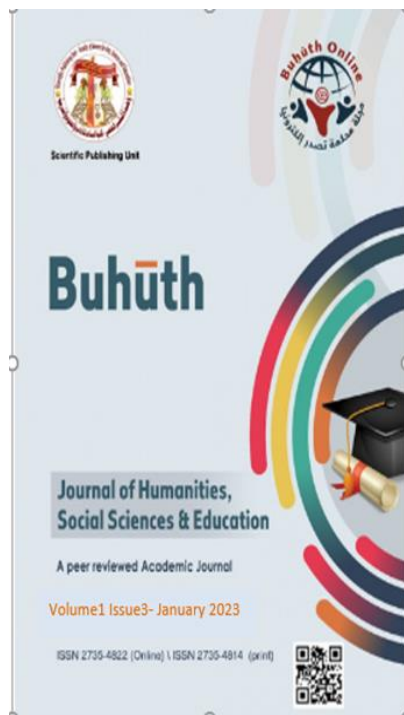




ISSN 2735-4822 (Online) \ ISSN 2735-4814 (print)



Developing Emotional Regulation in Decreasing the Symptoms of Borderline Personality Disorder among a Sample of University Students

PHD. Evon Zakrieh Ibrahim

Degree – Department of psychology Faculty of Women for Arts, Science & Education Ain Shams University – Egypt.

Evonzakrieh@gmail.com

Prof. Hamdy Mohammed

Department of Psychology -Faculty of Women for Arts, Science & Education

Ain Shams University – Egypt.

Dr. Heba Ismail

Department of Psychology -Faculty of Women for Arts, Science & Education ,Ain Shams University – Egypt.

Article Arabic

DOI: [10.21608/BUHUTH.2022.166635.1408](https://doi.org/10.21608/BUHUTH.2022.166635.1408)

Receive Date: 3 October 2022, Revise Date: 28 November 2022, Accept Date: 12 december 2022.

Volume 1 Issue 3 (2023) Pp.1-34

Abstract:

The Significance of the Research: The study is significant to the specialization of positive psychology in the Egyptian universities, as well as in the therapeutic institutions. **Research Objectives:** Studying the differences in dynamic variables (emotional regulation and borderline personality disorder) according to the different demographic variables. Revealing the differences of emotional regulation and borderline personality disorder among the sample of the study between the pre and post measurements, on the one hand, and between the post measurement and measurement traceability, on the other. **Methodology:** The descriptive approach and the experimental approach. **The Sample:** Descriptive diagnostic sample consisting of (100) university students. Experimental sample consisting of 10 male and female students who are enrolled at Ain Shams University. **Research Tools** Emotional regulation scale Borderline personality disorder scale Counseling program to develop emotional regulation in order to decrease the symptoms of borderline personality disorder among a sample of university students prepared by the researcher). **The Findings of the Study:** There are statistically significant differences between emotional regulation and borderline personality disorder according to the demographic variables. There are statistically significant differences between the average grades of the students of the experimental group in the pre and post application of the training program on the emotional regulation and the borderline personality disorder scale according to the differences in both the pre and post measurements , in favor of the post measurement .There are statistically significant differences between the average grades of the students on the emotional regulation and the borderline personality disorder scale according to the differences in both the post measurement and the measurement traceability , in favor of the measurement traceability with the greatest average.

Keywords: Developing, Emotional Regulation, Disorder, Borderline Personality.

تنمية تنظيم الإنفعالات لخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من طلاب الجامعة

إيفون زكريا إبراهيم عوض

باحث دكتوراة

قسم علم النفس كلية الآداب بنات، جامعة عين شمس، مصر

Evon_psychology@yahoo.com

دكتورة/ هبة إسماعيل سري
أستاذ علم النفس
كلية البنات – جامعة عين شمس

الأستاذ الدكتور/ حمدي محمد ياسين
أستاذ علم النفس
كلية البنات – جامعة عين شمس

المستخلص:

أهمية البحث: أهمية الدراسة لتخصص علم النفس الإيجابي بداخل الجامعات المصرية ، والمؤسسات العلاجية.

أهداف الدراسة : دراسة تباين كل من المتغيرات الدينامية (التنظيم الإنفعالي واضطراب الشخصية الحدية) بتباين المتغيرات الديموغرافية. الكشف عن تباين كل من التنظيم الإنفعالي واضطراب الشخصية الحدية لدى أفراد عينة الدراسة بتباين القياسين (القبلي – البعدي) وعن تباينهم باختلاف القياسين (البعدي – التنبعي)

منهج الدراسة : المنهج الوصفي و المنهج التجريبي العينة:

- 1- عينة وصفية تشخيصية : بلغ قوامها (ن=100) من طلاب الجامعة.
 - 2- عينة تجريبية : (ن=10) طالباً وطالبة من طلاب جامعة عين شمس.
- أدوات الدراسة : مقياس التنظيم الانفعالي، مقياس اضطراب الشخصية الحدية ، برنامج إرشادي لتنمية التنظيم الانفعالي من أجل خفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى عينة من طلاب الجامعة وهما من (إعداد الباحثة).

نتائج الدراسة :

توجد فروق دالة إحصائياً بين كل من تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف المتغيرات الديموغرافية. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التدريبي وبعده على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) باختلاف القياسين (القبلي والبعدي) وذلك في اتجاه القياس البعدي. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) باختلاف القياسين (البعدي - التنبعي) في اتجاه القياس التنبعي ذو المتوسط الأكبر .

الكلمات الدالة: تنظيم الانفعالات ، اضطراب ، الشخصية الحدية ، طلاب الجامعة.

أولاً المقدمة:

إن للإنفعالات دوراً هاماً في حياتنا اليومية، وهي تعتبر من الجوانب الحيوية التي ترتبط بشكل وثيق بشخصية الأفراد وطباعهم وسلوكهم ، وإنطلاقاً من ذلك، تناول كل من الإنفعالات ومسببات حدوثها، فصاغوا نظريات عدة؛ وما ترتب على ذلك من آليات وفنيات تنظيم التعبير عن انفعالاتنا ، لكي نستطيع أن نحافظ على صحتنا النفسية والجسمية (Gross, 2003 , p.499) وقد بينت الدراسات أن التنظيم الإنفعالي يسهم في تطوير العلاقات الشخصية السليمة للفرد (Shoita, et al, 2004) إنه يلعب دوراً حيوياً في تأقلم الفرد وتكيفه مع ظروف الحياة المتنوعة، فضلاً عن إنه يؤثر على جودة حياته (Garnefski & Kraaij, 2006, P. 1660) ومن جهة أخرى فقد تم التأكيد على أن قصور التنظيم الإنفعالي يعتبر كمسبب أو نتيجة للعديد من الاضطرابات النفسية (Arndt & Fujiwara, 2014).

ثانياً: مشكلة الدراسة

من أهم إستراتيجيات العمل الناجح ، وضوح العلة وبيان الأسباب ، ودوافع الدراسة الراهنة متباينة ، إلا أن لكل منها خصوصية ، ويمكن أن نوضح ذلك فيما يلي :

الرافد الشخصي:

يشكل هذا الرافد دافعاً حيوياً لأي دراسة؛ بإعتباره ممثلاً لدوافع الفرد، والتي يعول عليها الكثير وإنطلاقاً من معاشية الباحثة لعينات من المراهقين من خلال عملها كإخصائية نفسية لإحدى مدارس التعليم الإعدادي والثانوي، فإن الأفراد الذين لديهم صعوبة في تحديد مشاعرهم يجدون صعوبة في وصف هذه المشاعر مما ولد الرغبة في استقراء الجوانب النفسية والشخصية لدي هؤلاء الأفراد ، وأيقظ لدي الباحثة الإحساس بالمشكلة، ودفعها لزيارة مواقع البحث المحلية والعالمية ، ونوضح ذلك فيما يلي:

الرافد البحثي: لاشك أن الرافد الشخصي يشكل جانباً وجدانياً معه تطوي صعاب البحث، وتدفع الباحثة لإرتياد العديد من المكتبات والمواقع البحثية والتي نشير لبعض منها فيما يلي:

- أ- المكتبة المركزية جامعة عين شمس.
- ب- مكتبة كلية البنات جامعة عين شمس .
- ج-مكتبة كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس.
- د-مكتبة كلية الدراسات والعلوم التربوية جامعة القاهرة.
- هـ- أكاديمية البحث العلمي والتكنولوجيا (الشبكة القومية للمعلومات).

ومن خلال مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة يمكن تحديد المشكلة، وصياغة أسئلتها من خلال المحاور التالية:

المحور الأول: التنظيم الإنفعالي واضطراب الشخصية الحدية والمتغيرات الديموغرافية:

التنظيم الإنفعالي والمتغيرات الديموغرافية حظيت علاقة التنظيم الإنفعالي بالعديد من الدراسات منها دراسة (Rosy Lynn, et al, 2003) والتي توصلت الى أن أن الفتيات تعاني أعراض اكتئابيه أكثر من الشباب ،كما أن الفتيات لديهن اهتمام أكبر بالعواطف ، في حين توصلت دراسة (Ashley Newton, 2014) الي عدم وجود أي اختلاف بين الجنسين في مستوي التنظيم الإنفعالي ، كما كشفت دراسه (Schaller ,tomoko, 2009) عدم وجود فروق دالة في التنظيم الإنفعالي وفقاً لمتغير النوع (ذكور - اناث) ، ولم تحسم الدراسات السابقة العلاقة بين هذين المتغيرين ، في حين تؤكد بعض الدراسات على وجود فروق بين الذكور والاناث على التنظيم الإنفعالي باتجاه الذكور.

وبالنسبة لتنظيم الانفعالي والعمر : فقد أشارت دراسة (Lucy Victoria, 2014) أن التنظيم الانفعالي يزداد مع التقدم في العمر، وكذلك أشارت دراسة (Leipold Bernhard, 2015) إلى وجود علاقة ايجابية بين التقدم في العمر والتنظيم الانفعالي، كما بينت دراسة (Kraaij & Garnefski, 2006) تطور التنظيم الانفعالي مع التقدم في العمر.

أما التنظيم الانفعالي والتعليم: فقد تعددت الدراسات المرتبطة بهذين المتغيرين، فإذا كانت دراسة (عياش وفاق، 2016) تشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الانفعالي بصدد كل من (الجنس، والتخصص، والفصل الدراسي)، وكذلك الأمر في دراسة (Reja Bubic, 2015) . السلبية وإيذاء الذات، وهذا يدل على أن الأفراد الذين لديهم اضطراب الشخصية الحدية يكون لديهم فشل في تنظيم إنفعالاتهم وقدرة مرتفعة على إيذاء الذات.

وهذا ما أكدت عليه دراسة (Gratz, K.L, et al., 2015) فقد أشارت نتائجها إلى إيذاء الذات المتعمد بين النساء المصابات باضطراب الشخصية الحدية (BPD)، ومدى فعالية العلاج الجماعي لتنظيم إنفعالاتهم، وكانت العينة (61) مريضة وعن طريق العلاج الجماعي أدى إلى تحسين في قدرتهم على التعبير عن إنفعالاتهم وانخفاض إيذاء الذات وأعراض الاضطراب.

المحور الثاني: تنظيم الإنفعالات واضطراب الشخصية الحدية (خصائص ديموجرافية):

في دراسة (Fowler, et al., 2019) التي تناولت عينة من الشباب الجامعي لمعرفة هل يزداد الالتباس عند التمييز بين تشخيص الاضطرابات الشخصية الحدية، وتشخيص الاضطراب ثنائي القطب ومدى قدرتهم على التنظيم الإنفعالي تشير إحصائيات على عينة استطلاعية وجد أن (ن = 341) يعانون من BD ثنائي القطب و (ن = 381) BPD يعانون من اضطراب الشخصية الحدية، وأثبتت النتائج أن الاضطرابين توجد بينهما صفات متداخلة، فضلاً عن عدم القدرة على التنظيم الإنفعالي وزيادة القلق وإنعدام الأمن والاكنتاب لديهم.

أما اضطراب الشخصية الحدية والعمر فقد تناولت العديد من الدراسات منها

دراسة (Dixon – Gordon, et al., 2016) التي تناولت العلاقة بين تنظيم الإنفعالات لدى المراهقين واضطراب الشخصية الحدية لدى المراهقين وأسرهم، فكانت النتائج أن الأمهات الذين لديهم تنظيم إنفعالات معتدل أدى إلى وجود تنظيم إنفعالي عالي لدى ابنائهم، والأمهات الذين لديهم سمات اضطراب الشخصية الحدية وجد أن لدى ابنائهم صعوبة في التعبير عن إنفعالاتهم وتنظيمها.

أما بالنسبة للنوع: فقد أكدت دراسة (Buchholdt, et al., 2015) على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين النوع واضطراب الشخصية الحدية، وكذلك ودراسة (Sim, et al., 2009) التي أكدت على أن الإناث أكثر أصابة في كل من اضطراب الشخصية الحدية، وإيذاء الذات.

وعن متغير التعليم: فقد تناولته دراسة كل من (Bjareched, et al., 2008) ودراسة

(Slee, et al., 2008) ، ودراسة (Mikolaj Czak, et al., 2009) وقد أكدت نتائج هذه الدراسات على تباين متغيري الدراسة (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية ، بتباين متغير التعليم بمراحله المختلفة) ثانوي- جامعات).

وفي ضوء الدراسات السابقة والأطر النظرية المشار إليها أنفاً يمكن تحديد مشكلة الدراسة وصياغة أسئلتها كالآتي.

1- ما مدى اختلاف كل من تنظيم الإنفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف المتغيرات

الديموجرافية (النوع – العمر – التعليم)؟

2- ما مدى اختلاف كل من تنظيم الإنفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف القياسين

القبلي والبعدى؟

3- ما مدى اختلاف كل من تنظيم الإنفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف القياسين البعدي والتبقي؟

ثالثاً: أهداف الدراسة: في ضوء ما سبق من أسئلة نصوص أهداف الدراسة بصورة إجرائية على النحو التالي:

1- دراسة تباين كل من المتغيرات الدينامية (التنظيم الإنفعالي واضطراب الشخصية الحدية) بتباين المتغيرات الديموغرافية (النوع - العمر - التخصص).

2- الكشف عن تباين كل من التنظيم الإنفعالي واضطراب الشخصية الحدية لدى أفراد عينة الدراسة بتباين القياسين (القبلي - البعدي).

