



مجلة علوم ذوي الاحتياجات الخاصة



فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية
لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

إعداد

أ.م.د/ رمضان عاشور حسين سالم

أستاذ مساعد الصحة النفسية "تربية خاصة"

قسم الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة حلوان



مستخلص البحث:

هدف البحث إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وتكونت العينة من (١٠) من طلاب كلية التربية جامعة الباحة؛ ممن لهم إخوة أو أخوات من ذوي الاحتياجات الخاصة؛ مقسمين إلى مجموعتين أحدهما تجريبية، والأخرى ضابطة قوام كل منها (٥) طلاب، واعتمد البحث على الأدوات الآتية: مقياس الحساسية الانفعالية السلبية إعداد الباحث والبرنامج الإرشادي إعداد الباحث، واستخدم البحث المنهج شبه التجريبي، وأسفرت النتائج عن أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح القياس القبلي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح المجموعة الضابطة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي، الحساسية الانفعالية السلبية، إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

مقدمة البحث:

تمثل الانفعالات بصفة عامة دور رئيس في حياة الأفراد؛ فهي تساعد في تكوين شخصية الفرد وسلوكه، وتؤثر على كيف يسلك في مواقف الحياة اليومية، فالانفعال قوة دافعة تدفع الفرد إلى السلوك ليحقق هدفه من الانفعال، ويخفض من حدة توتره، فالانفعالات المتزنة تمنح الفرد قدرة أكبر على العمل في حالة من الهدوء والالتزان، أما المغالاة والتحويل في الانفعالات تؤدي إلى عدم التكيف والتوافق بجميع أشكاله.

وعلى الرغم من شيوع الحساسية الانفعالية بين العديد من الأفراد في المجتمعات، إلا أنه لم يتم الاعتراف بها كسمة من سمات الشخصية إلا متأخرًا جدًا وذلك عام (١٩٩٦)، فقد حددها Elain Aron بأنهم الأفراد الذين يتسمون بمستويات عالية من عدم الثبات الانفعالي، ورهافة الحس والاضطرابات العاطفية التي تجعلهم ينتقلون من النقيض إلى النقيض (Hasher, Lustig., & Zacks, 2007).

وتعتبر قدرة الفرد على ضبط انفعالاته، وإدارتها والتعبير عنها بصورة متزنة من سمات الشخصية الإيجابية، في حين أن أي اختلال في انفعالات الفرد تؤدي إلى اضطرابه؛ لذا تمثل الحساسية الانفعالية الإيجابية متطلب أساسي للتوافق الاجتماعي؛ حيث يحتاج الفرد إلى مناخ انفعالي صحي للتعبير عن انفعالاته بصورة طبيعية، ليساعده ذلك على ضبط انفعالاته ليحقق اتزانه الانفعالي، حيث ذكر كل من (Keltner and Shiota 2003) أن الانفعال استجابة رد فعل عام ووظيفي على مثير خارجي، يندمج مؤقتًا في القنوات الفسيولوجية والإدراكية والظواهرية والسلوكية؛ لتيسير تشكيل الاستجابة في الموقف الراهن، وأشارت دراسة (Dodonova and Dodonov 2010) أن الحساسية الانفعالية أحد أبعاد الذكاء الانفعالي، فيرى صالح الدهري (٢٠٠٨) أن الشخص ذوي الحساسية الانفعالية تكون انفعالاته مرهقة عنيفة منطلقة متهورة، ولا يستطيع التحكم فيها فتتسم بأنها متذبذبة، فهي مزيج من انفعالات طفلية وانفعالات الراشد، فهو شخص يستقبل الأحاسيس ويدرك المحسوسات وسريع التأثر الانفعالي والوجداني (فرج طه، شاكر قنديل، حسين محمد ومصطفى عبد الفتاح، ٢٠٠٣).

وأوضح أحمد عزت راجح (١٩٩٩) أن عديد من النظريات فسرت الاستجابة الانفعالية؛ فترى نظرية جيمس لانج أن التغيرات الفسيولوجية التي تحدث للفرد عندما يتعرض للمثيرات المختلفة هي المسؤولة عن انفعالاته، فالحساسية الانفعالية طبقًا لهذه النظرية تحدث نتيجة شعور الفرد بالاستجابات



الفسولوجية، والعضلية التي تثيرها المواقف المختلفة، وليس نتيجة إدراك الموقف الخارجي، أما النظرية المعرفية فتفسر الحساسية الانفعالية بأنها تتكون من معلومات معقدة تتضمن المعلومات المتعلقة بالأحداث البيئية التي تصل للدماغ، والمعلومات المخزنة في الدماغ، والتي يتم الاستعانة بها في تفسير الأحداث الجديدة، وطبقاً لهذه النظرية فإن الحساسية الانفعالية يتم تحديدها بناءً على النشاط المعرفي لدى الفرد عن الموقف البيئي الذي تحدث فيه التغيرات الفسولوجية والعضلية.

وقد أشارت دراسة كل من (Ganpat, Dash, and Ramarao (2014 إلى أن طلاب الجامعة يحتاجون إلى الذكاء الانفعالي لتميزهم الأكاديمي بصورة أفضل، حيث أن هناك ثلاث عوامل نفسية مهمة للذكاء الانفعالي وهي؛ الحساسية الانفعالية (ES) Emotional sensitivity، والنضج الانفعالي (EN) Emotional naturity والكفاءة الانفعالية Emotional competency؛ والتي تحفز الطلاب على التعرف، والتميز بصدق، والتعامل بلباقة مع ديناميات نمطهم السلوكي، بينما الحساسية الانفعالية السلبية تُعد عائق أمام الفرد نحو تحقيق التوافق والتكيف الاجتماعي مع المحيطين في مواقف الحياة المختلفة، حيث أشارت نتائج دراسة (Zimmer-Gembeck (2015 إلى وجود تأثير مباشر لإيذاء الأقران، والاستبعاد الاجتماعي على زيادة الحساسية الانفعالية بصورتها السلبية.

وبالنسبة لتأثير وجود طفل ذوي احتياجات خاصة؛ فهو يؤثر ويتأثر بإخوته العاديين؛ فقد ذكر كل من عبدالرحمن سيد سليمان، تهاني محمد عثمان (٢٠١٠) أن ميلاد طفل معوق في الأسرة ذات أثر سلبي، وعكسي عميق على تفاعلات أفراد الأسرة، فالأطفال المعوقون يتميزون عادة باضطرابات في السلوك، الأمر الذي يؤثر في تفاعلات أولئك الأطفال مع والديهم ومع أشقائهم، حيث الرعاية الزائدة والتجهيزات التي تتطلبها رعاية هؤلاء الأطفال تؤثر في أسلوب تفاعل الوالدين والأشقاء معهم. فقد أشارت إيمان فؤاد الكاشف (٢٠١٣) أن الأخ العادي يفكر في مستقبله، ومستقبل أخيه ذوي الاحتياجات الخاصة، وبسبب عدم وضوح الرؤية لنقص المعلومات، والحقائق التي يحتاجها الأخ وشعوره باليأس خاصة أن التواصل بينه وبين والديه مفقود؛ كل هذا يؤدي إلى مشاعر سلبية وتخوف عند الأخ العادي، وأيضاً الشعور بالرفض نحو الأخ ذوي الاحتياجات الخاصة، وهذا دليل على الرفض لهذه الإعاقة من قبل الإخوة العاديين، فالإخوة يتمنون أن يتم إلحاق الأخ ذوي الاحتياجات الخاصة بأحد المؤسسات لرعايته بعيداً عن الأسرة، وألا يعرف أحد من الأصدقاء أو المعارف بإعاقة الأخ كما يشعر الإخوة بالضيق عندما يسخر الآخرون من أخيم، ويزيد من مشاعر الضيق والرفض، وكذلك إدراك المحاباة الوالدية للطفل ذوي الاحتياجات الخاصة على حساب الإخوة العاديين، حيث

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

يُظهر إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة ان والديهم لا يعطونهم الوقت أو الاهتمام كما يعطون الأخ ذوي الاحتياجات الخاصة.

وتأسيساً على ما سبق يحاول البحث الحالي تقديم برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة؛ نظراً للتأثير الذي تُحدثه إعاقة الطفل لدى أشقائهم العاديين، ولأهمية التفاعل السوي بين الأخوة العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة كأعضاء للأسرة، لما له من أثر إيجابي على الطفل ذوي الاحتياجات الخاصة.

مشكلة البحث:

نبعت مشكلة البحث من خلال عمل الباحث كأستاذ مساعد بكلية التربية بجامعة الباحة؛ وكأمين للأنشطة على مستوى الكلية، فقد لاحظ الباحث بعض السلوكيات التي تصدر عن بعض الطلاب التي تشير إلى الحساسية الانفعالية السلبية؛ لذا قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية من خلال تصميم وتطبيق استبانة مكونة من (١٢) سؤال تتطلب الاستجابة عليها الإجابة (نعم أو لا) بحيث تأخذ الاستجابة نعم = ١ والاستجابة لا = صفر، وذلك على عينة مكونة من (٨٠) من طلاب كلية التربية بجامعة الباحة؛ والأسئلة كالتالي: هل تشعر بتغير حالتك المزاجية من حالة إلى أخرى بصورة سريعة؟ هل تتصف بسرعة البكاء، ويصعب عليك التخلص من مشاعر الحزن بسهولة؟ هل تفضل العزلة عن زملائك حتى لا تشعر بالتوتر؟ هل تشعر بالقلق عندما تتعامل مع الآخرين في مواقف الحياة اليومية؟ هل تعاني من صعوبة في تكوين صداقات مع زملائك أو الحفاظ على الصداقات القديمة لوقت طويل؟ هل تتجنب المشاركة مع زملائك في الأنشطة التي تنفذها الكلية؟ هل تعاني من احمرار الوجه أو اصفراره عند التعرض لمواقف ضاغطة نوعاً ما في حياتك اليومية؟ هل تتعامل مع نقد الآخرين لك بحدة وبصورة مبالغ فيها؟ هل تعاني من صعوبة في اتخاذ قراراتك اليومية في المواقف المختلفة؟ هل من السهل استثارة انفعالاتك من قبل الآخرين؟ هل لديك أخ أو أخت من ذوي الاحتياجات الخاصة؟ وفي حالة الإجابة بنعم هل تعاني بسبب وجود طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة في أسرتك؟ ومن خلال استجابات عينة الدراسة الاستطلاعية؛ اتضح أن هناك بعض الطلاب حصلوا على درجات مرتفعة، واتضح أن بعض الحالات ممن لهم إخوة أو أخوات من ذوي الاحتياجات الخاصة، حصلوا على درجات مرتفعة، وأظهروا أن وجود طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة في الأسرة سبب لهم معاناة، وحسب دراسة مهدي كاظم وصفاء حسين علي (٢٠١٥) ودراسة الشيماء محمود سالم (٢٠١٧) فإن طلاب الجامعة الذي يعانون من الحساسية الانفعالية السلبية فإنهم

ينعزلون، ويرفضون المشاركة في الأنشطة الجامعية المختلفة على الرغم من تعاطفهم مع الآخرين؛ ويرجع ذلك إلى الأفكار الخاطئة لديهم التي تتسبب في شعورهم بالخوف من الرفض أو الاستهزاء بهم؛ مما يؤثر على أدائهم الأكاديمي، ويشعرون بمعدلات عالية من الضغوط والتحول السريع في حالتهم المزاجية، وعدم ثقتهم بأنفسهم ومشاعر الغضب بالمقارنة بأقرانهم.

وحيث إن الانفعالات أحد الأسس التي تساعد الفرد في بناء شخصيته، من خلال المشاعر والعاطفة، وما ينتج عنها من أفكار توجه سلوك الفرد؛ ومن ثم فإن خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة، يؤثر على بناء شخصياتهم، وتحقيق ذاتهم، واندماجهم الأكاديمي، وتوافقهم الاجتماعي والنفسي والانفعالي، وتحسين مستوى الهناء النفسي، ومن جهة أخرى يساعدهم على التحكم في انفعالاتهم، وإدارتها؛ مما يساعدهم على التواصل الإيجابي مع الآخرين، خاصة إخوتهم ذوي الاحتياجات الخاصة، ومواجهة الضغوط النفسية الناتجة عن وجود طفل ذوي احتياجات خاصة بالأسرة، وهذا ما أشارت إليه دراسة كل من (Guarino, 2003; Herrera., & Guarino, 2008) من أن الحساسية الانفعالية السلبية تؤثر على الجوانب الصحية والنفسية للفرد؛ متمثلة في الشعور بالقلق العالي، والشعور بالألم النفسي المستمر ليصل إلى المعاناة من الاكتئاب المتكرر، والحساسية العالية نحو الضغوط والشعور بالإجهاد النفسي.

