

مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية
في محافظة إربد في ضوء بعض المتغيرات

إعداد

د/ مهدي توفيق البدارنه

د/ عبد الناصر احمد محمد العزام

د/ بسام بني ياسين

أ.د/ نايف فدعوس الحمد

د/ بلال محمد سليمان

قسم العلوم التربوية- كلية إربد الجامعية- جامعة البلقاء التطبيقية- الأردن

مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية

في محافظة إربد في ضوء بعض المتغيرات

د/ مهدي توفيق البدارنه ود/ عبد الناصر احمد محمد العزام

د/ بسام بني ياسين وأ.د/ نايف فدعوس الحمد ود/ بلال محمد سليمان *

الملخص

تبحث هذه الدراسة في مستوى التنظيم الانفعالي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مديرية تربية إربد الثانية. وتم تطبيق أداة الدراسة المتمثلة بمقياس التنظيم الانفعالي بعد التحقق من صدقها وثباتها على عينة عشوائية حجمها 247 طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مديرية تربية إربد الثانية في محافظة إربد. وتكونت أداة الدراسة من عشر فقرات موزعة على بُعدين: بُد إعادة التنظيم المعرفي المُكوّن من ست فقرات، وُبعد القمع المكون من أربع فقرات. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية مرتفع، حيث جاء بُد القمع في المرتبة الأولى بمستوى مرتفع، بينما جاء بُد إعادة التنظيم المعرفي في المرتبة الثانية بمستوى مرتفع. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل بُد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي وعليهما مُجمعةً تعزى لمتغيري الجنس والتخصص والتفاعل بينهما.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الانفعالي، طلبة المرحلة الثانوية.

* د/ مهدي توفيق البدارنه ود/ عبد الناصر احمد محمد العزام/ بسام بني ياسين وأ.د/ نايف فدعوس الحمد

ود/بلال محمد سليمان: قسم العلوم التربوية- كلية إربد الجامعية- جامعة البلقاء التطبيقية- الأردن.

The level of emotional regulation among secondary school students in Irbid Governorate in light of some variables

Abstract

This study examines the level of emotional regulation in the light of some variables among secondary school students in the Directorate of Education in Irbid Second District. The study tool used was the Emotional Regulation Scale, after its validity and reliability were confirmed, on a random sample of 247 male and female students from the secondary schools in the Directorate of Education in Irbid, Irbid Governorate. The study tool consisted of ten items distributed across two dimensions: cognitive reappraisal, consisting of six items, and suppression, consisting of four items. The results of the study indicated that the level of emotional regulation among secondary school students is high, with suppression ranking first at a high level, while cognitive reappraisal ranked second at a high level. The results also showed no statistically significant differences at a significance level of ($\alpha = 0.05$) between the mean scores of the study sample on the items of each dimension of the Emotional Regulation Scale, attributed to the variables of gender, specialization, and the interaction between them.

Keywords: Emotional Regulation, Secondary School Students.

المقدمة:

ينظر إلى الجانب العاطفي للطلبة في المرحلة الثانوية أنه أحد أهم جوانب الشخصية الذي يلعب دوراً حاسماً في تحقيق الصحة النفسية من خلال القدرة على تنظيم مشاعرهم وممارسة حالة من السيطرة على عواطفهم مثل إعادة تنظيم التفكير لتقليل حالات الغضب والقلق وإخفاء مشاعر الحزن والتركيز على حالة الاستقرار والشعور بالرضا. لإنجاز مهامهم الأكاديمية وتحسين علاقاتهم الاجتماعية، والذي بدوره يؤدي إلى زيادة مشاركتهم الأكاديمية في مجال التعليم مما ينعكس إيجابياً على تحصيلهم الدراسي وتكيفهم النفسي والاجتماعي.

ويوازي مرحلة الدراسة الثانوية مرحلة المراهقة التي تتميز بالتحديات العاطفية؛ حيث تعتبر مرحلة المراهقة أيضاً فترة محفزة لظهور الاضطرابات كالقلق والاكتئاب، والأمراض النفسية التي ارتبطت منذ فترة طويلة بعدم القدرة على تنظيم المشاعر الإيجابية والسلبية، والمساعدة في تجنب كافة المشكلات التي تعيق نموهم وتطورهم وذلك من خلال توعيتهم باستخدام استراتيجيات متنوعة تساعدهم على مواجهة الصعوبات التي تحول دون تأخير الإشباع أو إدارة المهام المحبطة، كما يُعد تنظيم الانفعالي أمراً بالغ الأهمية لتحقيق التحصيل الأكاديمي والاتجاهات الإيجابية نحو المدرسة (young et al., 2019).

وقد ظهر مفهوم الانفعالات في علم النفس الحديث، في بداية التسعينات من القرن الماضي. وكان لظهور هذا المفهوم أثر واضح في فهم الاضطرابات النفسية لدى الأفراد ومستويات الصحة النفسية. فيعد هذا المفهوم أحد أهم محددات السلوك الإنساني، إذ يبنى على قدرة الأفراد في تعديل وتقويم استجاباته السلوكية بناءً على المثيرات في البيئة المحيطة (Droulers et al., 2015). وقد شكل التنظيم الانفعالي Emotional Rregulation أحد المتغيرات النفسية المهمة في حياة الأفراد، التي تمكنهم من التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة. ويشير غارنيسكي وخراج (Garnefski & Kraaij, 2006)، أن التنظيم الانفعالي هو السلوكيات والتصرفات التي يلجأ إليها الفرد للتكيف مع المواقف المثيرة للضغط النفسية، ويؤكد ريسي وآخرون (Reisy et al., 2013) أن التنظيم الانفعالي هي مجموعة من العمليات الداخلية والخارجية التي تقوم بمجموعة من الوظائف أهمها العمل على ضبط الانفعالات الداخلية ومراقبتها وتقييمها وتعديلها بناءً على المتطلبات السياقية، ومن ثم العمل على تقديم الاستجابات الانفعالية المناسبة من أجل إظهار سلوك معين أو لتحقيق هدف ما.

أما تشير تايموبور وآخرون (Teimourpour et al., 2015) فقد أشاروا إلى أن التنظيم الانفعالي يتمثل في قدرة الفرد على ضبط الانفعالات والتعامل معها وإظهار السلوكيات المناسبة

وتوجيهها من أجل تحقيق هدف محدد. كما يعرف التنظيم الانفعالي بأنه القدرة على التخلص من المثيرات الانفعالية المثيرة للضغط النفسية، أو العمل على استبدالها، أو التعبير الإيجابي عن الانفعالات مهما كانت طبيعتها.