3- تحديد تباين كل من التنظيم الإنفعالي واضطراب الشخصية الحدية لدى أفراد عينة الدراسة بتباين القياسين (البعدي - التبقي).

رابعاً: أهمية الدراسة: وتتمثل أهميتها في عدة مجالات نوضحها فيما يلي:

1- **الأهمية المنهجية:** تعتمد هذه الدراسة على المنهج التجريبي ويتمثل في إعداد برنامج عقلائي إنفعالي سلوكي بهدف تنظيم الإنفعالات لدى عينة من طلاب الجامعة، وما يترتب على ذلك من خفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى هذه العينة، كما تعتمد أيضاً على المنهج الوصفي بهدف تحديد تباين متغيري الدراسة اضطراب الشخصية الحدية، تنظيم الإنفعالات، تباين المتغيرات الديموغرافية (النوع- العمر - التعليم).

2- **أهمية المتغيرات:** تعزى أهمية الدراسة لتناولها متغيرات محورية جديدة، فوفقاً لما توافر من بيانات ودراسات سابقة لم يسبق لدراسة عربية أن تناولت مشكلة (التنظيم الإنفعالي، اضطراب الشخصية الحدية).

3- **الأهمية السيكومترية:** تعتمد هذه الدراسة في جانبها السيكومتري على إعداد مقياس الدراسة: مقياس التنظيم الإنفعالي، ومقياس اضطراب الشخصية الحدية، وذلك بما يتناسب مع طبيعة عينة الدراسة وخصوصيتها، وإن إعداد هذين المقياسين يمثلان إثراء للقياس النفسي في كل من المكتبة المصرية والعربية.

4- **الأهمية الإرشادية والعلاجية:** تزداد قيمة الدراسة إذا ما تجاوزت إطار التشخيص، وهذا ما هدفت له الدراسة في شقها الأول؛ لتصل لإطار الإرشاد والعلاج والتعديل، من خلال بناء برنامج قائم على التنظيم الإنفعالي، لخفض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلاب الجامعة، وذلك سيساعد العينة على تعزيز عوامل الوقاية من المشكلات النفسية والاجتماعية التي تواجه الطلاب، وهذا ما تصبو إليه الدراسة في شقها الثاني، ولعل الجمع بين المنحنيين التشخيصي والإرشادي يعطي أهمية للدراسة.

5- **الأهمية الوقائية:** إن تنمية التنظيم الإنفعالي لدى طلاب الجامعة، وضرورة التعبير عن المشاعر والإنفعالات، سيساعد على تحقيق مزيد من الصحة النفسية للطلاب.

6- **أهمية المجال البحثي:** تتعدد المجالات البحثية التي تنتمي لها هذه الدراسة، فهي من حيث متغير اضطراب الشخصية الحدية تقع في مجال علم النفس المرضي، ومن حيث متغير التنظيم الإنفعالي تنتمي لعلم النفس الإيجابي، ومن حيث الأدوات تمثل القياس النفسي، وإذا ما كانت الدراسة تهتم بتعديل السلوك وإنمائه فإن ذلك يعني أنها تقع في دائرة علم النفس التجريبي، ودراسة كهذه تتعدد مجالاتها البحثية يمكن أن يخلع عليها أهمية خاصة.

مفاهيم الدراسة وتعريفاتها: تتناول هذه الدراسة مفهومين أساسيين نتناولهما فيما يأتي:

أولاً: التنظيم الإنفعالي Emotion Regulation

التعريف الإجرائي: في ضوء تحليل المقاييس السابقة وكذلك التعريفات الإجرائية لكل من

(Philippot, et, al, 2004)، (Daniel Golman, 1995)، (James Gross, 2002)،
(Lazarus, 2000)، (Dulewicz & Higgs, 2000)، (Thompson, 1974)،
(Putnam & silk, 2005)، (Mayer & salovey, 1997)، (Campos, et al., 2004)
(Bar -On: 1997) .
ودراسة مقاييس كل من ((Gross, J.J., & John, O.P. 2003)، (Gratz & Roemer, 2016)،
(Dixon-Gordon et al., 2018)، (Garnefski & Kraaij 2006)، (Sabourin, Valois, & ،
(Lussier, 2005).

وقد أسفرت هذه الخطوة عن عدة مفردات تم إستبقاء المفردات التي حظيت بشيوع وتكرار عالي وتمثل
في (ادراك الانفعالات - التعبير عن الانفعالات - المشاركة الوجدانية) وهذا ما تعكسه الدرجة التي يحصل
عليها المفحوص على المقياس المعد لذلك.

ثانياً: تعريف اضطراب الشخصية الحدية **Border line personality disorder**

في ضوء تحليل مصادر المعرفة المختلفة من نظريات ((ستانلي وآخرون 2010)، (سيمون وآخرون
1992)، (بوهوس وآخرون 2000)، (تراجيسير وبرانز وديسوريو، 2010)، (بيلز اجيري وجيليان
جالين 2018)، (Seidler et al., 2013) .

ودراسة مقاييس كل من ((Bohus, et, al, 2009)، (Carr & Francis, 2010))،

(Leichsenring, 1997)، (Million, et, al, 1985)، (Hyer, 1988)، (Zanarini, 2005) .

والتعريفات الإجرائية لكل من (Paris, 2010)، (Barlow & Durand, 1999)، (Finely, 2002) ،
(Morey, 1991)، (Reber, 1995)، (Walton, 1987) .

وقد أسفرت هذه المرحلة عن عدة مفردات تم إستبقاء المفردات التي حظيت بتكرار وشيوع عالي
وهي (إيذاء الذات، المزاج المتقلب، اضطراب التفكير) ، وهذا ما تعكسه الدرجة التي يحصل عليها
المفحوص على المقياس المعد لذلك.

التنظيم الانفعالي ومفاهيم متداخلة: يرتبط مفهوم التنظيم الانفعالي مع العديد من المفاهيم، ورغم ما يتبع
ذلك من تعقد للمفهوم، الا أنه يضافى عليه ثراء غير مسبوق، ويمكن إستعراض هذه المفاهيم فيما يلي:

أولاً: التنظيم الانفعالي والكفاءة الانفعالية **Emotional Regulation and Emotional competence**

إن مفهوم الكفاءة الانفعالية من المفاهيم التي تحظى باهتمام متزايد، ويعرف سالوفي
وماير (Salovey & Mayer, 1990) التنظيم الانفعالي ، بأنه القدرة على معرفة الشخص لمشاعره
وانفعالاته الخاصة كما تحدث بالضبط ، ومعرفته بمشاعر الآخرين، وتعاطفه معهم والإحساس بهم،
وتحفيز ذاته؛ لصنع قرارات ذكية، وقدرته على ضبط انفعالاته، في حين أن الكفاءة الانفعالية هي القدرة
على إدراك الانفعالات بدقة، وتقويمها والتعبير عنها، وكذلك القدرة على توليدها والوصول إليها من
خلال عملية التفكير والقدرة على فهم الانفعال، والقدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو الانفعالي
والعقلي للفرد.

وقد أكد بارأون (Bar-on, 2003) على أن الكفاءة الانفعالية تنظيم مكون من المهارات، والكفاءات الشخصية، والانفعالية، والاجتماعية التي تؤثر في قدرة الفرد على التعامل بنجاح مع المتطلبات البيئية، ويمكن القول بأن الكفاءة الانفعالية هي مجموعة من القدرات والمهارات الشخصية التي تساعد الشخص على فهم مشاعره وانفعالاته والسيطرة عليها، وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معهم، وقدرة الأشخاص على أستغلال انفعالاتهم في الأداء الجيد وإقامة علاقة جيدة مع المحيطين.

ثانياً: التنظيم الانفعالي والإتزان الانفعالي Emotional Regulation & Emotional Stability

حدد(راجع 2007 : ص 101)الإتزان الانفعالي: بأنه- قدرة الفرد على ضبط انفعالاته، والتعبير عنها، بصورة ناضجة متزنة بعيدة عن تعبيرات الطفولة، وعن التهور والإندفاع، وأن لا يتسم سلوكه بالذعر، وأن تكون حياته الانفعالية رزينة لا تتذبذب لأسباب تافهة .

أما التنظيم الانفعالي: فتتمثل في قدرة الفرد علي تنظيم سلوكه، وإحلال التسامح بدل العدوانية، وأنه يتفق مع الإتزان الانفعالي في تنظيم المشاعر، وتنظيم السلوك (Elke Chrystal, 2012, :p4-6).

ثالثاً: التنظيم الانفعالي والنضج الانفعالي Emotional Regulation & Emotional Maturity

ذكر (Ganaie & Wagde 2013) أن النضج الانفعالي هو المحافظة على ضبط الذات في أوقات التوتر بهدف تكوين رؤية قبل التصرف باندفاع، في حين أن التنظيم الانفعالي هو القدرة على التحكم في الانفعالات والتعبير عنها .

رابعاً: التنظيم الانفعالي وادارة الانفعالات Emotion Regulation & Emotions Management

تشمل إدارة الانفعالات القدرة على إدارة المشاعر الذاتية، التعامل مع مشاعر الآخرين السلبية، وزيادة المشاعر السارة منها دون كبت أو إسراف، والقدرة على الإنفتاح على المشاعر ومراقبتها وتنظيمها بشكل كامل لتشجيع النمو الانفعالي، في حين أن التنظيم الانفعالي يتفق مع ادارة الانفعالات في ضبط المشاعر والتحكم فيها، في حين يختلف معها في إدارة مشاعر الآخرين.

النماذج النظرية المفسرة للتنظيم الانفعالي: ثمة نماذج نظرية تدور حول التنظيم الانفعالي يمكن توضيحها فيما يلي:

- نموذج ماير وسالوفي للتنظيم الانفعالي: أوضح (Mayer & salovey , 1997, P.10) التنظيم الانفعالي في التعبير عن الانفعالات الذاتية، وتقييم انفعالات الآخرين علي نحو دقيق، ويتضمن هذا التقييم القدرة على تحديد مشاعر الفرد، من خلال الألفاظ أو تعبيرات الوجه، أو العلاقة بالآخرين، ويكون كل شكل من أشكال التعاطف هو أساس في تقييم الانفعالات، وأضاف في نفس السياق أن الانفعالات تقدم للفرد معلومات في جميع المجالات، كما ينطوي التنظيم الانفعالي، على ادراك معاني الأدوار الوجدانية، وأن المعلومات التي تقدمها الانفعالات يتفاوت الأفراد فيما بينهم في القدرة على توليدها والوعي بها، وتفسيرها، والإستفادة منها.

- نموذج "بار – أون [Bar –On: 1997, P.14]: يؤكد هذا النموذج أن الانفعالات هي التي تؤثر في قدرة الفرد علي التعامل بنجاح مع المتطلبات البيئية والضغوط .

كما استخلص Bar-On مكونات التنظيم الانفعالي التي تشمل على مجموعة من خصائص الشخصية حددها بخمسة أبعاد رئيسية تضمنت خمسة عشر بعداً فرعياً وهي:

- 1- الانفعالات داخل الشخص (المهارات الذاتية) , Intrapersonal skills وتتضمن:
 - أ) الوعي الانفعالي بالذات Emotional Self-Awareness : وتعني معرفة انفعالات الذات، والإدراك للمشاعر، وتشمل الدقة في قياس الذات، والثقة بالنفس ومعرفة ما يشعر به الفرد ولماذا يشعر به؟.
 - ب) تقدير الذات Self Esteem: وتعني قدرة الفرد على تقييم ذاته واحترامها.
 - ج) التوكيدية Assertiveness: وتعني قدرة الفرد على التعبير عن المشاعر والمعتقدات والأفكار، والدفاع عن حقوقه بطريقة غير مؤذية وأسلوب بناء.
 - د) تحقيق الذات Self Actulization : وتعني قدرة الفرد على تحقيق ما بداخله، وأن يفعل ما يريد فعله ويستمتع بما يفعله ويستطيع فعله.

قياس التنظيم الانفعالي : تباينت سبل قياس التنظيم الانفعالي ونُجملها في:

1. منهج الأداء العقلي : ويتضمن المقاييس التي تقيس التنظيم الانفعالي، ويمثله كل من ماير وسلوفي ، وعادة ما يطلب من المبحوثين- أثناء اعتماد هذا المنهج- الإجابة عن مجموعة من المهام العقلية المقدمة لهم ، والمتعلقة بحل جملة من المشكلات الانفعالية ، ويسمح هذا المنهج بالكشف عن قدرات الفرد العقلية من خلال إنجازه بدل معتقداته . وقد لاقى قياس التنظيم الانفعالي من منظور القدرات تأييداً واسعاً للأسباب التالية :
أن مقاييس القدرة تهتم بقياس مجموعة من القدرات الممثلة للتنظيم الانفعالي للفرد ، أنها تقيس شيئاً ما جديد لأنها لا تقتصر على قياس مهارات الأفراد أو ثباتهم الانفعالي بل تتعدى ذلك إلى قياس قدراتهم الحقيقية ،أنها أقل عرضة لتأثير استجابة الفرد أو ما يسمى بعامل المرغوبية الاجتماعية، والقابلية للترفيف في الإجابة كما في أسلوب التقرير الذاتي.
ومن أهم مقاييس التنظيم الانفعالي كقدرة :

2. مقياس التنظيم الانفعالي متعدد العوامل (MEIS) ، واختبار ماير وسالوفي , Mayer , Salovey , Caruso , Michelin

يعد أحد اختبارات التنظيم الانفعالي Multifactor Emotional Intelligence Scale(MEIS) فقد قام ماير وزملاؤه (Mayer et al , 2001) بتحديثه بناء على التحسينات التي أدخلوها على خصائصه السيكومترية ، ويقيس هذا المقياس قدرة الفرد على إنجاز المهمة ، وحل المشكلات الانفعالية (سعيد وسعاد جبر ، 2006 ، 23) ،وقام هؤلاء الباحثون باختصار البطارية إلى 141 مفردة ، وثمان مهمات بدلاً من عشر مهمة تدرج تحت أربعة أبعاد (إدراك الانفعالات ، التسيير الانفعالي للتفكير ، فهم الانفعالات ، وإدارة الانفعالات).