فوجود طفل ذوي احتياجات خاصة في الأسرة يؤثر على كيان الأسرة بشكل كبير، حيث قد أوضح محمد محروس الشناوي (١٩٩٧) أن الإخوة العاديين لذوي الاحتياجات الخاصة، قد تتطور لديهم مشاعر الخزي والارتباك، فهم يرتبكون عندما يُروا مع أخيهم ذوي الاحتياجات الخاصة، ويرتبكون عندما يخبرون أصدقائهم، ويترددون في أن يحضروا أصدقائهم إلى البيت، فإذا حدث أن زارهم صديق دون ترتيب فإن تصرفاتهم معه قد تتسم بنقص اللباقة، ودون أن يفهم الصديق السبب الحقيقي وراء ذلك. وأشارت نتائج دراسة (Scott (2003 أن الأشقاء العاديين لإخوة معاقين يعانون من مشاعر الحرج، الاستياء، الغيرة والشعور بالذنب من إخوتهم ذوي الاحتياجات الخاصة، وأشارت نتائج دراسة نسمة صلاح الدين عبد الفتاح (٢٠٠٥) إلى معاناة أخوة الأطفال المعاقين عقلياً من الضغوط النفسية، وأشارت نتائج دراسة عبدالرحمن سيد سليمان وآخرون (٢٠١٠) أنه قد تظهر لدى أشقاء ذوي الاحتياجات الخاصة شعور بالاستياء، وعدم تقبل أخيهم المعاق، والسخرية منه، فضلاً عن تجنبه والخلل منه، وعدم مساعدته أو تشجيعه على اكتساب المهارات الحياتية المختلفة، مما يسهم في تعميق عزلته، ودفعه إلى مزيد من العزلة، وأظهرت نتائج دراسة إيمان فؤاد الكاشف (٢٠١٣) أن

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

الإخوة العاديين لذوي الاحتياجات الخاصة منهم من يرى أن أخاهم ذوي الاحتياجات الخاصة طفل مغلوب على أمره، ويحتاج إلى المساعدة، وأنه كان يُمكن أن يكون هو في نفس وضع أخيه، ومنهم من يرى أن هذا الطفل يُمثل عبئاً على الأسرة، وأنه يجب إيداعه بأحد المؤسسات الخاصة حتي تقوم برعايته، وتُخفف عن الأسرة الأعباء الملقاة على عاتقها، ومنهم من لا يحمل أي مشاعر أو اتجاهات نحو الطفل فهو لا يرفضه، ولكنه في نفس الوقت لا يتقبله، وينكر وجوده، ولكن في نفس الوقت قد يشعر بمشاعر الغيرة من هذا الطفل ذوي الاحتياجات الخاصة الذي يستحوذ على اهتمام وحب والديه، رغم أنه لا يستطيع أن يفعل شيئاً أو أن ينجح بالدراسة أو أن يلبي احتياجات والديه، وهذا ما أوضحتها نتائج دراسة فوقية محمد محمد (٢٠٠٠) من أن الإخوة الأكبر سنّاً من الطفل ذوي الاحتياجات الخاصة يعانون من الضغوط النفسية بصورة أكبر من الإخوة الأصغر منه سنّاً للطفل ذوي الاحتياجات الخاصة، وأن الحاجات الإرشادية لإخوة ذوي الاحتياجات الخاصة هي الحاجة للمعلومات، فهم متطلبات الرعاية لأخيهم والحاجة إلى استراتيجيات فعالة لمواجهة الضغوط، وأظهرت نتائج دراسة أحمد حسن محارب (٢٠٠٣) أن استراتيجيات الهروب والتحاشي كانت أكثر الاستراتيجيات استخداماً لدى إخوة المعاقين في التوافق مع الضغوط النفسية تليها استراتيجيات العزلة واللاعقلانية في التفكير والسلوك بينما كانت استراتيجيات طلب المساندة الاجتماعية والذاتية الأقل استخداماً، مما يدعو إلى ضرورة تقديم المساعدة والخدمة الإرشادية لإخوة المعاقين خاصة أنهم في المرحلة الجامعية مرحلة التخطيط للمستقبل حيث أشارت دراسة عايش صباح (٢٠١٦) وجود مستوى متوسط من قلق المستقبل لدى إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة.

لذا تبدو الحاجة ماسة إلى خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، من خلال تصميم برنامج إرشادي، والكشف عن فعاليته في خفض الحساسية الانفعالية السلبية؛ ومن ثم يمكن تحديد مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

- ١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية؟
- ٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتبقي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية؟

هدف البحث:

يتمثل هدف البحث في الكشف عن فعالية برنامج إرشادي في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

أهمية البحث: تتمثل أهمية البحث في الآتي:

الأهمية النظرية:

١- تتضح الأهمية النظرية للبحث من خلال محاولة التأسيس النظري لمفهوم الحساسية الانفعالية السلبية في ميدان التربية الخاصة؛ حيث إنه في حدود علم الباحث لم يتم تناول هذا المفهوم مع عينة إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، حيث إن الحساسية الانفعالية السلبية من المتغيرات التي لها دور كبير في المعاناة النفسية لهم، ولما لهذه العينة من أهمية، حيث التأثير السلبي الذي يتعرضوا له، نتيجة وجود طفل ذوي احتياجات خاصة في الأسرة، حيث إن دراسة هذا المتغير على هذه العينة سينعكس بالإيجاب على العينة والأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

٢- إثراء المكتبة العربية والمهتمين بمجال التربية الخاصة، بمقياس للحساسية الانفعالية السلبية تتحقق فيه الخصائص السيكومترية للقياس في البيئة العربية.

٣- تسليط الضوء على متغير الحساسية الانفعالية السلبية، وانفعالات إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة، لما لها من تأثير على المناخ الأسري، وتنتشئة ذوي الإعاقة داخل الأسرة.

الأهمية التطبيقية:

تظهر الأهمية التطبيقية للبحث؛ من خلال إعداد مقياس للحساسية الانفعالية السلبية لإخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، كذلك يُسهم البحث في تقديم برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية، والذي يُمكن الاستفادة منهما للباحثين المتخصصين في التربية الخاصة والصحة النفسية في دراسات أخرى مستقبلية، وأيضًا الاستفادة منهما في مراكز ومؤسسات ومدارس رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة في دراسة حالة إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة لتقديم الخدمات الإرشادية لهم ولباقي أعضاء الأسرة؛ لما لهم من تأثير على الطفل ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل خاص، والتأثير على وحدة الأسرة ككل بشكل عام.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

مصطلحات البحث:

أولاً البرنامج الإرشادي:

يُعرفه الباحث بأنه "تخطيط منظم ودقيق؛ والذي يهتم بدراسة الحساسية الانفعالية السلبية، وتحليلها في ضوء أسس، ومراحل عملية تتم عن طريق جلسات إرشادية جماعية، وتركز على خفض الحساسية الانفعالية السلبية، وكل ذلك بهدف تقديم الخدمات الإرشادية المباشرة، وغير المباشرة من خلال فنيات انتقائية لعينة من إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة".

ثانياً الحساسية الانفعالية السلبية:

يُعرف الباحث الحساسية الانفعالية السلبية بأنها "ردود الأفعال السلبية للفرد عند التعرض لمواقف الحياة اليومية البسيطة والعادية أو الضاغطة أو شبة الضاغطة؛ والتي تتمثل في تفسير وتحليل أقوال وأفعال الآخرين بصورة خاطئة، وتضخيم التفاهات، وإساءة الظن بهم، الانفعال لأنفه الأسباب بصورة مبالغ فيها، وسهولة الاستثارة الانفعالية، وصعوبة ضبط الانفعالات، وعدم الرغبة في التعبير عن المشاعر، والتغيير السريع في حالته المزاجية من حالة إلى أخرى، الاعتراض المستمر على الآخرين، والجدال المستمر، والتصرف بانزعاج عند نقد الآخرين له، تجنب المشاركة مع الآخرون في الأنشطة المختلفة، وتفضيل الانعزالية حيث أن وجوده معهم يُشعره بالتوتر، والقلق والأفكار والمعتقدات الخاطئة عن الآخرين التي تتميز بتوقع الأذى منهم".

ويُعرف الباحث الحساسية الانفعالية السلبية إجرائياً بأنها "مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية المستخدم في البحث الحالي".

حدود البحث:

تحدد تعميم نتائج البحث الحالي بالمحددات الآتية:

- (أ) الحدود البشرية: تحدد البحث بعينة من طلبة كلية التربية بجامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية ممن لهم إخوة أو أخوات من ذوي الاحتياجات الخاصة.
- (ب) الحدود الموضوعية: تناول البحث دراسة فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة الباحة؛ ممن لهم إخوة أو أخوات من ذوي الاحتياجات الخاصة، من خلال الأدوات التي استخدمت في البحث، كما تتمثل الحدود الموضوعية باستخدام المنهج شبة التجريبي، والأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل بيانات البحث ومعالجته.

(ج) الحدود المكانية: تم تطبيق البحث الحالي بكلية التربية بجامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية.

(د) الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات البحث الحالي في الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠١٩/٢٠٢٠م.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

الحساسية الانفعالية السلبية: Negative Emotional Sensitivity

تعددت التعريفات التي تناولت الحساسية الانفعالية؛ فمن خلال البحث في التراث النفسي العربي والأجنبي، وجد الباحث أن (Cooper, 1990, 210) ذكر أنه يُقصد بالحساسية الانفعالية "إفراط الفرد في الانفعالات، وازدياد معدل شعوره بالأفكار بشكل سلبي". وعرفها أكرم فتحي يونس (٢٠١٥، ٨) بأنها "تشير إلى ردود الأفعال الغاضبة المتهورة تجاه أئفه الأسباب والمواقف الضاغطة البسيطة التي يمر بها الفرد، والتي لا يستطيع فيها الفرد أن يتحكم في انفعالاته والسيطرة عليها، والحساسية الانفعالية السلبية لا تتوقف عند انفعال الغضب أو العصبية الزائدة، بل تتعدى ذلك على المبالغة في مواقف الفرح والسرور لأشياء ومواقف لا تتطلب المبالغة".

وعرفها Bhatia (٢٠٠٩) بأنها التأثير الشديد بالأحداث، والمواقف العادية، والمبالغة والتوهيل بصورة أكبر مما يتطلبه الحدث أو الموقف الطبيعي مع الشعور بحالة من عدم القدرة على الثبات والنضج الانفعالي.

وأشار عبد الله أبو زعيزع (٢٠٠٩، ٣١٣) إلى أنها "حالة تُشير إلى عدم قدرة الطالب ولاسيما في مرحلة المراهقة على التحكم بانفعالاته، وذلك بسبب افتقاده للقدرة على التكيف مع البيئة المحيطة، والمتمثلة في الأسرة أو المدرسة أو المجتمع.

وعرفها عماد عبد حمزة (٢٠١٦، ٣٤١) بأنها "تأثر الطالب الشديد بمواقف عادية قد لا يعبا بها الطلبة الآخرون، تجعله يثور سريعاً لأئفه الأسباب، وأئفه المثيرات الانفعالية، مما تدفعه للقيام بردود فعل عنيفة، ومتهورة لا يستطيع التحكم فيها، وتكون هذه الأنماط الانفعالية متشابهة لانفعالات مرحلة الطفولة".

وعرفت الشيماء محمود سالمان (٢٠١٧، ١٣٨) الحساسية الانفعالية السلبية بأنها "الاستجابة الخاصة للعوامل الموقفية من خلال ردود أفعال انفعالية متمركزة حول الذات والعالم الخارجي باعتبارها ذات غير جديرة، وباعتبار العالم ملئاً بالضغوط غير القابلة للسيطرة عليها".

