاتزان الانفعالي بعد تطبيقه على عينة الدراسة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم ؟

٢ - ما دلالات صدق مقياس الاتزان الانفعالي بعد تطبيقه على عينة الدراسة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم ؟

٣ - ما دلالات ثبات مقياس الاتزان الانفعالي بعد تطبيقه على عينة الدراسة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم ؟

ثالثاً- أهداف الدراسة : هدفت الدراسة الحالية إلى بناء مقياس الاتزان الانفعالي لتناسب مع التلاميذ ذوي صعوبات التعلم ، والتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، وينبثق من هذا الهدف العام مجموعة الأهداف الفرعية، وهي الكشف عن :

أ - مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الاتزان الانفعالي بعد تطبيقه على عينة الدراسة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

ب - دلالات صدق مقياس الاتزان الانفعالي بعد تطبيقه على عينة الدراسة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

ج - دلالات ثبات مقياس الاتزان الانفعالي بعد تطبيقه على عينة الدراسة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

رابعاً- أهمية الدراسة :

أ- الأهمية النظرية :

١. تكمن أهمية الدراسة في كونها تجري على فئة مهمة من فئات المجتمع ألا وهم التلاميذ ذوي صعوبات التعلم ، ولما لهذه الفئة من تأثير مباشر على الأسرة والمجتمع باعتبارهم فئة لا يستهان بها ، وهم جزء لا يتجزأ من أفراد المجتمع ، وبالتالي فتحتاج هذه الفئة إلى العمل بشكل مستمر على التعرف عليهم وكيفية تشخيصهم.

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاءى أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار حرمه الما أ.د أشرف محمد عبد الحميد

٢. تسعى هذه الدراسة إلى توفير أداة قياس تتحقق فيها الشروط العلمية اللازمة لقياس الاتزان الانفعالي من واقع الثقافة العربية ومحدداتها، وبالتالي فإن إعداد المقياس قد يفتح آفاقاً جديدة أمام الباحثين .

ب- الأهمية التطبيقية:

- ١ - إثراء المكتبة العربية بإعداد مقياس الاتزان الانفعالي لذوي صعوبات التعلم، وبالتالي قد يصبح لهذا المقياس قيمة تربوية خاصة، إذ أنه سيكون أداة قياس سهلة وسريعة التطبيق؛ للكشف عن الاتزان الانفعالي لدى هذه العينة.
- ٢ - وفي ضوء نتائج القياس يمكن الاستعانة بالمقياس في إعداد برامج إرشادية لتحسين الاتزان الانفعالي لدى ذوي صعوبات التعلم بشكل خاص ، ومختلف المراحل العمرية بشكل خاص.

خامساً: مصطلحات الدراسة الإجرائية:

١ -الاتزان الانفعالي Emotional Stability:

يشير إلى الحالة النفسية التي يتمتع بها التلميذ ذوي صعوبات التعلم عندما يكون قادراً على إدارة عواطفه وانفعالاته بشكل يتماشى مع متطلبات الحياة اليومية، من خلال التحكم في مشاعره، سواء كانت إيجابية مثل الفرح والامتنان، أو سلبية مثل الغضب والحزن، مما يساعده على التعامل بفعالية مع المواقف المختلفة ، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس الاتزان الانفعالي من خلال الأبعاد: التحكم في الانفعالات ، تقدير الذات ، مهارات التفاعل الاجتماعي ، الوعي الانفعالي ، التفاؤل بالنسبة للمستقبل .

ب -التلاميذ ذوي صعوبات التعلم: Students with learning Disability

يعرف التلاميذ ذوي صعوبات التعلم إجرائياً في الدراسة الحالية بأنهم " مجموعة من تلاميذ المرحلة الإعدادية لديهم مستوى ذكاء متوسط أو فوق المتوسط، ولديهم تباعداً واضحاً بين الأداء المتوقع (يُقاس من خلال اختبار ذكاء) وبين أدائهم الفعلي (يُقاس من خلال اختبارات تحصيلية) بالنسبة لأقرانهم في نفس المستوى العمري، كما إنهم لا يعانون من مشكلات حسية سواء

كانت (جسدية أو بصرية أو سمعية)، كما إنهم ليس ضمن فئة التخلف العقلي ولا يعانون من حرمان بيئي أو إعتلال صحي .

ج - الخصائص السيكومترية للمقياس:

تتمثل في دلالات الصدق والثبات والقدرة التمييزية لمقياس الاتزان الانفعالي التي تعطي للباحثين الثقة في استخدامه مستقبلاً.

سادساً: الإطار النظري

أ - مفهوم الاتزان الانفعالي:

يعرف الاتزان الانفعالي في معجم الطب النفسي والعقلي بأنه مقدرة المرء على ضبط عواطفه والتحكم بها، وعدم إفراطه في التأثير العاطفي أو عدم الانسياق وراء تأثير الأحداث الخارجية العابرة والطارئة بحيث يصبح عرضه للتقلب السريع من حالة إلى أخرى، وينم ذلك عن مقدرة الشخص على التوافق الذاتي والاجتماعي دون أن يكلفه ذلك مجهوداً نفسياً كبيراً (محمود عواد، ٢٠١١، ٦٤).

يعرف الاتزان الانفعالي على أنه قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته والسيطرة عليها، تجاه ما يواجهه من مواقف ومشكلات، بشكل يتصف بالتعقل والتروي وعدم التطرف والمبالغة في الاستجابة لها، والبعد عن إصدار أحكام انفعالية متسرفة تجاهها (Kumar,2013,P.7).

