التنظيم العاطفي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. نمير ابراهيم حميد رسول شاهين جمال

جامعة تكريت/كلية التربية للعلوم الإنسانية/قسم العلوم التربوية والنفسية

الملخص:

يهدف البحث الحالي التعرف على العلاقة بين التنظيم العاطفي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، وتحقيقاً لأهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس التنظيم العاطفي، وبعد استخراج الخصائص السيكومترية له، أصبح المقياس بصورته النهائية مكوناً من (٤٧) فقرة، وتبني مقياس تقدير الذات لـ(جعفر، ٢٠٠٧) والمكون من (٣٦) فقرة، وتم التأكد من الصدق والثبات للمقياس. طبق الباحث الاداتان على عينة البحث والبالغة (٣٠٠) طالباً وطالبة أختيرت بالطريقة العشوائية من طلبة جامعة كركوك للعام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧، وقد توصل البحث إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التنظيم العاطفي وتقدر الذات لدى طلبة الجامعة، وفي النهاية قدم الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الفصل الأول

مشكلة البحث:

إنَّ تنظيم العواطف لا يعد مفهوما حديثاً نشأ في هذا العصر، وإنما عرف قديماً، وقد عد الفلاسفة القدرة على التحكم بالعواطف فضيلة منذ عصر (إفلاطون)، وقد دعا (ارسطو) إلى تنظيم عواطفنا بذكاء، فهي تقود تفكيرنا وبقاءنا، وفي رأي (ارسطو) أن المشكلة ليست في الحالة العاطفية نفسها بل في سلامة العاطفة وكيفية التعبير عنها. أما عند المسلمين فقد عرفت بأسماء عدة، مثل قوله تعالى: (والكاظمين الغيظ)، ومجاهدة النفس،وقد قال رسول الله T: (ليس الشديد بالصرعة، ولكن الشديد من يملك نفسه عند الغضب).

من ذلك يتبين أنَّ تنظيم العواطف تشير إلى قدرة الفرد في السيطرة عليها وإلى حكمته في اختيار الزمان والمكان والكيفية المناسبة التي تؤدي الى توافق سليم مع الموقف، ولقد قيل: (إن من السهل أن تنفعل، ولكن لسبب مناسب ومن الشخص المناسب، وفي الوقت المناسب، وبالقدر المناسب ولفترة زمنية مناسبة، فهذا هو الأمر الصعب).

وكانت النظرة التقليدية للعواطف تتمثل بأعتبارها غامضة ويصعب السيطرة عليها وتنظيمها، وإنَّه لا يوجد دور لها في نجاح الفرد، ولكن النظرة الحديثة للعواطف عند الإنسان تبرز أهميتها المتزايدة في حياته، وبأنها عملية غير مستقلة عن التفكير، بل انهما عمليتان متفاعلتان ومتداخلتان لا يمكن فصلهما، وبالرغم من أهمية العواطف في حياة الأفراد، فإنها لم تلق الإهتمام المناسب من الباحثين إلا في عقد الثمانينات من القرن الماضي، إذ شهدت زيادة غير مسبوقة في الإهتمام، والدراسات العلمية تترى في مجال العواطف التي كان من نتائجها المثيرة اللمحات المصورة للدماغ، وهو يعمل في الحالات العاطفية (الفرا، ٢٠١٢:٥٩).

يمكن القول أنَّ البحث الحالي يأتي نتيجة احساس الباحث ومعايشته للظروف التي يعيشها المجتمع العراقي ومنهم طلبة الجامعة، وخصوصاً بعد التغيرات التي شهدها مجتمعنا بعد عام (٢٠٠٣) وما صاحبها من تغيرات قيمية وأخلاقية واجتماعية وعاطفية وثقافية أدت إلى التأثير المباشر على الجانب العاطفي لأفراد المجتمع بشكل عام والطالب الجامعي بشكل خاص، بالإضافة إلى الخلل في منظومة تقدير الذات مما جعل الباحث يغوص في هذا الموضوع من أجل الكشف عن (التنظيم العاطفي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة).

أهمية البحث:

تنبع أهمية الدراسة من الأهمية التي حظي بها مفهوم (التنظيم العاطفي) و (تقدير الذات) وايضآ من أهمية الفئة العمرية التي طبقت عليها هذه الدراسة، فالطالب الجامعي يعد في مرحلة تؤهله للخروج إلى الميدان ومواجهة متطلبات الحياة سواء العملية أو الاجتماعية، وما يتطلب ذلك من مهارات أخرى غير معرفية لتكوين الصداقات وبناء العلاقات الناجحة مع الآخرين، والنجاح المهني والاجتماعي في حياة الأفراد.

تعد العواطف من المتغيرات النفسية الاجتماعية التي تؤدي دورآ في الحياة الاجتماعية عن طريق فهم الآخرين من خلال أخذ أدوارهم أو مشاعرهم عن طريق عملية التخيل، إذ ان الوعي بأفكار ومشاعر الاخرين، والعواطف قوة كامنة تعمل على تشكيل نظام إرشادي داخلي يعمل لدينا وتنبهنا عندما تكون هناك حاجة إنسانية غير مستجابة، ويوكد (اليوت) بأن العاطفة تبرز أهميتها من كونها تسمح للناس من زيادة تحملهم وصبرهم على مواجهة الأسى والآلام والحزن الذي يواجهونه في حياتهم (Elias, ٢٠٠٤: ٥٣).

تؤدي العواطف دورا مهما في حياة الإنسان، ومن دونها لا يكون للحياة معنى ولا متعة، سواء أكانت هذه العواطف إيجابية أو سلبية، ومن يتأمل حياة الإنسان يجدها مليئة بالعواطف بمختلف أنواعها وما من فرد إلا واختبر هذه العواطف، وينتقل الإنسان من حالة عاطفية إلى أخرى، حتى إن كان من حوله لا يسترعي الانتباه ويدعو إلى الهدوء ويسير على وتيرة واحدة (الشريف، ٢٠٠١: ٣٥). ويشير(منسي) إلى أن التحديات التي يعيشها الإنسان والطبيعة الإنسانية متأثرة بالعواطف، فمشاعرنا تؤثر في كل كبيرة وصغيرة في حياتنا أكثر من تأثير التفكير وذلك حين يرتبط الأمر بمصيرنا وافعالنا، ويؤكد أيضا أنَّ المشاعر ضرورية للتفكير والتفكير مهم للمشاعر لكن إذا تجاوزت المشاعر ذروة التوازن، فالعقل العاطفي في هذه الحالة يتغلب على الموقف ويكتسح العقل المنطقي وذلك أنَّ هنالك عقلين أحدهما عاطفي والآخر منطقي(منسي، ٢٠٠٢: ٣٨٤).