والتنظيم الانفعالي كما يشير ايمانبارفار وقاسمي (Imanparvar & Ghasemi, 2016) هي مجموعة الاستراتيجيات المؤثرة على طبيعة الانفعالات التي يشعر بها الفرد، وكيفية تعامله معها والاستجابة إلى المتطلبات البيئية التي يتواجد بها الفرد. واستراتيجيات التنظيم الانفعالي يتعلمها الفرد نتيجةً مروره بمجموعة من الخبرات الانفعالية المختلفة في حياته السابقة القادرة على تنظيم استجاباته الانفعالية في السياقات المختلفة. ويشير مفهوم تنظيم الانفعالات إلى القدرة على مراقبة وتقويم وتعديل الاستجابات الانفعالية لتحقيق الأهداف المرغوبة. فهو استراتيجية انفعالية معرفية تشمل على قدرة الفرد على تغيير المعاني الانفعالية للمثير، ومن ثم تقديم الاستجابة المناسبة في السياق الاجتماعي. كما أنه قدرة الفرد على تحويل الخبرات الانفعالية السلبية إلى خبرات إيجابية تنعكس على الصحة النفسية للفرد (Babkirk et al., 2015).

ويعرفها برينينغ وآخرون (Brenning et al., 2015) بأنها مجموعة من عمليات الوعي واللاوعي التي يستخدمها الفرد لتنظيم استجاباته الانفعالية. فهي قدرة الأفراد على استخدام مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية لتمكينهم من ضبط انفعالاتهم نحو المثيرات في البيئة المحيطة. كما يعرفها إكرت وزملاءه (Eckert et al., 2015) بأنها مجموعة من العمليات يستخدمها الفرد لمراقبة وتطوير، وإعادة توجيه التدفق الطبيعي للانفعالات الذاتية حسب احتياجاتهم وأهدافهم. فهي مجموعة من العمليات المعرفية الانفعالية التي تسهل أو تمنع ظهور سلوك معين مقصود.

وبيّن فارمر وكاشدن (Farmer & Kashdan, 2012) أن تنظيم الانفعالات أحد المكونات الأساسية لأداء الوظائف الاجتماعية والانفعالية بشكل ناجح. ويعرف مفهوم تنظيم الانفعالات بأنه العمليات التي يستخدمها الفرد لمساعدته في مراقبة وتقويم استجاباته الانفعالية. كما يعرف بأنه مجموعة من الاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد من أجل تعديل انفعالاته من حيث حدوثها واستمراريتها لفترات طويلة، ويرى دورا (Dora, 2012) أن تنظيم الانفعالات أحد الحقول المعرفية الجديدة نسبياً والتي ظهرت خلال العقود الثلاثة الماضية. وعلى الرغم من حداثة هذا المفهوم نسبياً، وذكر الفلاسفة القدماء مثل سقراط أهمية الدور الذي تؤديه الانفعالات في حياة الأفراد. كما وذكر سيجموند فرويد بعض الاستراتيجيات المرتبطة بالقدرة على تنظيم الانفعالات، وخاصة انفعال القلق الذي اعتبره مفهوماً يشير إلى جميع أنواع الانفعالات والاضطرابات السلبية التي يمر بها الفرد.

ويُعد نموذج Gross لتنظيم الانفعالات الأساس للبحث في مفهوم تنظيم الانفعالات باعتباره أحد مكونات تنظيم الذات. ويفترض هذا النموذج أن الانفعالات هي عبارة عن تبادلات قائمة بين الفرد والموقف تستدعي منه الانتباه لانفعالات الآخرين، والعمل على تنظيم انفعالاته الذاتية حسب الموقف الاجتماعي، وبالتالي اختيار استجابته الانفعالية المناسبة. وتؤكد أن هذا النموذج يمثل دورة لتوليد الانفعالات، إذ يقوم على أساس أن الفرد الراغب في تعديل استجابته الانفعالية لديه عدة بدائل من الاستجابات وأنه يختار منها الاستجابة الفضلى. إن هذا المكون يقوم على قدرة الأفراد على مراقبة وفهم وتقبل الانفعالات الذاتية والانخراط في سلوك موجه نحو تحقيق هدف معين، وذلك عندما يلجأ إلى تفعيل انفعالاته الذاتية في الموقف الاجتماعي. هذا ويؤثر التنظيم الانفعالي في الجوانب النفسية والانفعالية لدى الأفراد. فمن لديهم عيوب في القدرة على تنظيم انفعالاتهم في خبرات انفعالية حادة، يعانون من عدة اضطرابات نفسية وانفعالية مثل الاكتئاب والقلق واضطرابات الشخصية. فعدم القدرة على تنظيم الانفعالات يعني أن الفرد غير قادر على استخدام استراتيجيات فاعلة للتكيف مع المتطلبات الانفعالية المفروضة عليه من خلال تفاعله مع الآخرين في المواقف الاجتماعية اليومية (Urry, 2009; Farmer & Kashdan, 2012).

ويشير دورا (Dora, 2012) إلى أن تنظيم الانفعالات أحد الحقول المعرفية الجديدة نسبياً والتي ظهرت خلال العقود الثلاثة الماضية. ورغم حداثة هذا المفهوم نسبياً، إلا أن الفلاسفة القدماء مثل سقراط قد بينوا أهمية الدور الذي تؤديه الانفعالات في حياة الأفراد. كما ذكر فرويد صاحب مدرسة التحليل النفسي بعض الاستراتيجيات المرتبطة بالقدرة على تنظيم الانفعالات، وخاصة انفعال القلق الذي عده مفهوماً يشير إلى جميع أنواع الانفعالات والاضطرابات السلبية التي يمر بها الفرد. ويُعد تنظيم الانفعالات مصطلحاً عاماً يشتمل على عدة بُنى معرفية وانفعالية. وقد أكد جروس (Gross, 1998) أنه بناء معرفي يشتمل على استخدام مجموعة من الاستراتيجيات الداخلية والخارجية تساعد الفرد على التكيف مع المثيرات البيئية المحيطة، وتقديم سلوكيات تنسجم مع متطلبات تلك البيئة. فهي مهارة تساعد الأفراد على التكيف الاجتماعي، وتكوين العلاقات الاجتماعية مع الآخرين.

وترى بيروني- ماكغوفيرن وآخرون (Perrone-McGovern et al., 2015) أن تنظيم الانفعالات مجموع العمليات الداخلية والخارجية المسؤولة عن مراقبة، وتقويم، وتعديل الاستجابات الانفعالية ذات الطبيعة القوية واللحظية سعياً من الفرد لتحقيق أهدافه الذاتية. فالانفعالات العامة تسعى لتحقيق عدة أهداف، أهمها: توجيه الوظائف السلوكية التكيفية، والتوافق مع المشكلات الاجتماعية، ونقل المعلومات حول أفكار ومشاعر وأهداف الأفراد الآخرين. ويؤكد درولرز وآخرون (Droulers et al., 2015) أن تنظيم الانفعالات هو محاولات الفرد من أجل التأثير في

الانفعالات التي يظهرها في المواقف الاجتماعية المختلفة، ومدى سيطرته عليها عند مرورها وطريقة التعبير عنها. وهي مهارة اجتماعية مهمة لتحقيق النمو الانفعالي والاجتماعي السوي، إذ أكد علماء النفس النمائي أن تنظيم الانفعالات مهارة أساسية في تحقيق الأفراد للنمو في المجالات العقلية والاجتماعية والانفعالية.