كما يعرف الاتزان الانفعالي على أنه القدرة على التحكم في الانفعالات وتنظيمها، والتعامل مع المواقف بحكمة وعقلانية، والنظر إلى المواقف بروية والتعامل معها بانفعالات مناسبة، وعدم التسرع في اتخاذ القرارات الانفعالية تجاه المواقف المختلفة التي يتعرض لها المرء (أحلام نعيم سمور، ٢٠١٢، ٧٣).

في حين يعرف Bhagat et al.(2015,P.407) الاتزان الانفعالي مقدار ما يمتلكه الفرد من قدرات تساعد على البقاء في حالة من الهدوء والاستقرار عند تعرضه للعديد من المواقف والمثيرات التي شأنها أن تسبب له الضغط والإجهاد.

تعرف جيهان عثمان محمود (٢٠٢٠، ١٦١) الاتزان الانفعالي على أنه استجابة الطالب استجابة انفعالية مناسبة للمواقف بطريقة مستقرة نسبياً وغير حادة أو فجائية، وكذلك التعامل بمرونة وهدوء مع المواقف الضاغطة والجديدة وعدم القابلية للاستثارة الانفعالية الحادة وغير المناسبة، بهدف تحقيق أهداف الفرد والتوافق مع مواقف الحياة المختلفة.

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاء أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار حمة الما أ.د أشرف محمد عبد الحميد

يعرف مصطفى رمضان بسيوني (٢٠٢٣، ١٠) الاتزان الانفعالي بأنه قدرة الطالب على توظيف ما لديه من خبرات ومعارف في مواجهة التحديات بشجاعة وتعقل، وضبط انفعالاته وسلوكياته، والتحكم فيها بطرق مختلفة، وإجادة التعامل بمرونة مع التأثيرات الخارجية والمواقف المضاعفة التي تواجهه، مما يساهم في تكوين نظرة إيجابية عن ذاته .

وفي ضوء ما سبق يتضح أن معظم التعريفات تؤكد على أن الاتزان الانفعالي مرتبط بالقدرة على ضبط العواطف والمشاعر، وعدم الانفلات بسهولة في المواقف المثيرة للمشاعر، فهو يعبر عن حالة من التوازن النفسي والعاطفي التي يتمكن فيها الفرد من إدارة مشاعره بشكل فعال، بحيث لا تتفاقم ردود أفعاله أو تسيطر عليها العواطف بشكل مضطرب. وهو يتيح للفرد التفكير بشكل منطقي واتخاذ قرارات هادئة في المواقف المختلفة، مما يعزز قدرته على التعامل مع الضغوط والتحديات بشكل إيجابي، وعليه فالاتزان لا يعني قمع المشاعر، بل السيطرة عليها والتعامل معها بشكل صحي.

ب - خصائص التلاميذ المتزنين انفعالياً :

أشار مصطفى رمضان بسيوني (٢٠٢٣، ٢٧) إلى وجود بعض الخصائص التي

- ١ - تميز التلاميذ الذين يتصفون بالاتزان الانفعالي.
- ٢ - القدرة على التحكم في انفعالاته وضبط تصرفاته وسلوكياته.
- ٣ - الاحتفاظ بحالة الهدوء والتريث وعدم الاندفاعية أثناء مواجهة الضغوط والتحديات الحياتية.
- ٤ - القدرة على التعايش والتكيف مع الظروف البيئية المحيطة به، وغير متقلب المزاج.
- ٥ - الواقعية وإدراك الأمور بجدية وتقبل تأجيل إشباع بعض الحاجات لتحقيق أهداف أهم وأسمى.
- ٦ - الاستجابة للمواقف والمشكلات التي تواجهه بأسلوب يتصف بالمرونة والتروي والصبر .
- ٧ - إدراك الحقائق والأحداث بموضوعية وأكثر تسامحاً وامتلاك علاقات إيجابية مع الآخرين.

ويتصف الأفراد ذوي المستويات العالية من الاتزان الانفعالي بالقدرة على إيجاد الحلول المناسبة للمشكلات؛ لأنهم يتمتعون بمخزون كاف من استراتيجيات حل المشكلات، ويملكون مستوى عال من تقدير الذات والفاعلية الذاتية، ويكون لديهم شبكة اجتماعية قوية للحصول على الدعم،

فهم يستخدمون الانفعالات الإيجابية لتحقيق حالة من الاتزان النفسي والانفعالي (Zhu et al.,2012).

وتتمثل خصائص الاتزان الانفعالي عند الشباب في القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مرضية مع من الآخرين وضبط النفس في مواقف الانفعال، والتعامل معها بواقعية، ويُعتبر طلب عملية التكيف والرضا عن العلاقات الاجتماعية، وهناك ملامح انفعالية تبدأ بالظهور عند الشباب تساعد في تحقيق الاتزان الانفعالي وهي الواقعية وتعني إدراك الأمور بنظرة بعيدة عن الخيال وتسعى للتقبل وتحمل المسؤولية وإدراك الأهداف بعيدة المدى، كتقبل تأجيل إشباع بعض الحاجات لتحقيق أهداف أهم وأسمى والمشاركة الوجدانية كالاهتمام بالآخرين، وتحمل الإحباط وال فشل والتدرج في رد الفعل (فؤاد صبيبة ومي تركماني، ٢٠٢٣، ٢٧٠).