التنظيم الانفعالي دراسات ميدانية : ونستعرض بعض الدراسات التي أهتمت بالتنظيم الانفعالي ومتغيرات الدراسة وهي:

في دراسة(Fowler, J.C et al, 2019) وقد تناولت التمييز بين تشخيص الاضطراب المزاجي الثنائي القطب واضطراب الشخصية الحدية ومدى قدرتهم علي تنظيم الانفعالات، ولتحقيق ذلك؛

طبقت المقابلة الاكلينيكية ومقاييس التقرير الذاتي للشخصية ،علي (341) من اولئك لديهم اضطراب الشخصية الحدية و(ن =381)من ثنائي القطب ولديهم صعوبة في تنظيم الانفعالات ،وأشارت النتائج: أن العينتين يفتقدون القدرة علي تنظيم الانفعالات.

اما دراسة (Gratz, K.L.,et al, 2019) فقد تناولت "اضطراب الشخصية الحدية (BPD)، ونقص في التنظيم الانفعالي " ولتحقيق الهدف طبقت مقاييس تنظيم الانفعالات، ودراسة الحالة، وأختبارات فسيولوجية علي عينة تتكون من ثلاث مجموعات من المشاركين: (الشباب الذين لديهم تاريخ مرضي مع إيذاء الذات مع BPD ، الشباب الذين لديهم تاريخ مرضي من إيذاء الذات دون BPD ، وحالات أكلينيكية مع عدم وجود تاريخ إيذاء الذات أو BPD)، و"أشارت النتائج إلى صعوبات تنظيم الانفعالات ER بين المشاركين الذين لديهم اضطراب الشخصية الحديةBPD ، مقارنة باستجابة المشاركين بدون إيذاء الذات أو BPD من المجموعة الضابطة.

وفي نفس السياق كانت دراسة (Rosenstein, L.K.et al, 2019) والتي تناولت "دور صعوبات تنظيم الانفعالات كوسيط بين الاعتداء الجنسي في الطفولة وشدة اضطراب الشخصية الحدية"ولتحقيق الهدف طبقت ادوات نموذج دراسة حالة وأكد على أن الاساءة الانفعالية تتعلق بأضطراب الشخصية الحدية، ومقياس الاساءة الجسدية ، علي عينة من 964 راشداً تقدموا للعلاج في عيادة خارجية،وأشارت النتائج أنه لم يكن هناك ارتباط بين الإعتداء الجنسي وأضطراب الشخصية الحدية (BPD)، ولكن أثبت عدم قدرتهم على تنظيم انفعالاتهم وينبغي في مجال العلاج تطوير وتعزيز استراتيجيات تنظيم الانفعالات بين المجموعات المرضية .

أما عن دراسة (Haeyen, S., Kleijberg, M., Hinz, L., 2018) فقد تناولت " العلاج بالفن للمرضي الذين تم تشخيصهم بأضطرابات الشخصية وتنظيم أنفعالاتهم" ولتحقيق الهدف طبقت أدوات منهج التحليل النفسي وأستخدام المقابلات المتعمقة وجمع البيانات ودراسة الحالة ،علي عينة من ثمانية مرضى والذين لديهم اضطرابات شخصية مثل اضطراب الشخصية الحدية ، في تجربة عشوائية مضبوطة ،مع عينة من الشخصيات الذين لديهم اضطرابات الشخصية وأشارت النتائج إلى أن المرضى ممن ليس لديهم القدرة علي تنظيم انفعالاتهم وتشكيلها ومشاركتها التي لم يصادفوها عن قصد سابقاً ، وتم مساعدتهم على فهم وتنظيم أنفعالاتهم والمشاعر الداخلية، كما أشارت النتائج إلى أن العلاج بالفن يشجع الوعي الذي يركز على الحاضر ويحفز العمليات الانفعالية التي يثيرها التفاعل المادي ويساعد علي تنظيم الانفعالات.

ثانياً: اضطراب الشخصية الحدية:

اضطراب الشخصية الحدية بين التوجهات النظرية المختلفة:

1- المنظور البيولوجي الاجتماعي:

تشير النتائج -وفقاً لهذا المنظور- إلى أن الأشخاص المصابين باضطراب الشخصية الحدية لديهم أداء عصبي - معرفي مميز مقارنة بالأصحاء؛ حيث تؤيد الأبحاث العصبية البيولوجية دور الحساسية الانفعالية في حدوث اضطراب الشخصية الحدية، وذلك من خلال إظهار مدى الارتباط بين عدم الاستقرار الوجداني بين الإندفاعية التي تعد ملمحاً أساسياً من ملامح اضطراب الشخصية الحدية، مع وجود خلل وظيفي في نشاط السيروتونين، وفي النشاط الزائد للمخ والحركة السريعة غير العادية للعين، كما أظهرت الدراسات التي أجريت على الأشخاص البالغين المصابين باضطراب الشخصية الحدية تضاملاً في حجم اللوزة ، والفص قبل الجبهي، والقشرة قبل الجبهية مقارنة بالأصحاء، وهي مناطق من

الدماغ وظيفتها تنظيم العواطف، ودمج الأفكار مع العواطف. كما أشارت التقارير الذاتية لهؤلاء الأشخاص إلى أنهم أكثر حساسية للحالات الوجدانية السلبية، كما يخبرون حالات انفعالية أكثر سلبية مقارنة بغير المشخصين باضطراب الشخصية الحدية، الأمر الذي يشير إلى الاستعداد البيولوجي القوي للحساسية الانفعالية في نشأة اضطراب الشخصية الحدية. (Seidler et al., 2013)

2- المنظور السيكودينامي: تشير النظريات السيكودينامية إلى أن أسباب اضطراب الشخصية الحدية تعود إلى المشاكل في مراحل النمو البكرة للذات، فحينما يفشل الوالدان في تدعيم حس الطفل المستقل للذات، فإن ذلك يمهد لنقص الإحساس بالهوية والالتزام بأهداف الحياة، وأن الفرد يفشل في تكوين ذات سليمة يمكنها تشكيل علاقات صحيحة تتميز بالمشاركة والتعاون مع الآخرين، أو تكوين ذات فعالة، وهؤلاء الأشخاص يدركون الآخرين بطريقة مشوهة، ويكونون ذوات زائفة تندمج مع إدراكاتهم المشوهة. (عبد الله عسكر، 2006)

3- نظرية ماسترسون ورينسلي 1975: تركز هذه النظرية على الفترة الانسحابية من التعلق بالأم في مرحلة الانفصال والتفرد، حيث طوراً نموذجاً يسمى انقسام الموضوع والعلاقات، يركز فيه الباحثان على سلوك الأم أكثر من تركيزهما على العدوان الفطري للطفل، وتشير النظرية إلى أن الأم التي تعوق حل أزمة الانفصال هي الأم التي تكافئ الالتصاق والقرب، من أجل مزيد من التوحد، بينما تتسحب عاطفياً مع بزوغ الرغبة في الاستقلالية، ويعد سلوك الطفل هو المحدد الأول الذي يحدد سلوك الأم، فصورة الأم بالنسبة للطفل ذات وجهين، **الوجه الأول:** الأم مصدر المكافأة والإشباع استجابة للاعتماد عليها حيث تشعره بأنه مرغوب فيه ومقبول ومحبوب؛ مما يؤدي إلى الاعتماد عليها أكثر خوفاً من فقدان هذا الحب والتدعيم، **والوجه الثاني:** الأم مصدر العقاب والعدوان والانسحاب كاستجابة للاستقلال الذاتي، وهذا يشعره بالغضب والإحباط واليأس والاكتئاب، مما يؤدي إلى تنشيط الصورة النفسية عن الذات بعدم الكفاءة وقلة الحيلة، مما يسبب الصراع بين هاتين الصورتين -خلال فترة تنشئة الطفل- نوعاً من الإحباط، وإنكار الواقع والاضطراب المستقبلي، إذ ينشأ داخل الطفل -وفي فترة تكوينه النفسي- وحدتان منفصلتان من العلاقة بالآخر، وهاتان الوحدتان هما صورة ذهنية ونفسية داخل الطفل لكنها تبقى بداخله حتى بعد عبور مرحلة الطفولة وتؤثر في علاقته بالآخر فيما بعد وتحدد سلوكه؛ حيث إن الاستقلالية والهجر، والالتصاق والاعتمادية تعني القبول والاستحسان من الآخرين. (هبة محمد على حسن، 2015)

4- المنظور المعرفي:

وفقاً للمنظور المعرفي، فإن الشخصية الحدية ترتبط باضطراب معرفي يتضمن تشوهات معرفية، وأفكار لا عقلانية، تتمثل في التفسير المطلق للأحداث، ولا يوجد حلول وسط أو متعددة، فتفسير الأشياء يقع بين إما الأبيض أو الأسود، وإما الكل أو لا شيء، وينظرون لذواتهم إما أنهم مقبولون أو مرفوضون كلية من الآخرين، أو الاعتقاد بأنه غير مقبول وغير محبوب من الآخرين، والاعتقاد بأن العالم (مكان خطر وغير آمن) مما يؤدي إلى عدم الثقة في الذات أو الآخرين، والاعتقاد المستمر بالتهديد والعجز (عبد الله عسكر، 2006). كما جادل المنظرون المعرفيون السلوكيون في أن الصيغ المعرفية سيئة التكيف هي نتيجة للتفاعل بين الخصائص الداخلية (أو المزاج) والعوامل البيئية، فمثلاً الطفل سريع الغضب قد يكون أكثر تعرضاً للرفض من قبل الوالدين عن الطفل المرح، كذلك - ووفقاً للمنظرين- فإن تعرض الطفل المتكرر للصدمات والبيئة الأسرية غير التكيفية قد يكون عاملاً مهيباً لتنمية الصيغ أو المعتقدات الأساسية اللاتوافقية، ومن ثم نشأة الشخصية الحدية، كما دعمت النظريات التجريبية وجهة النظر هذه في تفسير الشخصية الحدية؛ فقد أوضحت الدراسات أن الأفراد الذين شخصوا بالاضطراب كانوا أكثر تقريراً للطفولة اللاتكيفية والبيئة الأسرية غير التوافقية، كما وجد كلايوسين 1991 Clauseen أنه من بين 89% حالة من الإساءة البدنية في الطفولة كان هناك إساءة انفعالية، الأمر الذي أدى إلى

افتراض أن الإساءة الانفعالية تكون عاملاً مهماً في المعاملة اللاتوافقية في الطفولة، وهي من أسباب اضطراب الشخصية الحدية (Carr & Francis, 2009).
دراسات ميدانية ونسوق فيما يلي بعضاً منها:

في دراسة Gratz, et al, 2019 تسلط نظريات اضطراب الشخصية الحدية (BPD) الضوء على الدور المركزي لخلل الوظائف الانفعالية في هذا الاضطراب ، مع التركيز بشكل خاص على صعوبات التفاعل العاطفي، وتنظيم الانفعالات، ومع ذلك فقد أسفرت البحوث حول الصعوبات المرتبطة بتنظيم الانفعالات في BPD عن نتائج مختلطة ، في الاستجابة لتحريض الانفعال العاطفي (نسبةً إلى تحريض الانفعال العاطفي) عبر ثلاث مجموعات من المشاركين: 1-الشباب الذين يعانون من اضطراب الشخصية الحدية ، 2-الشباب الذين لديهم اضطراب شخصية حدية ولا إيذاء للذات 3- الشباب الذين يؤذون أنفسهم دون وجود اضطراب الشخصية الحدية لديهم BPD ، مع عدم وجود تاريخ إيذاء الذات أو BPD. تمشيا مع الفرضيات ، كشفت النتائج عن عدم وجود تقارب بين المؤشرات الذاتية والفسولوجية للتفاعل العاطفي، وصعوبات في تنظيم الانفعالات ER بين المشاركين مع BPD. بينما الذين ليس لديهم تاريخ مرضي كانت لديهم قدرة علي تنظيم أنفعالاتهم.

بينما دراسة Rosenstei, et al, 2018 تناولت خلل التنظيم الانفعالي كوسيط بين إساءة المعاملة في مرحلة الطفولة واضطراب الشخصية الحدية (BPD) في الشدة بين عينة من 964 من البالغين الذين يخضعون للعلاج في عيادة خارجية، وأشارت النتائج أن الإساءة العاطفية في مرحلة الطفولة تتعلق باضطراب الشخصية الحدية BPD بشكل مباشر، ويؤدي إلي صعوبة في تنظيم الانفعالات ، في حين أن الإساءة الجسدية أظهرت وجود علاقة غير مباشرة ضعيفة باضطراب الشخصية الحدية BPD. لم يكن هناك صلة بين الاعتداء الجنسي و شدة الاضطراب.

أما دراسة (Shenoy, et al, 2019) عن "اضطراب الشخصية الحدية وارتباطها بالطيف ثنائي القطب واضطراب الأكل بين طلاب الجامعات من جنوب الهند" ولتحقيق الهدف طبقت استبانة اضطراب المزاج (MDQ) واستبانة اضطراب الأكل بنهم (BEDS-7) على مجموعة شخصت باضطراب الشخصية الحدية ، واضطراب الطيف ثنائي القطب (BSD) ، وتقرير ذاتي ، على 500 طالب جامعي أكبر من (18 عامًا) في الحرم الجامعي الطبي والهندسي، وأشارت النتائج إلى أن 15 ٪ من المراهقين لديهم نسبة أعلى من BED و BSD.

وفي نفس السياق كانت دراسة (Bujalski, et al, 2019) والتي تناولت " العلاقة بين الإيذاء الجسدي في مرحلة الطفولة وسمات اضطراب الشخصية الحدية لدى طلاب الجامعة" ولتحقيق الهدف طبقت استبانة التقرير الذاتي عبر الإنترنت لقياس الإيذاء الجسدي CM والتعاطف و BPD، تم اختبار سلسلة من نماذج الانحدار لاستكشاف العلاقات بين أنواع سمات CM و BPD وسمات CM والتعاطف و BPD، علي عينة من (ن=2551) طالبًا جامعيًا، وأشارت النتائج إلى أن الاعتداء الجسدي في مرحلة الطفولة يرتبط ارتباطاً دالاً بسمات الشخصية الحدية.