وأوضح سوفيج وآخرون (Suveg et al., 2010) أن العيوب في تنظيم الانفعالات تؤدي إلى مشكلات في القدرة على بناء العلاقات الاجتماعية مع الآخرين. وفي السياق نفسه، أكد روهрман وآخرون (Ruhrman et al., 2021) أن العيوب في القدرة على تنظيم الانفعالات في المراحل العمرية المختلفة ناتج عن عدم القدرة على تقديم استجابات انفعالية مناسبة في مراحل الطفولة المبكرة، ووجود قصور في نضج نظام التنظيم الذاتي لدى الأفراد، إذ إن القشرة الدماغية المسؤولة عن تنظيم وكبح السلوكات لم تنضج بالشكل الكافي لتوجيه الفرد نحو تقديم استجابة سلوكية انفعالية مناسبة للمثيرات في البيئة المحيطة؛ مما ينعكس سلباً على سلوك الأفراد.

وتساعد معرفة الفرد لاستراتيجيات تنظيم الانفعالات في توجيه عمليات التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، والقدرة على ضبط وتنظيم الكلمات التي يستخدمها عندما يكون غاضباً عامل يساعد في المحافظة على العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء، وأفراد الأسرة، وزملاء العمل (Lopes et al., 2011). كما أشار جروس وجون (Gross, & John, 2003) إلى أن القدرة على تنظيم الانفعالات التي تظهر من خلال إعادة تكوين الموقف الاجتماعي في العقل بشكل إيجابي، وعكس هذا الموقف المتخيل على سلوك الفرد يساعد في تقديم استجابات انفعالية جيدة وإيجابية، تتعكس على الصحة النفسية للأفراد.

وبيّن بارت جروس وآخرون (Barrett et al., 2007) أن عملية تنظيم الانفعالات تعكس آليات الوعي واللاوعي التي يستخدمها الفرد في تنظيم انفعالاته، وتتطوي عليها مجموعة من العمليات، أهمها: مراقبة الانفعال الداخلي قبل ظهوره، والعمل على إعادة تقييمه، وتعديله؛ وذلك من خلال اللجوء لمجموعة من العمليات الداخلية والخارجية. فالموقف المؤثر في عمليات تنظيم الانفعالات هو النقطة الأولى في ظهور عملية توليد الانفعالات، التي تتأثر بالمثيرات الخارجية في الموقف الاجتماعي. ويحاول الفرد تقديم استجابة نحو هذا الموقف، والتي تكون ناتجة عن عملية تبادلية بينه وبين هذا الموقف، ومن ثم يعمل على تقييمه وخلق المعنى المرتبط به. ومن خلال عملية التقييم، تظهر السياقات الاجتماعية التي تولد الاستجابة الانفعالية. فالمعنى المعطى لهذا الموقف هو المثير الحقيقي للانفعال. وتتأثر الاستجابات الانفعالية بدورها من خلال تقييم الفرد لها والمعنى الذي أعطاها لهذا الموقف الاجتماعي.

ويؤكد جروس (Gross, 1998) أن تقوم عملية تنظيم الانفعالات يعتمد على استخدام مجموعة من الاستراتيجيات تبدأ استراتيجيات تنظيم الانفعالات في الموقف الاجتماعي ذاته. وفي هذه المرحلة، تتأثر الانفعالات بعاملين مهمين، هما: اختيار وتعديل الموقف. ويشتمل اختيار الموقف على تجنب الفرد لبعض المواقف الاجتماعية المثيرة لانفعالات معينة وهي المرحلة التي تحدث في بداية عملية تنظيم الانفعالات. أما تعديل الموقف، فيلجأ إليه الفرد، ويقوم على إعادة تشكيل الموقف الاجتماعي. ويحاول الفرد عمل تغييرات في بيئة الموقف من أجل تنظيم أثره في الانفعال. كما يمكن للفرد أن ينظم انفعالاته من خلال تعديل انتباهه الانتقائي المعطى لموقف معين وهي مرحلة تسمى نقل الانتباه. ويستخدم الفرد استراتيجيات تشيبت الانتباه وتحويله من أجل تنظيم انفعالاته. كما يمكن للفرد أن يغير طريقة رؤيته للموقف الاجتماعي ويبدل المعنى الذي أعطاه موقف معين، وبالتالي يؤثر في الانفعال الذاتي الذي يتم تنشيطه. وتسمى هذه الاستراتيجية بالتغيير المعرفي. ويمكن استخدامها في مرحلة تقييم عملية توليد الانفعال. كما يمكن تنظيم الانفعالات في مرحلة الاستجابة حيث يستطيع الفرد تعديل استجابته الانفعالية بعد أن يتم تنشيطها. ويؤثر الفرد بشكل مباشر في استجابته الفسيولوجية والسلوكية في هذه المرحلة (Gross & Tompson, 2007).

ويشير نيليس وآخرون (Nelis et al.,2011) إلى أن الأفراد الذين يستطيعون تنظيم انفعالاتهم ومشاعرهم بصورة إيجابية يتمتعون بصحة نفسية وعقلية وقيمون علاقات ناجحة مع أقرانهم، ويتمكنون من أداء أعمالهم بإتقان، أما الأفراد الذين يفشلون في تنظيم انفعالاتهم فإنهم أكثر عرضة للاضطرابات النفسية كالإكتئاب والقلق العام ومشاكل في العلاقات الاجتماعية. كما أوضح جار نسكي ورفاقه (Garnefski et al.,2004) أن الأفراد الذين لديهم قدرة على تنظيم انفعالاتهم يكونون ناجحين في حياتهم، ويتمتعون بصداقات قوية وفعالة، ويشعرون بالسعادة والبهجة، ويمتلكون استراتيجيات نفسية تساعدهم في التخلص من مشاعر القلق والإكتئاب وضغوطات الحياة، أما الأفراد الذين يفشلون تنظيم انفعالاتهم فإنهم أكثر عرضة للاضطرابات النفسية كالإكتئاب والقلق العام ومشاكل في العلاقات الاجتماعية. كما يلجأ هؤلاء إلى استعمال أساليب غير مناسبة عند مواجهتهم للمواقف الحياتية الضاغطة.