ومن خلال ذلك تتوضح أهمية البحث الحالي من خلال جانبين:

١.الجانب النظري:

- إن دراسة التنظيم العاطفي في هذا الوقت له أهمية كبيرة نظراً لتوجه الدراسات النفسية العالمية في دراسته مع مجالات الشخصية والصحة النفسية.
- إن الأفراد الذين يمتلكون تنظيماً عاطفياً لديهم القدرة في السيطرة على احداث الحياة ويمتلكون نظرة إيجابية نحو حياتهم والمجتمع.
- كذلك تأتي أهمية هذا البحث من أهمية متغيراته، فهو يتناول أهم متغيرات في شخصية الطالب الجامعي وهما التنظيم العاطفي الذي يعد من أهم مقومات الشخصية الذي يساعد على التحكم بالعواطف والمشاعر وفي بناء العلاقات الإيجابية مع الآخرين ومواجهة ضغوط الحياة، وكذلك تقدير الذات الذي يعد من أهم مقومات الشخصية.
- إن متغير التنظيم العاطفي وعلى (حد علم الباحث) لم يتم دراسته بشكل واسع، مما يشكل ثغرة في منظومة بحوثنا النفسية الذي تسعى الدراسة الحالية الى سد جزء منها .
- أيضا تأتي أهمية هذا البحث في تزويد المكتبة السيكولوجية العراقية بأحدث ما توصل إليه العلم في مجال دراسة التنظيم العاطفي وتقدير الذات في البيئة العربية من جهة والبيئة الأجنبية من جهة أخرى؛ وذلك عبر ترجمة العديد من الدراسات الأجنبية الحديثة والنظريات المتعلقة بالموضوع في ضوء التراث السيكولوجي المتاح ، مما يمهد ويسهل الطريق لإجراء المزيد من الدراسات والبحوث في هذا المجال في البيئة العراقية.

٢.الجانب التطبيقي:

- تعد هذا الدراسة من أول الدراسات العراقية (على حد علم الباحث) في دراسة علاقة ارتباطية فريدة تجمع بين متغيرين هما: التنظيم العاطفي، وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.
- في ضوء إجراءات البحث قام الباحث بترجمة العديد من المقاييس الأجنبية ذات الصلة بالتنظيم العاطفي وكذلك ترجمة العديد من الدراسات و الكتب الاجنبية والاطلاع على أدبيات حديثة مما يتيح الفرصة أمام الباحثين مستقبلاً للإفادة منها واستعمالها في دراسات لاحقة.

- قيام الباحث ببناء أداة للتنظيم العاطفي الذي يتمتع بمواصفات سيكومترية تناسب البيئة العراقية، والذي يمكن الإفادة منها في الدراسات اللاحقة.
- تكمن أهمية هذا البحث أيضا بأنه جاء استجابة لتوصيات ومقترحات العديد من الدراسات السابقة المتصلة بالموضوع كدراسة (Fahmi, ٢٠١٥).
- تفيد الدراسة الحالية في لفت انتباه المسوؤلين في مجال الإرشاد النفسي والأكاديمي والصحة النفسية إلى أهمية وضع البرامج الإرشادية للطلاب لإطلاعهم على طبيعة الحياة الجامعية ومتطلبات الاندماج معها.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:-

١. مستوى التنظيم العاطفي لدى طلبة الجامعة.
٢. الفروق في مستوى التنظيم العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور -أناث).
٣. الفروق في مستوى التنظيم العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي -إنساني).
٤. مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة.
٥. الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور -أناث).
٦. الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي -إنساني).
٧. التعرف على العلاقة الارتباطية بين مستوى التنظيم العاطفي و مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على طلبة المرحلة الثالثة في جامعة كركوك للعام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧ ولكلا الجنسين للدراسات الصباحية وللاختصاصات العلمية والإنسانية.

تحديد المصطلحات:

١- التنظيم العاطفي Emotion regulation

عرفه Thompson (١٩٩١)

مجموعة من العمليات الجوهرية المسؤولة عن رصد وتقويم وتعديل الاستجابات العاطفية بصورة مكثفة لتحقيق الهدف، وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية (Thompson, ١٩٩١: ٢٥٩).

عرفه Eisenberg (٢٠٠٠)

مجموعة من العمليات الجوهرية المسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الفعل العاطفية.

(Eisenberg, ٢٠٠٠: ٣٥)

التعريف النظري للتنظيم العاطفي:

مجموعة من العمليات والاستراتيجيات التي تساعد الفرد في السيطرة على مشاعره وعواطفه وفهمها، والتعبير عنها بشكل مناسب، والقدرة على إدراك مشاعر الآخرين وانفعالاتهم وتقديرها وحسن التعامل معهم، من أجل بناء علاقات اجتماعية إيجابية.

التعريف الإجرائي للتنظيم العاطفي فهو:

الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب (المفحوص) من خلال إجابته على مقياس التنظيم العاطفي الذي أعده الباحث لهذا الدراسة.

٢. تقدير الذات Self-Esteem

عرفه كوبر سميث (١٩٦٧)

تقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه، إذ يتضمن تقدير الذات إتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح، أي أنَّ تقدير الذات هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية (الدسوقي، ٢٠٠٨:٤٤).

عرفه أبو زيد (١٩٨٧)

الحكم الشخصي للفرد عن الاستحقاق أو عدم الاستحقاق والذي يتم التعبير عنه في الاتجاهات التي يحملها الفرد تجاه نفسه (ابو زيد، ١٩٨٧:٣٩).