وفي دراسة (ssa, et, al, 2017) عن "السيكوباتية لدى طلاب الجامعات اللبنانية في سياق السمات الحدودية والمواقف العدوانية دراسة مقارنة للنوع وعبر ثقافية" ولتحقيق الهدف طبقت مقاييس السكوباتية ، ومقاييس اضطراب الشخصية الحدية ، علي عينة طلاب الجامعات اللبنانية والعينة المعيارية الأمريكية وأشارت النتائج أن النساء اللبنانيات سجلتن درجات أعلى من الرجال في قسوة القلب ومناعة الإجهاد ، بينما سجل الرجال درجات أعلى في الشجاعة والانانية وأرتبطت اضطراب الشخصية الحدية بالعدوان لدى النساء

الاطار النظري والدراسات السابقة رؤية نقدية يمكن إجمال ذلك في ضوء المحاور التالية :

أولاً: القضايا المتفق عليها : بتحليل الدراسات السابقة نخلص إلي مجموعة قضايا من أهمها:

1- أهمية التنظيم الانفعالي بإعتباره مفهوم نفسي إيجابي، له علاقة ببقية المفاهيم الايجابية الأخرى، (كالتخطيط، وتحديد الأهداف، والمثابرة، القدرة علي القيادة في المواقف المختلفة، والقدرة علي الابداع، وكذلك القدرات الابتكارية، القدرة علي التكيف وإدارة الضغوط، وحل المشكلات، وأدارة الذات، والتعبير المناسب عن المشاعر)، وذلك كما في دراسة.

(Gratz, K.L., et al, 2019)، (Fowler, J.C., et al, 2019))

2- للتنظيم الانفعالي دور فعال في خفض المشكلات الانفعالية (الانفعالات السالبة مثل الخوف والقلق والخجل والاكنتاب..... إلخ)، والضغوط النفسية، مواجهة المواقف الضاغطة، والابتعاد عن استخدام ميكانزمات الدفاع، وذلك كما في دراسة (Cavelti, M., et al, 2019)، (Fitzpatrick, S., et al, 2019).

3- اتفقت جميع الدراسات علي فعالية استراتيجيات التنظيم الانفعالي في الحد من العديد من أنماط السلوك غير السوي، التي تبدو لدي طلاب الجامعة من الذين لديهم اضطراب الشخصية الحدية، وأهمية التنظيم الانفعالي في معية الإرشاد النفسي والعلاج النفسي لدي الأفراد عامة ولدي اضطراب الشخصية الحدية وذلك كما في دراسة (Haliczer, L.A., et al, 2019)، (Gaher, R.M., et al, 2013) .

4_ الدراسات التي تم عرضها أوضحت إمكانية تنمية التنظيم الانفعالي، كما أوضحت أهمية اكتساب مهارات التنظيم الانفعالي لدي طلاب الجامعة والعمل علي خفض اضطراب الشخصية الحدية مثل دراسة (Gratz, K.L., et al, 2019)، (Yaroslavsky, Ilya, 2011) .

5_ أظهرت الدراسات أن الذين يعانون من اضطراب الشخصية الحدية لديهم قصور في التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم ولديهم درجات منخفضة في الادراك الانفعالي، وهذا متأكد عليه دراسة كل من (Hart, N., et al, 2013)، (Rosenstein, L.K., et al, 2018) .

القضايا الجدلية التي لم تحسم الدراسات السابقة نتائجها، ونوضح ذلك فيما يلي:

من حيث العمر جاءت دراسة (Maleva, Viliyana., 2017)، (Kim, S., et al, 2014) ، (Cavelti, M, et al, 2019)، التي تم تطبيقها على المراهقين وأكدت سرعة أستجاباتهم للتغير، من حيث تباين العينات قصدية مثل متلازمة اسبرجر (López-Pérez, et al, 2017) ، ودراسة علي الوالدين والأطفال (Hiraoka, R., et al, 2016)، وعينات مرضية مثل (Hart, N., et al, 2013) .

ثانياً: أوجه الاستفادة: يمكن بيان أوجه الاستفادة من تحليل الاطار النظري والدراسات السابقة فيما يلي:-

أ) تم تحديد مفاهيم الدراسة في ضوء تحليل تعريفات كل من

(James Gross, 2002)، (Daniel Golman, 1995)، (Philippot, et al, 2004)،

و دراسة محتوى مقاييس كل من (Gross, J.J., & John, O.P. 2003) ،

(Hofmann, Carpenter, & Curtiss, 2016) ، (Gratz & Roemer, 2004)

ب) كما تم تحديد العينة وخصائصها اقتداء بدراسة كل من (Fowler, J.C et al, 2019)،

(Kuo, J.R., et al, 2018)، (Serrano, Á., et al, 2016))،

(ج) بناء المقاييس : تم بناء المقاييس في ضوء مطالعة مقاييس كل من

(Goleman ، 1999)، (Conte,et,al,1980)، (Bond,et,al,1983)

(د) أما بناء البرنامج العقلاني الانفعالي السلوكي: فقد تم إعداده في ضوء مطالعة برامج كل من:

(Haeyen, S., Kleijberg, M., Hinz, L., 2018)،

ثالثاً : الجديد الذي تضيفه الدراسة : ويتمثل فيما يلي:

1- بناء مقياس تنظيم الانفعالات، بما يتناسب مع اضطراب الشخصية الحدية ويناسب طبيعة طلاب المرحلة الجامعية .

2- بناء مقياس اضطراب الشخصية الحدية بما يتناسب مع طبيعة الاضطراب ويناسب مرحلة شباب جامعة.

3- إعداد برنامج عقلائي انفعالي سلوكي لتنمية تنظيم الانفعالات وخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلاب الجامعة.

فروض الدراسة: في ضوء أسئلة الدراسة وتحليل أهدافها ، ونتائج الدراسات السابقة أصبح من الممكن صياغة فروض الدراسة كما يلي:

1-تختلف كل من تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف المتغيرات الديموغرافية (النوع – العمر – التعليم).

2-تختلف كل من تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف القياسين القبلي والبعدي.

3-تختلف كل من تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف القياسين البعدي والتتبعي.

منهج وإجراءات الدراسة : اعتمدت هذه الدراسة على المنهجين الوصفي والتجريبي

1- المنهج الوصفي: والذي لا يتوقف- فقط- عند جمع البيانات المتعلقة بالظاهرة؛ وإنما يعتمد على تحليل الظاهرة وتفسيرها والوصول إلى استنتاجات تسهم في تطوير الواقع وتحسينه (العساف، 1989، ص176) وهذا يتمثل في تحديد تباين التنظيم الإنفعالي واضطراب الشخصية الحدية، بتباين بعض المتغيرات الديموجرافية، وذلك أملاً في التوصل إلى تعميمات ذات معنى يزيد بها رصيد المعرفة عن موضوع الدراسة.

2- المنهج التجريبي: وذلك للتحقق من صحة الفروض من حيث رصد التغيرات الناتجة عن ممارسة العينة للبرنامج العقلاني الإنفعالي السلوكي لتنظيم الإنفعالات والذي هدفه خفض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلبة الجامعة.

عينة الدراسة: وتتضمن عينة الدراسة مجموعتين فرعيتين:

1- مجموعة الدراسة التشخيصية (السيكومترية) وهي عينة جمع البيانات، والتحقق من بعض أهداف الدراسة، كالتحقق من صحة بعض الفروض المطروحة، فضلاً عن التحقق من الكفاءة السيكومترية للأدوات ، وتتضمن عينة من طلاب الجامعة (ن = 100) مقسمين إلى 50 من الذكور و50 من الإناث ممن تتراوح أعمارهم من (19 – 23) عاماً.

2- عينة الدراسة التجريبية: وهي عينة من الطلاب الذين حصلوا على مستوى منخفض من تنظيم الإنفعالات ودرجات مرتفعة على اضطراب الشخصية الحدية ن = 10 مقسمين إلى ن = 5 طالباً من الذكور ن = 5 من الإناث ممن تتراوح أعمارهم من (19 – 23) عاماً.

منطق ومبررات اختيار العينة: تم اختيار العينة من طلاب الجامعة للأسباب التالية:

- 1- إقتداء باهتمام لدراسات السابقة التي أجريت على طلبة الجامعة كدراسة (Slee, et al., 2008)، (Bjarehed, et al., 2008).
- 2- وكذلك الدراسات التي اهتمت بعمل برنامج للتنظيم الإنفعالي لهذه المرحلة كدراسة (Sim, et al., 2009)، (Buchholdt, et al., 2009).
- 3- أن بعض الدراسات أكدت على أن اضطرابات الشخصية الحدية تكون بنسبة 49% أو أكثر في المرحل العمرية لطلبة الجامعة (Widiger, 2005, 55)، (Trull, 2001)، (Grant, et al., 2008).

أدوات الدراسة: تعتمد هذه الدراسة في تحقيق أهدافها، والتحقق من صحة فروضها على عدة أدوات، يتم تناولها كالآتي: (أ) **مقاييس التشخيص السيكومتری (التنظيم الإنفعالي وأضطراب الشخصية الحدية):** أولاً: **مقياس التنظيم الإنفعالي Emotional Regulation:** جاء إعداد هذا المقياس بهدف توفير أداة سيكومترية مستمدة من البيئة العربية بحيث تناسب ثقافتها ، فضلاً عن السعي للإلمام بمهارات بناء المقاييس.

خطوات إعداد المقاييس: مر المقياس بعدة مراحل يمكن إيضاحها على النحو التالي:
المرحلة الأولى: **مراجعة المقاييس السابقة:** تم الإطلاع على المقاييس والإختبارات السابقة التي تقيس التنظيم الإنفعالي (Mayer et al , 2001)، (Gross, J.J., & John, O.P. ، 2003)، (Gratz & Roemer, 2004). وذلك لتحديد مكونات المقياس.
المرحلة الثانية: مراجعة مقاييس تنظيم الإنفعالات على المستويين العربي والأجنبي لدراسة مكوناتها والاستفادة منها .

المرحلة الثالثة: إن تحليل نتائج مصادر المعرفة المختلفة (نظريات - تعريفات - مقاييس - دراسات استطلاعية) ، أسفرت عن عدة مفردات ثم الإبقاء على المفردات التي حظيت بشيوع وتكرار عالي وتتمثل في (أدراك الإنفعالات ، التعبير عن الأنفعالات ، المشاركة الوجدانية) وقد سبق إيضاح ذلك في ص6 عند صياغة التعريف الإجرائي، وقد تم صياغة البنود بلغة عربية واضحة ، وسهلة ، بعيدة عن النفي والإيحاء ، وتضمن الصورة الأولية للمقياس (35 بندا) .

تصحيح المقياس: تم صياغة البنود بلغة سهلة وواضحة ، كما تم صياغة بعضها بصياغة سلبية وأخرى صياغة ايجابية ، كما تم تصحيح المقياس وفقاً لبدائل ثلاثة (موافق- موافق إلى حد ما - غير موافق) ، وأن البنود الإيجابية تحصل على ثلاث درجات - موافق إلى حد ما تحصل على درجتين - في حين تحصل (غير موافق) على درجة واحدة ، أما البنود السالبة تتبع عكس هذا التدرج ، أن المقياس يتضمن الدرجة الكلية = (105) وتعنى أن الشخص يتمتع بتنظيم انفعالي مرتفع أما الدرجة الصغرى = (35) فتعنى أن سلوك الشخص منخفض في التنظيم الإنفعالي.

ويوضح الجدول (1) مكونات المقياس وأرقام البنود ذات الصياغة الايجابية(في إتجاه قياس السمة) والسلبية (عكس إتجاه قياس السمة) لكل مكون.

جدول (1) مكونات المقياس وارقام بنود كل مكون كما ورد في الصورة النهائية للمقياس

مكونات المقياس	أرقام البنود ذو الصياغة الايجابية	أرقام البنود ذو الصياغة السلبية
أدراك الانفعالات	1-4-13-16-19-22-28-31-34	7-10-25
التعبير عن الانفعالات	8-32-35	2-5-11-14-17-20-23-26-29
المشاركة الوجدانية	3-6-9-15-18-21-24-27-30-33	12

المرحلة الرابعة : تحديد بدائل الإستجابة وتم ذلك من خلال مراجعة المقاييس السابقة المعنية بتقدير تنظيم الانفعالات ، ووفقاً لذلك فقد تم تحديد بدائل الإستجابة في ثلاثة (موافق- موافق إلى حد ما - غير موافق) ، بوصفها الأنسب لعينة الدراسة ، فضلاً عن ان الإستجابة الرباعية أو الخماسية تؤدي لتشتت المفحوص ، نظراً لكثرة البدائل ، في حين أن الإختيار من بين (نعم ، لا) يجعل المفحوص مقيداً باختيار إحداهما وذلك على غير رغبته .

المرحلة الخامسة : تحكيم المقياس ، تم عرض المقياس على (ن - 3) من خبراء علم النفس ، وقد أسفر التحكيم عن عدة نتائج من أهمها أنه تم الإتفاق على البنود 35 للمقياس ولم يتم حذف أى عبارة .

المرحلة السادسة: التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس، وسنوضح ذلك فيما يلي:

1- أولاً ثبات المقياس، تم التحقق من ثبات المقياس بأكثر من طريقة وذلك للوفاء بالمعنى الشمولى للمقياس، ونوضح ذلك فى الجدول (2):

2-

جدول (2) جدول معاملات ثبات التجزئة النصفية ، وألفا لكرونباخ ، وجتمان للمقاييس

الفرعية والدرجة الكلية ،مقياس التنظيم الانفعالى (ن=100)

م	القيم الأحصائية	عدد البنود	معاملات التجزئة النصفية بعد التصحيح	معاملات ثبات ألفا لكرونباخ	معامل جتمان ثبات
1	أدراك الانفعالات	12	0.759	0.758	0.754
2	التعبير عن الانفعالات	12	0.741	0.694	0.731
3	المشاركة الوجدانية	11	0.674	0.685	0.652
4	الدرجة الكلية للمقياس	35	0.875	0.793	0.866

ويلاحظ من الجدول (2) أن قيم معاملات الثبات بأسلوب التجزئة النصفية، قد تراوحت ما بين

(0.674):(0.875) للمقياس ، بينما تراوحت قيم معاملات الثبات باستخدام ألفا لكرونباخ بين(0.685):(0.793) للمقياس ، فى حين تراوحت معاملات الثبات لجتمان بين (0.652):(0.866) للدرجة الكلية ومكونات المقياس؛ مما يعنى أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

ثانياً : صدق المقياس : تم التحقق من صدق المقياس بأكثر من طريقة ، وذلك لأن للصدق معانى مختلفة ، ونوضح ذلك فيما يلي:

(أ) **صدق المحكمين** : تم عرض المقياس على (3) من أساتذة علم النفس تخصص قياس وعلم نفس أكليني، وقد أبدى المحكمون رأيهم في المقياس بالموافقة بدون وجود تعديلات ، ومن ثم يصبح المقياس صادقاً من وجهة نظر المحكمين.