وقد حظي موضوع التنظيم الانفعالي بالعديد من الدراسات، فقد أجرى عباس (٢٠١٨) دراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين التوافق النفسي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي. وتعرف الفروق في التوافق النفسي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي وفقا لمتغير الجنس. وقد اعتمد على المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة البحث من ٣٧٣ طالبا وطالبة في الصف الأول الثانوي، واستخدم مقياس التوافق النفسي ومقياس استراتيجيات

التنظيم الانفعالي، وخلصت الدراسة إلى النتائج الآتية: وجود مستوى مرتفع لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث. بينت النتائج عدم وجود فروق على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي وفق متغير الجنس.

وأجرى محمد وآخرون (٢٠١٩) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التنظيم الانفعالي والسمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مصر. تكونت عينة البحث من ١٠٠ طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وذلك بواقع (٥٠ ذكور - ٥٠ إناث)، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٥-١٩) أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات طلاب المرحلة الثانوية الذكور والإناث في مقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية.

وهدف دراسة السلمي وأكرم (2020) إلى الكشف عن مستوى التنظيم الانفعالي، والرضا عن الحياة، والتعرف إلى طبيعة العلاقة الارتباطية بينهما كمتغيرين أساسيين، بالإضافة إلى معرفة الفروق بينهما، وفقاً لمتغيري (الصف، والتخصص)، تكونت عينة الدراسة من ٢٣١ طالبة؛ أظهرت النتائج أن مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد العينة جاء بدرجة متوسطة، كما بينت النتائج عدم وجود دالة إحصائية في مستوى التنظيم الانفعالي تعزى لنوع التخصص (علمي، أدبي).

كما أجرى نصار (2021) دراسة هدفت للتعرف إلى الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي لدى الطلبة في مدينة عرابة. تكونت عينة الدراسة من ٣٠٥ طالب وطالبة من طلبة الصفوف الثامن والعاشر والثاني عشر في مدينة عرابة في فلسطين. أظهرت النتائج أن مستوى التنظيم الانفعالي لدى الطلبة كان متوسطاً، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولمتغير الصف المدرسي لصالح طلبة الصف الثاني عشر.

كما أجرت الطيار (2021) دراسة هدفت للتعرف إلى تطور التنظيم الانفعالي لدى المراهقين في ضوء متغيري العمر والجنس في العراق. تكونت العينة من (184) مراهقا ومراهقة. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في مستوى التنظيم الانفعالي بين الذكور والإناث لصالح الإناث. وقام حماد (2021) بإجراء دراسة في الأردن هدفت للتعرف إلى التنظيم الانفعالي وعلاقته بالتعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة، استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت العينة من ٦٥٣ طالبا، (١٩٢ ذكراً، ٤٦١ أنثى). أظهرت نتائج الدراسة أن درجة التنظيم الانفعالي جاء بدرجة مرتفعة، كما بينت

النتائج وجود دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) تُعزى للجنس في اختلاف التنظيم الانفعالي لصالح الإناث.

يلاحظ من خلال مراجعة الدراسات السابقة الخاصة بالتنظيم الانفعالي وجود ندرة بالتحديد في الدراسات العربية والأجنبية التي بحثت على وجه الخصوص لدى طلبة المرحلة الثانوية حيث إنَّ أغلب هذه الدراسات تناولت متغير التنظيم الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات مثل التوافق النفسي كدراسة عباس (٢٠١٨)، والصمود النفسي كدراسة محمد وآخرون (٢٠١٩)، والعمر والجنس لدى المراهقين كدراسة الطيار (2021)، والتعلق بالرفاق كدراسة حماد (2021) والرضا عن الحياة كدراسة السلمي وأكرم (2020)، والكفاءة الاجتماعية كدراسة نصار (2021)، كما تبين وجود اختلاف واضح في نتائج هذه الدراسات المتعلقة بمستوى التنظيم الانفعالي، فقد أظهرت نتائج دراسة عباس (٢٠١٨) أن مستوى التنظيم الانفعالي جاء بدرجة مرتفعة لدى الطلبة في حين بينت نتائج دراسة نصار (٢٠٢١) ودراسة السلمي وأكرم (2020) أن مستوى التنظيم الانفعالي جاء بدرجة متوسطة. كما لوحظ وجود تباين فيما يتعلق بمتغير الجنس حيث أشارت نتائج دراسة عباس (٢٠١٨) ودراسة محمد وآخرون (٢٠١٩) إلى عدم وجود فروق في مستوى التنظيم الانفعالي يعزى لمتغير الجنس، في حين أشارت نتائج دراسة الطيار (2021)، ودراسة حماد (٢٠٢١) (2021) إلى وجود فروق في مستوى التنظيم الانفعالي يعزى للجنس لصالح الإناث. وفيما يخص متغير التخصص فإن هذا المتغير لم يزل قسطاً كافياً من البحث فيما يتعلق بالتنظيم الانفعالي باستثناء دراسة السلمي وأكرم (2020) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى التنظيم الانفعالي يعزى للتخصص (علمي، أدبي).

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

يتعرض الطلبة أثناء مسيرتهم الأكاديمية في المرحلة الثانوية إلى العديد من المواقف والأزمات التي يتوقع أن تؤثر في قدرتهم على تنظيم انفعالاتهم المرتبطة بالتجربة العاطفية الداخلية الشخصية والتعبير الخارجي عن المشاعر والرفاهية النفسية والعلاقات الاجتماعية. بشكل عام، حيث ترتبط استراتيجية إعادة التقييم بالأداء الصحي وزيادة مستويات التفاؤل والرفاهية والرضا عن الحياة والأداء الشخصي. فالأفراد الذين يستخدمون استراتيجية إعادة التقييم يعبرون عن عاطفة إيجابية أكبر، مقارنة بالأفراد الذين يستخدمون استراتيجية القمع والتي ترتبط بالرفاهية السلبية وضعف الأداء الشخصي، وعوامل التوتر والقلق اللذين يمنعان الطلبة من التعلم والاحتفاظ وتطبيق المعرفة والمعلومات والمهارات. ففكرة الطلبة على تنظيم عواطفهم بنجاح يمكن أن تعزز صحتهم النفسية، وقدرتهم على التعلم والتذكر. ونظراً لقلّة الدراسات التي حاولت الكشف عن مستوى التنظيم الانفعالي وفيما إذا كان يختلف تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص لدى طلبة

في محافظة إربد في ضوء بعض المتغيرات

الجامعة هنا في الأردن تأتي هذا الدراسة وهي المحاولة الأولى -حسب رأي الباحثين- والتي من المتوقع أن تفسح المجال أمام العديد من الأبحاث والدراسات في المستقبل. لذا تحاول الدراسة الحالية الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١- ما مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية ؟
- ٢- هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05=\alpha$) في مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغيرات الجنس، ونوع التخصص (أدبي، علمي)؟ .