عرفه جعفر (٢٠٠٧)

تقييم مدرك يضعه الفرد لجوانب شخصيته، يدل على تقبله لها أو سخطه عليها، ويكون قابلاً للتغيير وفق المؤثرات البيئية المحيطة (جعفر، ٢٠٠٧: ٨). وقد تبنى الباحث هذا التعريف لتقدير الذات لكونه تبنى الاداة المعدة من قبل الباحث (جعفر، ٢٠٠٧: ٨).

الفصل الثاني

خلفية نظرية ودراسات سابقة

اولا/ خلفية نظرية:

أكد الإسلام قبل أكثر من أربعة عشر قرناً على دور القلب في التفقه والفهم، كما تحدث عن المشاعر الإنسانية وهناك العديد من الآيات القرآنية والأحاديث النبوية التي تكلمت عن العواطف والمشاعر كالفرح والحب والغضب والكراهية والحزن وغيرها من العواطف، ولم يتكلم الإسلام عن هذه العواطف فحسب، لكنه تطرق إلى كيفية التعامل معها وتقويمها وتنظيمها والتعبير عنها، كما أنَّ القيم الإسلامية تدعوا الإنسان إلى إضهار التعاطف والمحبة والتكافل الاجتماعي والمودة بين أبناء البشر جميعاً على اختلاف عقائدهم وأجناسهم وأعراقهم.

تعد العاطفة ركناً أساسياً من طبيعة الإنسان، فقد خلق الله تعالى الإنسان من جسد وروح، وشرع له القوانين تضبط تصرفاته المادية والروحية، فلا يشذ العقل ولا تند العاطفة. وهي أحد مكونات الإنسان الرئيسية، بل هي جزء أساسي في تكوينه، وأن أي عاطفة من عواطفنا على استعداد للقيام بعمل ما، وكل منها يرشدنا إلى اتجاه أثبت فعاليته للتعامل مع المشاكل وتحديات الحياة المتجددة (الزعبي، ١٢٢:٢٠١٤).

مفهوم العاطفة:

تعد العاطفة نزعة مكتسبة وأنها عادة وجدانية، إذ يولد الطفل دون أية عواطف أو مشاعر تجاه أي شخص أو أي شيء، لكنه يكتسب بالتدريج عواطف نحو أمه وأبيه وأخوته وسواهم من الأشخاص الأخرين في بيته، فهي تتأثر بالوسط العائلي والأجتماعي وكل ما يحيط بالفرد ويرتبط به (الشماع، ١٣١:٢٠٠٩)، وتتكون العاطفة من تكرار ارتباط مشاعر وانفعالات معينة، فلو تأملنا عاطفة الأم نحو إبنها وكيف تصوغ هذه العاطفة حياتها وكيف تحدد كل سلوكها وتتحمل المتاعب والصعاب

في سبيله وهذه العاطفة والحب الفريد هو الذي يدفعها الى مداومة العمل من اجله، لو تأملنا هذا لأدركنا معنى العاطفة (احمد، ١٩٩٨:١٦٧).

خصائص العاطفة:

تتميز العاطفة بالعديد من الخصائص وأهم هذه الخصائص هي:

١. الأكتساب: تتكون العاطفة من تكرار أرتباط الفرد بموضوع العاطفة.
٢. ذات صبغة انفعالية: تتكون العاطفة من عدة انفعالات تدور وتتبلور حول موضوع معين.
٣. تعد العاطفة جزءاً اساسياً في إتخاذ قرارات الشخص وتوجيه سلوكه وتخطيطه للحياة.
٤. التكرار: يولد الإنسان بدون أية عاطفة تجاه شخص معين وإنما تتكون من تكرار اتصالنا بموضوع العاطفة (القوسي، ١٩٧٥:٣٦٠).

دور ووظائف العواطف في الأداء البشري:

العواطف لها دور كبير ومهم في مختلف مجالات حياة الإنسان، فهي تعمل على تحسين رفاهية الأفراد في الحياة، وتقوم بمساعدة الناس على التعافي من التوتر الناجم عن المشاعر السلبية. وتتميز العواطف بالعديد من الوظائف منها:

١. إن وظيفة العواطف هي حماية الإنسان من الأخطار والحفاظ على وجوده.
٢. تعمل العواطف على تحسين العلاقات الاجتماعية بين الأفراد سواء داخل الأسرة أو في الحياة المدرسية أو في مكان العمل.
٣. تعمل العواطف على تحسين ورفع مستوى الصحة الجسدية والنفسية(Sumida, ٢٠١٠: ١٤).

التنظيم العاطفي (Emotion regulation):

يشير مفهوم التنظيم العاطفي إلى أَنَّه العمليات التي من خلالها يؤثر الأفراد في العواطف التي يمتلكونها والكيفية التي يخبرون بها هذه العواطف أو يعبرون عنها. وعملية تنظيم العاطفة في كثير من الأحيان تنطوي على تنظيم العواطف والمشاعر السلبية (كالغضب والخوف والحزن) وبالفعل فأن أغلبية الدراسات المنشورة والبحوث ركزت على هذا الجانب من تنظيم العواطف. وعلى الرغم من ذلك فقد أشار الباحثون على أهمية تفحص تنظيم العواطف والمشاعر الإيجابية لما يمس بشكل كبير في رفاهية وأزدهار الإنسان (Nelis, ٢٠١١: ٤٠).

خصائص وسمات الأفراد ذوي التنظيم العاطفي:

وفقاً لـ(Martin and Dahlen) سمات الفرد الذي يتصف بالتنظيم العاطفي هي:

١. يتصف بالمرونة في تعامله مع المشاكل وضغوطات الحياة.
٢. ينظر للحياة بتفاؤل وإيجابية.
٣. لديه القدرة في تكوين علاقات شخصية جيدة مع الآخرين.
٤. لديه القدرة على حل المشكلات بشكل هادئ.
٥. يتعاطف مع الآخرين في أوقات ضيقهم(Martin & Dahlen, ٢٠٠٥: ٢٤).