(ب) **صدق البناء والتكوين** : يكتسب المقياس صدقه من خلال إعداده في نطاق ما أسفرت عنه النظريات والبحوث السابقة ، والإستفادة من نتائجها في وضع تعريف إجرائي للتنظيم الانفعالي ومكوناته، وقد تم ذلك في ضوء ما تم الإطلاع عليه من مقاييس سابقة خاصة بالتنظيم الانفعالي ، فإذا كان المقياس ومفرداته اشتقت من النظريات والمقاييس والدراسات ، وهي جميعاً تشكل مصادر المعرفة النظرية والتطبيقية ، ومن ثم يصبح المقياس صادقاً في ضوء ما يسمى بصدق البناء والتكوين .

(ج) **صدق البناء العاملي** : تم معالجة البيانات إحصائياً وذلك بإجراء التحليل العاملي الإستكشافي للعوامل بحساب صدق البناء العاملي للعوامل ، وتحديد مدى دلالة تشبعات المقاييس بالعوامل باعتبار التشبعات دالة إذا كانت تساوي (+0.30) على الأقل ، وبناء عليه تم تحديد العوامل فيما لا يقل عن اثنين من التشبعات الدالة على الأقل ، وقد أسفر التحليل الإستكشافي للعوامل والذي تضمن مخرجاته بعد التدوير وحساب التشبع عند 0.3، على عامل كما في الجدول(3):

جدول (3) العامل المستخرج من المصفوفة الارتباطية للمقاييس الفرعية مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية (ن=100)

م	التشبعات المقاييس الفرعية	1ع
1	أدراك الانفعالات	0.885
2	التعبير عن الانفعالات	0.814
3	المشاركة الوجدانية	0.790

كما يلاحظ من الجدول (3) أن مكونات المقياس تنتظم حول مكون واحد وتشبعاته إيجابية وجوهرية مرتفعة ، العامل وحيد القطب دال بدرجة موجبة ، فقد تراوحت قيم التشبعات على العامل بين (0.885-0.790) لدرجة المشاركة الوجدانية وأدراك الأنفعالات ، وقد ترابطت المكونات معاً في مكون واحد مما يشير إلى أن المقياس صادق عاملياً.

وقد وجد أن المكونات الثلاثة للمقياس تشبعت على عامل واحد مستقل ، هو عامل التنظيم الانفعالي ، والتي يتضمنها مقياس التنظيم الانفعالي ذو المكونات الثلاثة (أدراك الانفعالات، التعبير عن الانفعالات، المشاركة الوجدانية) وبذلك يتضح أن مقياس التنظيم الانفعالي يتمتع بالصدق العاملي.

ثانياً: مقياس اضطراب الشخصية الحدية **Borderline personality disorder**

جاء إعداد هذا المقياس بهدف توفير أداة سيكومترية مستمدة من البيئة العربية وبما يناسب ثقافتها ، فضلاً عن السعي للإلمام بمهارات بناء المقاييس.

خطوات إعداد المقياس: مر المقياس بعدة مراحل يمكن إيضاحها على النحو التالي:
المرحلة الأولى: مراجعة المقاييس السابقة: تم الإطلاع على المقاييس والإختبارات السابقة التي تقيس اضطراب الشخصية الحدية.

(Carr & Francis, 2010)، (Bohus, et, al, 2009)، (More, 1991)

وذلك لتحديد مكونات المقياس.

المرحلة الثانية : مراجعة مقاييس اضطراب الشخصية الحدية على المستويين العربي والأجنبي لدراسة مكوناتها والاستفادة منها .

المرحلة الثالثة : إن تحليل نتائج مصادر المعرفة المختلفة (نظريات - تعريفات - مقاييس - دراسات استطلاعية) ، أسفرت عن عدة مفردات ثم الإبقاء على المفردات التي حظيت بشيوع وتكرار عالي وتتمثل في (إيذاء الذات، المزاج المتقلب، اضطراب التفكير) ، وقد تم صياغة البنود بلغة عربية واضحة ، وسهلة ، بعيدة عن النفي والإيحاء ، وتتضمن الصورة الأولية للمقياس (30 بندا) .

تصحيح المقياس : تم صياغة البنود بلغة سهلة وواضحة ، كما تم صياغة بعضها بصياغة سلبية وأخرى ايجابية ، كما تم تصحيح المقياس وفقاً لبدائل ثلاثة (موافق- موافق إلى حد ما - غير موافق) ، وأن البنود الإيجابية تحصل على ثلاث درجات - موافق إلى حد ما تحصل على درجتين - في حين تحصل (غير موافق) على درجة واحدة ، أما البنود السالبة تتبع عكس هذا التدرج ، وأن الدرجة الكلية للمقياس = (90) أما الدرجة الصغرى = (30) . ويوضح الجدول (4) مكونات المقياس وأرقام البنود ذات الصياغة الإيجابية (في اتجاه قياس السمة) والسلبية (عكس اتجاه قياس السمة) لكل مكون.

جدول (4): مكونات مقياس اضطراب الشخصية الحدية وأرقام بنود كل مكون

مكونات المقياس	أرقام البنود ذو الصياغة الإيجابية
إيذاء الذات	1-4-7-10-13-16-19-22-25-28
المزاج المتقلب	2-5-8-11-14-17-20-23-26-29
اضطراب التفكير	3-6-9-12-15-18-21-24-27-30

المرحلة الرابعة : تحديد بدائل الاستجابة تم ذلك من خلال مراجعة المقاييس السابقة المعنية بتقدير اضطراب الشخصية الحدية ، تم تحديد بدائل الاستجابة في ثلاثة (موافق- موافق إلى حد ما - غير موافق) ، بوصفها الأنسب لعينة الدراسة ، وذلك لأن الاستجابة الرباعية أو الخماسية تؤدي لنتائج المفحوص ، نظراً لكثرة البدائل ، في حين أن الاختيار من بين (نعم ، لا) يجعل المفحوص مقيداً باختيار إحداهما وذلك على غير رغبته .

المرحلة الخامسة : تحكيم المقياس ، تم عرض المقياس على (ن - 3) من خبراء علم النفس ، وقد أسفر التحكيم عن عدة نتائج من أهمها أنه تم الإتفاق على البنود 30 للمقياس ولم يتم حذف أي عبارة .

المرحلة السادسة: التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس، وسنوضح ذلك فيما يلي:

أولاً ثبات المقياس، تم التحقق من ثبات المقياس بأكثر من طريقة وذلك لتحقيق المعنى الأشمل للثبات ونوضح ذلك في الجدول (5):

جدول (5): معاملات ثبات التجزئة النصفية، وألفا لكرونباخ، وجتمان للمقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية الحدية (ن=100)

م	القيم الأحصائية المكونات	عدد البندود	معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح	معاملات ثبات ألفا لكرونباخ	معامل ثبات جتمان
1	إيذاء الذات	10	0.783	0.721	0.765
2	المزاج المتقلب	10	0.632	0.692	0.734
3	إضطراب التفكير	10	0.467	0.296	0.370
4	الدرجة للمقياس	30	0.757	0.757	0.855

يتضح مما سبق أن ثبات المقياس بأسلوب التجزئة النصفية بلغ (0.757) للمقياس ككل ، بينما بلغت قيمة معاملات الثبات باستخدام طريقة ألفا لكرونباخ (0.757) للدرجة الكلية للمقياس ككل ، كما بلغت قيمة معاملات الثبات جتمان (0.855) للدرجة الكلية للمقياس ككل ، مما يعني أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفعة.

ثانياً : صدق المقياس : تم التحقق من صدق المقياس بأكثر من طريقة ، وذلك لأن للصدق معاني مختلفة ، ونذكرها فيما يلي:

(أ) صدق المحكمين : تم عرض المقياس على (3) من أساتذة علم النفس تخصص قياس وعلم نفس أكلينيكي، وقد أبدى المحكمون رأيهم في المقياس بالموافقة بدون وجود تعديلات ، ومن ثم يصبح المقياس صادقاً من وجهة نظر المحكمين.

(ب) صدق البناء والتكوين : يكتسب المقياس صدقه من خلال إعداده في نطاق ما أسفرت عنه النظريات والبحوث السابقة ، والإستفادة من نتائجها في وضع تعريف إجرائي لاضطراب الشخصية الحدية ومكوناته ، وقد تم ذلك في ضوء ما تم الإطلاع عليه من مقاييس سابقة خاصة باضطراب الشخصية الحدية، فإذا كان المقياس ومفرداته اشتقت من النظريات والمقاييس والدراسات ، وهي جميعاً تشكل مصادر المعرفة النظرية والتطبيقية ، ومن ثم يصبح المقياس صادقاً في حيث البناء والتكوين.

(ج) صدق البناء العاملي : تم معالجة البيانات إحصائياً، وذلك بإجراء التحليل العاملي الإستكشافي للعوامل بحساب صدق البناء العاملي للعوامل ، وتحديد مدى دلالة تشبعات المقاييس بالعوامل باعتبار التشبعات دالة إذا كانت تساوي (+0.30) على الأقل ، وبناء عليه تم تحديد العوامل فيما لا يقل عن اثنين من التشبعات الدالة على الأقل ، وقد أسفر التحليل الإستكشافي للعوامل والذي تضمن مخرجاته بعد التدوير وحساب التشبع عند 0.3، على العامل كما في الجدول:

جدول (6) العامل المستخرج من المصفوفة الارتباطية للمقاييس الفرعية مقياس اضطراب الشخصية الحدية والدرجة الكلية(ن=100)

م	التشبعات المقاييس الفرعية	ع1

0.790	إيذاء الذات	1
0.848	المزاج المتقلب	2
0.778	إضطراب التفكير	3

و يلاحظ من الجدول (6) أن مكونات المقياس تنتظم حول مكون واحد وتشبعاته إيجابية وجوهرية مرتفعة ، العامل وحيد القطب دال بدرجة موجبة ، فقد تراوحت قيم التشبعات على العامل بين

(0.778-0.848) وقد ترابطت المكونات معاً في مكون واحد مما يشير إلى أن المقياس صادقاً عاملياً

وقد وجد أن المكونات الثلاثة للمقياس تشبعت على عامل واحد مستقل ، هو عامل اضطراب الشخصية الحدية، ويعد عامل رئيسي : ولذلك فقد تشبعت عليه المكونات الثلاثة المرتبطة به ، والتي يتضمنها مقياس اضطراب الشخصية الحدية ذو المكونات الثلاثة (إيذاء الذات، المزاج المتقلب، إضطراب التفكير) وبذلك يتضح أن مقياس اضطراب الشخصية الحدية يتمتع بالصدق العملي.

الأساليب الإحصائية: تم الاستعانة بالأساليب الإحصائية وتمثل في:-

- 1- (إختبار ويلكوكسون "Wilcoxon Test") للعينات المترابطة.
- 2- مقياس النزعة المركزية (المتوسط الحسابي ، الإنحراف المعياري).
- 3- إختبار (ت) T.test وذلك للتحقق من صحة فروض الدراسة ومبررات ذلك تتمثل في حجم العينة ، وطبيعة الفروض المطروحة.

نتائج البحث ومناقشتها

الفرض الأول ونصه : " تختلف كل من تنظيم الانفعالات، واضطراب الشخصية الحدية باختلاف المتغيرات الديموغرافية (النوع – العمر – التعليم)، وللتحقق من صحة الفرض ، عولجت إستجابات العينة بإستخدام إختبار قيمة (ت) T.test للعينات المرتبطة، لحساب إختلاف متغيري الدراسة (تنظيم الانفعالات ، و اضطراب الشخصية الحدية ، باختلاف المتغيرات الديموغرافية)،

ونوضح ذلك في جدول (7)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المجموعات	القيم الإحصائية المتغير
0.01	9.72	7.24	68.88	50	ذكور	تنظيم الانفعالات
		9.13	84.96	50	إناث	
0.01	9.72	7.24	68.88	50	علمي	
		9.13	84.96	50	أدبي	
0.01	0.17	8.790	76.85	60	21-19	
		10.28	86.52	40	23-21	

0.01	7.12	10.89	66.88	50	ذكور	اضطراب الشخصية الحدية
		9.04	56.34	50	إناث	
0.01	0.05	10.26	.5659	50	علمي	
		8.62	56.66	50	أدبي	
0.01	0.67	9.14	.0867	60	21-19	
		9.91	55.40	40	23-21	

بقراءة قيم (ت) الواردة في جدول (7) نستخلص أن ثمة فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة في تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية من حيث أختلاف العمر أو النوع أو التخصص في اتجاه الإناث فهن أكثر قدرة على تنظيم أنفعالاتهن من الذكور، كما أن طلاب المرحلة الأدبية لديهم قدرة على تنظيم الأنفعالات ، وأن الطلاب الأكبر سناً أكثر قدرة على تنظيم انفعالاتهم من الأصغر سناً، ويمكن مناقشة هذه النتيجة في ضوء الأطر النظرية سواء الدراسات السابقة ، أو النظريات المفسرة لهذه النتيجة ، ونوضح ذلك فيما يلي.

(Sajadi, S.F.et al,2015)،(Kuo, J.R et al,2015) ،(Kuo, J.R., et al, 2018)

(Hope, N.H., Chapman, A.L., 2019)،(Cavelti, M, et al, 2019) وهناك دراسات أكدت أن المراهقين أكثر تعرضاً للأخفاق في تنظيم أنفعالاتهم من الأكبر سناً مثل دراسة

(Maleva, Viliyana., 2017).

مناقشة نتائج الفرض الأول: أشارت النتائج إلى تحقق الفرض الأول من حيث تباين متغيري الدراسة (تنظيم الانفعالات ، وإضطراب الشخصية الحدية) بتباين المتغيرات الديموجرافية (النوع- العمر – التخصص).

ويمكن مناقشة ما تقدم في ضوء الدراسات السابقة – ونوضحها فيما يلي:-.