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

وعرفتها نهلة فرج علي (٢٠١٨، ١٧٤) بأنها "حالة تأثر الطالب الشديد بالمواقف والأحداث العادية التي لا يعبأ بها الآخرون، والمبالغة والتهويل بأكثر مما يتطلبه الموقف مع التأويل السلبي للقول والفعل واتسام ردود الأفعال بالغضب والتهور تجاه أئفه الأسباب، مع افتقاد الطالب للقدرة على التحكم بانفعالاته أو السيطرة عليها، وعدم ملائمة استجاباته الانفعالية لمثيراتها، وتفضيله للانعزال بحثاً عن الشعور بالأمن".

وعرف محمد إبراهيم محمد (٢٠١٨، ٨٨٩) الحساسية الانفعالية لدى طلاب الجامعة بأنها "شعور مبالغ فيه، وغير مناسب لطبيعة الموقف، وتأثر الفرد بردود أفعال الآخرين، وعدم قدرته على تقبل النقد أو التقييم، وتأويله السيء أقوال الآخرين وأفعالهم، وسهولة استثارته، وعدم قدرته على التحكم في انفعالاته".

ومن خلال ما سبق يتضح أنه اتفقت أغلب التعريفات على أن الحساسية الانفعالية السلبية

تُعني:

- ١- استجابات الفرد التي تتضمن افراطه في المشاعر السلبية، وردود الفعل المتهورة، والسريعة لأسباب بسيطة.
- ٢- عدم قدرة الفرد على التحكم، والسيطرة على انفعالاته المختلفة، والشعور بحالة من عدم الثبات والنضج الانفعالي.
- ٣- ردود الفعل الانفعالية التي تتصف بالمبالغة، والتهويل بما لا يتلائم مع الموقف أو الحدث.
- ٤- عدم القدرة على التكيف مع البيئة التي يعيش فيها.
- ٥- التأثير الانفعالي الشديد بمواقف لا يهتم بها الآخرين، ولا تسبب لهم أي إزعاج.
- ٦- الشعور بالضغوط الانفعالية، وعدم قدرته على السيطرة والتحكم فيها.
- ٧- تفضيل الانعزالية عن الاندماج مع المحيطين بسبب مشاعر القلق والتوتر.
- ٨- التأثير الشديد المبالغ فيه، والتهويل نحو ردود فعل الآخرين، ووجهات نظرهم تجاهه.
- ٩- سهولة استثارة الفرد انفعاليًا من قبل المحيطين به.

أبعاد الحساسية الانفعالية:

تتكون الحساسية الانفعالية كما يرى (Lush 2002) من بعدين هما: البعد الأول الحساسية الانفعالية السلبية؛ وتتمثل في ردود أفعال الفرد بصورة مبالغ فيها متسمة بالغضب أو العدائية أو اليأس تجاه المواقف والأحداث العادية؛ وقد تحدث بصورة إرادية لرغبة الفرد في التنفيس عما بداخله، أو



بصورة لا إرادية، أما البُعد الثاني فهو الحساسية الانفعالية الإيجابية؛ وهي نوع من بدهة، وحس الفرد التي تجعله قادراً بصورة جيدة على فهم مشاعر الآخرين، واللغة اللفظية وغير اللفظية.

وحسب نتائج دراسة (Guarino, Feldman and Roger 2003) ودراسة (Guarino, 2005) فإن الحساسية الانفعالية تكون من ثلاثة أبعاد هي كالآتي: البُعد الأول الحساسية الانفعالية السلبية، وتتمثل في ردود فعل الفرد السلبية عند التعرض لمواقف الحياة اليومية الضاغطة، وتظهر في صورة انفعالات الخوف، والغضب والعدائية ومشاعر اليأس والنقد الحاد، أما البُعد الثاني، فهو الحساسية الانفعالية الإيجابية؛ وتتمثل في قدرة الفرد على ضبط انفعالاته، والدفاع عن نفسه مع عدم التهويل في ردود الفعل، فهي حالة من الميل الانفعالي لتكوين علاقات مع المحيطين مع قدرته على التعرف على مشاعرهم، وفهمها والتعاطف معها، أما البُعد الثالث، فهو الابتعاد الانفعالي؛ ويتمثل في ردود فعل الفرد الانفعالية السلبية تجاه المحيطين، وميله للعزلة، وتجنب الآخرين خلال مواقف الحياة اليومية، أما دراسة (Guarino, Roger and Olason 2007) فقد أوضحت عاملين هما؛ الحساسية الانفعالية المركزية السلبية، والحساسية الانفعالية الشخصية الإيجابية، وحسب نتائج دراسة الشيماء محمود سالم (٢٠١٧) فإن الحساسية الانفعالية تتكون من ثلاث أبعاد هي؛ الحساسية الانفعالية الإيجابية، الحساسية الانفعالية السلبية والابتعاد العاطفي، أما دراسة سعاد كامل قرني (٢٠١٩) فتزى أن فرط الحساسية الانفعالية يتكون من بعدين هما؛ الحساسية الانفعالية السلبية والابتعاد العاطفي.

أما بالنسبة للحساسية الانفعالية السلبية فقط؛ فحسب نتائج دراسة نهلة فرج علي (٢٠١٨) فقد أجرت تحليل عاملي للتأكد من العوامل المكونة للحساسية الانفعالية السلبية على عينة مكونة من (١٣٠) من طلبة الجامعة، وأسفرت النتائج عن أن الحساسية الانفعالية السلبية تتكون من ثلاثة عوامل هي؛ العامل الأول عدم الاتزان الانفعالي؛ ويتمثل في سرعة الانفعال، والتأثر لأي سبب مع عدم القدرة على ضبط الانفعالات وتنظيمها، والشعور بالقلق من تغير الأحداث اليومية، والتأثر السريع لأي أقوال أو انتقادات من قبل الآخرين، أما العامل الثاني، فهو التفكير اللاعقلاني؛ ويتمثل في الاعتقادات الخاطئة حول التعاملات مع الآخرين والشك بهم، والتفسيرات اللاعقلانية، والمبالغ فيها للمواقف المختلفة، وكذلك التركيز بالتفاهات وتضخيمها، أما العامل الثالث، فهو الابتعاد العاطفي؛ ويتمثل في تفضيل الفرد للعزلة والانطواء والابتعاد عن مشاركة الآخرين للمشكلات الخاصة، وتجنب مواقف التعبير عن المشاعر، والتوتر لمجرد التواجد في المناسبات الاجتماعية وتحاشيها خوفاً من المواقف المحرجة.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

وقام معتر محمد عبيد (٢٠١٤) بإجراء تحليل عاملي أسفر عن أن الحساسية بين الشخصية Interpersonal sensitivity تتكون من ثلاثة عوامل هي؛ العامل الأول الخوف من التعامل مع الآخرين؛ ويقصد به مخاوف الفرد من التعامل مع الآخرين، أو التداخل معهم أو إقامة علاقات معهم أو المبادرة إلى تكوين علاقات يغلب عليها الثقة والمودة، أما العامل الثاني فهو التوجس؛ ويقصد به الأفكار التي تسيطر على الفرد ذو الحساسية بين الشخصية، والتي تشمل توقع أن يصيبه آخرون بالأذى، والكذب عليه، وربما الافتراء عليه، وإيقاعه في مشكلات، وطلب مصالح شخصية منه، أو وضعه في مصائب ومشكلات لتحقيق مآربهم على حسابه، أما العامل الثالث فهو التوقع؛ ويقصد به سيطرة التفكير السلبي على الشخص ذي الحساسية بين الشخصية، فيسود توقع الأذى من الشخص الآخر، وعدم توقع الخير منه، وأنه لابد سيقع أذى منه.

ومن خلال ما سبق يجد الباحث أن هناك اتفاق بين الباحثين على أن الحساسية الانفعالية السلبية أحد أبعاد الحساسية الانفعالية، ما عدا دراسة نهلة فرج علي (٢٠١٨)، ويتبنى الباحث ما اتفق عليه الباحثون من أن الحساسية الانفعالية السلبية لا تتضمن أبعاد فرعية لها فهي أحد أبعاد الحساسية الانفعالية.

خصائص إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة ذوي الحساسية الانفعالية السلبية:

أشار كل من (Orsmond and Mailick Seltzer 2000) أن الشقيق العادي الأكبر للطفل المعوق عقلياً يُمكن أن يكون اتجاه سلبي عند وصوله لمرحلة المراهقة نحو أخيه ذوي الاحتياجات الخاصة، ويرجع ذلك إلى المسؤوليات التي يتحملها نحو رعاية أخيه ذوي الاحتياجات الخاصة، كما أنه من الأكثر احتمالاً بالنسبة للإخوة من نفس الجنس، والإخوة القريبين من بعضهم في العمر الزمني أن يخبروا عديد من الصراعات.

وأوضحت نتائج دراسة كل من (Opperman and Alant 2003) أن استجابات الإخوة نحو وجود أخ ذوي الاحتياجات الخاصة تمثل في محدودية تفاعلهم مع أخيه المعاق، تردد الإخوة في التعبير عن مشاعرهم، إحساس الإخوة بالذنب تجاه أخيه ذوي الإعاقة لشعورهم بعدم القدرة على مساعدته، عدم توافر معلومات لديهم تجاه أخيه المعاق، في حين أظهرت دراسة بندر بن ناصر العتيبي وزيدان أحمد السرطاوي (٢٠١٠) أن طبيعة علاقة الأشقاء بأخيه المعاق فكرياً بشكل عام تتسم بالإيجابية، وقد ظهر ذلك بشكل واضح من خلال استجاباتهم على البعدين المتمثلين في، التقبل

ولطف المعاملة من جهة، والتعاطف والاهتمام من جهة أخرى، وقد أكدت استجابات أولياء الأمور أن علاقات أبنائهم العاديين تتسم كثيرًا بالإيجابية مع إخوانهم المعاقين فكريًا. وأشار عبدالرحمن سيد سليمان وآخرون (٢٠١٠) أنه قد تنشأ الاضطرابات الانفعالية التي يصاب بها أشقاء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة من زيادة الأعباء التي يتحملونها نتيجة وجود أخ ذوي احتياجات خاصة في الأسرة، حيث يفرض عليهم الوالدان القيام برعايته أو مهام أخرى نتيجة انشغال الوالدين برعاية الطفل ذوي الاحتياجات الخاصة، مما يتسبب في عدم اتاحة الفرص لهؤلاء الإخوة لممارسة النشاط الاجتماعي والاستمتاع بوقتهم مثلهم مثل باقي أقرانهم ممن ليس لديهم أشقاء معوقين.

ويُمكن أن نجل خصائص إخوة ذوي الاحتياجات الخاصة ذوي الحساسية الانفعالية السلبية في الآتي: التأثير بصورة مبالغ فيها بالعوامل الخارجية المحيطة به، يقومون بتحليل ما يصدر عن الآخرين المحيطين به سواء كان لغة لفظية أو غير لفظية خلال مواقف الحياة اليومية العادية بصورة غير واقعية، ومبالغ فيها وليس لها أساس من الصحة، التأويل السيئ للأمر وسوء الظن، يلجئون إلى استخدام أسلوب الجدل في المواقف الضاغطة البسيطة التي يتعرضون لها خلال حياتهم اليومية، الافتقار إلى الثبات والنضج الانفعالي حيث تتغير حالتهم المزاجية من حالة إلى أخرى بصورة سريعة، فهم سريعى البكاء، ويصعب عليهم التخلص من مشاعر الحزن بسهولة، الاستجابة الانفعالية غير المناسبة للمثيرات، الانعزال عن المحيطين، حيث إن اندماجهم مع المحيطين يشعرهم بالتوتر، وضعف تحملهم لثقل المشاعر والانفعالات فيتجنبون مشاهدة المشاهد المحزنة أو العنيفة، ويتصرفون بمشاعر القلق، وردود فعل سلبية تجاه الآخرين وتجنبهم، وصعوبات تكوين صداقات اجتماعية، وصعوبة الحفاظ على الصداقات الاجتماعية القديمة، فيميلون لتجنب المشاركة في الأنشطة الاجتماعية، وذلك لأفكارهم الخاطئة بأنهم مراقبون من الآخرين، كذلك ظهور بعض الأعراض النفسجسمية المتمثلة في احمرار الوجه واصفراره لأقل سبب وزيادة معدل ضربات القلب عند التعرض للمواقف المختلفة، فيتصرفون بالحذر الشديد والقلق بشأن ما يعتقدون أن الآخرون يخفونه من مشاعر تجاههم، ويستغرقون وقتًا طويل جدًا لاتخاذ القرارات نتيجة التأويل السلبي والمبالغة في ردود الفعل والأفكار غير الصحيحة عن الآخرين، فهم يحرصون بصورة مبالغة فيها على تقييم كل نتائج قراراتهم، وتتصف ردود أفعالهم تجاه نقد الآخرين لهم بالحدة والمبالغة والتحويل.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

فروض البحث:

- في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وضع الباحث فروض البحث كآآتي:
- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح القياس القبلي.
 - ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح المجموعة الضابطة.
 - ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتبقي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية.