التنظيم العاطفي والتحصيل الاكاديمي:

يشير Thompson إلى أنَّ من الواجب على المعلمين بوصفهم مربين صالحين مساعدة الطلبة على أن يكونوا اكثر دقة في الوعي بعواطفهم والنجاح في كيفية فهمها والسيطرة عليها وتوظيفها بطرائق اجتماعية مقبولة، كذلك مساعدتهم بشكل مناسب ليصبحوا أكثر قدرة في السيطرة على عواطفهم وانفعالاتهم السلبية وأكثر قدرة في التعامل مع المشكلات الدراسية (Cook&Cook,٢٠٠٩;٨٩). ويرى (لوبس وسالوفي) أنَّ القدرات العاطفية قد تكون مهمة للتحصيل الأكاديمي، فمثلاً قد تساعد القدرة على استعمال العواطف في تيسير عملية التفكير عند الطلبة على تحديد الأنشطة التي يركزون عليها بالاعتماد على ما يشعرون به، كما أنَّ الحالات المزاجية تعزز من التفكير التباعدي والتخيل والتي قد تساعد بدورها في الإبداع عند الطلبة (ابو عفش، ٢٠١١:٢٥).

ثانيا/ دراسات سابقة:

دراسة (Wibowo, ٢٠١٣)

الدعم الاجتماعي وعلاقته بالتنظيم العاطفي لدى الموظفين في شركة (PT inax) الدولية.

أجريت هذه الدراسة في أندنوسيا على عينة مكونة من (٥٥) موظفاً يعملون في شركة (PT inax) الدولية، وكانت الدراسة تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الدعم الاجتماعي والتنظيم العاطفي لدى الموظفين في شركة (PTinax) الدولية، تمثلت أدوات الدراسة: مقياس (Gross, ٢٠١٠) كأداة لقياس التنظيم العاطفي، واستعملت الوسائل الإحصائية: (المتوسطات الحسابية، معادلة ألفا كرونباخ، معامل ارتباط بيرسون) معتمداً في ذلك على برنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة بين الدعم الاجتماعي والتنظيم العاطفي(Wibowo,٢٠١٣).

دراسة (Fahmi,٢٠١٥)

التنظيم العاطفي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى المراهقين في المدارس الثانوية.

أجريت الدراسة في أندنوسيا وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين التنظيم العاطفي و السلوك العدواني لدى المراهقين، تكونت العينة من (١٣١) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية. استعملت الوسائل الإحصائية: (المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معادلة ألفا كرونباخ، معامل ارتباط بيرسون). توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين التنظيم العاطفي والسلوك العدواني لدى المراهقين في المدارس الثانوية (Fahmi, ٢٠١٥).

دراسة (Hafiz,٢٠١٥)

التنظيم العاطفي وعلاقته بالتحصيل الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

أجريت هذه الدراسة في ماليزيا، وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين التنظيم العاطفي والتحصيل الاكاديمي لدى طلبة الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (١٢٧) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة الإسلامية في ماليزيا. تمثلت أدوات الدراسة: مقياس (Gross, ٢٠١٠) للتنظيم العاطفي كاداة لقياس التنظيم العاطفي. وقد أسفرت النتائج إلى أنَّ هناك علاقة ارتباطية إيجابية دالة بين التنظيم العاطفي والتحصيل الاكاديمي لدى طلبة الجامعة، وأشارت الدراسة إلى أنَّ التنظيم العاطفي يساهم في تحسين ورفع التحصيل الاكاديمي لدى طلبة الجامعة (Hafiz, ٢٠١٥).

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل وصفاً للإجراءات التي أُعتمدت لتحقيق أهداف البحث، بدءاً من تحديد مجتمع البحث، واختيار عينة مناسبة ووصف خصائصها، واختيار أدوات البحث لتحقيق أهدافه، ومعالجة بياناته بالوسائل الإحصائية المناسبة.

مجتمع البحث:

يقصد بمجتمع البحث: العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها نتائج البحث ذات العلاقة بالمشكلة المتناولة (داوود وعبد الرحمن، ١٩٩٠: ٢٦).

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلاب جامعة كركوك للعام الدراسي ٢٠١٦ – ٢٠١٧ ومن كلا الجنسين الذكور والإناث والتخصصين العلمي والإنساني في الدراسة الصباحية، إذ بلغ مجتمع البحث (١٢٨٣٢)* طالباً وطالبة موزع على (٨) كليات علمية و (٦) كليات إنسانية بواقع (٥٦٦٢) طالباً و (٧١٧٠) طالبة، و (٥٣٧٧) للتخصص العلمي و (٧٤٥٥) للتخصص الإنساني والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

مجتمع البحث موزع حسب الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني)

ت	التخصص	الكليات	الجنس	المجموع الكلي	مجموع التخصص

*حصل الباحث على أعداد الطلبة من مديرية شؤون الطلبة.

			ذكور	إناث		
١	العلمي	الطب العام	٢١٠	٣٤٨	٥٥٨	مجموع التخصص العلمي
٢		طب أسنان	٨٧	١٣٠	٢١٧	
٣		الطب البيطري	١٠٩	٩١	٢٠٠	
٤		التمريض	٦٦	٢٥٠	٣١٦	
٥		الهندسة	٤٧٣	٤٥٤	٩٢٧	
٦		العلوم	٤٤٧	٨٨٩	١٣٣٦	
٧		التربية للعلوم الصرفة	٣٨٢	٦٢٧	١٠٩	
٨		الزراعة	٤١٥	٣٩٩	٨١٤	
		المجموع	٢١٨٩	٣١٨٨	٥٣٧٧	٥٣٧٧
٩	الإنساني	القانون والعلوم السياسية	١١٩٤	٧٢٨	١٩٢٢	مجموع التخصص الإنساني
١٠		التربية للعلوم الإنسانية	١٢٣٣	٢٢٤١	٣٤٧٤	
١١		الإدارة والاقتصاد	٣٩٦	٢٩٠	٦٨٦	
١٢		الآداب	٢٩٣	٤٣٦	٧٢٩	
١٣		التربية الرياضية	٣٠٣	١٦٥	٤٦٨	
١٤		التربية الأساسية	٥٤	١٢٢	١٧٦	
		المجموع	٣٤٧٣	٣٩٨٢	٧٤٥٥	٧٤٥٥
		المجموع الكلي	٥٦٦٢	٧١٧٠	١٢٨٣٢	١٢٨٣٢