ج - أهمية الاتزان الانفعالي:

أن للاتزان الانفعالي أهمية كبيرة في حياة الفرد حيث يمكنه من تطوير طريقة متزنة ومتمكاملة لإدراك مشكلاته الحياتية مما يُساعده ذلك في تطوير التفكير الموجه نحو الواقع الذي يعيشه وقدرته على الحكم على الآخرين، وتقييم المواقف التي قد يتعرض لها، كما تنبع أهمية الاتزان الانفعالي بأنه يمكن الفرد من تطوير المشاعر والتصورات والاتجاهات التي تساعد على فهم وقائع الحياة والشروط والظروف التي قد تسبب لهم الخوف والقلق والاكتئاب (Chaturvedi & Chander,2012)

كما أن الاتزان الانفعالي يساعد الفرد على تحمل الضغوط التي قد يتعرض لها، فيكون لديه مستوى أقل من الضغوط، والقدرة على مواجهة مختلف المواقف، وتحمل المسؤولية والاستقلالية والاعتماد على الذات، كما يمكن الفرد من التفكير الواقعي والقدرة على التنظيم والعمل الإبداعي، والمرونة النفسية في التعامل مع الأشياء (Hatwayo et al.,2014).

د - طرق تحقيق الاتزان الانفعالي:

أشار Lutz(2008) بأن هناك العديد من الطرق التي يمكن أن يستخدمها الفرد من أجل التحكم والسيطرة على انفعالاته لتحقيق الاتزان الانفعالي، ومنها التعبير عن الطاقة الانفعالية من خلال المشاركة في الأعمال والمهام المفيدة والأنشطة التطوعية، وأن يضع الفرد انفعالاته ومشاعره التي يخبرها في كلمات يمكن أن يخلق لديه مساحة تمكنه من استخدامها بغرض الرد بدلاً من انفعاله تلقائياً ودون وعي من قبيل " أشعر بالقلق، أشعر بالغضب " ، وقدرة الفرد على التعرف على المنبهات التي تثير الانفعال والتوتر مما يمكنه من تجاوزها وذلك من خلال تزويده بالمعلومات

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاءى أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار رحمه الله أ.د أشرف محمد عبد الحميد

المرتبطة بالمنبهات والمثيرات التي تسبب الانفعال، لإيجاد طريقة مناسبة للتعامل معها وإعادة تدريب قدرات العقل على التعامل مع المثيرات الخارجية من خلال التدريب على مهارات التكيف الصحية التي تميل إلى إنقاص شدة الانفعال للحفاظ على الاتزان الانفعالي للفرد، وعدم التركيز على الجوانب السلبية للمواقف والمثيرات التي تثير الانفعالات، وذلك من خلال البحث عن الجوانب الإيجابية في مصدر الانفعال مما يساعد الفرد على تغيير نظريته لمصدر الانفعال، والتخلص من انفعالاته وتوتراته، وممارسة مهارات التنظيم الانفعالي من قبيل التأمل والمشي والاستماع للموسيقى والاسترخاء، لأن ممارسة هذه المهارات يسهل عملية الاتزان الانفعالي.

و حددت هيماء هلال ووفاق عبد الله (٢٠٢١، ٥٤٩) مجموعة من الطرق والأساليب التي تحقق الاتزان الانفعالي وتستخدمها الشخصية الناجحة لكي تتحكم في واقعها وتكون في حالة نفسية متزنة منها:

١ -التسامح المتكامل خاصة وأن افتقاده يفتح بابا للحقد والشك والكره والشعور بالغضب والانتقام.

٢ -الاسترخاء لأن الانفعالات تحدث حالة من التوتر في عضلات وأجهزة الجسم.

٣ -عدم الحسم وإصدار الأحكام في الموضوعات والأمور المهمة أثناء الانفعال: لأنها تمثل حالة من عدم التوازن لذلك يفشل الفرد في رؤية الأمور بشكلها الصحيح.

٤ -أن يفكر ويتمهل قبل أن يتصرف في مواجهة أزمات أو أضرار لحقت به.

٥ -تقديم المعلومات والمعارف على المنبهات المثيرة للانفعال حيث يساعد ذلك على انقاص شدة الانفعال، ومن ثم التغلب على الاضطرابات الشديدة.

كما أشار مصطفى رمضان بسيوني (٢٠٢٣، ٢٨) إلى جملة من الطرق والأساليب التي تحقق الاتزان الانفعالي لدى الطلاب يمكن بيانها على النحو التالي:

١ -توافر قدر مناسب من الدافعية لدى الطلاب الوافدين تساعدهم على تحقيق الاتزان الانفعالي.

٢ -ضرورة التفريغ أو التنفيس الانفعالي من خلال ممارسة الرياضات أو الهويات المحببة للنفس للتخلص من كم الضغوط والتحديات اليومية المختلفة.

٣ - ضرورة الالتزام بأداء الفرائض والشعائر الدينية في أوقاتها المحددة، والتمتع بقدر كافٍ من التصالح مع النفس ومن ثم التسامح مع الآخرين من حوله.

٤ - تجنب الحكم على الأشخاص أو الأشياء أو اتخاذ قرارات حاسمة أثناء الانفعال، وإعطاء مهلة كافية للتروي والتريث والاسترخاء قبل صدور الأحكام، وأن يحكم عقله قبل عاطفته.

٥ - قياس الاتزان الانفعالي:

اختلفت الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الاتزان الانفعالي من حيث تحديد الأبعاد المكونة له حسب طبيعة وأهداف هذه الأبحاث وخصائص المشاركين فيها، فقد حددت سهام محمد خليفة (٢٠١٢) أبعاد الاتزان الانفعالي من خلال: التحكم في الانفعالات، وتقدير الذات، الاجتماعية، الاستقلالية، مواجهة الضل.

وقد حدد Dai & Sternberg (2004) ثلاثة مكونات رئيسة للاتزان الانفعالي، وهذه المكونات هي :

١ - المكون معرفي: وهو الخبرة الذاتية الشعورية أو الواعية، وتتمثل في الكيفية التي نفكر بها، والتي تؤثر في الكيفية التي نشعر بها.