إجراءات البحث:

(أ) منهج البحث:

اعتمد البحث على المنهج شبه التجريبي؛ والذي يهتم بدراسة تأثير متغير مستقل، وهو البرنامج الإرشادي على متغير تابع، وهو الحساسية الانفعالية السلبية، كما تم حساب تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة من حيث بعض المتغيرات الدخيلة كالعمر الزمني، المرحلة الدراسية، التخصص ومستوى الحساسية الانفعالية السلبية.

(ب) عينة البحث:

أولاً: عينة حساب الخصائص السيكومترية: تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث من (١٧٠) من طلاب كلية التربية جامعة الباحة، ممن تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٨-٢٠) سنة بمتوسط عمري قدره (١٩.٢٢) وانحراف معياري قدره (٢.٢٧).

ثانياً العينة الأساسية: تكونت العينة الأساسية للبحث من مجموعتين أحدهما تجريبية، والأخرى ضابطة قوام كل منها (٥) طلبة من طلاب كلية التربية بجامعة الباحة ممن لهم إخوة أو أخوات من ذوي الاحتياجات الخاصة، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٨-٢٠) سنة، بمتوسط عمري قدره (١٩.٣٧) وانحراف معياري قدره (٢.٤٣)، وقد تم اختيار المجموعة التجريبية والضابطة ممن حصلوا على درجات أعلى في الإرياعي الأعلى من الدرجة الكلية لمقياس الحساسية الانفعالية السلبية. حساب التكافؤ بين عينة البحث الأساسية:

- من حيث العمر الزمني: قام الباحث بحساب التكافؤ للمجموعتين التجريبية والضابطة على متغير العمر الزمني من خلال اختبار مان ويتي كآآتي:

جدول (١) نتائج اختبار مان ويتني بين المجموعتين (التجريبية-الضابطة) في العمر الزمني

المتغير	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (w)	قيمة (Z)	مستوي الدلالة	حجم الأثر
العمر الزمني	تجريبية	5	5.10	25.50	10.500	25.500	-0.454	غير دال	-
	ضابطة	5	5.90	29.50					

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = (1.65)

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.01) = (2.33)

يتضح من نتائج جدول (١) عدم وجود فرق دال بين متوسطي رتب أعمار المجموعتين (التجريبية-الضابطة)؛ حيث كانت قيمة (Z) المحسوبة أقل من قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05)؛ الأمر الذي يشير إلي تكافؤ المجموعتين.

- من حيث مستوى الحساسية الانفعالية السلبية: قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على الدرجة الكلية لمقياس الحساسية الانفعالية قبل تطبيق البرنامج كآلاتي:

جدول (٢) نتائج اختبار مان ويتني بين المجموعتين (التجريبية-الضابطة) في القياس القبلي على

مقياس الحساسية الانفعالية السلبية

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (w)	قيمة (Z)	مستوي الدلالة	حجم الأثر
الحساسية الانفعالية السلبية	تجريبية	5	7.20	36.00	4.000	19.000	-1.798	غير دال	-
	ضابطة	5	3.80	19.00					

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = (1.65)

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.01) = (2.33)

يتضح من نتائج جدول (٢) عدم وجود فرق دال بين متوسطي رتب درجات المجموعتين (التجريبية-الضابطة) على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية؛ حيث كانت قيمة (Z)

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

المحسوبة أقل من قيمة (Z) الجدولية عند مستوي دلالة (0.05)؛ الأمر الذي يشير إلى تكافؤ المجموعتين على متغير الحساسية الانفعالية السلبية.

(ج) أدوات البحث:

١- مقياس الحساسية الانفعالية السلبية إعداد الباحث:

خطوات إعداد المقياس:

(أ) الاطلاع على الأطر النظرية، والدراسات السابقة العربية والأجنبية؛ التي تناولت متغير الحساسية الانفعالية السلبية كما هو موضح في الإطار النظري والدراسات السابقة في البحث.

(ب) الاطلاع على المقاييس المختلفة للحساسية الانفعالية والحساسية الانفعالية السلبية وهي؛ مقياس الحساسية الانفعالية إعداد (Guarino (2003، ومقياس الحساسية الانفعالية (ESS) إعداد (Guarino et al. (2007؛ والذي تكون من (٨) مفردات على بُعدين، واختبار الحساسية الانفعالية إعداد (Dodonova et al. (2010، مقياس الحساسية الانفعالية إعداد حنان خضر أبو منصور (٢٠١١)؛ والذي تكون من (١٨) مفردة على بُعد واحد فقط، مقياس الحساسية بين الشخصية إعداد معتر محمد عبيد (٢٠١٤)؛ والذي تكون من (٦٣) مفردة على ثلاث أبعاد، وتتم الاستجابة عليه وفقاً لطريقة ليكرت الثلاثي (غالبًا- أحيانًا- نادرًا)، وتأخذ المفردات الإيجابية (٣-٢-١) والعكس صحيح بالنسبة المفردات السلبية، مقياس الحساسية الانفعالية إعداد أكرم فتحي يونس (٢٠١٥)؛ والذي تكون من (٢٠) مفردة مقسمة إلى بُعدين هما: الحساسية الانفعالية السلبية والحساسية الانفعالية الموجبة، وتتم الاستجابة على المقياس وفقاً لتدرج ثنائي (نعم/ لا) وتصحح الاختيارات من (صفر- ١)، مقياس الحساسية المفردة لطلبة الجامعة إعداد مهدي كاظم وآخرون (٢٠١٥) وتكون من (٣٤) مفردة على بُعد واحد فقط، وتتم الاستجابة عليه وفقاً لطريقة ليكرت الخماسي (دائمًا- كثيرًا- إلى حد ما- قليلاً- مطلقاً)، وتأخذ الاستجابة على التوالي (٥-٤-٣-٢-١)، مقياس الحساسية الانفعالية السلبية إعداد نهلة فرج علي (٢٠١٨)؛ والذي تكون من (٢٨) مفردة، وتتم الاستجابة عليه وفقاً لطريقة ليكرت الخماسي (دائمًا- غالبًا- أحيانًا- نادرًا- لا)، وتأخذ الاستجابات الدرجات (٥-٤-٣-٢-١)، مقياس الحساسية الانفعالية السلبية إعداد عماد عبد حمزة (٢٠١٦)؛ والذي تكون من (٢٠) مفردة على بُعد واحد فقط، وتتم الاستجابة عليه وفقاً لطريقة ليكرت الثلاثي (بدرجة كبيرة- بدرجة متوسطة- بدرجة قليلة)، وتعطي الاستجابات (٣-٢-١) طبقاً للترتيب السابق، مقياس الحساسية الانفعالية للمكفوفين إعداد مصطفى خليل محمود (٢٠١٧)؛ والذي تكون من (١٨) مفردة، وتتم الاستجابة عليه

وفقاً لطريقة ليكرت الثلاثي (دائماً- أحياناً- نادراً)، وتأخذ الدرجات (٣-٢-١) على التوالي، مقياس الحساسية الانفعالية إعداد الشيماء محمود سالمان (٢٠١٧)؛ والذي تكون من (٢٤) مفردة على ثلاث أبعاد، وتتم الاستجابة عليه وفقاً لطريقة ليكرت الخماسي (دائماً- كثيراً- أحياناً- نادراً- أبداً)، وتأخذ الاستجابات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي، مقياس الحساسية الانفعالية إعداد محمد إبراهيم محمد (٢٠١٨)؛ والذي تكون من (٢٤) مفردة على بُعد واحد فقط، وتتم الاستجابة عليه وفقاً لطريقة ليكرت الثلاثي (غالباً- أحياناً- نادراً)، بحيث تأخذ البدائل الدرجات (٣-٢-١) على التوالي، ومقياس فرط الحساسية الانفعالية للمراهقين المكفوفين إعداد سعاد كامل قرني (٢٠١٩)؛ والذي تكون من (٢٤) مفردة على بُعدين وتتم الاستجابة عليه وفقاً لطريقة ليكرت الخماسي (موافق بشدة- موافق- محايد- غير موافق، غير موافق على الإطلاق)، وتعطي الاستجابات (٥-٤-٣-٢-١).

(ج) قام الباحث بتصميم وتطبيق استبيان مفتوح يحتوي على سؤالين كالآتي: السؤال الأول ما المواقف التي تجعلك تتفاعل مع المحيطين وتساعدك على تكوين علاقات اجتماعية معهم؟، السؤال الثاني أثناء تفاعلك مع المحيطين ما المواقف التي تجعلك تشعر بالضغط النفسي؟، وتم تطبيق الاستبيان المفتوح على عدد (٧٠) من طلبة كلية التربية بجامعة الباحة، ومن خلال تحليل مضمون استجابات الطلبة، والرجوع إلى الأطر النظرية والدراسات السابقة والمقاييس؛ تم تحديد التعريف الإجرائي لمتغير الحساسية الانفعالية السلبية، وصياغة مفردات المقياس بأسلوب مبسط، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٢٨) مفردة، وتم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين في مجال الصحة النفسية والتربية الخاصة لتحديد مدى صحة وسلامة مفردات المقياس، وخلوها من الغموض، وارتباطها بالمقياس، وملابقتها لعينة البحث، وقد أسفرت عن تعديل بعض المفردات وحذف مفردة واحدة ليصبح المقياس (٢٧) مفردة، ثم قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (١٥) طالب بقسم التربية الخاصة بكلية التربية بجامعة الباحة للتأكد من وضوح العبارات، وأسفرت هذه الخطوة عن حذف المفردة رقم (٧) وبذلك أصبح المقياس يتكون من (٢٦) مفردة.

حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الحساسية الانفعالية السلبية:

أولاً: صدق المقياس:

(أ) صدق التحليل العاملي:

قام الباحث بإجراء التحليل العاملي لمقياس الحساسية الانفعالية السلبية، وذلك على عينة بلغت (١٧٠) من طلاب كلية التربية جامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية، وقد استخدم الباحث طريقة

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

المكونات الأساسية Principle Component، وتم إجراء التحليل العاملي باستخدام البرنامج الإحصائي (spss) الإصدار الثالث والعشرين، وتم استخدام محك كايرز في تقدير العامل المستخلص كمؤشر للتوقف أو الاستمرار في استخلاص العوامل التي تمثل البناء الأساسي، حيث يتم الإبقاء على العوامل التي تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح، كما استخدم الباحث قيمة (± 0.3) كمحك للتشبع الجوهري للبند على العامل، ومن ثم يعتبر التشبع للبند على العامل دال إحصائياً عندما يبلغ (± 0.3) أو أكثر، وقد تم التحليل العاملي وفق الخطوات الآتية: تجهيز بيانات المقياس تمهيداً لمعالجتها إحصائياً، ثم حساب معامل ألفا-كرونباخ للمقياس ككل؛ وذلك بغرض الاطمئنان لعدم وجود مفردات ذات تأثير سلبي على التباين الكلي للمقياس، ثم إجراء التحليل العاملي بعد تحديد استخراج عامل واحد من مفردات المقياس، ثم تحديد قيمة (± 0.3) كمحك للتشبع الجوهري للبند على العامل، ثم تدوير المفردات تدويراً متعامداً، وقد أسفر التحليل العاملي عن حذف مفردات هي (٤، ١٤، ١٧، ١٨)؛ وذلك نظراً لانخفاض معامل التشبع عن (0.03) ، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحث:

جدول (٣) العامل المستخرج من التحليل العاملي لمقياس الحساسية الانفعالية السلبية

رقم المفردة	معامل التشبع	رقم المفردة	معامل التشبع
١	.317	١٣	.777
٢	.788	١٥	.622
٣	.690	١٦	.604
٥	.687	١٩	.564
٦	.651	٢٠	.620
٧	.344	٢١	.334
٨	.440	٢٢	.300
٩	.554	٢٣	.767
١٠	.781	٢٤	.344
١١	.329	٢٥	.437
١٢	.672	٢٦	.755

معامل التشبع	رقم المفردة	معامل التشبع	رقم المفردة
	7.730	الجذر الكامن	
	29.730	نسبة التباين المفسرة	
	29.730	نسبة التباين التراكمية	
اختبار كايزر-ماير-أولكين = (.720)			
اختبار بارتلليت = (٢٦٧.٩٢٥) دال عند مستوي ثقة (٠.٠١)			

ومن خلال نتائج جدول (٣) يتضح أنه تراوحت تشبعات عبارات هذا العامل بين (٠.٣٠٠-٠.٧٨٨)، وقد استحوذ على (29.730) من التباين العاملي الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (7.730)، ويتكون هذا العامل من (٢٢) مفردة، وتعكس بنود هذا العامل تفسير وتحليل أقوال وأفعال الآخرين بصورة خاطئة، وتضخيم التفاهات، وإساءة الظن بهم، الانفعال لأنفه الأسباب بصورة مبالغ فيها، وسهولة الاستثارة الانفعالية، وصعوبة ضبط الانفعالات، وعدم الرغبة في التعبير عن مشاعره، والتغيير السريع في حالته المزاجية من حالة إلى أخرى، الاعتراض المستمر على الآخرين، والجدال المستمر، والتصرف بانزعاج عند نقد الآخرين له، تجنب المشاركة مع الآخرون في الأنشطة المختلفة، وتفضيل الانعزالية حيث إن وجوده معهم يُشعره بالتوتر والقلق، الأفكار والمعتقدات الخاطئة عن الآخرين التي تتميز بتوقع الأذى منهم، لذا يُمكن أن نطلق على هذا العامل الحساسية الانفعالية السلبية.

(ب) صدق التجانس الداخلي لمقياس الحساسية الانفعالية السلبية: قام الباحث بحساب التجانس الداخلي؛ وذلك من خلال حساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس الحساسية الانفعالية السلبية، وفيما يأتي النتائج التي حصل عليها الباحث:

جدول (٤) معاملات ارتباط التجانس الداخلي لمقياس الحساسية الانفعالية السلبية

رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
1	.414**	١٢	.734**
٢	.764**	١٣	.630**

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
٣	.668**	١٤	.611**
٤	.675**	١٥	.536**
٥	.643**	١٦	.616**
٦	.451**	١٧	.348**
٧	.449**	١٨	.316**
٨	.528**	١٩	.739**
٩	.755**	٢٠	.451**
١٠	.355**	٢١	.443**
١١	.673**	٢٢	.728**

(**) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)، (*) معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ويتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0,01).

ثانيًا ثبات مقياس الحساسية الانفعالية السلبية:

قام الباحث بحساب ثبات مقياس الحساسية الانفعالية السلبية بطريقة التجزئة النصفية، والتي تقوم على تجزئة المقياس إلى نصفين (فردى - زوجي) وحساب معامل الارتباط بينهما، وتطبيق معادلة تصحيح الطول (سبيرمان-براون)، وكذلك التجزئة النصفية بمعادلة "جوتمان" وألفا-كرونباخ كما يأتي:

جدول (٥) نتائج معاملات ثبات مقياس الحساسية الانفعالية السلبية

معامل ألفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية "سبيرمان"		عدد المفردات	المتغير
	قبل التصحيح	بعد التصحيح		
.902	.846	.917	٢٢	مقياس الحساسية الانفعالية



يتضح من نتائج جدول (٥) أن جميع معاملات ثبات مقياس الحساسية الانفعالية السلبية مرتفعة، وتشير تلك النتائج إلى صلاحية المقياس للاستخدام في البحث الحالي.

مفتاح تصحيح مقياس الحساسية الانفعالية السلبية: تكون المقياس في صورته النهائية من (٢٢) مفردة، ويتم الاستجابة عليها من خلال طريقة ليكرت الخماسي؛ حيث تتراوح الإجابة بين (دائمًا - غالبًا - أحيانًا - نادرًا - أبدًا) حيث تحصل الاستجابات على (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي، وتصبح الدرجة العظمى للمقياس (١١٠) درجة، والحد الأدنى للدرجات (٢٢)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة الحساسية الانفعالية السلبية، والدرجة المنخفضة إلى انخفاض درجة الحساسية الانفعالية السلبية.

٢- البرنامج الإرشادي إعداد الباحث:

مصادر إعداد البرنامج الإرشادي: قام الباحث بالاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت التدخل الإرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى عينات مختلفة، ومنها دراسة كل من معتر محمد عبيد (٢٠١٤)، عماد عبد حمزة (٢٠١٦)، نهلة فرج علي (٢٠١٨)، وكذلك الاطلاع على الأطر النظرية التي تناولت الحساسية الانفعالية السلبية، وسمات الأفراد ذوي المعدلات العالية من الحساسية الانفعالية السلبية، وآثارها على شخصية الفرد، وذلك مع الوضع في الاعتبار خصائص العينة والبيئة الاجتماعية والثقافية لعينة البحث.

الفئة المستهدفة من البرنامج الإرشادي: تتحدد الفئة المستهدفة من البرنامج الإرشادي بعينة البحث التي تحددت بإخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وهم طلاب كلية التربية بجامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية ممن لهم إخوة أو أخوات من ذوي الاحتياجات الخاصة.

الهدف العام للبرنامج: يتمثل الهدف العام للبرنامج في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

الأهداف الإجرائية للبرنامج: تتحدد الأهداف الإجرائية للبرنامج الإرشادي في الآتي:

- أن يعرف المشاركون مفهوم الحساسية الانفعالية السلبية.
- أن يعرف المشاركون خصائص ذوي الحساسية الانفعالية السلبية.
- أن يدرك المشاركون أهمية خفض مستوى الحساسية الانفعالية السلبية.
- أن يعرف المشاركون المقصود إدارة الانفعالات.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

- أن يعرف المشاركون أساليب إدارة الانفعالات.
- أن يدرك المشاركون أهمية ممارسة أساليب إدارة الانفعالات في التخلص من الحساسية الانفعالية السلبية.
- أن يتدرب المشاركون على ممارسة أساليب إدارة الانفعالات.
- أن يدرك المشاركون أهمية ممارسة أساليب إدارة الانفعالات في التخلص من الحساسية الانفعالية السلبية.
- أن يتدرب المشاركون على ممارسة أساليب إدارة الانفعالات.
- أن يتدرب المشاركون على أسلوب التحمل كأسلوب لإدارة الانفعالات.
- أن يحدد المشاركون أسباب انفعالاتهم المبالغ فيها.
- أن ينتبه المشاركون لأنفسهم أثناء لحظات الانفعال.
- أن يحدد المشاركون إشارات الإنذار المبكر للانفعالات السلبية.
- أن يتدرب المشاركون على كيفية منح الآخرين إشارة كإنذار مبكر للانفعال.
- أن يدرك المشاركون أهمية منح إشارات إنذار مبكر للانفعال.
- أن يتدرب المشاركون على ممارسة تدريبات التنفس بوعي.
- أن يتدرب المشاركون على أسلوب الاستماع للحدس الداخلي.
- أن يدرك المشاركون أهمية الحفاظ على توازن نسبة السكر في الدم.
- أن يتدرب المشاركون على كيفية الحفاظ على توازن نسبة السكر في الدم.
- أن يتدرب المشاركون على كيفية إعادة صياغة الموقف الضاغط.
- أن يعرف المشاركون المقصود بتحليل المخاطر.
- أن يتدرب المشاركون على أسلوب تحليل المخاطر.
- أن يدرك المشاركون أهمية التركيز على النتائج وتحقيق أهدافهم.
- أن يعرف المشاركون المقصود بالتعبير عن الانفعالات.
- أن يتدرب المشاركون على مهارة التعبير عن انفعالاتهم.
- أن يتدرب المشاركون على أساليب التعبير عن انفعالاتهم.
- أن يعرف المشاركون المقصود بتوكيد الذات.
- أن يدرك المشاركون أهمية توكيد الذات.

- أن يعرف المشاركون أعراض ضعف توكيد الذات.
 - أن يعرف المشاركون مكونات توكيد الذات.
 - أن يتدرب المشاركون على مهارة التدريب على توكيد الذات.
 - أن يتدرب المشاركون على مهارة توكيد الذات
 - أن يدرك المشاركون أهمية تأكيد ذاتهم في مواقف الحياة اليومية
 - أن يعرف المشاركون نمط التواصل التوكيدي مع الآخرين.
 - أن يميز المشاركون بين نمط التوكيد والعدوان والإذعان في التواصل مع الآخرين.
 - أن يعرف المشاركون أسباب عدم تفاعلهم بطريقة مؤكدة لذواتهم.
 - أن يتفاعل المشاركون مع زملائهم بطريقة مؤكدة لذواتهم.
 - أن يربط المشاركون بين جلسات البرنامج وبعضها البعض.
 - أن يناقش المشاركون ردود أفعالهم حول جلسات البرنامج.
 - أن يطبق المشاركون مقياس الحساسية الانفعالية السلبية.
 - أن يشكر الباحث المشاركين على المشاركة بجلسات البرنامج.
- أسس بناء البرنامج الإرشادي:

الأسس الفلسفية: اعتمد البرنامج الإرشادي على انتقاء عدد من الفنيات الإرشادية وهي؛ المناقشات الجماعية، إعادة الصياغة المعرفية، الواجبات المنزلية، المحاضرات، التخيل العقلي، النمذجة المعرفية، لعب الدور، العصف الذهني والحديث الذاتي.

الأسس النفسية والتربوية: تمت مراعاة الخصائص العامة للنمو للطلاب الجامعة، مع مراعاة الفروق الفردية بين أفراد العينة.

الأسس الاجتماعية: حيث الاهتمام بالطالب ككائن اجتماعي يؤثر ويتأثر بالبيئة التي يعيش فيها سواء داخل الجامعة أو في المنزل أو البيئة الاجتماعية بصورة عامة، وقد تم الاعتماد على أسلوب الإرشاد الجماعي أثناء تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

مكان تطبيق البرنامج الإرشادي:

تم تطبيق البرنامج الإرشادي بقاعة سيمينار قسم التربية الخاصة بكلية التربية بجامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية؛ حيث يتوفر جميع الإمكانيات اللازمة لتطبيق البرنامج الإرشادي؛ من وجود جهاز للفيديوهات ومواد البرنامج، وكذلك مائدة مستديرة للطلاب للجلوس.

المدة الزمنية للبرنامج: تكون البرنامج الإرشادي من (٢٤) جلسة بواقع ثلاثة جلسات أسبوعياً، تراوحت المدة الزمنية للجلسة ما بين (٣٠-٦٠) دقيقة لمدة شهرين خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي ٢٠١٩ / ٢٠٢٠م.

الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

- المناقشات الجماعية: وتتمثل في الأنشطة الجماعية التي تأخذ طابع الحوار الكلامي المنظم حول موضوع معين، أو مشكلة معينة، ويهدف إلى فهم انفعالات المجموعة التدريبية، وأسباب هذه المشاعر السالبة، وكيفية مواجهتها، وتعليم أعضاء المجموعة بعض المهارات، والخبرات.

- إعادة الصياغة المعرفية: ويُقصد به إعطاء معنى آخر محتمل للحدث، أو الفكرة أو الشعور أو العمل، فعن طريق التفكير في الموقف بطريقة مختلفة من الممكن أن يُصبح أكثر إيجابية بما يؤدي إلى الاستفادة منه إلى أقصى الحدود، فيذكر ميشيل وجيمس (٢٠١٤) أنه يُقصد به التفكير في حدث ما أو مثير ما بحيث يغير من الاستجابة الانفعالية للفرد.