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية، إذ تم اختيار ست كليات عشوائياً بواقع ثلاث كليات تمثل التخصص العلمي هي: (كلية الهندسة، كلية العلوم، كلية الزراعة) وثلاث كليات تمثل التخصص الإنساني هي: (كلية القانون والعلوم السياسية، كلية التربية، كلية الآداب) ومن هذه الكليات تم اختيار قسم دراسي واحد من كل كلية عشوائياً وبذلك بلغ عدد الأقسام (٦) ، ومن هذه الأقسام تم اختيار عينة عشوائية من طلبة المرحلة الثالثة، إذ بلغ عدد أفراد عينة البحث (٣٠٠) طالباً وطالبة، بنسبة (١٦%) من الـ(٦) كليات من طلبة المرحلة الثالثة، وتعد هذه العينة ممثلة لمجتمع البحث، بواقع (١٣٨) طالباً، و(١٦٢) طالبة، و(١١٠) طالباً وطالبة للتخصص العلمي بواقع

(٤٨ ذكور ، ٦٢ إناث) و (١٩٠) طالباً وطالبة للتخصص الإنساني بواقع (٩٠ ذكور ، ١٠٠ إناث) والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

عينة البحث موزعة بحسب الجنس والتخصص

ت	التخصص	الكلية	اعداد طلبة المرحلة الثالثة		المجموع	المجموع الكلي	عينة البحث		المجموع	المجموع الكلي
			ذكور	إناث			ذكور	إناث		
١	العلمي	الهندسة	١٢٤	١١٠	٢٣٤		٢٠	١٨	٣٨	
٢		العلوم	٩٧	١٩٧	٢٩٤		١٦	٣١	٤٧	
٣		الزراعة	٧٩	٧٩	١٥٨		١٢	١٣	٢٥	
		المجموع	**٣٠٠**	**٣٨٦**	**٦٨٦**	**٦٨٦**	**٤٨**	**٦٢**	**١١٠**	**١١٠**
٤	الإنساني	القانون والعلوم السياسية	٢٢١	١٦٧	٣٨٨		٣٦	٢٦	٦٢	
٥		التربية	٢٥٦	٣٧٣	٦٢٩		٤١	٦٠	١٠١	
٦		الاداب	٨٣	٨٦	١٦٩		١٣	١٤	٢٧	
		المجموع	**٥٦٠**	**٦٢٦**	**١١٨٦**	**١١٨٦**	**٩٠**	**١٠٠**	**١٩٠**	**١٩٠**
		المجموع الكلي	**٨٦٠**	**١٠١٢**	**١٨٧٢**	**١٨٧٢**	**١٣٨**	**١٦٢**	**٣٠٠**	**٣٠٠**

أدوات البحث:

من أجل تحقيق أهداف البحث فقد أقتضى ذلك بناء مقياس التنظيم العاطفي، وتبني مقياس تقدير الذات تتوافر فيه جميع الخصائص السيكومترية من صدق وثبات وموضوعية، وفيما يلي عرض لإجراءات إعداد الأدوات:

أ.بناء مقياس التنظيم العاطفي/ خطوات بناء المقياس:-

١- **الصيغة الأولية لفقرات المقياس/** قام الباحث بتصميم استبانة مفتوحة موجه إلى مجموعة من الطلبة(٤٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم بأعداد متساوية من كليتي (الرياضة، التمريض) وطلب منهم فيه: (ماهي صفات الفرد المنظم عاطفياً وغير المنظم)، فضلا عن الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة كـ(دراسة٢٠١٣,Wibowo) ودراسة (Fahmi,٢٠١٥) بغية الإفادة من كل ذلك في تحديد تعريف التنظيم العاطفي وصياغة الفقرات، وتحديد البدائل المناسبة للإجابة عنها. قام الباحث بصياغة (٤٩) فقرة متجنباً العبارات التي تحمل أكثر من فكرة واحدة.

٢- **إعداد بدائل الإجابة/** اعتمد الباحث أسلوب ليكرت (Lekert) في تحديد بدائل الإجابة، وذلك لدقة درجة اتجاه الفرد في موضوع البحث، وسهولة البناء والتصميم(سماره، ١٩٨٩: ٨٧). وبذلك قام الباحث بوضع خمسة بدائل للإجابة لمقياس التنظيم العاطفي وهي: (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق علي أحياناَ، تنطبق عليّ نادرا، لا تنطبق عليّ أبداً).

٣- **إعداد تعليمات المقياس/** تم وضع تعليمات الإجابة بطريقة بسيطة ومفهومة، فضلا عن توضيح طريقة الإجابة عن الفقرات بوضع علامة (√) أمام الفقرة وتحت البديل المناسب مع تأكيد سرية الإجابة وأنه لا داعي لذكر الأسم. وان تكون الإجابة لكل الفقرات وأنها تستخدم لأغراض البحث العلمي.

٤- **صلاحية الفقرات/** لغرض تعرف مدى صلاحية فقرات المقياس وتعليماته وبدائله، فقد تم عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء والمحكمين في التربية وعلم النفس لبيان آرائهم وملاحظاتهم فيما يتعلق بمدى صلاحية الفقرات، وملائمة البدائل، وتعديل ما يرونه مناسباً أو حذفه، وبعد جمع آراء الخبراء اعتمد الباحث نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر، ووفقاً لذلك تم رفض (٢) فقرتان لأنها لم تنل نسبة (٨٠%) من آراء الخبراء، وبذلك أصبحت فقرات مقياس التنظيم العاطفي مكونة من (٤٧) فقرة.

٥- **تحليل الفقرات/** يعد أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي للفقرات إجرائين مناسبين في عملية تحليل الفقرات.

❖ **أسلوب المجموعتين المتطرفتين:**

لغرض إجراء تحليل فقرات المقياس التنظيم العاطفي في ضوء هذا الأسلوب أتبع الباحث الخطوات الآتية:

١. قام الباحث بتطبيق مقياس التنظيم العاطفي على عينة التحليل الإحصائي البالغة (٢٠٠) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجموع أربع كليات بواقع كليتين تمثل التخصص العلمي هي: (كلية التربية للعلوم الصرفة وكلية التمريض) وكليتين تمثل التخصص الإنساني هي: (كلية الإدارة والاقتصاد وكلية التربية الرياضية)، من طلبة المرحلة الثالثة.