٢ - المكون الفسيولوجي: وهو الاستثارة الجسدية التي تتمثل في أن الدماغ والنظام العصبي يؤثران في كيفية شعورنا، حيث إن النشاط العاطفي في القشرة الدماغية الأمامية يؤثر بصورة مختلفة في الجبهتين اليمنى واليسرى للدماغ، فالجبهة الأمامية اليمنى مرتبطة أساساً بالشعور السلبي، أما الجبهة الأمامية اليسرى فإنها مرتبطة بالشعور الإيجابي.

٣ - المكون السلوكي : وهو تعبير الوجه والحركات والإيماءات، والتي تتمثل في أن انفعالاتنا تؤثر وتتأثر في كيفية سلوكنا.

فقد أعد السيد إبراهيم إبراهيم (٢٠٢٠) مقياس للاتزان الانفعالي في ضوء مجموعة من الأبعاد : تقدير الذات والاستقلالية والثقة بالنفس والسيطرة والتحكم والسعادة، والمرونة في التعامل مع مواقف الحياة، وتم صياغة مفردات إيجابية وسلبية للمقياس لضمان صدق استجابات المفحوصين، وتدرجت البدائل الثلاثية بين دائماً أحياناً، أبداً، وأصبحت بنود المقياس النهائية (١١٢) عبارة في حين حددت وفاء حسين (٢٠٢٠) ثلاثة أبعاد يمكن من خلالها قياس الاتزان الانفعالي وهي تقدير الذات، والمرونة في الاستجابة والتحكم والسيطرة، وأصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (٤٥) عبارة موزعة على هذه الأبعاد الثلاثة، ومتضمنة عبارات إيجابية وأخرى سلبية، ويستجيب المفحوص

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاء أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار حمة الما أ.د أشرف محمد عبد الحميد

على المقياس حسب تدرج ثلاثي من البدائل وهي دائماً، أحياناً، أبداً، وكلما زادت درجة المفحوص على المقياس دلل ذلك على اتزانه الانفعالي.

أما دراسة موسى أبكر ومجنوب قمر (٢٠٢٢) فقد تبنت مقياساً للاتزان الانفعالي أعده حمدان (٢٠١٠) حيث تكون المقياس في صورته الأصلية من (٥٦) عبارة، منها (٢٦) عبارة تقيس قدرة الفرد على التحكم والسيطرة، (٣٠) عبارة تقيس المرونة في التعامل مع المواقف والأحداث الجارية، يجيب عليه المفحوص وفقاً للتدرج ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

واعتمد بومهراس (٢٠٢٣) على مقياس للاتزان الانفعالي أعده عيسى (٢٠١٣) بغزة - فلسطين، وقام بتطبيقه على البيئة، الجزائرية وتكون من (٢٩) فقرة موزعة على الأبعاد التالية: السيطرة والتحكم ويعني القدرة على التحكم الانفعالي في المواقف المثيرة للانفعال، والمرونة والتوازن الاجتماعي: وتعني قدرة الفرد على التصرف بشكل متزن انفعالياً في المواقف الاجتماعية المختلفة بغير إفراط ولا تفريط، والثبات الانفعالي ويعني ثبات الاستجابة الانفعالية في مواقف.

سابعاً- إجراءات الدراسة:

أ - منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، حيث جُمعت البيانات الخاصة بمقياس الاتزان الانفعالي للمراهقين من خلال استجابتهم على فقرات المقياس؛ ومن ثم التحقق من الكفاءة والخصائص السيكومترية للمقياس المتمثلة بالصدق والثبات.

ب - مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة الحالية من تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم.

ج - عينة الدراسة:

هدفت عينة الدراسة إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة وهو مقياس الاتزان الانفعالي؛ حيث تكونت من (١٠٤) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف الأول الإعدادي، والتي تراوحت أعمارهم ما بين (١٢ - ١٣) عاماً، من مدارس أبو مليحة للتعليم الأساسي والشهد تامر حسني للتعليم الأساسي بإدارة ابوكبير التعليمية خلال العام الدراسي (٢٠٢٢/٢٠٢٣).

د -أداة الدراسة :

(١) الهدف من المقياس : تم إعداده لقياس الاتزان الانفعالي لتلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم.

(٢) خطوات إعداد المقياس : مرّ المقياس في إعداد بعدة خطوات تمثلت في:

(أ) الاطلاع على محتوى الدراسات السابقة والآراء والأطر النظرية التي تناولت الاتزان الانفعالي

(ب) بناء على ما سبق تم وضع الصورة الأولية للمقياس، وتتكون من (٤٣) عبارة.

(ج) التحقق من صدق المحكمين من خلال عرض مقياس الاتزان الانفعالي في صورته الأولية للتحكيم للتحقق من صدق المحتوى الظاهري، حيث عُرض على مجموعة من أساتذة التربية تخصص الصحة النفسية وعلم النفس التربوي ، وبما يتوافق وأهداف الدراسة - من حيث الحذف والإضافة والتعديل لعبارات المقياس ، وفي ضوء ذلك أصبح المقياس يتكون من (٤١) عبارة، والجدول التالي يوضح العبارات التي تم تعديلها من قبل المحكمين ، و جدول (٢) يوضح العبارات المعدلة و جدول (٣) يوضح العبارات المحذوفة .

جدول (٢)

العبارات المعدلة لمقياس الاتزان الانفعالي وفق آراء السادة المحكمين

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	لدى القدرة على الوعي بمشاعري الحقيقية.	أنا على وعي بمشاعري الحقيقية.
٢	عند تعرضي لصدمات انفعالية عنيفة أحاول أن أتماسك.	أتماسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية.
٣	أخجل عند التحدث أمام مجموعات كبيرة.	أجد صعوبة في التحدث مع الآخرين.