- الواجبات المنزلية: وتتمثل هذه الفنية في تحديد مجموعة من السلوكيات والمهارات، التي يتعين أدائها من قبل المسترشد سواء في المنزل، أو الجامعة، ويتم تحديدها في نهاية كل جلسة، وأن تتم بصورة تدريجية، ومن السهل البسيط للسلوك المركب، على أنه لا يتم الانتقال من نمط سلوكي معين إلى الآخر، حتى يتم التأكد من نجاح تنفيذ الخطوات السابقة.

- المحاضرة: يتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في تقديم معلومات عن الانفعالات ومهارات التخلص من الانفعالات السلبية والتعبير عن المشاعر، وذلك بطريقة بسيطة يسهل فهمها لأعضاء

- الجلسة التدريبية، من خلال الاعتماد على عروض البوربوينت والأنشطة المتنوعة لزيادة استبصارهم بتلك المفاهيم بطريقة موضوعية، مما يشجعهم على تلقي المعلومات المتضمنة في المحاضرة.
- **التخيل العقلي:** وفي هذه الفنية يتخيل المشاركون الانفعالات التي مروا بها خلال مواقف الحياة اليومية المختلفة، والتي سببت لهم الانفعال بصورة سلبية، ومن خلال التخيل يتعلم المشاركون كيفية استبدال هذه الأفكار الخاطئة بأفكار صحيحة، ومعرفة تأثيرها على المشاعر التي يشعرون بها.
- **النمذجة المعرفية:** هي فنية يعرض فيها المرشد طرقه في معالجة المعلومات بصوت مرتفع في أثناء القيام بإجراءات الجلسة التدريبية من أجل تعليم مهارة معينة للمشاركين، والتركيز على إبراز دور المرشد في التفكير والتعلم والعمل، على أن يضع المشاركون أنفسهم في الإطار المرجعي للمرشد، فهي تقوم على افتراض أن الفرد يستطيع التعلم من خلال ملاحظة سلوك الآخرين وتقليدهم بصورة منتظمة للسلوك.
- **لعب الدور:** وتتمثل الفنية في إيجاد نظام محاكاة معين يفترض فيه قيام المشاركون في الجلسة التدريبية بالأدوار المختلفة في مواقف حياتية حقيقية.
- **العصف الذهني:** وهو فنية للتفكير الجماعي يستخدم في حل المشكلات أو عرض الأفكار الجديدة مما يساعد في تنمية كفاءة قدرات الفرد ومهاراته، ويتم وفقاً لقواعد ومبادئ تنظم خصائص المجموعة التدريبية المشاركة فيه والخطوات التي تسير وفقاً لها، وصياغة النتائج التي تسفر عنها الفنية.
- **الحديث الذاتي:** وتتضمن هذه الفنية ما يقوله المشارك لنفسه من عبارات إيجابية بصوت مسموع أو صوت غير مسموع كحوار داخلي مع نفسه.

جدول (٦) ملخص جلسات البرنامج الإرشادي

م	عنوان الجلسة	أهداف الجلسة
١	التعارف وبناء العلاقة	- أن يتعارف المشاركون والباحث على بعضهم البعض. - أن يناقش المشاركون توقعاتهم حول البرنامج الإرشادي. - أن يعرف المشاركون أهداف البرنامج الإرشادي المقدم لهم.
٢	مفهوم وخصائص ذوي	- أن يعرف المشاركون مفهوم الحساسية الانفعالية السلبية.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

م	عنوان الجلسة	أهداف الجلسة
	الحساسية الانفعالية السلبية	- أن يعرف المشاركون خصائص ذوي الحساسية الانفعالية السلبية. - أن يدرك المشاركون أهمية خفض مستوى الحساسية الانفعالية السلبية.
٣	إدارة الانفعالات	- أن يعرف المشاركون المقصود إدارة الانفعالات. - أن يعرف المشاركون أساليب إدارة الانفعالات.
٤	التدريب على إدارة الانفعال	- أن يدرك المشاركون أهمية ممارسة أساليب إدارة الانفعالات في التخلص من الحساسية الانفعالية السلبية. - أن يتدرب المشاركون على ممارسة أساليب إدارة الانفعالات.
٥	التعاظم مع الذات	- أن يدرك المشاركون أهمية ممارسة أساليب إدارة الانفعالات في التخلص من الحساسية الانفعالية السلبية. - أن يتدرب المشاركون على ممارسة أساليب إدارة الانفعالات.
٦	التحمل	- أن يتدرب المشاركون على أسلوب التحمل كأسلوب لإدارة الانفعالات.
٧	أنا أنفعل بصورة مبالغ فيها، أليس هذا أمر مثير للانتباه؟	- أن يحدد المشاركون أسباب انفعالاتهم المبالغ فيها. - أن ينتبه المشاركون لأنفسهم أثناء لحظات الانفعال.
٨	تحديد إشارات الإنذار المبكر للانفعالات السلبية	- أن يحدد المشاركون إشارات الإنذار المبكر للانفعالات السلبية.
٩	أمنح الآخرين إنذار بأنك ستنفعل	- أن يتدرب المشاركون على كيفية منح الآخرين إشارة كإنذار مبكر للانفعال. - أن يدرك المشاركون أهمية منح إشارات إنذار مبكر للانفعال.
١٠	تدريبات الاسترخاء	- أن يتدرب المشاركون على ممارسة تدريبات التنفس بوعي.
١١	أستمع لصوت حدسك	- أن يتدرب المشاركون على أسلوب الاستماع للحدس الداخلي.



م	عنوان الجلسة	أهداف الجلسة
	الداخلي	
١٢	حافظ على توازن نسبة السكر في الدم	- أن يدرك المشاركون أهمية الحفاظ على توازن نسبة السكر في الدم. - أن يتدرب المشاركون على كيفية الحفاظ على توازن نسبة السكر في الدم.
١٣	إعادة صياغة المواقف الضاغطة	- أن يتدرب المشاركون على كيفية إعادة صياغة الموقف الضاغط.
١٤	تحليل المخاطر	- أن يعرف المشاركون المقصود بتحليل المخاطر. - أن يتدرب المشاركون على أسلوب تحليل المخاطر.
١٥	ركز على النتائج وتحقيق أهدافك	- أن يدرك المشاركون أهمية التركيز على النتائج وتحقيق أهدافهم.
١٦	عبر عن انفعالاتك	- أن يعرف المشاركون المقصود بالتعبير عن الانفعالات. - أن يتدرب المشاركون على مهارة التعبير عن انفعالاتهم.
١٧	التدريب على التعبير عن الانفعالات	- أن يتدرب المشاركون على أساليب التعبير عن انفعالاتهم.
١٨	توكيد الذات.	- أن يعرف المشاركون المقصود بتوكيد الذات. - أن يدرك المشاركون أهمية توكيد الذات. - أن يعرف المشاركون أعراض ضعف توكيد الذات. - أن يعرف المشاركون مكونات توكيد الذات.
١٩	لا تقل نعم وأنت تريد أن تقول لا	- أن يتدرب المشاركون على مهارة التدريب على توكيد الذات.
٢٠	ممارسة توكيد الذات	- أن يتدرب المشاركون على مهارة توكيد الذات - أن يدرك المشاركون أهمية تأكيد ذواتهم في مواقف الحياة اليومية
٢١	أنماط التواصل الفعال مع	- أن يعرف المشاركون نمط التواصل التوكيدي مع الآخرين.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

م	عنوان الجلسة	أهداف الجلسة
	الآخرين.	- أن يميز المشاركون بين نمط التوكيد والعدوان والإذعان في التواصل مع الآخرين.
٢٢	لماذا لا تتصرف بطريقة مؤكدة لذاتك.	- أن يعرف المشاركون أسباب عدم تفاعلهم بطريقة مؤكدة لذواتهم. - أن يتفاعل المشاركون مع زملائهم بطريقة مؤكدة لذواتهم.
٢٣	ملخص جلسات البرنامج الإرشادي.	- أن يربط المشاركون بين جلسات البرنامج وبعضها البعض. - أن يناقش المشاركون ردود أفعالهم حول جلسات البرنامج.
٢٤	تقييم البرنامج.	- أن يطبق المشاركون مقياس الحساسية الانفعالية السلبية. - أن يشكر الباحث المشاركين على المشاركة بجلسات البرنامج.

نتائج البحث ومناقشتها:

اختبار صحة الفرض الأول؛ والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح القياس القبلي؛ وللتحقق من صحة الفرض قام الباحث بإجراء اختبار ويلكوكسن WILCOXON Test لدلالة الفرق بين متوسطي رتب المجموعات اللابارامترية المرتبطة، والنتائج كالتالي:

جدول (٧) نتائج اختبار ويلكوكسن للمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس

الحساسية الانفعالية السلبية

حجم الأثر η^2	مستوى الدلالة	قيمة ويلكوكسن الجدولية "T"		قيمة ويلكوكسن المحسوية "T"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	ن	اتجاه فروق الرتب	المتغير
		.01	.05						
.71	.05	.	١	0.00	15.00	3.00	5 ^a	سلبى	الحساسية الانفعالية السلبية
					0.00	0.00	0 ^b	إيجابى	
							0 ^c	محايد	
							5	كلى	

يتضح من نتائج جدول (٧) تحقق الفرض البحثي، والذي يوضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح القياس القبلي؛ حيث كانت قيمة ويلكوكسن المحسوبة أقل من قيمة ويلكوكسن الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥)، الأمر الذي يشير إلى وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)؛ وذلك يفسره الباحث بأنه يرجع لتأثير البرنامج الإرشادي في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي، وللتأكد من الدلالة العلمية للنتائج التي تم الحصول عليها من معالجة الفرض الأول إحصائياً تم حساب حجم الأثر (مربع إيتا) من خلال معادلة معامل الارتباط الثنائي الأصيل، كالاتي:

- تم تحديد قيمة مستوي الدلالة الإحصائية المقابلة لاختبار مان ويتني (٠,٠٥).
- تم تحديد درجات الحرية (د.ح)، وهي في هذه الحالة تساوي (ن - ١).
- تم تحديد قيمة اختبار (ت) الجدولية المقابلة لكل من مستوي الدلالة، ودرجات الحرية المحددين.
- تم تقدير قيمة معامل الارتباط الثنائي الأصيل المقابلة لقيمة اختبار (ت) الجدولية التي تم تقديرها في الخطوات السابقة باستخدام المعادلة الآتية:

$$r_{\text{ص}} = \frac{t^2}{t^2 + \text{درجات الحرية}}$$

(علي ماهر خطاب، ٢٠٠٩، ٦٨١) الإحصاء الاستدلالي

$$= \frac{(2.132)^2}{4 + (2.132)^2}$$

= 71. وهو حجم أثر كبير؛ مما يدل على حجم تأثير قوي جداً للمتغير المستقل؛ وهو البرنامج الإرشادي على المتغير التابع؛ وهو الحساسية الانفعالية السلبية، ويفسر الباحث انخفاض مستوى الحساسية الانفعالية السلبية لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي بأنه يعزو إلى ما هدف البرنامج الإرشادي إلى تحقيقه حيث تضمنت جلسات البرنامج الإرشادي تنمية معارف أفراد المجموعة التجريبية حول مفهوم وخصائص ذوي الحساسية الانفعالية، وأهمية خفضها مما ساهم في البناء المعرفي لأفراد المجموعة التجريبية حول طبيعة انفعالاتهم.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

ويرى الباحث بأن تدريب أفراد المجموعة التجريبية على إدارة انفعالاتهم قد ساهم بدور كبير في خفض مستوى الحساسية الانفعالية السلبية من خلال معرفتهم بالمقصود بإدارة الانفعالات، والأساليب التي يمكنهم استخدامها في إدارة الانفعالات من خلال تحديدهم لوضعهم الراهن في التحكم في انفعالاتهم من خلال فحص فجوة التوتر المبدع بين القيمة الفعلية التي تأخذها قدراتهم على إدارة الانفعالات، والقيمة المتوسطة التي يريدون أن يأخذوها في قدرتهم على إدارة الانفعالات، حيث ساعد ذلك في توفير طاقات أفراد المجموعة التجريبية على الانتقال من واقعهم الحالي إلى النتيجة التي يهدف إليها البرنامج الإرشادي، فإطلاع أفراد المجموعة التجريبية على وضعهم الانفعالي الحالي دون توبيخ للذات، قد ساهم بنسبة كبيرة في تدريبهم على خفض الحساسية الانفعالية السلبية في جلسات البرنامج المتقدمة، ويرى الباحث أيضاً أن تدريبهم على كيفية الوعي، واليقظة بحالتهم الانفعالية من خلال تحديد كيف يشعر، وماذا يشعر وما سبب هذه الشعور قد ساعد في تدريبهم على التناغم مع الذات حيث تدريبهم على كيفية تحديد الوقت الذي يمكنهم فيه أن يخلو إلى أنفسهم في بداية كل يوم، وقد أظهر أفراد المجموعة التجريبية قدرة عالية على هذه التدريب أثناء مراجعة الواجبات المنزلية الذي تم تكليفهم بها، واستطاعوا توفير الوقت الذي يمكنهم فيه أن يخلوا إلى ذواتهم استناداً إلى أن منشأ الافتقار لإدارة الانفعالات من أن الفرد يكون انتباهه مركز على الكثير من الأشياء في وقت واحد.