من حيث النوع Gender : أن الإناث أكثر قدرة على تنظيم أنفعالاتهن من الذكور، وهذا ما أكدته دراسة (Katreena L., Scott, 1996)،(Paidal Ruiz & Elisabeth & Rossy Lynn A, 2003) فالفتيات أكثر اهتماماً بمشاعرهن من الذكور، في حين أشارت دراسة (Domes Gregor & Herpertz) (Sabinea, 2010) إلى أن الفروق دالة في اتجاه الذكور، إلا أن دراسة كل من (Ashley Newton,) (2014)،(Schaller ,tomoko, 2009))) أشارت نتائجها إلى موقف محايد، حيث لا توجد فروق بين الذكور والإناث بشأن متغير (تنظيم الانفعالات).

وللمناقشة في ضوء النظريات التي أكدت على موقف محايد بحيث أن متغير النوع لا يمثل فروق مثل نظرية (Golman, 2001)، ونظرية (Gross & John, 2003) الذي أكدت أن الذكور والإناث يسعوا لتعديل خبرتهم في تنظيم الانفعال عن طريق وسائل فسيولوجية أو سلوكية إي لا توجد فروق بينهم .

أما في نظرية التحليل النفسي أكدت على وجود خلل في تنظيم الانفعالات لدى الذكور حيث أن قدرتهم على التعبير عن أنفسهم أقل من الإناث، نتيجة النكوص أو توقف النمو الأنفعالي(Krystal, 1979).

من حيث التخصص: أكدت نتيجة الدراسة أن طلاب التخصصات الأدبية لديهم قدرة على تنظيم انفعالاتهم أكثر من طلاب التخصصات العلمية، وهذا ما أكدت عليه دراسة (عياش وفاق، 2016) أسفرت نتيجتها أن طلاب التخصصات الأدبية أكثر من طلاب التخصصات العلمية في تنظيم الانفعالات .

في حين نجد دراسة (Holling worth, 2014) أسفرت نتيجتها أن طلاب التخصصات العلمية أكثر من طلاب التخصصات الأدبية في تنظيم الانفعالات، ولكن دراسة كلاً من (Reja Bubic, 2015)، (Leipold Bernhard, 2015) أكدت النتائج على أن لا فروق بين طلاب التخصصات العلمية والادبية بشأن تنظيم الانفعالات .

وللمناقشة في ضوء النظريات أكدت نظرية الإجهاد والتعامل اهمية العمليات المعرفية اللازمة للتعامل مع الحدث الخارجي في سبيل تحقيق التوافق للفرد، إى أن طلاب التخصصات الأدبية لديهم قدرة على تنظيم الانفعالات والتعامل مع الضغوط (Lazarus, 1966)، وأكد جولمان في نظريته (Goleman, 1995,) (123) على أن طلاب التخصصات الأدبية لديهم ذكاء وجدانى وقدرة على تنظيم أنفعالاتهم بدرجة أعلى من طلاب التخصصات العلمية، أما النظرية المعرفية، أكدت على نظرة محايدة حيث أشار فيليبوت وزملاءه أن التنظيم الإنفعالي عملية معقدة تشمل عدة أنظمة مرتبطة، وهي الإدراك والانتباه والذاكرة واتخاذ القرار والوعي، وأنعكاس الوعي على الأفراد يؤدي إلى تنظيم الانفعالات (Philippot, et al.,) (2004, 91).

أما نظرية جيمس كروس (James Gross) فأكدت على وجود فروق دالة لصالح التخصص العلمي، أن التنظيم الإنفعالي يحتوي كل الاستراتيجيات الواعية وغير الواعية التي يستخدمها الفرد لزيادة أو خفض أو الحفاظ على إحدى مكونات الاستجابة الإنفعالية كالخبرة الذاتية والاستجابات السلوكية والردود الفسيولوجية. (Gross, 1998)

من حيث العمر: أظهرت نتائج الدراسة أن الطلاب الأكبر سناً لديهم قدرة أكبر على تنظيم أنفعالاتهم وكذلك الأمر بالنسبة لدراسة كل من (Lucy Victoria, 2014)، (Leipold Bernhard, 2015)،

(Kraaij & Garnefski, 2006) ، (عياش وفاق، 2016) فقد أشارت النتائج إلى أنه كلما زاد التقدم في العمر كلما أستطاع الفرد تنظيم أنفعالاته.

ولكن أتت دراسة (إيمان يونس، 2018) ، (نور أحمد، 2019) ليؤكدوا على أن تنظيم الانفعالات يتم تنميته في الطفولة أفضل من الشباب .

وللمناقشة في ضوء النظريات نظرية جروس (Gross, 1998) ، ونظرية (Thompson, 1994) كلما تقدم الفرد في العمر زاد لديه الوعي بتنظيم انفعالاته (Heather, 2010, 19) يؤكد من خلال النظرية الاجتماعية كلما نضج الفرد كلما تعلم طرق لتنظيم انفعالاته من خلال تقليد الآخرين.

أما نظرية التعلق (Montebarocci, Codispoti, Baldaro & Rossi, 2004) فأكدت على أن الأطفال الذين ارتبطوا بشكل آمن يخبرون انفعالاً إيجابياً ويتعلمون أن ضبط التعبير الإنفعالي له نتائج إيجابية يكونون في الصغر لديهم تنظيم مرتفع للانفعالات ، إى أن تنظيم الانفعالات يتشكل منذ الصغر لديهم ، ونظرية التحليل النفسي (Taylor, Bagby & Parker, 1997) تؤكد على أن الطفل الذى لديه خبرات انفعالية وسلبية من الأم عندما يكبر يكون لديه نكوص للانفعالات السلبية ويفشل في تنظيم أنفعالاته.

أما بالنسبة لمقياس اضطراب الشخصية الحدية فقد أتضح أن هناك فروق دالة أحصائياً من حيث (النوع والتخصص والعمر).

من حيث النوع : فإن الذكور درجاتهم مرتفعة على المقياس بخلاف الإناث وجاءت دراسة

(Slee, et al., 2008) لتؤكد عدم وجود فروق بين الجنسين ولكن دراسة (Hooly, 2008)، (Perry – Klerman, 1980) أكدت على أن الإناث أكثر عرضة للأصابة باضطراب الشخصية الحدية ووفقاً للدليل التشخيصي الاحصائي (DSM-IV)، (Skodol & Bender, 2003) ، فالنساء أكثر عرضة للإصابة باضطراب الشخصية الحدية ثلاثة أضعاف من الرجال، حيث يمثل الإناث نحو 75% من إجمالي الأفراد.

وللمناقشة في ضوء النظريات أكدت النظرية البيولوجية (Seidler et al., 2013) على أن اضطراب الشخصية الحدية ليس له علاقة بالنوع وأن الأفراد موجود لديهم خلل وظيفي في نشاط السيروتونين وفي نشاط المخ والحركة السريعة غير العادية للعين وليس له علاقة بالنوع ، إلى أنهم أكثر حساسية للحالات الوجدانية السلبية.

أما نظرية نظرية ماسترسون ورينسلي (هبة محمود، 2016) فتذكر أن تعلق الطفل الذكر بأمه يؤدي إلى اضطراب الشخصية الحدية أي تؤكد على أن الذكور لديهم الاضطراب أكثر من الإناث في حالة التعلق بالأم.

النظرية المعرفية (عبد الله عسكر، 1996) تشير إلى أن الطفل سريع الغضب قد يكون أكثر تعرضاً للرفض من قبل الوالدين عن الطفل المرح، كذلك ووفقاً للمنظرين فإن تعرض الطفل المتكرر للصدمات والبيئة الأسرية غير التكيفية ، وأن الذكور أكثر عرضة لاضطراب الشخصية الحدية من الإناث.

وفي هذا الصدد، أشار سكودول وبندر (Skodol & Bender, 2003) إلى الاتجاه بالبحث عن عوامل الخطورة التي قد تكون مسئولة عن الفروق بين الذكور والإناث في هذا الاضطراب. فقد تكون الفروق البيولوجية بين الذكور والإناث أو الفروق في التنشئة الاجتماعية وخبراتهم الحياتية هي السبب الرئيسي في هذه الفروق. فمن الناحية البيولوجية، فإن الذكور أقل في الاستثارة اللاإرادية وفي مستقبلات السيروتونين، وأقل في نشاط الفص الجبهي في المخ، كل هذا يسهم في ضعف الجانب الاجتماعي والكبت السلوكي، وضعف مهارات حل المشكلات اللغوية لدى الذكور مقارنة بالإناث. وتصبح الإناث بدورها أكثر من الذكور في التعبير عن الخوف وتنمية الضمير الحاد، والتعبير عن الذنب والاكتماب، وبالتدرج يصبح لدى الإناث مشكلات في التحكم في الانفعالات. أما من الناحية الاجتماعية، اتضح أن الفروق بين الجنسين في التنشئة الاجتماعية تؤدي دوراً مهماً، حيث تدعم الإناث خلال التنشئة الاجتماعية ليصبحن أقل عدوانية من الذكور، كما يواجهن خبرات ومواقف بيئية قاسية في حياتهن تجعلهن أكثر عرضة لاضطراب الشخصية الحدية.

من حيث التخصص : فإن طلاب التخصصات العلمية درجاتهم مرتفعة على مقياس اضطراب الشخصية الحدية ،أتت دراسة لصالح أن التخصصات الأدبية أعلى في درجاتهم على اضطراب الشخصية الحدية دراسة (Bjareched, et al., 2008) وبينما دراسة (Buckholdt, et al., 2009) أكدت على عدم وجود فروق بين التخصصات الأدبية والعلمية.

وللمناقشة في ضوء النظريات وأشار المنظور المعرفي (Beck and Freeman, 1990) إلى أن اضطراب الشخصية الحدية منتشر أكثر بين طلاب التخصصات العلمية .

أما المنظور الاجتماعي والثقافي (Comer, 1996) أن التخصصات لا تشكل فروق لكن التعرض لضغوط قد يؤدي إلى اضطراب الشخصية الحدية .

من حيث العمر : اضطراب الشخصية الحدية دال لصالح الأصغر عمراً وهذا ما أكدته دراسة

(Sajadi, et al., 2015)، (Schramm, et al., 2013)، (Marieke Schuppert, et al., 2012) أكدوا على أن المراهقين لديهم اضطراب شخصية حدية أكثر من الكبار .

بينما أنت دراسة (Trogo, et al., 2012)، (Kuo, et al., 2015) ليؤكدوا على أنه كل ما زاد العمر زاد اضطراب الشخصية الحدية .

أما دراسة (Slee, et al., 2008)، (Salsman, et al., 2012) أكدوا على عدم وجود فروق في اضطراب الشخصية الحدية من حيث العمر .

وللمناقشة في ضوء النظريات : نظرية جويل باريس (Otto Kernberg, 1965) والتي أكدت أن الاضطراب يتشكل منذ الطفولة ، ومنظور كيرنبرج: يرى (Kernberg, 2013, 1-22) و المنظور الاجتماعي والثقافي: يشير (Comer, 1996) الذين يؤكدوا على أن اضطراب علاقة الطفل بالموضوع (الأم- الأب) المتمثل في الإهمال، والرفض، والعقاب البدني الشديد، وفي الوقت نفسه اعتمادية الطفل على والديه، وعدم قدرته على الاستقلالية تؤدي إلى انخفاض تقدير الذات وتكون لديه أعراض اضطراب الشخصية الحدية.

الفرض الثاني: " تختلف كل من تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف القياسين القبلي والبعدي "

وللتحقق من صحة هذا الفرض يمكن صياغته بأسلوب إحصائي كالتالي : توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التدريبي على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) باختلاف القياسين (القبلي والبعدي) ، ولإختبار صحة هذا الفرض تم إجراء تحليل إحصائي لدرجات أفراد عينة الدراسة (ن = 10) طالب وطالبة ، لمقارنة متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التدريبي ، بمتوسطات رتب درجات نفس المجموعة بعد تطبيق البرنامج التدريبي ، وذلك على مقياس تنظيم الانفعالات ومقياس اضطراب الشخصية الحدية ، بإستخدام برنامج (SPSS) ، لحساب قيمة اختبار ويلكوكسون " Wilcoxon Test للكشف عن دلالة الفروق بين عينتين مرتبطتين ، ويوضح ذلك جدول (8)

جدول (8) قيمة (Wilcoxon) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين (القبلي والبعدي) قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية)

القيم الأحصائية المنغير تنظيم	نتائج القياس قبلي/بعدي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z" Wilcoxon	مستوى الدلالة	حجم التأثير
	الرتب السالبة	0	0.00	0.00		0.01	0.65

متوسط	2.805	55.00	5.50	10	الرتب الموجبة	الانفعالات	
				0	الرتب المتعادلة		
				10	الإجمالي		
متوسط 0.64	0.01	2.803	0.00	0	الرتب السالبة	اضطراب الشخصية الحدية	
			55.0	5.50	10		الرتب الموجبة
				0	الرتب المتعادلة		
				10	الإجمالي		

تبين من الجدول (8) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي بصدد كل من تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية ككل ، يلاحظ أن قيمة " Z " " Wilcoxon " بلغت (2.805) للدرجة الكلية لمقياس تنظيم الانفعالات لدى الطلاب ، وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) ، و أن قيمة " Z " " Wilcoxon " بلغت (2.803) للدرجة الكلية لمقياس تنظيم اضطراب الشخصية الحدية لدى الطلاب ، وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) ، مما يعني أن كل من (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) يختلفان باختلاف القياسين (القبلي- البعدي) وذلك في اتجاه القياس البعدي ، وهذا يعني أن البرنامج له فعالية في تنمية تنظيم الانفعالات وخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلاب الجامعة ، وهذا يؤكد على أن هناك تعلماً لمهارات التنظيم الانفعالي ، مما يدعو للثقة في أنشطة البرنامج ، وأن عملية التعلم لا تتم إلا إذا بذل الإنسان الجهد المناسب في هذا السبيل ، والممارسة شرط من شروط التعلم ، ولا يقصد بها إعادة أو تكرار المهارة المطلوب تعلمها بل المقصود الممارسة الموجهة بقصد تحسين أداء المتعلم . (رزان منصور كردى ، 2012 : 278) ولحساب حجم تأثير البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية ، فقد اعتمدت الباحثة في حسابه على ما أشار إليه عزت عبد الحميد (2011 : 279-280) أنه عند استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test لحساب الفرق بين متوسطي رتب أزواج الدرجات المرتبطة وحين تسفر النتائج عن وجود فرق دال إحصائياً بين رتب الأزواج المرتبطة من الدرجات أو بين رتب القياسين القبلي والبعدي ، فإنه يمكن معرفة قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة Matched- Pairs Rank Biserial Correlation الذي يحسب بالمعادلة التالية :

$$r = (4 (T1) / n (n + 1)) - 1 \dots\dots\dots (1)$$

حيث r = قوة العلاقة (معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة) .