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تعرف مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية. والكشف عن الفروق في مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغيري الجنس التخصص.

أهمية الدراسة:

- الأهمية النظرية: تعتبر الدراسة الحالية إضافة جديدة نسبياً للمكتبة العربية من حيث متغيراتها المطروحة. فهي من الدراسات النادرة التي تناولت موضوع التنظيم الانفعالي لدى طلبة كلية إربد الجامعية هنا في الأردن، حيث إن هذه الدراسة في حدود علم الباحثين من الدراسات القليلة التي ركزت على دراسة هذا الموضوع، إذ من المتوقع أن تشكل هذه الدراسة نافذة علمية تساعد في تحقيق أهداف بحثية تقع خارج نطاق الدراسة الحالية.
- الأهمية التطبيقية: يتوقع أن تسهم الدراسة الحالية في مساعدة القائمين على العملية التربوية في تحسين وتطوير مستوى التنظيم الانفعالي لطلبة المرحلة الجامعية، وذلك من خلال عمل ورش تدريبية تمكن الطلبة من استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي لمساعدتهم في مواجهة المواقف والمصاعب الحياتية والأكاديمية التي تبعث على القلق والتوتر؛ مما يزيد من الإيجابية والمشاركة الفاعلة في المواقف المختلفة.

التعريفات المفاهيمية والإجرائية:

- **التنظيم الانفعالي:** يشير إلى العمليات التي تحدث عندما يحاول الفرد أن يؤثر في نوع أو كمية الانفعال الذي يخبره هو أو يخبره الآخرون من حوله، وكيفية التعبير عن الانفعالات. وتتبنى الدراسة الحالية هذا التعريف. ويقاس في هذه الدراسة بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس التنظيم الانفعالي المعد من قبل جروس (Gross, 2007). ويتكون المقياس من استراتيجيتين هما: إعادة التنظيم المعرفي؛ وتمثل القدرة على إحداث تغييرات على المستوى المعرفي كنتيجة للتأثير الناتج عن موقف معين، حيث ينظر إليه كتنبيط للاستجابة العاطفية.

والقمع؛ وهي استراتيجية تعزز الحد من حالات القلق والتوتر، مما يسمح للفرد بالتعامل مع المواقف العصيبة وتحويلها إلى فرص، وبالتالي يتم اعتباره قابلاً للتكيف.

محددات الدراسة:

تحددت نتائج هذه الدراسة بالحدود البشرية المتمثلة بطلبة المرحلة الثانوية. والحدود الزمانية المتمثلة بتطبيقها في الفصل الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، ممن تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، والحدود المكانية المتمثلة بطلبة المرحلة الثانوية للمدارس التابعة لمديرية التربية لمنطقة إربد الثانية، والحدود الموضوعية باقتصارها على التعرف إلى التنظيم الانفعالي وأدوات القياس المتعلقة بها، وما تتمتع به من صدق وثبات وصدق أداء المفحوصين على أداة القياس.

الطريقة والإجراءات:

- منهجية الدراسة:

اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي، بوصف مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس التابعة لمديرية تربية إربد الثانية.

- مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المرحلة الثانوية في المدارس التابعة لمديرية تربية إربد الثانية للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، البالغ عددهم ١٢٩٥٥ طالباً وطالبةً وفق سجلات دائرة القبول والتسجيل في كلية إربد الجامعية. وقد تم توزيع أداة الدراسة على ٢٩٨ طالباً وطالبةً من أفراد مجتمع الدراسة، وبعد استرجاعها تم فحص الاستبانة كان منها 247 استبانة جاهزة لغايات التحليل؛ أما بقية الاستبانة فقد تم حذفها بسبب نمطية الاستجابة فيها، والجدول (١) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغيراتها.

الجدول (١) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغيراتها

المجموع الكلي	التخصص				الجنس
	أدبي		علمي		
النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %	العدد
42.5%	105	25.1%	62	17.4%	43
57.5%	142	31.2%	77	26.3%	65
100.0%	247	56.3%	139	43.7%	108

- أداة الدراسة:

مقياس التنظيم الانفعالي:

تم استخدام مقياس التنظيم الانفعالي الذي طوره غروس وجون (Groos & John, 2003)، والذي يطلب من المفحوص الإشارة إلى درجة اتفاه مع العبارة المقدمة في كل مجال

في محافظة إربد في ضوء بعض المتغيرات

من مجالات المقياس، وهي إعادة التنظيم المعرفي، والقمع، حيث يشير المستجيب إلى درجة اتفاه مع العبارة المقدمة، موزعة على بُعدين، هما: البُعد الأول (إعادة التنظيم المعرفي) واشتمل على ست فقرات، والبُعد الثاني (القمع) واشتمل على أربع فقرات تتم الاستجابة عليها وفق تدرج ليكرت الخماسي.

صدق البناء لمقياس التنظيم الانفعالي بصورته الأصلية:

تحقق غروس وجون (Groos & John, 2003) من صدق بناء مقياس التنظيم الانفعالي من خلال استخراج مؤشرات صدق بناء المقياس، بأن أوجدا معاملات الارتباط للفقرات مع مجالاتها والتي تجاوزت جميعها (0.20).

دلالات الصدق والثبات في الدراسة الحالية:

تم عرض المقياس بصورته الأولية على ثمانية محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في جامعة اليرموك والبلقاء التطبيقية (كلية إربد الجامعية، كلية الحصن)، وطلب من المحكمين إبداء آرائهم حول مدى ملاءمة فقرات المقياس، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات، ومدى وضوح المعنى من الناحية اللغوية، حيث تم إجراء التعديلات على الفقرات التي أشار إليها المحكمون والتي وافق عليها (80%) من المحكمين، وبهذا تكون المقياس من 10 فقرات موزعة على بعدين: إعادة التنظيم المعرفي وتمثل الفقرات من (1-6)، والقمع وتمثل الفقرات من (7-10).

صدق البناء لمقياس التنظيم الانفعالي بصورته الأصلية:

تم التحقق من دلالات صدق البناء للمقياس في الدراسة الحالية، بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من 39 طالباً وطالبة، وتم حساب معامل ارتباط كل فقرة من الفقرات ببعدها، وتراوحت قيم معاملات الارتباط المستخرجة بهذه الطريقة للبعد الأول (إعادة التنظيم المعرفي) من (0.56-0.84) وللبعد الثاني (القمع) من (0.72-0.81). كما تم حساب معامل ارتباط درجة الفقرة من الدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات الارتباط المستخرجة بهذه الطريقة بين (0.45-0.75) وجميع تلك القيم دالة إحصائياً.