ويعزو الباحث أيضاً التحسن الذي طرأ على أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي إلى الأنشطة المختلفة التي تضمنتها جلسات البرنامج، ومنها تدريبات التحمل فقد أظهر المشاركون في الجلسات المتقدمة للبرنامج مهارة عالية في كيفية ممارسة التحمل من خلال تحديد قائمة بالجوانب أو المواقف التي يظهروا فيها قدرة عالية على التحمل، وفحص هذه القائمة ودراسة نمط نجاحهم ومعرفة ما العوامل التي ساعدتهم على التحمل في مثل هذه المواقف، والانتباه لأسباب انفعالاتهم المبالغ فيها، وكذلك الوعي واليقظة لأنفسهم أثناء لحظات الانفعال، أيضاً ساهمت جلسات تحديد إشارات الإنذار المبكر للانفعالات السلبية، والتدريب على منح الآخرين إشارات إنذار مبكر بالانفعال بدور كبير في تدريبهم على إدارة الحساسية الانفعالية السلبية.

ومن جانب آخر ساعدت تدريبات التنفس بطريقة واعية أثناء مواقف الانفعالات السلبية أفراد المجموعة التجريبية على منحهم لحظات للتفكير، وتذكر ما هو المهم بالفعل في المواقف التي

يتعرضون لها بدلاً من الاستجابة السريعة، وردود الفعل الانفعالية السلبية، وكذلك جلسات التدريب على سماع الحدس الداخلي للفرد، وهو ما أشارت إليه نتائج دراسة (Ganpat et al. (2014 حيث أظهرت فعالية التدريب على اليوجا Yoga therapy في تحسين الحساسية الانفعالية بصورتها الإيجابية، وكذلك فإن جلسات البرنامج المتعلقة بالحفاظ على توازن نسبة السكر في الدم ساهم بدور كبير في تنمية معارف ومهارات أفراد المجموعة التجريبية حول التحكم في الحساسية الانفعالية السلبية، أما بالنسبة للمواقف الضاغطة والمؤلمة والحزينة في حياتهم فقد ساهمت جلسات إعادة صياغة المواقف الضاغطة في تدريبهم على كيفية صياغة معنى آخر للحدث أو الموقف للتغلب على المشاعر السلبية، وكذلك تحليل المخاطر المحتملة، وتحديد ما إذا كان يمكنهم التعامل معها واجتيازها بنجاح وامكنهم التعامل مع المواقف الضاغطة المختلفة بهدوء بعيداً عن التوتر والقلق، كذلك جلسات التدريب على التركيز على النتائج والأهداف، فقد أظهر أفراد المجموعة التجريبية في الجلسات المتقدمة في البرنامج قدرة عالية على الثبات والإصرار والعزيمة والطموح في تركيزهم على أهدافهم القصيرة وطويلة المدى.

ويرى الباحث أن جلسات التعبير عن الانفعالات والتفريغ الانفعالي سبب رئيس في التحسن الذي طرأ على أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي؛ حيث تم تدريبهم على المقصود بالتعبير عن الانفعالات، وكيفية ممارسة التعبير عن انفعالاتهم من خلال لعب الدور والنمذجة المعرفية، وكذلك جلسات توكيد الذات وكيفية توكيد ذاتهم وممارسة السلوك التوكيدي في المواقف المختلفة، والتدريب على أنماط التواصل الفعال مع الآخرين والتفريق بين نمط التوكيد والعدوان والاذعان عند التعامل في المواقف المختلفة مع المحيطين، وقد أظهر أفراد المجموعة التجريبية استجابة عالية من خلال لعب الدور والنمذجة المعرفية، وأيضاً تطبيق البرنامج بصورة جماعية يفسر التحسن الذي طرأ على أفراد المجموعة التجريبية ومساعدتهم على التعبير وضبط الانفعالات وهذا ما أشارت إليه دراسة (Nezafat Ferizi, Mashhadi, Amin Yazdi, and Noferesti (2015 فقد أوضحت فعالية العلاج الجماعي في تحسين قدرة طلاب الجامعة على التعبير الانفعالي والمهارات الاجتماعية ونوعية الحياة.

اختبار صحة الفرض الثاني؛ والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح المجموعة الضابطة"، وللتحقق من صحة الفرض قام الباحث بإجراء اختبار مان ويتني

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

Mann-Whitney- u Test لدلالة الفرق بين متوسطي رتب المجموعات اللابارامترية المستقلة،
والنتائج كالآتي:

جدول (٨) نتائج اختبار مان ويتي لدلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية
والضابطة في القياس البعدي على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (w)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة	حجم الأثر
الحساسية الانفعالية السلبية	تجريبية	5	3.00	15.00	0.000	15.00	-2.619	.01	.62
	ضابطة	5	8.00	40.00					

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = (1.65)

قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.01) = (2.33)

يتضح من نتائج جدول (٨) تحقق صحة الفرض البحثي؛ والذي أظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية لصالح المجموعة الضابطة؛ حيث كانت قيمة (Z) المحسوبة أكبر من قيمة (Z) الجدولية عند مستوى دلالة (0.01)؛ الأمر الذي يشير إلي وجود فرق دال إحصائياً لصالح المجموعة الضابطة عند مستوى دلالة (0.01)، ويفسر الباحث ذلك بأنه يرجع إلى عدم تعرض المجموعة الضابطة لجلسات البرنامج الإرشادي في حين تعرضت المجموعة التجريبية لجلسات البرنامج الإرشادي مما يؤكد فعالية البرنامج الإرشادي في خفض مستوى الحساسية الانفعالية السلبية لأفراد المجموعة التجريبية، وقد لاحظ الباحث بعد انتهاء التطبيق تواصل عدد (٣) من أفراد المجموعة الضابطة ورغبتهم في حضور البرنامج التدريبي، وقام الباحث بتدريبهم على جلسات البرنامج التدريبي الفصل الدراسي الثاني؛ ونظرًا لظروف جائحة كورونا، فقد تم الاعتماد على منظومة التعليم الإلكتروني رافد وتم انشاء عدد (٢٤) غرفة افتراضية عبر المنظومة، وتم تدريبهم بصورة الكترونية، وتم فتح الكاميرا، ولاحظ الباحث أن في بعض الجلسات المتقدمة من البرنامج انضم إخوة أفراد المجموعة الضابطة معهم في الجلسات الافتراضية، وقد أظهر أفراد المجموعة الضابطة اهتمام كبير لحضور جلسات البرنامج بصورة الكترونية، مما يدعونا للتفكير حول تقديم الارشاد بصورة الكترونية في البحوث المستقبلية خاصة في ظروف جائحة كورونا التي يمر بها العالم.

وتتفق نتيجة الفرض الحالي مع نتائج دراسة كل من (Lobato and Kao 2002) حيث أوضحت فعالية التدخل التكاملي الجماعي للأشقاء والوالدين لتحسين معلومات الأشقاء وتكيفهم مع الأمراض المزمنة والإعاقات النمائية لإخوتهم ذوي الاحتياجات الخاصة، وكذلك نتيجة دراسة عماد عبد حمزة (٢٠١٦) فقد أظهرت فعالية برنامج إرشادي بفرض المفهوم الخاطئ في التقليل من الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلاب الجامعة، وكذلك دراسة نهلة فرج علي (٢٠١٨) فقد أوضحت فعالية برنامج قائم على الإرشاد السلوكي الجدلي في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلاب الجامعة. وكذلك نتائج دراسة كل من مروة عبد الحميد أحمد، سناء محمد سليمان، ومحمود عبد الحليم منسي (٢٠١٨) فقد أوضحت فعالية برنامج تدريبي قائم على البناء الوجداني في تنمية الإيثار لدى أشقاء المعاقين ذهنياً، وكذلك دراسة معتر محمد عبيد (٢٠١٤) فأوضحت فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي في خفض الحساسية بين الشخصية لدى طلاب الجامعة.

اختبار صحة الفرض الثالث؛ والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية"، وللتحقق من صحة الفرض؛ قام الباحث بإجراء اختبار ويلكوكسن WILCOXON Test لدلالة الفرق بين متوسطي رتب المجموعات اللابارامترية المرتبطة، والنتائج كالاتي:

جدول (٩) نتائج ويلكوكسن لدلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي

للمجموعة التجريبية على مقياس الحساسية الانفعالية السلبية

المتغير	اتجاه فروق الترتب	ن	متوسط الترتب	مجموع الترتب	قيمة ويلكوكسن		مستوى الدلالة	حجم الأثر η^2
					قيمة "T" المحسوبة	قيمة "T" الجدولية		
الحساسية الانفعالية السلبية	سلبي	4 ^a	2.50	10.00	0.00	0.05	غير دال	-
	إيجابي	0 ^b	0.00	0.00	0.00	0.01		
	محايد	1 ^c						
	كلي	5						

يتضح من نتائج جدول (٩) تحقق صحة الفرض البحثي؛ والذي أوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

الحساسية الانفعالية السلبية"؛ الأمر الذي يشير إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي، مما يدل على استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي؛ وتُظهر هذه النتيجة أن الأنشطة والمهارات التي تم تدريب أفراد المجموعة التجريبية عليها خلال جلسات البرنامج الإرشادي قد اكتسبت صفة الاستمرارية، ويفسر الباحث هذه النتيجة؛ بأن أفراد المجموعة التجريبية قد وصلوا إلى مرحلة إتقان فنيات البرنامج، حيث الواجبات المنزلية المتكرر لأنشطة البرنامج وكذلك المراجعة المستمرة في بداية كل جلسة من جلسات البرنامج لما تم في الجلسة السابقة، كذلك يفسر الباحث عدم وجود فروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية بأن أفراد المجموعة التجريبية حرصوا بعد انتهاء البرنامج الإرشادي على ممارسة الفنيات المختلفة التي تم تدريبهم عليها أثناء جلسات البرنامج، وقد لاحظ الباحث ذلك مع الطلاب بعد انتهاء البرنامج من خلال التفاعل في مجال الأنشطة الجامعية المختلفة ومشاركتهم في نادي إبداع الطلابي بكلية التربية بجامعة الباحة وكذلك الأنشطة الرياضية المختلفة على مستوى الكلية والجامعة حيث إن الباحث أمين للنشاط بالكلية، وقد ساعد ذلك في ملاحظة أفراد المجموعة التجريبية وسلوكهم بعد انتهاء تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي.