٢. إعطاء درجة لكل فقرة من فقرات المقياس.

٣. تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة عددها (٢٠٠) استمارة.

٤. ترتيب الإستمارات الـ(٢٠٠) تنازلياً من أعلى درجة إلى إدنى درجة.

٥. تعيين الـ(٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا والبالغ عددها (٥٤) استمارة، والـ(٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا والبالغ عددها (٥٤) استمارة.

وبذلك أصبح عدد استمارات كل مجموعة (٥٤) استمارة وبعد ذلك قام الباحث باستعمال الاختبار التائي(T. Test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين درجات المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة من فقرات المقياس (٤٧) فقرة. وقد عدت الفقرات التي حصلت على قيمة تائية محسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) فقرات مميزة لكونها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠٦)، وبمقارنة القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة مع القيمة الجدولية تبين أن جميع فقرات مقياس التنظيم العاطفي كانت مميزة، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة لكل الفقرات أكبر من القيمة الجدولية، وجدول (٣) يوضح ذلك.

القوة التمييزية لفقرات التنظيم العاطفي

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
١	٣.٩٢	٠.٥٤	٣.٤٨	٠.٠٦٨	٣.١٤

٢	٢.٧٠	٠.٣٥	٢.٠٠	٠.٥٩	٣.٨٨
٣	٢.٩٦	٠.٦٦	٢.٤٤	٠.٢٤	٢.٨٨
٤	٣.٨١	٠.٢٩	٣.٢٩	٠.٣٥	٣.٤٦
٥	٢.٤٨	٠.٦٩	١.٨٧	٠.٣٢	٣.٢١
٦	٢.٤٨	٠.٦٩	١.٧٤	٠.٧١	٤.٥٩
٧	٣.١١	٠.٩١	٢.٢٥	٠.٣٤	٤.٠٩
٨	٢.٥٧	٠.٥٣	١.٩٤	٠.٥٥	٣.٣١
٩	٣.٨٥	٠.٨١	٣.٠٢	٠.٢٢	٦.٩١
١٠	٢.٥١	٠.١١	٢.٢٥	٠.١٩	٣.٢٠
١١	٢.٩٦	٠.٧٠	٢.٤٨	٠.٣٩	٢.٤٠
١٢	٢.٤٨	٠.٦٩	١.٨٧	٠.٣٢	٣.٢١
١٣	٣.٨٥	٠.١٢	٣.١٨	٠.٧٥	٣.٩٤
١٤	٢.٩٦	٠.٩٢	٢.٢٩	٠.٣٥	٣.١٩
١٥	٢.٩٢	٠.٥٤	٢.٤٨	٠.١٠	٣.١٥
١٦	٢.٧٠	٠.٢٠	٢.١٤	٠.٧١	٣.١١
١٧	٢.٩٦	٠.٩٢	٢.٢٩	٠.٣٥	٣.١٩
١٨	٣.٤٨	٠.٦٩	٢.٨٧	٠.٣٢	٣.٢١
١٩	٢.٨٥	٠.١٢	٢.١٨	٠.٧٥	٣.٩٤
٢٠	٣.٧٠	٠.٣٥	٣.٠٠	٠.٥٩	٣.٨٨
٢١	٢.٦٦	٠.٥٩	٢.٠٧	٠.١٤	٣.٦٨
٢٢	٣.٩٢	٠.٨٠	٣.٣٣	٠.٢٢	٣.١٠
٢٣	٣.٨٥	٠.٥٧	٣.٢٢	٠.٥١	٣.٣١
٢٤	٢.٩٦	٠.٦٢	٢.١٤	٠.١٢	٥.١٢
٢٥	٣.٤٨	٠.٦٩	٢.٧٤	٠.٧١	٣.٢٥
٢٦	٢.٩٢	٠.٥٤	٢.٤٨	٠.١٠	٣.١٤
٢٧	٣.١١	٠.٩١	٢.٢٥	٠.٣٤	٤.٠٩
٢٨	٣.٥٨	٠.٥٤	٣.١١	٠.٣٨	٢.٦١
٢٩	٣.٢٥	٠.٧١	٢.٧٨	٠.٦٩	٢.١٣
٣٠	٣.٢٢	٠.٣٢	٢.٢٢	٠.٣٢	٦.٦٦
٣١	٣.٤٨	٠.٦٩	٢.٧٤	٠.٧١	٤.٥٩
٣٢	٢.٧٤	٠.٤٨	٢.١٢	٠.١٩	٤.١٣
٣٣	٣.٢٠	٠.٤٥	٢.٣٥	٠.٦٣	٤.٤٧
٣٤	٢.٩٦	٠.٧٠	٢.٤٨	٠.٣٩	٢.٤٠

٣٥	٣.٨٥	٠.١٢	٢.١٨	٠.٧٥	٣.٩٤
٣٦	٣.٨٨	٠.١٨	٣.٠٥	٠.٢٢	٦.٩١
٣٧	٣.٩٦	٠.٩١	٣.٢٩	٠.٣٥	٣.١٩
٣٨	٢.٧٤	٠.٤٨	٢.١٢	٠.١٩	٤.١٣
٣٩	٣.٥٩	٠.٥٣	٢.٩٦	٠.٥٥	٣.٣١
٤٠	٣.١٨	٠.٥٩	٢.٢٩	٠.٣٨	٤.٩٤
٤١	٣.٥١	٠.١١	٣.٢٥	٠.١٩	٣.٢٠
٤٢	٢.٩٦	٠.٦٦	٢.٤٤	٠.٢٤	٢.٨٨
٤٣	٢.٧٧	٠.٢٠	٢.٢١	٠.٧١	٣.١١
٤٤	٣.٧٠	٠.٢٠	٣.٢٥	٠.٣٥	٣.٢١
٤٥	٤.٢٠	٠.٤٥	٣.٣٥	٠.٦٣	٤.٤٧
٤٦	٣.٧٧	٠.٣٧	٣.١٢	٠.٢٧	٤.٣٣
٤٧	٣.٣٥	٠.٥٧	٢.٨٨	٠.٤٥	٢.٤٧

٦- علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي:

لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية له استعمل معامل ارتباط بيرسون، ولتحقيق هذا الغرض تم استخراج معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية له، وبعد تطبيق الاختبار التائي لحساب دلالة معامل الارتباط ظهر أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مقارنة القيم التائية المحسوبة بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) كما مبين في الجدول (٤).