ثبات مقياس التنظيم الانفعالي:

تم التحقق من ثبات المقياس؛ باستخدام طريقة الاتساق الداخلي كرونباخ الفاء، حيث بلغت قيمته للبعد الأول ٠.٩١، وللبعد الثاني ٠.٨٩، ولفقرات المقياس مُجمعةً ٠.٩٣. وهي مقبولة لأغراض الدراسة الحالية.

المعيار الإحصائي: لتحديد مستوى التنظيم الانفعالي، ولكل بُعد من أبعاده، ولكل فقرة من فقراته؛ استخدم المعيار الإحصائي المعتمد على المتوسطات الحسابية، التي تدل قيمته الواقعة بين (١ - أقل من ٢.٣٤) على مستوى منخفض من التنظيم الانفعالي، وقيمه الواقعة بين (٢.٣٤ - أقل

من ٣.٦٧) على مستوى متوسط من التنظيم الانفعالي، وقيمته الواقعة بين (٣.٦٧ - ٥.٠٠) على مستوى مرتفع من التنظيم الانفعالي.

إجراءات الدراسة:

تم تنفيذ الدراسة وفقا لما يلي:

- ترجمة مقياس التنظيم الانفعالي والتحقق من مؤشرات صدقه وثباته.
- التنسيق مع مديرية التربية والتعليم لمنطقة إربد الثانية للقيام بتطبيق هذه الدراسة.
- التواصل والتنسيق مع مديري المدارس وأعضاء هيئة التدريس لتطبيق الأداة أثناء فترة الدوام الرسمي وبعد الحضور تم توضيح أهمية الدراسة والقيام بتوزيع الاستبانة على الطلبة وشرح إليه الإجابة عليها كما طلب من المفحوصين الطلبة قراءة الفقرات والإجابة عنها بدقة وموضوعية.
- تم توزيع 284 استبانة، وبعد استردادها تم تدقيقها بهدف إدخالها للتحليل تبين وجود 247 استبانة صالحة للتحليل، وتم استبعاد 37 بسبب نمطية الاستجابة وتجاهل الإجابة عن بعض الفقرات.
- جمع البيانات، ثم إدخالها إلى ذاكرة الحاسوب وإجراء التحليلات الإحصائية الملائمة.

متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على متغيرين مستقلين، وهما؛ الجنس: وله فئتان؛ ذكر، أنثى. والتخصص: وله مستويان؛ علمي، أدبي. وعلى متغير تابع هو التنظيم الانفعالي؛ ويمثله المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات التنظيم الانفعالي مُجمعةً. وكذلك كل بُعد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي: ويمثلها المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل بُعد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي: البُعد الأول (إعادة التنظيم المعرفي)، البُعد الثاني (القمع).

المعالجات الإحصائية:

للإجابة عن السؤال الأول استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية؛ لمعرفة مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة. وللإجابة السؤال الثاني؛ استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص، كما تم تطبيق تحليل التباين الثنائي Two way ANOVA لمعرفة الدلالة الإحصائية للفروق الظاهرية بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً، كما تم تطبيق تحليل التباين الثنائي المُتعدد Two Way MANOVA لمعرفة الدلالة الإحصائية للفروق

في محافظة إربد في ضوء بعض المتغيرات

الظاهرة بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على كل بُعد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي.

عرض النتائج:

للإجابة عن السؤال الأول الذي نص على: "ما مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة كلية إربد الجامعية؟". حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات كل بُعد من أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي وعليها مُجمعة، ويبين جدول (٢) ذلك.

جدول (٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة

على كل فقرة من فقرات كل بُعد من أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي وعليها مُجمعة

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الانحراف الرتبة المستوى الحسابي المعياري	مرتفع
١	عندما أريد ان اشعر بانفعال إيجابي (الفرح، اللهو) أُغَيّر ما افكر فيه	3.85 0.92	مرتفع
٦	أتحكم بانفعالاتي عن طريق عدم التعبير عنها	3.81 1.03	مرتفع
٢	أحتفظ بمشاعري لنفسى	3.80 1.03	مرتفع
٥	عندما أواجه موقفاً ضاعطاً، أفكر في الطريقة التي تجعلني هادئاً	3.77 1.03	مرتفع
٣	عندما أريد أن أشعر بانفعال أقل سلبية (الحزن، الغضب) أُغَيّر ما أفكر فيه	3.71 1.00	مرتفع
٤	عندما أريد أن أشعر بانفعال إيجابي أكون حريصاً على عدم التعبير عنه	3.69 1.08	مرتفع
	فقرات إعادة التنظيم المعرفي مُجمعة	3.77 0.75	مرتفع
٩	عندما أريد أن أشعر بانفعال سلبي أتأكد من عدم التعبير عنه	3.91 1.03	مرتفع
٨	أتحكم بانفعالاتي من خلال تغيير الطريقة التي أفكر بها عن الموقف الذي أنا فيه	3.81 1.05	مرتفع
١٠	عندما أريد أن أشعر بانفعال أقل سلبية أُغَيّر الطريقة التي أفكر بها عن الموقف	3.76 0.99	مرتفع
٧	عندما أريد ان اشعر بانفعال أكثر إيجابية أُغَيّر الطريقة التي أفكر بها عن الموقف	3.68 1.05	مرتفع
	فقرات القمع مُجمعة	3.79 0.81	مرتفع
	فقرات التنظيم الانفعالي مُجمعة	3.78 0.73	مرتفع

يُلاحظ من جدول (٢) أن مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة كلية إربد الجامعية مرتفع بمتوسط حسابي ٣.٧٨ بانحراف معياري ٠.٧٣. حيث جاء البُعد الثاني (القمع) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي ٣.٧٩ بمستوى مرتفع، تلاه في المرتبة الثانية البُعد الأول (إعادة التنظيم المعرفي) (إعادة التنظيم المعرفي) بمتوسط حسابي ٣.٧٧ وبمستوى مرتفع.

ويعزو الباحثون هذه النتيجة أن طلبة المرحلة الجامعية تواجههم العديد من المواقف والخبرات

التي تستثير انفعالاتهم الإيجابية والسلبية، وأن هذه المواقف أتاحت لهم المجال واسعاً في مساعدتهم على اختيار أفضل هذه الاستراتيجيات والتي حققت لهم كثيراً من الاستقرار وحالات التكيف والرضا عن الذات في المواقف التعليمية والاجتماعية. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة نتائج دراسة (عباس، ٢٠١٨) إن مستوى التنظيم الانفعالي جاء بدرجة مرتفعة لدى الطلبة، في حين تختلف مع نتائج دراسة (نصار، ٢٠٢١) ودراسة (السلمي وأكرم، 2020) اللتين أشارتا إلى أن مستوى التنظيم الانفعالي جاء بدرجة متوسطة.