توصيات البحث:

- ١- التأكيد على دور مراكز الإرشاد النفسي، والتوجيه الطلابي بالكليات نحو مزيد من الاعتماد على برامج إرشادية نفسية لمساعدة الطلاب على خفض الحساسية الانفعالية السلبية.
- ٢- تضمين خطط الأنشطة الطلابية بالكليات بعض الأنشطة التي تسهم في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لطلبة الجامعات، ونشر التوعية بالحساسية الانفعالية السلبية.
- ٣- الاهتمام بالمساندة النفسية والاجتماعية لإخوة ذوي الاحتياجات الخاصة من قبل جميع مؤسسات المجتمع، وخاصة الجامعات لمساعدتهم على تقبل إعاقة إخوانهم، وأخواتهم، وتقبل ردود فعل الآخرين نحوهم.
- ٤- التوسع في تقديم الإرشاد الأسري لأسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، لمساعدتهم على تبني أساليب مواجهة للضغوط الناتجة عن إعاقة أحد أفراد الأسرة.
- ٥- تنفيذ رحلات ترفيهية لأعضاء أسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة لمساعدتهم على التفرغ عن مشاعرهم وانفعالاتهم.
- ٦- تبصير الوالدين بأهمية مساعدة أعضاء الأسرة على تقبل مشاعرهم، والتفرغ الانفعالي وتقبلهم؛ وذلك من خلال برامج الإرشاد الأسري الموجه لأسر ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ٧- تنظيم جمعية أو رابطة لإخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة هدفها تقديم الدعم، والمساعدة والمساندة بجميع أشكالها.
- ٨- تزويد الوالدين والأساتذة بمعلومات عن الظروف التي تتصل بإعاقة الإخوة، والتي تُعتبر بمثابة أحداث ضاغطة تؤثر سلبًا على أدائهم التحصيلي وكذلك توافقهم النفسي والاجتماعي.

البحوث المقترحة:

- ١- فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى والدي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ٢- فعالية برنامج إرشادي تكاملي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلبة الجامعات وأثره على تنمية الإيثار لديهم.
- ٣- الاستراتيجيات الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية كمنبئ بالحساسية الانفعالية لدى عينات مختلفة.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

- ٤- بناء نموذج للعلاقات السببية بين كل من الاضطراب الوجداني الموسمي، الحساسية الانفعالية والصبر لدى والدي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ٥- بناء نموذج للعلاقات السببية بين أبعاد كل من الصبر، الحساسية الانفعالية السلبية وراحة البال لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ٦- فعالية برنامج إرشادي لتنمية المساندة والتمكين المجتمعي لإخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ٧- فعالية برنامج إرشادي قائم على البناء الوجداني لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

مراجع البحث

- أحمد حسن محارب. (٢٠٠٣). الضغوط النفسية واستراتيجيات التوافق لدى إخوة المعاقين في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة اليرموك، الأردن.
- أحمد عزت راجح. (١٩٩٩). أصول علم النفس. القاهرة: دار المعارف.
- أكرم فتحي يونس. (٢٠١٥). سلوك الثرثرة وعلاقته بالحساسية الانفعالية والتوكيدية لدى الجنسين. مجلة دراسات الطفولة، كلية الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، ١٨ (٦٩)، ١٠ - ١.
- إيمان فؤاد محمد الكاشف. (٢٠١٣). اتجاهات إخوة الطفل المعاق كقوة داعمة للمساندة والتمكين المجتمعي. مجلة التربية الخاصة، جامعة الزقازيق - كلية علوم الإعاقة والتأهيل - مركز المعلومات التربوية والنفسية، جامعة الزقازيق، (٤)، ٣٢٨ - ٣٥٣.
- بندر بن ناصر العتيبي، وزيدان أحمد السرطاوي. (٢٠١٠). علاقة الأشقاء بإخوتهم المعاقين فكرياً من وجهة نظر الأشقاء وأولياء الأمور، المجلة الدولية للأبحاث التربوية، كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، (٢٧)، ٥٨ - ٨٧.
- حنان خضر أبو منصور. (٢٠١١). الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً في محافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، كلية التربية - غزة.
- سعاد كامل قرني. (٢٠١٩). اضطراب صورة الجسم كمنبئ بفرط الحساسية الانفعالية والوجدانات السالبة لدى المراهقين المكفوفين. المجلة التربوية، كلية التربية جامعة سوهاج، (٦٥)، ٤٩٢ - ٥٤٤.
- الشيماء محمود سالم. (٢٠١٧). الاضطراب الوجداني الموسمي كمنبئ بالحساسية الانفعالية لدى معلمي التعليم الأساسي بالمنيا. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، (١)، ١٣١ - ١٦٤.
- صالح الدهري. (٢٠٠٨). علم النفس. عمان: دار ضياء.
- عايش صباح. (٢٠١٦). قلق المستقبل لدى إخوة المعاقين عقلياً. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح - ورقلة - الجزائر، (٢٧)، ١٠٩ - ١١٩.
- عبد الله أبو زعزع. (٢٠٠٩). أساسيات الإرشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق. عمان: دار يافا.

فعالية برنامج إرشادي لخفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى
إخوة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

- عبدالرحمن سيد سليمان، وتهاني محمد عثمان. (٢٠١٠). فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية التفاعل الإيجابي بين الأشقاء وأخيه الموقر عقلياً. مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، (٣)، ٢١٥ - ٢٨٢.
- علي ماهر خطاب. (٢٠٠٩). الإحصاء الاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عماد عبد حمزة. (٢٠١٦). الحساسية الانفعالية لدى طلبة الجامعة وفعالية الإرشاد بفرض المفهوم الخاطئ في التقليل من فرط الحساسية السلبية. مجلة آداب ذي قار، جامعة ذي قار - كلية الآداب، (١٩)، ٣٣٤ - ٣٧١.
- فرج طه، شاکر قنديل، حسين محمد، ومصطفى عبد الفتاح. (٢٠٠٣). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- فوقية محمد محمد. (٢٠٠٠). الضغوط النفسية والاحتياجات الإرشادية لإخوة المتخلفين عقلياً. المؤتمر السنوي لكلية التربية، جامعة المنصورة، ٤٣٠ - ٤٧٩.
- ماجدة السيد عبید (٢٠١٥). الاضطرابات السلوكية. عمان: دار صفاء.
- مالك فضيل عبد الله. (٢٠١٨). الحساسية والانفعالية وعلاقتها بالتكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، العراق، جامعة واسط، (٣٠)، ٧٣٦ - ٧٩٤.
- محمد إبراهيم محمد. (٢٠١٨). اضطراب صورة الجسم وعلاقته بالحساسية الانفعالية والسلوك الانسحابي وتوهم المرض لدى طلاب الجامعة: دراسة سيكومترية كلينيكية. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، (١) ١٨، ٨٧٧ - ٩٧٠.
- محمد محروس الشناوي. (١٩٩٧). التخلف العقلي - الأسباب - التشخيص - البرامج. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- مروة عبدالحميد أحمد، سناء محمد سليمان، ومحمود عبد الحليم منسي. (٢٠١٨). فعالية برنامج تدريبي قائم على البناء الوجداني في تنمية الإيثار لدى أشقاء المعاقين ذهنياً: دراسة سيكومترية كلينيكية. مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، (١٩) ٩، ٣٦٣ - ٣٩٨.



مصطفى خليل محمود. (٢٠١٧). الأفكار اللاعقلانية وأعراض الشخصية التجنبية كمنبئ بالحساسية الانفعالية لدى المراهقين المكفوفين "دراسة سيكومترية- إكلينيكية". مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، (٨٣)، ٤٥٩ - ٤٩٠.

معتز محمد عبيد. (٢٠١٤). فعالية برنامج إرشادي تكاملي لخفض أعراض اضطراب الحساسية بين الشخصية من الشباب الجامعي. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٣٩)، ٣٧٣ - ٤٢٩.

مهدي كاظم داخل، صفاء حسين علي. (٢٠١٥). الأفكار الوسواسية وعلاقتها بالحساسية المفرطة لدى طلبة الجامعة. مجلة آداب البصرة، العراق، (٦٨)، ٤٧١ - ٤٩٣.

ميشيل وجيمس. (٢٠١٤). الانفعالات. ترجمة: علاء الدين كفاي، مایسة النیال وسهیر محمد سالم. الأردن: دار الفكر ناشرون وموزعون.

نسمة صلاح الدين عبد الفتاح. (٢٠٠٥). الضغوط النفسية لدى إخوة الأطفال المعاقين عقلياً وعلاقتها ببعض العوامل الشخصية والأسرية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

نهلة فرج علي. (٢٠١٨). فعالية الإرشاد الجدلي السلوكي في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلاب الجامعة. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، (١٠٤)، ١٦٧ - ٢١٠.

Cooper, P. V. (1990). Discourse production and normal aging: Performance on oral picture description tasks. *Journal of Gerontology*, 45(5), P210-P214.

Ganpat, T. S., Dash, S., & Ramarao, N. H. (2014). Yoga therapy for promoting emotional sensitivity in University students. *Journal of education and health promotion*, 3- 45.

Bhatia, M. S. (2009). Dictionary of Psychological and Allied Sciences. *New Age International (p) Limited, New Delhi*.

Dodonova, Y. A., & Dodonov, Y. S. (2010). Emotional sensitivity measurement in cognitive tasks with emotional stimuli. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1596-1600.

Guarino, L. R. (2003). *Emotional sensitivity: a new measure of emotional lability and its moderating role in the stress-illness relationship* (Doctoral dissertation, University of York).

- Guarino, L. R., Feldman, L., & Roger, D. (2005). La diferencia de la sensibilidad emocional entre británicos y venezolanos. *Psicothema*, 17(4), 639-644.
- Guarino, L., Roger, D., & Olason, D. T. (2007). Reconstructing N: A new approach to measuring emotional sensitivity. *Current Psychology*, 26(1), 37-45.
- Hasher, L., Lustig, C., & Zacks, R. (2007). *Inhibitory mechanisms and the control of attention*. In A. R. A. Conway, C. Jarrold, M. J. Kane (Eds.) & A. Miyake & J. N. Towse (Ed.), *Variation in working memory* (p. 227–249). Oxford University Press.
- Herrera, V., & Guarino, L. (2008). Emotional Sensitivity, Stress and Perceived Health in Venezuelan Marines. *Universities Psychological*, 7(1), 185-198.
- Keltner, D., & Shiota, M. N. (2003). New displays and new emotions: A commentary on Rozin and Cohen (2003). *Emotion*, 3(1), 86- 91.
- Lobato, D. J., & Kao, B. T. (2002). Integrated sibling-parent group intervention to improve sibling knowledge and adjustment to chronic illness and disability. *Journal of pediatric psychology*, 27(8), 711-716.
- Lush, B. R. (2002). Teacher Gender and Verbosity in the EFL Classroom. *Language and Linguistics*, 21(1), 63-72.
- Nezafat Ferizi, J., Mashhadi, A., Amin Yazdi, S. A., & Noferesti, F. (2015). The effectiveness of short-term group interpersonal psychotherapy to symptoms of depression, emotional expressiveness, social skills and quality of life in depressed university students. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 17(6), 318-324.
- Opperman, S., & Alant, E. (2003). The coping responses of the adolescent siblings of children with severe disabilities. *Disability and rehabilitation*, 25(9), 441-454.
- Orsmond, G. I., & Mailick Seltzer, M. (2000). Brothers and sisters of adults with mental retardation: Gendered nature of the sibling relationship. *American Journal on Mental Retardation*, 105(6), 486-507.
- Scott, K. (2003). *Personal perspectives: experiences of persons with a sibling with a disability*. (Master Thesis, University of Manitoba. Winnipeg, Manitoba, Canada).
- Zimmer-Gembeck, M. J. (2015). Emotional sensitivity before and after coping with rejection: A longitudinal study. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 41, 28-37.



The effectiveness of a counseling program in reducing negative emotional sensitivity for Brother of children with special needs

Dr. Ramadan Ashour Hussein Salem

Assistant Professor –Department of Mental Health

Faculty of Education, Helwan University

Abstract:

The aim of the research was to discover the effectiveness of a counseling program in reducing negative emotional sensitivity among brothers of children with special needs. The sample consisted of (10) students of the faculty of Education, Al-Baha University, who have brothers or sisters with special needs; They are divided into two groups, one of them experimental (n=5), and the other controlling one (n=5) students. The research used based the following tools: The negative emotional sensitivity scale (prepared by researcher) and the counseling program (prepared by researcher). The research used the quasi-experimental approach. The results were that there are statistically significant differences at the level of Significance (0.01) between the mean scores of the pre and post measurements of the experimental group on the negative emotional sensitivity scale in favor of the pre-measurement, and there are statistically significant differences at the level of significance (0.01) between the mean scores of the experimental and control groups in the post measurement on the negative emotional sensitivity scale in favor of the group Control, and there were no statistically significant differences between the mean scores for the post and follow up tests of the experimental group on the negative emotional sensitivity scale.

Keywords: counseling program, negative emotional sensitivity, brothers with special needs