جدول (٤)

يوضح معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس التنظيم العاطفي

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٤٨	١٣	٠.٦٠	٢٥	٠.٤٤	٣٧	٠.٥١
٢	٠.٣٥	١٤	٠.٣٥	٢٦	٠.٣٩	٣٨	٠.٥٧
٣	٠.٤٤	١٥	٠.٥٢	٢٧	٠.٤٢	٣٩	٠.٤٧
٤	٠.٥٧	١٦	٠.٥٨	٢٨	٠.٥٥	٤٠	٠.٥٠
٥	٠.٥٩	١٧	٠.٥٦	٢٩	٠.٥٧	٤١	٠.٣٧
٦	٠.٥٤	١٨	٠.٤٩	٣٠	٠.٥٢	٤٢	٠.٥١

٧	٠.٣٥	١٩	٠.٥١	٣١	٠.٣٧	٤٣	٠.٣٩
٨	٠.٤٩	٢٠	٠.٣٨	٣٢	٠.٤٥	٤٤	٠.٤١
٩	٠.٥٠	٢١	٠.٥٢	٣٣	٠.٤٦	٤٥	٠.٤٥
١٠	٠.٣٧	٢٢	٠.٣٣	٣٤	٠.٥٦	٤٦	٠.٣٨
١١	٠.٤٧	٢٣	٠.٥٧	٣٥	٠.٥٩	٤٧	٠.٤٤
١٢	٠.٥٧	٢٤	٠.٦٢	٣٦	٠.٣٦		

٧- **وضوح التعليمات وفهم الفقرات وحساب وقت الإجابة/** لغرض معرفة مدى وضوح التعليمات وفهم الفقرات قام الباحث بعرضها على عينة مكونة من (٤٠) طالباً وطالبة تم اختيارهم بصورة عشوائية، إذ تبين من خلال التطبيق أنَّ التعليمات وفقرات المقياس واضحة ومفهومة، إذ استغرق وقت الإجابة (١٥-٢٠) دقيقة وبمدى قدره (١٧,٥) دقيقة.

٨- **صدق المقياس:**

أ. **الصدق الظاهري:** وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات مقياس التنظيم العاطفي على مجموعة من الخبراء والمحكمين في التربية وعلم النفس، والأخذ بآرائهم وتوجيهاتهم بشأن صلاحية فقرات المقياس، ومدى ملاءمتها لقياس السمة المراد قياسها، وملاءمتها للعينة.

ب. **صدق البناء:** وقد تحقق صدق البناء من خلال المؤشرات التالية، حساب القوة التمييزية للفقرات باسلوب المجموعتين المتطرفتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

٩- **ثبات المقياس/ ولأجل حساب الثبات تم استخدام الطريقتين الآتيتين:**

أ. **طريقة الاختبار- إعادة الاختبار(Test-Retest):**

بلغ معامل الثبات لمقياس التنظيم العاطفي بطريقة الاختبار- إعادة الاختبار(٠,٨٦) وهو معامل ثبات جيد في مقاييس الشخصية.

ب. **معامل الاتساق الداخلي (ألفا كرونباخ):**

تم استخراج الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وقد بلغ معامل الارتباط (٠,٨١) وهو معامل ثبات جيد.

الوسائل الإحصائية:

اعتمد الباحث على الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في معالجة البيانات إحصائياً وقد استعمل:

١. معامل ارتباط بيرسون: استعملت لإيجاد علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس ومعامل الثبات بإعادة الاختبار، واتجاه وقوة العلاقة بين التنظيم العاطفي وتقديرالذات.
٢. الاختبار التائي لعينة واحدة: استعمل للتعرف على مستوى التنظيم العاطفي و مستوى تقدير الذات.
٣. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين: استعمل لحساب القوة التمييزية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين. ولحساب الفروق في مستوى التنظيم العاطفي تبعاً لمتغير (الجنس، التخصص)، وكذلك استعمل لحساب الفروق في مستوى تقدير الذات تبعاً لمتغير (الجنس، التخصص).
٤. معادلة ألفا كرونباخ: استعمل لحساب الاتساق الداخلي للاختبار.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها:

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي تم التوصل اليها في ضوء أهداف البحث الدراسة الحالية:

١. **الهدف الأول: التعرف على مستوى التنظيم العاطفي لدى طلبة الجامعة.** أظهر تحليل إجابات الطلبة باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، أن المتوسط الحسابي بلغت قيمته (١٧٢,٩٠) والانحراف المعياري بلغت قيمته (٢١,٤٦) وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي البالغ(١٤١) تبين أن المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي، وعند تطبيق الاختبارالتائي (T. Test) لعينة واحدة أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين، وأن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٢١,٠٢) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩) جدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للتنظيم العاطفي لدى طلبة الجامعة

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
التنظيم العاطفي	٣٠٠	١٧٢,٩٠	٢١,٤٦	١٤١	٢٩٩	٢١,٠٢	١,٩٦	دال

وتشير هذه النتيجة إلى أنَّ افراد عينة البحث يتمتعون بمستوى عال من التنظيم العاطفي وهي نتيجة تدعوا إلى التفاؤل، إذ انه على الرغم من سوء الأوضاع النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي يعيشها الطالب الجامعي ومظاهر الضغوط اليومية فأن لديه تنظيم عاطفي وبالتالي فأن ذلك له انعكاسات إيجابية تساعده على تحمل الضغوط وجعله قادراً على مواجهة المشكلات، وهذا قد يعزى إلى عامل النضج، فطلبة الجامعة على درجة من النضج تمكنهم من تنظيم عواطفهم فيتحكمون في مشاعرهم وسلوكياتهم ويكبحون عواطفهم السلبية، ويجيدون فهم ومعرفة مشاعر الآخرين.

وقد اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (Gordon, ٢٠١٣) التي توصلت إلى أنَّ طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى عال من التنظيم العاطفي.