لإجابة السؤال الثاني الذي نص على: " هل توجد دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية $\alpha = 0.05$ بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً وكل بُعد من أبعاده، تعزى لمتغيرات الجنس، والتخصص والتفاعل بينهما؟". حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً، وفق متغيرات الجنس، والتخصص، ويبين جدول (٣) ذلك.

جدول (٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص

الجنس	التخصص					
	علمي		أدبي		الكلّي	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكر	3.71	0.73	3.88	0.74	3.82	0.74
أنثى	3.72	0.60	3.78	0.81	3.75	0.73

يُلاحظ من جدول (٣) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً، وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص، ولتحديد الدلالة الإحصائية لهذه الفروق الظاهرية تم تطبيق تحليل التباين الثنائي Two way ANOVA، ويبين جدول (٤) ذلك.

جدول (٤) تحليل التباين الثنائي للمتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً، وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص والتفاعل بينهما

المتغير	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.802	1	0.802	1.497	0.222
التخصص	0.149	1	0.149	0.279	0.598
الجنس × التخصص	0.188	1	0.188	0.350	0.554
الخطأ	130.212	243	0.536		
المجموع المعدّل	131.365	246			

يُلاحظ من جدول 4 ما يلي:

- أن قيمة الدلالة الإحصائية لمتغير الجنس بلغت ٠.٢٢٢، وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)؛ مما يدل على عدم دالّ إحصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطين الحسابيين لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً يُعزى لمتغير الجنس.
- أن قيمة الدلالة الإحصائية لمتغير التخصص بلغت ٠.٥٩٨، وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)؛ مما يدل على عدم دالّ إحصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطين الحسابيين لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً يُعزى لمتغير التخصص.
- إن قيمة الدلالة الإحصائية للتفاعل الثنائي بين متغيري الجنس والتخصص بلغت ٠.٥٥٤، وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)؛ مما يدل على وجود دالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي مُجمعةً تُعزى للتفاعل الثنائي بين متغيري الجنس والتخصص.

كما حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على كل بُعد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص، ويبين جدول ٥ ذلك.

جدول (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على كل بُعد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي، وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص

التخصص	الجنس	إعادة التنظيم المعرفي		الانحراف المعياري
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
علمي	ذكر	3.67	0.79	0.77
	أنثى	3.70	0.66	0.67
	الكلي	3.69	0.71	0.71
أدبي	ذكر	3.89	0.75	0.84
	أنثى	3.78	0.80	0.92
	الكلي	3.83	0.78	0.88

يُلاحظ من جدول (٥) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على كل بُعد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص،

ولتحديد الدلالة الإحصائية لهذه الفروق الظاهرة، تم تطبيق تحليل التباين الثنائي المتعدد Two way MANOVA، ويبين جدول ٧ ذلك.

جدول (٦) تحليل التباين الثنائي المتعدد للمتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على كل بُعد من بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي، وفقاً لمتغيري الجنس، والتخصص والتفاعل بينهما

مصدر التباين	البُعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الجنس Hotelling's Trace=0.013	إعادة التنظيم المعرفي القمع	1.366	1	1.366	2.412	0.122
الدلالة الإحصائية=٠.٢٠١		0.236	1	0.236	0.354	0.552
التخصص Hotelling's Trace=0.001	إعادة التنظيم المعرفي القمع	0.101	1	0.101	0.178	0.674
الدلالة الإحصائية=٠.٨٣٥		0.240	1	0.240	0.360	0.549
الجنس×التخصص Wilks' Lambda=0.998	إعادة التنظيم المعرفي القمع	0.286	1	0.286	0.506	0.478
الدلالة الإحصائية=٠.٧٤٢		0.079	1	0.079	0.118	0.731
الخطأ	إعادة التنظيم المعرفي القمع	137.612	243	0.566		
		162.201	243	0.667		
المجموع المعدّل	إعادة التنظيم المعرفي القمع	139.333	246			
		162.804	246			

يُلاحظ من جدول ٦ ما يلي:

- أن قيمة الدلالة الإحصائية لاختبار Hotelling's Trace وفق متغير الجنس بلغت ٠.٢٠١، وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)؛ مما يدل على عدم وجود فرق دالّ إحصائياً في بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي، يُعزى لمتغير الجنس.
- أن قيمة الدلالة الإحصائية لاختبار Hotelling's Trace وفق متغير التخصص بلغت ٠.٨٣٥، وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)؛ مما يدل على عدم وجود فرق دالّ إحصائياً في بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي، يُعزى لمتغير التخصص.
- أن قيمة الدلالة الإحصائية لاختبار ويليكس لمبدا Wilks' Lambda وفق التفاعل الثنائي بين متغيري الجنس التخصص بلغت ٠.٧٤٢، وهي أكبر من مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$)؛ مما يدل على عدم وجود دالّة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على بُعدي مقياس التنظيم الانفعالي تُعزى للتفاعل الثنائي بين متغيري الجنس والتخصص.

في محافظة إربد في ضوء بعض المتغيرات

ويمكن تفسير نتيجة هذه الدراسة بأن جميع الطلبة يتعلمون في بيئة جامعية واحدة بكل مكوناتها ذكوراً كانوا أم إناثاً، فالعوائق والمصاعب والضغوطات والهموم التي يواجهها الطلبة من كلا الجنسين ومن كافة التخصصات العلمية والإنسانية واحدة في الغالب، بالإضافة إلى عدم التباين الاجتماعي والثقافي لدى الطلبة، كونهم يعيشون أيضاً في منطقة جغرافية واحدة تعاني ما تعانيه من شح في الموارد وفقر وظروف اقتصادية في غاية الصعوبة، وبالتالي فإن الطلبة يلجأون إلى استخدام كافة الاستراتيجيات لتنظيم انفعالاتهم بسبب تنوع الخبرات التي يملكون بها من أجل تحقيق أكبر قدر من التكيف مع الواقع الأكاديمي والاجتماعي والاقتصادي والثقافي. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة السلمي وأكرم (2020) التي أشارت إلى عدم وجود دالة إحصائية في التنظيم الانفعالي والتخصص. وتتفق أيضاً مع نتيجة دراسة عباس (٢٠١٨) ودراسة محمد وآخرون (٢٠١٩) اللتين أشارتا إلى عدم وجود فروق في مستوى التنظيم الانفعالي يعزى لمتغير الجنس.

التوصيات:

في ضوء النتائج الحالية تم تقديم التوصيات الآتية:

- المحافظة على مستوى التنظيم الانفعالي لدى الطلبة من خلال تعزيز مشاركتهم الإيجابية في المواقف التعليمية والاجتماعية.
- إجراء مزيد من الدراسات حول التنظيم الانفعالي في ضوء متغيرات الصف، ومستوى الدراسة، ومكان السكن، ومستوى الدخل.
- إجراء دراسات حول التنظيم الانفعالي لدى شرائح تعليمية أخرى مثل: طلبة المرحلة الأساسية، وطلبة الجامعة، وطلبة المدارس المتوسطة.