الخصائص السيكومترية لمقياس الانفعال لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاء أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار حمة الله أ.د أشرف محمد عبد الحميد

جدول (٣)

العبارات المحذوفة لمقياس الاتزان الانفعالي وفق آراء السادة المحكمين

م	العبارات المحذوفة
١	إذا تحدث مع أحد بشكل غير لائق أسامحه
٢	لدى علاقات كثيرة مع الأصدقاء

(د) وضعت خمسة بدائل للإجابة عن كل بند / عبارة (تنطبق علي كثيراً جداً ٥، تنطبق علي كثيراً ٤، تنطبق بدرجة متوسطة ٣، تنطبق علي قليلاً ٢، لا تنطبق علي ١) ، وتُعكس في حالة العبارات السلبية، وهي (٤، ٥، ٨، ١٥، ٢٢، ٣٢، ٤١) لتصبح طريقة التصحيح (تنطبق علي كثيراً جداً ١، تنطبق علي كثيراً ٢، تنطبق بدرجة متوسطة ٣، تنطبق علي قليلاً ٤، لا تنطبق علي ٥)

(هـ) طُبِقَ المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية – المشار إليها سابقاً – من تلاميذ الصف الأول الإعدادي والبالغ عددهم (١٠٤) تلميذ وتلميذة ذوي صعوبات تعلم.

(و) حساب مؤشرات الاتساق الداخلي : وذلك بحساب ارتباط درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي ككل، كما هو موضح بجدول (١) التالي :

جدول (١)

مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الاتزان الانفعالي، ن = (١٠٤)

العبارة	معاملات الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط
١	♦♦♦٠.٤٣٨	١٢	♦♦♦٠.٥٠٧	٢٣	♦♦♦٠.٣٦١	٣٤	♦♦♦٠.٣٢٨
٢	♦♦♦٠.٦٠٣	١٣	♦♦♦٠.٥١٢	٢٤	♦♦♦٠.٤١٣	٣٥	♦♦♦٠.٣٤٧
٣	♦♦♦٠.٥٤٦	١٤	♦♦♦٠.٤٣١	٢٥	♦♦٠.٢٠٨	٣٦	♦♦♦٠.٣٠٨
٤	♦♦♦٠.٤٨١	١٥	♦♦♦٠.٤٦١	٢٦	♦♦٠.٠٩٨	٣٧	♦♦٠.١٢٨

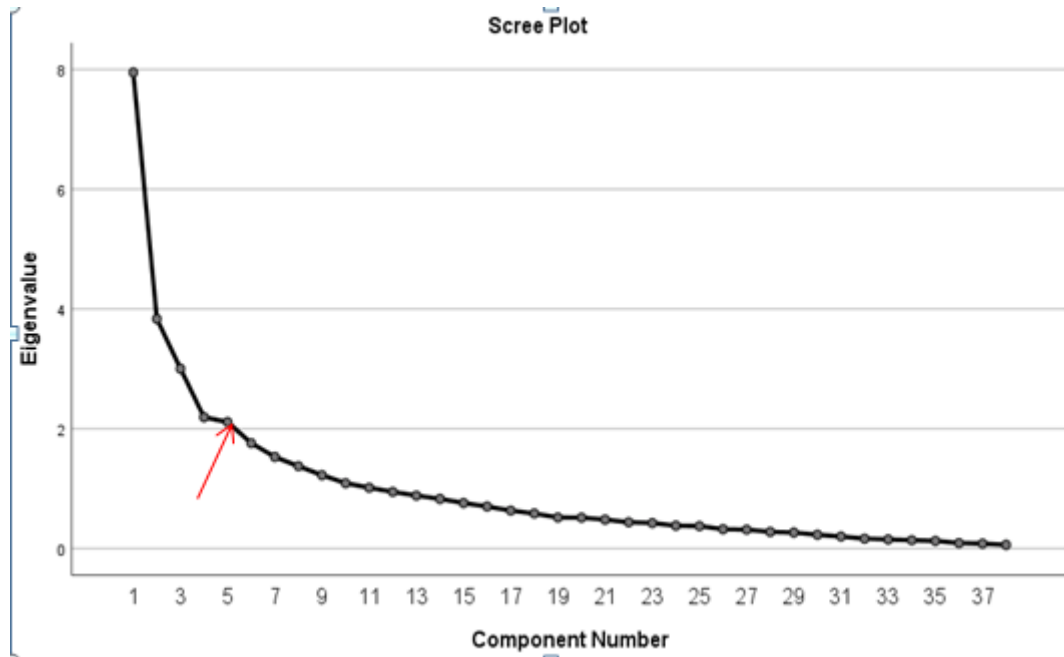
العبارة	معاملات الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط	العبارة	معاملات الارتباط
٥	♦♦٠.٥٢٧	١٦	♦♦٠.٥٦١	٢٧	♦♦٠.٤٩٨	٣٨	♦♦٠.٢٧٨
٦	♦♦٠.٥٣١	١٧	♦٠.٢١٥	٢٨	♦♦٠.٥٣١	٣٩	♦♦٠.٣٢
٧	♦♦٠.٤٤١	١٨	♦٠.٢٤٥	٢٩	♦♦٠.٣٨٢	٤٠	♦٠.١٩٧
٨	♦♦٠.٥٠٧	١٩	♦♦٠.٤٧٢	٣٠	♦♦٠.٥٦٢	٤١	٠.٠٥
٩	♦♦٠.٤٢٣	٢٠	♦♦٠.٣٧١	٣١	♦♦٠.٣٦٤		
١٠	♦♦٠.٣٥	٢١	♦♦٠.٢٩٢	٣٢	♦♦٠.٧٠٦		
١١	♦♦٠.٦٣٨	٢٢	♦♦٠.٤٤	٣٣	♦♦٠.٤١٦		

كما هو واضح من الجدول السابق أن جميع العبارات دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) ومستوى (٠.٠٥)، ما عدا العبارات (٢٦، ٣٧، ٤١)، وبالتالي أصبح المقياس قبل إجراء التحليل العاملي يتكون من (٣٨) عبارة .