T1 = مجموع الرتب ذات الإشارة الموجبة .

n = عدد أزواج الدرجات .

ويتم تفسير (r) كما يلي :

- أ- إذا كان : $(r) > 0.4$ فيدل على علاقة ضعيفة أو حجم تأثير ضعيف .
ب - إذا كان : $(r) \geq 0.4 > 0.7$ فيدل على علاقة متوسطة أو حجم تأثير متوسط .
ج - إذا كان : $(r) \geq 0.7 > 0.9$ فيدل على علاقة قوية أو حجم تأثير قوي .
د - إذا كان : $(r) \leq 0.9$ فيدل على علاقة قوية جداً أو حجم تأثير قوي جداً .
- وبتطبيق المعادلة السابقة يظهر أن حجم التأثير كان متوسط ، حيث كانت $(R) \leq 0.4$ أي أن المتغير المستقل يفسر (64 %) من التباين في المتغير التابع .

مناقشة نتائج الفرض الثاني: أشارت نتائج التحليل الإحصائي إلى أن الفرض الثاني قد تحقق من حيث فعالية أنشطة البرنامج في تنمية التنظيم الانفعالي وخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية ، ويمكن الزعم أن التغيير الذي طرأ على سلوك طلاب الجامعة يعزى إلى عدة اعتبارات يمكن توضيحها فيما يلي:

1- حسن استخدام الفنيات المناسبة : فقد تم إختيار أنشطة البرنامج وفقاً لمعايير علمية، وفي ضوء العديد من النظريات النفسية، وفي صدارتها العلاج المعرفي السلوكي ، فالإنسان لا يمكن أن نعمل على تعديل سلوكه وتنميته إلا من خلال برامج متكاملة ، تعتمد على العديد من الأنشطة المتنوعة لتحقيق الأهداف المطروحة ، وانطلاقاً من هذا المعنى اعتمد البرنامج الإرشادي على ما يلي :

أ (الإضطلاع على العديد من البرامج الأجنبية والعربية المتعلقة بموضوع الدراسة والتحليل الجيد لها ، بهدف إستخلاص الأنشطة والفنيات التي يعتمد عليها البرنامج المقترح في هذه الدراسة .
ب (دمج نظريات علم النفس الإرشادية والعلاجية (السلوكية ، المعرفية ، الانفعالية) .

ج (اعتماد البرنامج على عدة فنيات تم إختيارها بموضوعية ، والتي تتمثل في (المحاضرة ، المناقشة والحوار ، التحكم الذاتي ، النمذجة ، الاسترخاء ، التعزيز ، لعب الدور ، الدحض والإقناع ، الواجبات المنزلية ، أسلوب حل المشكلات ، أحاديث الذات ، التغذية المرتدة) ، والتي تعتمد على تزويد أفراد المجموعة التجريبية بمعلومات صحيحة وتدريبهم على مهارات التنظيم الانفعالي لخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية .

(2) إنتقاء أنشطة البرنامج الإرشادي ، لقد تم إنتقاء فنيات وأنشطة البرنامج من خلال تحليل دقيق لمصادر المعرفة المختلفة من (نظريات ودراسات ، ومقاييس ، وبرامج) ثم تم عرضها على خبراء واساتذة علم النفس للحكم على مدى مناسبتها للظاهرة المراد تنميتها.

(3) إختيار المكان والزمان المناسبين لتنفيذ البرنامج ، فلا شك أن توفير المناخ النفسي الملائم، وأيضاً المناخ الفيزيقي (التهوية ، المكان ، الزمان ، الإضاءة) لتطبيق المقاييس النفسية ، أو البرامج الإرشادية، والعلاجية، والتدريبية ، وذلك لضمان جودة الأستفادة من البرنامج ، حتى لا يقلل من أثر المتغيرات المستقلة الخاصة بالدراسة .

4- أما فيما يتعلق بزمن تطبيق البرنامج : فقد تم تحديد جلسات البرنامج بواقع جلستين أسبوعياً ، بواقع ثلاثة أشهر متواصلة ، كما كانت مدة كل جلسة ساعتين تتخللها راحة، وهي فترة ليست طويلة حتى لا يشعر الطلاب بالملل ، وهذا ما سارت على نهجه العديد من الدراسات ، كدراسة

(Fowler, J.C ,et al, 2018)،(Gordon -Dixon, K.L., et al, 2019)،(Gratz, K.L.,et al, 2019)، (al, 2019) إذ أن الإختيار المناسب لتوقيت الجلسات من أهم الخطوات لنجاح البرنامج الإرشادي .

5- إتباع بعض القواعد العامة في الموقف التعليمي : ويمكن إجمالها فيما يلي :

أ- تعديل السلوكيات الانفعالية غير المقبولة اجتماعياً، والتي يتسم بها اضطراب الشخصية الحدية والمتمثلة في (رغبة الفرد في أذى ذاته، والميل للأنتحار، مع تقلب المزاج، ويصاحبه اضطراب في التفكير).

ب- تنمية الوعي والفهم الانفعالي لدي الطلاب الذين لديهم اضطراب شخصية حدية، بحيث يكون دائم الإتصال بمشاعره، وحقيقة مشاعره بدون تضخيم، ويستطيع أن يعرف كيف يعبر عنها، وأن يحدد احتياجاته المرتبطة بها، والتعامل مع الآخرين.

ج - تنمية ضبط الانفعالات، والسيطرة عليها والتحكم بها، والتعبير عنها بشكل ايجابي مناسب للموقف.

د- التعرف علي الانفعالات والمشاعر والتعبير عنها وتوجيهها، والتعاطف مع الآخرين، مع قدرته على التمييز بين الانفعال الحقيقي والمزيف .

هـ- تنمية القدرة علي مواجهة الضغوط الانفعالية المختلفة ومعرفة كيفية معالجتها أو التعامل مع المشاعر التي تؤذيه أو تزعجه.

و- تنمية علاقات اجتماعية جيدة قائمة على الحب والتعاون بين الذين لديهم اضطراب شخصية حدية والآخرين.

6- إمكانية تعديل السلوك : تؤكد كل النظريات والدراسات السيكولوجية ، بأن السلوك الإنساني عرضة للتبديل والتغيير ، ويؤكد على ذلك جهود علماء النفس في تعديل السلوك الإنساني، وذلك من خلال مختبراتهم وبرامجهم ، وخير دليل على ذلك وجود مجال نفسي جديد تحت مسمى Intervention Psychology ، فقد أكدت البحوث أن السلوك الإنساني يوجد بمقدار ، وكل مقدار يمكن قياسه ، وكل ما يمكن قياسه يمكن تعديله ، وفي ضوء ما تقدم فإن مستوى التنظيم الانفعالي يزيد وفقاً لعوامل وينقص وفقاً لعوامل أخرى مشابهة أو مناهضة ، وبناء عليه فإن حدوث أي تغيير في مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلاب الجامعة نحو الأفضل نتيجة تطبيق البرنامج هو من الأمور المتوقعة التي اعتمد عليها البرنامج الإرشادي.

7- طبيعة العينة ومواصفاتها : إن تعديل السلوك وتغييره يقع ضمن أطر معينة ، ولعل طبيعة العينة ومواصفاتها تعتبر إحدى أهم هذه الأطر ، والمقصود بها الفئة العمرية، والنوع ، حيث يتراوح العمر الزمني للعينة (19-23) عام من طلاب الجامعة ، ومن خلال مراجعة درجات أفراد العينة على القياس القبلي لمقياس التنظيم الانفعالي، واضطراب الشخصية الحدية ، يلاحظ انخفاض مستوى التنظيم الانفعالي، بالإضافة إلى ارتفاع أعراض اضطراب الشخصية الحدية؛ مما يؤكد حاجة طلاب الجامعة لبرنامج إرشادي يعمل على تنمية التنظيم الانفعالي.

ويلاحظ أن نتائج هذه الدراسة تأتي ضمن السياق الطبيعي لأغلب الدراسات التدخلية في علم النفس ، والتي تشير إلى إمكانية تنمية التنظيم الانفعالي ، لدى أفراد المجموعة التجريبية ، ودورها الملموس في خفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية ، وذلك بعد التعرض لبرنامج تدريبي ، ومن هذه الدراسات :

(Daros, et al,2017)،(Maleva, et al,2017)، (Matusiewicz, et al,2014)

الفرض الثالث ونصه : " تختلف كل من تنظيم الإنفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف القياسين البعدي والتتبعي.

ولتحقق من صحة هذا الفرض يمكن صياغته بأسلوب إحصائي كالتالي : " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأطفال على مقياس (تنظيم الانفعالات) ومكوناته الفرعية باختلاف القياسين

(البعدي والتتبعي) " . ولاختبار صحة هذا الفرض تم إجراء تحليل إحصائي لدرجات أفراد عينة الدراسة (ن = 10) طالب وطالبة ، لمقارنة متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبي ، بمتوسطات رتب درجات نفس المجموعة بعد شهر من تطبيق البرنامج التدريبي ، وكذلك القياس البعدي ، وذلك على مقياس تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية ، باستخدام برنامج (SPSS) ، لحساب قيمة اختبار ويلكوكسون " Wilcoxon Test " للكشف عن دلالة الفروق بين عينتين مرتبطتين . ويوضح ذلك جدول (9) .

جدول(9) قيمة (Wilcoxon) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية (ن=10) في القياسين (القبلي وتتبعي) قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية)

القيم الإحصائية	نتائج القياس بعدي/ تتبعي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z" Wilcoxon	مستوى الدلالة	حجم التأثير
تنظيم الانفعالات	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	2.805	0.01	متوسط
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00			
	الرتب المتعادلة	0					
	الإجمالي	10					
اضطراب الشخصية الحدية	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	72.80	0050.	متوسط
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00			
	الرتب المتعادلة	0					
	الإجمالي	10					

يتضح من الجدول (9) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد تطبيق البرنامج التدريبي ، لصالح القياس التتبعي ، مما يدل على تحقق صحة الفرض الثالث للدراسة ، فقد بلغت قيمة " Z " " Wilcoxon " = (2. 805) لمقياس تنظيم الانفعالات لدى طلاب الجامعة ، وذلك للفروق بين درجات القياسين (البعدي- التتبعي) ، وجميع هذه القيم دالة إحصائياً لهذا المقياس ومقياس اضطراب الشخصية الحدية فقد بلغت قيمة " Wilcoxon "

Z " = (2.807) ، لمقياس اضطراب الشخصية الحدية لدى طلاب الجامعة ، وذلك للفروق بين درجات القياسين (البعدي- التتبعي) ، وجميع هذه القيم دالة إحصائياً لهذا المقياس، مما يعني أن متغيري الدراسة (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) يختلفان باختلاف القياسين (البعدي - التتبعي) في اتجاه القياس التتبعي ، وهذا يعني تأكيد صحة الفرض.

مناقشة النتائج : أشارت نتائج التحليل الإحصائي إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) باختلاف القياسين (البعدي - التتبعي) في اتجاه القياس التتبعي ذو المتوسط الأكبر ، والذي يعني أن درجات طلاب العينة ما زالت مرتفعة ، مما يؤكد بدوره على أن للبرنامج أثراً فعالاً في تنمية التنظيم الانفعالي وخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلاب الجامعة ، وأن فعالية البرنامج استمرت إلى ما بعد الإنتهاء من تطبيقه .

وهذا يؤكد على أن البرنامج له أثر باقٍ وفعال ومستمر في تنمية تنظيم الانفعالات وخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى طلاب العينة ، وهذا ما أكدت عليه نتائج بعض الدراسات التي أشارت إلى استمرارية تأثير البرنامج بعد الإنتهاء من تطبيقه مع اختلاف المدة الزمنية للمتابعة ، والتي تراوحت ما بين أسبوعين إلى ستة أشهر، ويرجع ذلك إلى نجاح الإستراتيجيات المستخدمة في البرنامج ، فقد أكد (Haliczzer, L.A., et al, 2019) على جدوى إستخدام فنيات ووسائل زيادة الوعي الانفعالي وزيادة التنظيم الذاتي الانفعالي مثل (ضبط انفعالي، ضبط الدافع، المشاركة، الوعي الانفعالي، إستراتيجيات التعامل مع المشاعر السلبية ، الإستبصار ، المرونة ، التقبل ، تعزيز إستراتيجيات التفكير البديل ، الدعم التبادلي (PATHS) ، التواصل الإجتماعي ، اكتساب المهارات الانفعالية الاجتماعية الأخرى ، وفهم الانفعالات المعقدة للذات وللآخرين ، نمو المشاركة الوجدانية ، حل المشاكل والتقييم ، والإحجام ، والتنفيس ، والإسترخاء ، وضبط الموقف ، ومنحهم الثقة والإتزان الانفعالي ، كما يعزى نجاح البرنامج للإجراءات الخاصة بكل جلسة ، حيث تبدأ الجلسة بتدعيم روح الجماعة، والتعاون بين الطلاب في جو من الإسترخاء النفسي مع تعريف المهارة المستخدمة بشكل يفهمه الطلاب، وبيان أوجه الإستفادة منه، والتعاون القائم في كل جلسة مما يكسب أعضاء التواصل ، ولزيادة الفاعلية تنتهي كل جلسة بتكليفات وواجبات منزلية، يتم إستعراض أنشطتها مع الطلاب، وتعزيز السلوكيات الإيجابية مع كل طالب بصورة جماعية، من خلال التغذية المرتدة للأنشطة . وفي ضوء ما تقدم فإن إعتداد البرنامج على سياسة الواجب المنزلي ، بغرض تعميق ممارسة السلوك والمهارة في إطار الحياة الواقعية ، وإعادة تذكر ذلك من شأنه إستبعاد مواقف الخطأ ، والتركيز على نجاح النشاط ، وهذا ما أكد عليه إستمرار البرنامج .