المراجع

- السلمي، وهديل، وأكرم. صفية. (2020). مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة جدة وعلاقته بالرضا عن الحياة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 4 (30)، 120-144.
- عباس، حنان. (2018). التوافق النفسي وعلاقته باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى عينة من طلبة الصف الأول الثانوي في المدارس بمحافظة دمشق. *مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية*، 40 (37)، 40-78.
- محمد، سحر بديوي، أحمد، عبدالجواد، وفاء. (2019). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. *مجلة دراسات تربوية واجتماعية*، 25 (10)، 123-162.
- نصار، عبد القادر. (٢٠٢١). *الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتنظيم الانفعالي لدى طلبة مدينة عرابه*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية. عمان، الأردن.
- Babkirk, S., Rios, V., Dennis, T. (2015). The late positive potential predicts emotion regulation strategy use in school-aged children concurrently and two years later. *Developmental Science* 18(5), 832–841.
- Barrett, L., Ochsner, N., Gross, J. (2007). *Aitomaticity and emotion*. In Bargh (Ed), *Social Psychology and Unconscious*, 173-218. New York: Psychology press.
- Brenning, K., Soenens, B., Petegem, S., Vansteenkiste, M. (2015). Perceived Maternal Autonomy Support and Early Adolescent Emotion Regulation: A Longitudinal Study. *Social Development*, 24 (3), 561–578.
- Daschmann, E. C., Goetz, T., & Stupnisky, R. H. (2011). Testing the predictors of boredom at school: Development and validation of the precursors to boredom scales. *British Journal of Educational Psychology*, 81(3), 421-440.
- Dora, D. (2012). *The contribution of self-control, emotion regulation, rumination, and gender to test anxiety of university students*. Unpublished Master Thesis, Middle East Technical University, Turkey.

- Droulers, O., Lacoste-Badie, S., Malek, F. (2015). Age-Related Differences in Emotion Regulation within the Context of Sad and Happy TV Programs. *Psychology & Marketing*, 32(8), 795–807.
- Fisher, D. (1993). Boredom at work: A neglected concept. *Human Relations*, 46 (3), 395–417.
- Garnefski, N. & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire – development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality Individual Differences*, 41(6), 1045– 1053.
- Garnefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J., & van Den Kommer, T. (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. *Personality and individual differences*, 36(2), 267-276.
- Gross, J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224-237.
- Gross, J., & John, O. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J., Thompson, A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. Handbook of emotion regulation. 3-24. New York: Guilford Press.
- Imanparvar, S. & Ghasemi, M. (2016). The role of emotion regulation strategies and behavioral activation system (BAS) in social adjustment of adolescents with conduct disorder. *Modern Applied Science*, 10(10), 75-83.
- Lopes, N., Nezlek, B., Extremera, N., Hertel, J., Fernández-Berrocal, P., Schutz, A. (2011). Emotion regulation and the quality of social interaction: Does the ability to evaluate emotional situations and identify effective responses matter? *Journal of Personality*, 79(2), 429–467.
- Mann, S., & Robinson, A. (2009) Boredom in the lecture theatre: an investigation into the contributors, moderators and outcomes of boredom amongst university students. *British Educational Research Journal* 35(2), 243-258.

- Nelis, D., Quoidbach, J., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2011). *Measuring individual differences in emotion regulation: The Emotion Regulation Profile-Revised (ERP-R)*. *Psychologica belgica*.
- Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315-341.
- Pekrun, R., Goetz, T., Daniels, L. M., Stupnisky, R. H., & Perry, R. P. (2010). Boredom in achievement settings: Exploring control-value antecedents and performance outcomes of a neglected emotion. *Journal of Educational Psychology*, 102(3), 531-549.
- Perrone-McGovern, K. M., Simon-Dack, S. L., Beduna, K. N., Williams, C. C., & Esche, A. M. (2015). Emotions, cognitions, and well-being: The role of perfectionism, emotional over excitability, and emotion regulation. *Journal for the Education of the Gifted*, 38(4), 343-357.
- Rasquinha, D. M., & Bantwal, P. (2016). State Boredom and Emotion Regulation among the Institutionalised Elderly. *Indian Journal of Gerontology*, 30(4), 434-440.
- Reisy, J., Javanmard, A., Shojaei, M., Zade, L. & Monfared, P. (2013). The Meditational Role of Emotional Regulation between Family Communication Pattern and Academic Adjustment. *Journal of Educational and Management Studies*, 3(4), 337-344.
- Robson, D. (2017). **Psychology: Why boredom is bad... and good for you**. Bbc.com. Archived from the original on 24 August 2017.
- Ruhrman, D., Mikulincer, M., Apter, A., Benaroya-Milshtein, N., & Steinberg, T. (2021). Emotion regulation and tic disorders in children. *European child & adolescent psychiatry*, 1-10.
- Sajadi, S., Khaitbari, J., Panahi, H., Sajadi, N. (2012). The relationship between anxiety and emotion regulation with psychological hardiness in students. *Annals of Biological Research*, 3(10), 4964-4969.
- Sharp, J. G., Zhu, X., Matos, M., & Sharp, J. C. (2021). The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI): a measure of trait, state and other characteristic attributes for the exploratory study of student engagement. *Journal of Further and Higher Education*, 45(9), 1253-1280.

-
- Suveg, C., Jacob, M., Payne, M. (2010). Parental interpersonal sensitivity and youth social problems: A meditational role for child emotion deregulation. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 677-686.
- Tanaka, A. & Murayama, K. (2014). Within-Person Analyses of Situational Interest and Boredom: Interactions between Task Specific Perceptions and Achievement Goals. *Journal of Educational Psychology*, 106(4), 1122-1134.
- Teimourpour, N., Besharat, M., Rahiminezhad, A., Rashidi, B. & Lavasani, M. (2015). The meditational role of cognitive emotion regulation strategies in the relationship of ego-strength and adjustment to infertility in women. *Journal of Family and Reproductive Health*, 9(2), 45-52.
- Tze, V. M., Klassen, R. M., & Daniels, L. M. (2014). Patterns of boredom and its relationship with perceived autonomy support and engagement. *Contemporary Educational Psychology*, 39(3), 175-187.
- Urry, H. (2009). Using reappraisal to regulate unpleasant emotional episodes: Goals and timing matter. *Emotion*, 9(6), 782-797.
- Vodanovich, J. (2003). Psychometric Measures of Boredom: A Review of the Literature. *The Journal of Psychology*, 137(6), 569-588.
- Wagstaff, R. (2014). Emotion regulation and sport performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(4), 401-412.
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain sciences*, 9(4), 76.