(ز) صدق التحليل العاملي: ولإستخلاص العوامل (الأبعاد) تم استخدام معيار الرسم البياني للجذور الكامنة (ويسمى ب Scree Plot) للإبقاء على العوامل التي تظهر في الجزء شديد الانحدار من المنحنى قبل أن يبدأ المنحنى في الاعتدال ، فمن خلال الشكل التالي (٦) لل Scree Plot الذي يوضح أن نقطة انعطاف (انكسار) المنحنى تبدأ من العامل الخامس ؛ وبالتالي فقد أسفرت النتائج عن خمسة عوامل (أبعاد) مستقلة تشبعت عليها (٣٧) عبارة.

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاءي أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضارحمه الما أ.د أشرف محمد عبد الحميد



شكل (١)

Scree Plot الذي يوضح التمايز الكبير لعوامل مقياس الاتزان الانفعالي الخمسة

وهذه العوامل موضحة في الجداول (٤)، (٥)، (٦)، (٧)، (٨)

جدول (٤)

قيم تشبعات العبارات على العامل الأول لمقياس الاتزان الانفعالي

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٦	أتماسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية.	٠.٦٨٦
١٣	أتعرف بشكل عقلائي عند مواجهة المواقف الصعبة.	٠.٦٧٤
٥	يتشاجر معي الآخرين بسهولة ♦.	٠.٦٧٢
١١	يزعجنني سماع الأخبار المؤلمة ♦	٠.٦٥٣
٧	أشعر بالقلق إزاء المواقف الغامضة ♦	٠.٦٢١

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٨	أشعر بالإجهااد عندما أعجز عن مواجهة مشكلة معينة ♦	٠.٥٧٣
١٩	أستعيد هدوئي مباشرة بعد زوال الاستثارة.	٠.٥٦٢
٢٢	أرتبك لوجود صعوبه في عمل الواجبات المدرسية.	٠.٥٤٨
١	أتقبل النقد من الآخرين بصدر رحب	٠.٥١٣
٩	أنفذ قرارى الصحيح دون حدوث مشكلات	٠.٤٤٥
١٠	لدى ثقة بنفسي	٠.٣٠٦
٥.٢٢	الجذر الكامن	
١٣.٧٣	نسبة التباين	

يتضح من الجدول السابق أن البعد الأول بلغت قيمة الجذر الكامن له (٥.٢٢) ، وقد تشبعت به (١١) عبارة ، وقد فسر هذا البعد حوالي (١٣.٧٣) من التباين الكلي.

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول قدرة تلميذ المرحلة الإعدادية على إدارة انفعالاته والتعامل مع الضغوط الواقعة والأحداث وتوجيهها بالشكل الذي يجعل سلوكه يتناسب مع المواقف التي يتعرض لها باتزان ليتمكن من ممارسة نشاطاته بصورة طبيعية ، وعليه يمكن تسميه هذا البعد " التحكم في الانفعالات " .

جدول (٥)

قيم تشبعت العبارات على العامل الثاني لمقياس الاتزان الانفعالي

رقم العبارة	العبارة	التشبع
١٤	أنا مصدر فخر لوالدي.	٠.٩١٤
٢١	يتوقع مني والدي التفوق في دراستي.	٠.٨٧٦
١٥	أنا شخص لا يعتمد عليه ♦	٠.٨٧٥

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاءى أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضارحمه الما أ.د أشرف محمد عبد الحميد

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٢٣	لدي قبول لمظهري وشكلي.	٠.٨٧١
٢٤	أنا شخصية محبوبة من زملائي.	٠.٨٠٣
٤.٠٩	الجذر الكامن	
١٠.٧٦	نسبة التباين	

يتضح من الجدول السابق أن البعد الثاني بلغت قيمة الجذر الكامن له (٤.٠٩)، وقد تشبعت به (٥) عبارات، "، وقد فسر هذا البعد حوالي (١٠.٦٧) من التباين الكلي .
ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول التصورات الإيجابية تلميذ المرحلة الإعدادية حول قيمته الذاتية ومدى الاهتمام والقبول والاحترام الذي يتلقاه من ذوي الأهمية لديه، وعليه يمكن تسميه هذا البعد " تقدير الذات "

جدول (٦)

قيم تشبعت العبارات على العامل الثالث لمقياس الاتزان الانفعالي

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٢	أبني علاقات مع زملائي على أساس الاحترام.	٠.٦٤٣
٢٩	أشعر أثناء حديثي أنني موضع ثقة الآخرين .	٠.٦٠٨
٤	أجد صعوبة في التحدث مع الآخرين ♦	٠.٦٠٨
٣	أحترم آداب الحديث مع الآخرين	٠.٥٩٥
٣٢	أختلف في الرأي مع زملائي يجعلني ألغي صداقتي معهم. ♦	٠.٥٨٨
١٦	أستطيع إقناع زملائي لوجهة نظري بسهولة .	٠.٥٨٧

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٢٧	أشارك في حل مشاكل الآخرين	٠.٥٦٧
١٢	أحرص على أن لا أخرج مشاعر أحد	٠.٥١١
٢٨	أبتسم في وجه من يكلمني.	٠.٤٥٩
٣.٩١	الجذر الكامن	
١٠.٢٩	نسبة التباين	

يتضح من الجدول السابق أن البعد الثالث بلغت قيمة الجذر الكامن له (٣.٩١)، وقد تشبعت به (٩) عبارات، وقد فسر هذا البعد حوالي (١٠.٢٩) من التباين الكلي.