وفي ضوء ما تقدم يمكن القول أن البرامج الفعالة هي التي يستمر أثرها مدة طويلة بعد إنتهاء البرنامج، ويرجع ذلك إلى إعداد أنشطة ومواقف البرنامج من واقع الحياة بما يتناسب مع طبيعة العينة وخصائصها ، ونجاح الإستراتيجيات والفنيات التي تم إستخدامها ، وأن عينة الدراسة إكتسبت هذه المهارات التي أصبحت جزء من الأنشطة السلوكية في حياتهم اليومية واستمرار تطبيقها، وخاصة فنية الإسترخاء والتنفس العميق .

علاوة على ذلك فقد اعتمد البرنامج على نظريات الإرشاد النفسي ، والتحليل الجيد للبرامج الإرشادية بهدف إستخلاص الأنشطة والفنيات التي يعتمد عليها البرنامج ، إنتقاء أنشطة البرنامج الإرشادي وعرضها على نخبة من المحكمين (ن - 3) للحكم على مدى مناسبتها ، وإختيار المكان والزمان

المناسب لتنفيذ البرنامج فضلاً عن توفير المناخ النفسي والمكان الملائم لتطبيق المقاييس النفسية أو البرنامج الإرشادي ، مما له بالغ الأثر في فعالية البرنامج .

كما يمكن أيضاً تفسير نتائج هذا الفرض في ضوء نظرية التعلم وعلم النفس السلوكي — إدوارد لي ثورنديك (1874- 1949) ، يطلق على نظرية ثورنديك أسم الترابطية Connectionism فهو يرى أن عملية التعلم هي حاصل الربط بين المثير والاستجابة ، تقوى وتضعف بمدى قوة هذا الترابط ، حيث تقوم بتقوية الروابط بين المثيرات والاستجابات، فكلما زاد عدد الروابط كلما ارتفع مستوى التعلم ، ويتم تقوية الروابط عن طريق التدريب، لأنه يعطى فرصة لوصول المتعلم إلى الاستجابات الصحيحة، خاصة إذا كانت تحمل في طياتها تعزيزاً يدعم تلك الاستجابات ، ومن خلال حدوث سلسلة من التغييرات في المواقف يمكن أن تنتقل الإستجابة الى مثير جديد ، حيث تأكد بالقياس البعدي وأثناء تقييم البرنامج بمراحله المختلفة وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) بإختلاف القياسين (البعدي - التتبعي) اتجاه القياس التتبعي ذو المتوسط الأكبر ، مما يجعل من الممكن إنتقال هذه الاستجابات لمواقف الحياة المشابهة لسياق فنيات البرنامج ، كما يؤكد قانون " الأثر " كأحد القوانين الرئيسية للتعلم بالمحاولة والخطأ، أنه عندما تكون الرابطة بين المثير والاستجابة مصحوبة بحالة رضاء وارتياح فإنها تقوى ، أما إذا كانت مصحوبة بحالة ضيق أو انزعاج فإنها تضعف، ويرى ثورنديك العامل الرئيسي في تفسير عملية التعلم هو المكافأة ، ويظهر هذا من خلال فنيات البرنامج ، من حيث الحرص على إشاعة روح المودة والحب والفكاهة ، وإثراء أداء المشاركين معرفياً وإفعالياً ، لإحداث تغيير فعلي في حياتهم ، منظومتهم الفكرية ، بالإضافة إلى تفعيل فنية التعزيز الإيجابي على مدى البرنامج والتي يدعمها قانون "انتشار الأثر" ليس فقط للرابطة المثابة، بل يمتد إلى الروابط الأخرى التي تسبق تلك الرابطة ، أو ما بعدها ، لذا عملت فنية التعزيز كحلقة وصل بين ما تم في الجلسات وما يعقبها من إستجابات .

ووفقاً لنظرية انتقال أثر التدريب " فإن الفرد يكتسب الخبرة في موقف ويعممها على كثير من المواقف الأخرى المشابهة، فالتعميم بإعتباره شكل من أشكال الفهم ينطبق على مواقف التفكير العلمي في مواقف حياتيه ، لقدهدف البرنامج إلى تنمية القدرة على تنظيم الانفعالات وضبطها ، ومعالجة الانفعالات السلبية ، وإعادة التقييم المعرفي ، والتواصل الانفعالي مع الآخرين (التفهم العطوف مع الآخرين) ، وهذه المهارات ساعدت عينة البرنامج على مواجهة المشكلات الانفعالية خارج إطار جلسات البرنامج الإرشادي ، وهو ما ظهر جلياً من استمرار التحسن في التنظيم الانفعالي ، لما بعد إنتهاء البرنامج ، وهو ما أكدته نظريات التعلم من أهمية الممارسة في تحقيق التعلم ، بإعتبارها عملية تأتي بعد إكتساب الأفكار الجديدة ، وتظهر الممارسة لدى عينة البرنامج " طلاب الجامعة" من خلال الواجبات المنزلية التي تم تقديمها إليهم ومراجعتها في أول (10) دقائق من كل جلسة (التغذية المرتدة لكل نشاط) ، فضلاً عن الأنشطة المختلفة التي تضمنتها الجلسات ، والتي قام أفراد العينة التجريبية بتطبيقها في حياتهم اليومية ومن أهمها " فنية الإسترخاء ولعب الدور والتنفس العميق" .

لقد وفر البرنامج الإرشادي عدداً من الأنشطة التي إستطاعت أن تلفت انتباههم لتجاوز قصور التنظيم الانفعالي / قصور التعبير عن المشاعر والانفعالات / ظهور اعراض اضطراب الشخصية الحدية ، وتعميم الأفكار الإيجابية بدلا من الأفكار والانفعالات السلبية ، وبهذا ضمن البرنامج لنفسه إمكانية التأثير في مسار حياة الطلاب ، مما سيعيد للمشاركين تقييم وتفسير الأحداث في ضوء منظومة فكرية جديدة، وفي ضوء ذلك يمكن القول أن البرامج الفعالة هي التي يستمر أثرها لمدة طويلة بعد انتهاء البرنامج ،

والذي يرجع في الغالب الى انتقال أثر التدريب ، واستخدام أنشطة أعدت بطريقة تتناسب مع العينة وخصائصها ، وهو ما تم تحقيقه في هذه الدراسة ، ولعل ذلك يفسر بأن طلاب أفراد المجموعة التجريبية اكتسبوا المهارات التي تم التدريب عليها أثناء سير البرنامج، مما يعني أن البرنامج الإرشادي الحالي كان له أثره على المدى البعيد، الأمر الذي أدى إلى عدم حدوث انتكاسة بعد انتهاء البرنامج الإرشادي ، وهذا ما أكدته كل من

(Kuo, J.R.,et al,2016) ،(Fitzpatrick, S., Ip, J.,et al,2019)

ملخص نتائج الدراسة

- 1- توجد فروق دالة إحصائياً بين كل من تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية باختلاف المتغيرات الديموغرافية (النوع - العمر - التعليم)، يشير إلى أن هناك فروق أى الفرض تحقق.
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التدريبي وبعده على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) باختلاف القياسين (القبلي والبعدي) وذلك في إتجاه القياس البعدي ، وذلك يشير إلى أن مستوى التنظيم الانفعالي ارتفع بشكل واضح وأنخفضت درجات المجموعة على مقياس اضطراب الشخصية الحدية، وأيضاً فعالية البرنامج الإرشادي مما يعني أن الفرض قد تحقق.
- 3- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس (تنظيم الانفعالات واضطراب الشخصية الحدية) باختلاف القياسين (البعدي - التبعي) فى اتجاه القياس التبعي ذو المتوسط الأكبر .

توصيات الدراسة: من خلال ما خلصت له نتائج الدراسات السابقة يمكن طرح بعض التوصيات نوضحها فيما يلي :

- 1- تعميم البرنامج بشكل أكبر على طلاب الجامعات من مختلف الأقسام وعلى عينات متنوعة.
- 2- عقد دورات للأباء وأمهات لتفهم طبيعة اضطراب الشخصية الحدية وكيفية التعامل مع أبناءهم ممن لديهم الاضطراب لعلاجهم.
- 3- تنمية تنظيم الأنفعالات من خلال ورش عمل ومحاضرات داخل دور العبادة والجامعات.
- 4- عقد ورش عمل للمراهقين لتجنب اضطراب الشخصية الحدية وكيفية الوقاية منه وإدارة وتنظيم أنفعالاتهم.

الدراسات المقترحة: فى ضوء نتائج هذه الدراسة ، والشواهد الميدانية، وتحليل الأطر النظرية يمكن طرح دراسات مستقبلية على النحو التالي:

- 1 - التنظيم الانفعالي كمنبىء لإدارة الغضب لدى عينة من طلاب الجامعة.
- 2- تنمية التنظيم الانفعالي مدخل لخفض أعراض اضطراب ثنائى القطب لدى عينة من طلاب الجامعة.
- 3- تنمية الدعم الوقائى لخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية لدى المراهقين.
- 4 - التنظيم الانفعالي كعامل وقائى لخفض حدة المشكلات السلوكية (التتمر - العدوانية - الغضب - الإنسحابية) لدى طلاب الجامعة.

المراجع :

أولاً: باللغة العربية:

- الحفني، عبد المنعم، (1987). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، القاهرة ، مكتبة مديولى.
- الخطيب، جمال. (2009). تعديل سلوك الأطفال المعوقين (دليل الآباء والمعلمين)، (ط3). الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
- سكستون آن، (2004). إيذاء الذات التشخيص والأسباب والعلاج، (حسن مصطفى عبد المعطي، مترجم). القاهرة: دار السحاب للنشر والتوزيع.
- سليم أريج جميل حنا، (1999). اضطراب الشخصية الحدية على وفق أنموذج العوامل الخمسة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، جامعة بغداد.
- عسكر عبد الله، (2004). استبانة تشخيص الشخصية. القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية.
- عسكر عبد الله، (2006). اضطرابات الشخصية وعلاقتها بالإساءة للمرأة في العلاقات الزوجية والعمل. رسالة دكتوراه. كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
- لابلانن وبونتاليس، (1987)، معجم مصطلحات التحليل النفسي، ترجمة د. مصطفى حجازي، بيروت، لبنان، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر،.
- نجاح علاء (2003): فعالية العلاج السلوكي الجدلي في خفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- عياش وفائق : (2016) " التنظيم الانفعالي لدى طلبة الجامعة " مقال ، الجامعة المستنصرية ، العراق، ص 613-638.
- بيلز اجيري وجيليان جالين: (2018) "الانتباه لاضطراب الشخصية الحدية"، مكتبة جرير،مراجعة النسخة العربى سليمان العوضى، الطبعة الأولى.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Nock, M & Prinstein, M. (2005). **Contextual features and behavioral functions of self-mutilation among adolescents. Journal of Abnormal Psychology, (114).**
- American Psychiatric Association. (2013). **Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed).** Washington DC: Author.
- Hooly, J. (2008). **Self-harming behavior: introduction to special semes on non-suicidal self-injury and suicide.** Applied and preventive psychology, **12, 155-158.**
- Skodol, AE; Gunderson, JG; McGlashan; TH; Dyck; IR; Stout; RL; Bander; DS; Grilo; CM; Shea; MT; Zanarini; MC; Morey; LC; Sanislow; CA; Oldham; JM; (2002). **Functional impairment in patients with schizotypal, Borderline, Avoidant, or Obsessive-Compulsive personality disorder.** American journal of psychiatry,**15,156-163.**
- Garnefski, Kraaij, (2006). "Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. Personality and Individual Differences". (40).p: **1659-1669**, New York, London.Charette.

- Arndt & Fujiwara,(2014). "**Interactions Between Emotion Regulation and Mental Health**", University of Calgary, Canad.
- Corsini, R. (1999). **The Dictionary of Psychology**. London: library of Congress Cataloging in publishing Data.
- Adrian, M. (2009). **Accumulative model of non-suicidal self-injury: contribution of emotion regulation and contextual invalidation. PhD.** Dissertation university of Maine.
- James J. Gross ,(2014). "**Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations**",Second Edition,p1, New York, London.
- Gross, James. (DT),(2003)." **emotional regulation. In Handbook of Emotions**". Third Edition. **497- 512**. The Guilford Press, New York, London.Symons, J. (2002). **Self Injury: Diagnosis and Treatmen. (Unpublished Doctoral Dissertation)**. University of North Carolina, united state of America.

"Developing Emotional Regulation in Decreasing the Symptoms of Borderline Personality Disorder among a Sample of University Students "

Prepared by : Evon Zakria Ibrahim
(PHD)Degree

Department of psychology
Faculty of Women for Arts, Science & Education
Ain Shams University - Egypt
Evonzakria@gmail.com

Prof. Hamdy Mohammed
Department of Psychology
Faculty of Women for Arts, Science &
Education
Ain Shams University - Egypt

Dr.Heba Ismail
Department of Psychology
Faculty of Women for Arts, Science &
Education
Ain Shams University - Egypt

Abstract:

The Significance of the Research: The study is significant to the specialization of positive psychology in the Egyptian universities, as well as in the therapeutic institutions. Research Objectives: Studying the differences in dynamic variables (emotional regulation and borderline personality disorder) according to the different demographic variables. Revealing the differences of emotional regulation and borderline personality disorder among the sample of the study between the pre and post measurements, on the one hand, and between the post measurement and measurement traceability, on the other. Methodology: The descriptive approach and the experimental approach. The Sample: Descriptive diagnostic sample consisting of (100) university students. Experimental sample consisting of 10 male and female students who are enrolled at Ain Shams University. Research Tools Emotional regulation scale Borderline personality disorder scale Counseling program to develop emotional regulation in order to decrease the symptoms of borderline personality disorder among a sample of university students prepared by the researcher). The Findings of the Study: There are statistically significant differences between emotional regulation and borderline personality disorder according to the

demographic variables. There are statistically significant differences between the average grades of the students of the experimental group in the pre and post application of the training program on the emotional regulation and the borderline personality disorder scale according to the differences in both the pre and post measurements , in favor of the post measurement .There are statistically significant differences between the average grades of the students on the emotional regulation and the borderline personality disorder scale according to the differences in both the post measurement and the measurement traceability , in favor of the measurement traceability with the greatest average.

Keywords: Developing, Emotional Regulation, Disorder, Borderline Personality