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول تمكن تلميذ المرحلة الإعدادية وإتقانه لعمليات التفاعل والتواصل الاجتماعي القائمة على الاحترام والتقدير المتبادل ، والتصرف في المواقف الاجتماعية بإيجابية ، وعليه يمكن تسميه هذا البعد " مهارات التفاعل الاجتماعي ".

جدول (٧)

قيم تشبعات العبارات على العامل الرابع لمقياس الاتزان الانفعالي

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٣٤	أستطيع أن أميز بين الانفعالات الإيجابية والسلبية	٠.٧٠٤
٣٣	أنا على وعي بمشاعري الحقيقية .	٠.٦٦٢
٣٥	أستطيع أن أحدد نقاط قوتي وجوانب ضعفي	٠.٦٠٨
٣٩	أدرك الأسباب التي تؤدي إلى غضبي.	٠.٦
٣٨	أعرف قدراتي وأواجهها لتحقيق أهدافي	٠.٤٩٩
٤٠	عندما أكون حزين يؤثر ذلك على اتخاذي لقراراتي المهمة	٠.٤٨٩

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاء أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار حرمه الما أ.د أشرف محمد عبد الحميد

رقم العبارة	العبارة	التشبع
	الجذر الكامن	٣.١٥
	نسبة التباين	٨.٢٩

يتضح من الجدول السابق أن البعد الرابع بلغت قيمة الجذر الكامن له (٣.١٥)، وقد تشبعت به (٦) عبارات، وقد فسر هذا البعد حوالي (٨.٢٩) من التباين الكلي.

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول وعي تلميذ المرحلة الإعدادية بانفعالاته التي تساعد على التحكم بمكامن القوة والضعف وتحديد مشاعره وقراراته. وعليه يمكن تسميه هذا البعد " الوعي الانفعالي "

جدول (٨)

قيم تشبعت العبارات على العامل الخامس لمقياس الاتزان الانفعالي

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٣١	أشعر بمعنى وجودي حين أحقق شيئاً هادفاً جديداً	٠.٧٣٩
١٨	سأواصل دراستي رغم كل الصعوبات التي ستواجهني	٠.٧٣٧
٢٠	أشعر أن المستقبل يحمل لي الخير	٠.٦٣٢
٣٠	أنا عازم على مواصلة تحقيق أهدافي	٠.٥٢٥
١٧	لدي القدرة على إتخاذ القرارات الصحيحة عندما تقابلني الفرصة المهمة	٠.٣٧٩
٣٦	أشعر بالسعادة عندما يوجد شيء يدعوني للتحدي	٠.٤٢٥
	الجذر الكامن	٢.٧٢
	نسبة التباين	٧.١٦

يتضح من الجدول السابق أن البعد الرابع بلغت قيمة الجذر الكامن له (٢.٧٢)، وقد تشبعت به (٦) عبارات، وقد فسر هذا البعد حوالي (٧.١٦) من التباين الكلي.

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور امتلاك تلميذ المرحلة الإعدادية لنظرة إيجابية للمستقبل ، فيها قدر كبير من التفاؤل تجعله قادراً على مواجهة ما يمكن أن يحدث من مشكلات أو معوقات. وعليه يمكن تسميه هذا البعد " التفاؤل بالنسبة للمستقبل".

ومن خلال التحليل العاملي الاستكشافي يتضح أن ظاهرة الاتزان الانفعالي تُقاس من خلال خمسة أبعاد ، وهي : التحكم في الانفعالات ، تقدير الذات، مهارات التفاعل الاجتماعي، الوعي الانفعالي ، التفاؤل بالنسبة للمستقبل . ويعتبر بعد التحكم في الانفعالات هو أقوى الأبعاد التي تقيس متغير الاتزان الانفعالي .

(ط) ثبات مقياس الاتزان الانفعالي: تم حساب ثبات مقياس الاتزان الانفعالي بطريقة ألفا كرونباخ ، كما هو موضح بجدول (٩) .

جدول (٩)

معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاتزان الانفعالي والمقياس ككل

أبعاد المقياس	عدد العبارات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
البعد الأول(التحكم في الانفعالات)	١١	٠.٨٣
البعد الثاني(تقدير الذات)	٥	٠.٩٢٧
البعد الثالث(مهارات التفاعل الاجتماعي)	٩	٠.٨٤٤
البعد الرابع(الوعي الانفعالي)	٦	٠.٦٤٩
البعد الخامس(التفاؤل بالنسبة للمستقبل)	٦	٠.٦٣٧
مقياس الاتزان الانفعالي ككل	٣٧	٠.٨٧٩

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، مما يؤكد تمتع مقياس الاتزان الانفعالي بدرجة مرتفعة من الثبات، ويدل على صلاحيته للتطبيق.

ثامناً:التوصيات:

بناء على ما أسفرت الدراسة عنه من نتائج، تمت صياغة التوصيات التالية:

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاء أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار رحمه الله أ.د أشرف محمد عبد الحميد

- ١- ضرورة استخدام المقياس في البحوث المستقبلية ، واستخدامه في مجال الإرشاد النفسي والتربوي لذوي صعوبات التعلم.
- ٢- إعطاء مزيداً من التدريب الذي يساعد على تحسين الاتزان الانفعالي لدى الطلاب في جميع المراحل التعليمية.
- ٣- ضرورة التأكيد على تطبيق مقياس الاتزان الانفعالي على عينات أخرى وفئات عمرية أخرى ، وذلك للتحقق من ملائمته لهذه العينات .

المراجع :

- أحلام نعيم عبد الله سمور (٢٠١٢). المسايرة - المغايرة وعلاقتها بالتوكيدية والاتزان الانفعالي لدى طلبة الصف الحادي عشر، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- السيد إبراهيم إبراهيم (٢٠٢٠). الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي للمعلمات، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مركز الإرشاد النفسي، (٦٢)، ص ٥٧ - ٨٦.
- تهاني بسام الشميلة (٢٠٢٠). مستوى الاتزان الانفعالي لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم وعلاقته بتقبل الذات لديهم، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة .
- جيهان عثمان محمود (٢٠٢٠). الشفقة بالذات والتدين كمنبئين بالاتزان الانفعالي لدى طلاب الجامعة ذوي الإعاقة البصرية، مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، (٢١)، ١٥٦ - ١٩٩.
- سهم محمد خليفة (٢٠١٢). الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من أساليب مواجهة الضغط والرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، (١٣)، ١٥٢٩ - ١٥٦٣.
- فؤاد الجوالدة وهيام التاج ولينا المحارمة وسهير التل (٢٠١٧). مركز الضبط وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى طلبة صعوبات التعلم في عمان، مجلة جامعة عمان العربية للبحوث، سلسلة البحوث النفسية والتربوية، (١)، ٧ - ٣٢.
- فؤاد صبيحة ومي تركماني (٢٠٢٣). مستوى الاتزان الانفعالي لدى عينة من طلبة الكليات النظرية: دراسة ميدانية في جامعة تشرين، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، ٤٥(١)، ٢٦١ - ٢٧٧.
- فؤاد عيد الجوالدة (٢٠١٦). مقدمة في التربية الخاصة: أساسيات تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- فؤاد غالب (٢٠١٢). نمو الأحكام الأخلاقية وعلاقته بالاتزان الانفعالي والنضج الاجتماعي، رسالة دكتوراة، جامعة دمشق.
- لمي نزار سليمان ومعين نصراوي (٢٠٢٠). مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بتكوين الصداقات والتوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الإعدادية في بلدة البعينة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٤(٦)، ١٠٧ - ١٣٩.
- محمود عواد (٢٠١١). معجم الطب النفسي والعقلي، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم

عبد العزيز عبد الرحمن أحمد الشرفاء أ.د عبد الباسط متولي خضر أ.د عادل سعد يوسف خضار رحمه الله أ.د أشرف محمد عبد الحميد

مصطفى رمضان بسيوني (٢٠٢٣). التنبؤ بالنهوض الأكاديمي من الرشاقة المعرفية والاتزان الانفعالي لدى الطلاب الوافدين بجامعة الأزهر، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، (٢٠٠)، ١ - ٨٠.

موسى أبو بكر ومجنوب قمر (٢٠٢٢). الجمود الفكري وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى شباب مدينة الدامر بولاية نهر النيل في الفترة من ٢٠٢١ - ٢٠٢٢، مجلة القلزم للدراسات التربوية والنفسية واللغوية، (١٣)، ١٠٧ - ١٢٨.

هيماء هلال ووفاق عبدالله (٢٠٢١). المناخ الأسري وعلاقته بالاتزان الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية الطب جامعة أم درمان الإسلامية، رسالة دكتوراة، كلية الدراسات العليا، جامعة النيلين .

وعود أحمد كبيبة (٢٠٢٣). مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى التلميذات ذوات صعوبات التعلم، رسالة ماجستير، جامعة نجران.

وفاء حسين (٢٠٢٠). مهارات إدارة الوقت وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية من تخصصات ومستويات دراسية مختلفة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٠٨)، ٤٦٣ - ٤٩٠.

Bhagat, V., Simbak, N & Haque, M (2015). Impact of Emotional Stability of Working Men in their Social Adjustment of Mangalore, Karnataka, India. National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology, 5(5), 407-410.

Bindu, H (2016). A comparative study of emotional stability of adolescent students. Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies, 3(24), 2197-2200.

Chaturvedi, M & Chander, R (2012). Development of emotional stability scale. Original Article, 19 (1), 37-40.

Dai, D. Y., & Sternberg, R. J. (2004). Motivation, emotion, and cognition: Integrative perspectives on intellectual functioning and development. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Ezhilarasi, T & Nanadhini, M (2014). A study on Emotional Stability among College Students- A Sociological Study. International Journal of Research in Management, Economics & Commerce 4 (12), 1-13.

Hatywayo, C., Zingwe, T., Mhlanga, T & Mpofu, B (2014). Precursors of Emotional Stability, Stress and Work- family Conflict among Female Bank Employees. International Business and Economics Research, 13(4), 861-866.

- Kumar, P (2013). A Study of Emotional Stability and Socio-Economic- Status of Students Studying in Secondary Schools. International Journal of Education and Information Studies, 3(1), 7-11.
- Lutz ,A., Slagter,H., Dune,J.,& Davidson,R.(2008). Attention Regulation and monitoring in meditation Cognitive Emotional Trends,12(4), 163-169.
- Nasir,M.(2014). A study of emotional stability and depression in Orphan Secondry school students. International Journal of Education and Psychological Research,3(2),16-21.
- Zhu, Y., Au, W.& Cryates, G. (2012). Students self-Control And Learning Outcome In A university Blended Course Retrieved From linda. Zhu@Unisa. Edu. Au.