٢. **الهدف الثاني: الفروق في مستوى التنظيم العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث).** أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للذكور في مستوى التنظيم العاطفي (١٥٨,٨٢) بانحراف معياري (١٤,٧٣)، في حين كان المتوسط الحسابي للإناث (١٩٠,٨٢) بانحراف معياري (١٣,٩٦) وعند حساب القيمة التائية لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق وجد أن القيمة التائية المحسوبة (٧,٨٠) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين أن الفرق دال إحصائياً ولصالح الإناث كون متوسطهم الحسابي أعلى من الذكور والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي الجنس (الذكور- الإناث) في مقياس التنظيم العاطفي

المتغير	العينة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
التنظيم العاطفي	الذكور	١٣٨	١٥٨,٨٢	١٤,٧٣	٢٩٨	٧,٨٠	١,٩٦	دال
	الإناث	١٦٢	١٩٠,٨٢	١٣,٩٦				

وتشير هذه النتيجة إلى أنَّ التنظيم العاطفي عند الإناث أعلى من الذكور، وقد يعزى ذلك إلى أن الإناث بطبيعتها الأنثوية تمتلك مخزون عاطفي بدرجة أكثر مقارنة بالذكور، وهذا يتلاءم مع طبيعة وظيفتها ودورها المحوري في بناء الأسرة. وهذا التنظيم للعواطف له إنعكاس إيجابي على هيمنة شخصية المرأة، وهذا بدوره له الفاعلية في صناعة القرار لديهن وإتخاذ المواقف، وفي انضباط الرأي وثباته.

٣. **الهدف الثالث: الفروق في مستوى التنظيم العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي- إنساني).** أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للتخصص العلمي في مستوى التنظيم العاطفي (١٧٥,٩٦) بانحراف معياري (٢٠,٦٩)، في حين كان المتوسط الحسابي للتخصص الإنساني في مستوى التنظيم العاطفي (١٦٩,٨٤) بانحراف معياري (٢٢,١٩) وعند حساب القيمة التائية لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق وجد أن القيمة التائية المحسوبة (١,٠١) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين أن الفرق غير دال إحصائياً والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي التخصص (علمي - إنساني) في مقياس التنظيم العاطفي

المتغير	العينة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
التنظيم العاطفي	علمي	١١٠	١٧٥,٩٦	٢٠,٦٩	٢٩٨	١,٠١	١,٩٦	غير دال
	إنساني	١٩٠	١٦٩,٨٤	٢٢,١٩				

وتفسير النتيجة اعلاه هو أنَّ التنظيم العاطفي لا يتأثر بنوع التخصص الدراسي وذلك لكون بيئة الجامعة واحدة، فضلاً عما تقوم به الجامعة من دور كبير في الأنشطة العلمية والإنسانية على حد سواء في تنمية شخصية منظمة لدى عموم طلبتها بغض النظر عن تخصصاتهم الدراسية.

٤. **الهدف الرابع: التعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة.** أظهر تحليل أجابات الطلبة باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، أن المتوسط الحسابي بلغت قيمته (٩٣,٥٤)، والانحراف المعياري بلغت قيمته (٩,٩٤)، وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي البالغ (٩٠) تبين أن المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي. وعند تطبيق الاختبار التائي (T. Test) لعينة واحدة أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين، وأن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٥,٠٤)، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩) وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لتقدير الذات لدى طلبة الجامعة

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
تقدير الذات	٣٠٠	٩٣,٥٤	٩,٩٤	٩٠	٢٩٩	٥,٠٤	١,٩٦	دال

وتشير هذه النتيجة إلى أنَّ أفراد عينة البحث لديهم تقديراً لذواتهم، وقد يعزى ذلك إلى إنَّ طلبة الجامعة قد وصلوا إلى مرحلة الرشد والتي تتصف بالنضج الاجتماعي المتوازي مع باقي جوانب الشخصية نفسياً وعقلياً وانفعالياً، وتصل العلاقات الاجتماعية إلى ذروتها فيؤدي الفرد دوره الاجتماعي فتزداد الاتجاهات النفسية استقراراً وثباتاً. وقد اتفقت نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة (الخالدي، ٢٠١٤) التي توصلت إلى أنَّ طلبة الجامعة يمتلكون تقديراً لذواتهم.

٥. **الهدف الخامس: الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث).** أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للذكور في مستوى تقدير الذات (٩٧,٨٦) بانحراف معياري (١٠,٨٩)، في حين كان المتوسط الحسابي للإناث (٨٨,٠٥) بانحراف معياري (٤,٦٤)، وعند حساب القيمة التائية لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق وجد أن القيمة التائية المحسوبة (٣,٩٥) ، وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين أن الفرق دال إحصائياً ولصالح الذكور؛ لأنَّ متوسطهم الحسابي أعلى من الإناث، والجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي الجنس (الذكور – الإناث) في مقياس تقدير الذات

المتغير	العينة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
تقدير الذات	الذكور	١٣٨	٩٧,٨٦	١٠,٨٩	٢٩٨	٣,٩٥	١,٩٦	دال
	الإناث	١٦٢	٨٨,٠٥	٤,٦٤				

وتشير هذه النتيجة إلى أنَّ تقدير الذات عند الذكور أعلى من الإناث، وقد يعزى ذلك إلى اختلاف نظرة الأفراد إلى الذكر مقارنة بالإنثى، فمنذ القدم أعطي للذكر دور ومكانة اجتماعية متميزة عن الإنثى، فمثلاً قد يطالب الذكر بالألتزام بمعاني الأستقلالية والصلابة في مواجهة المواقف والتمثيل الأسري الجيد، في حين تطالب الإنثى بالأحترام والخضوع والطاعة وهذا له تأثير بشكل أساسي في مستوى الطموح والمثابرة وقوة الأنا، ولهذه الأمور الأثر البارز في تقدير الفرد لذاته، إذ يشعر الذكور هنا بالكفاءة والجدارة والتميز اكثر مقارنة بالإناث. وقد اتفقت نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة (Furr, ٢٠٠٥) ودراسة (صارة، ٢٠١٢) والتي توصلت نتائج دراسة كل منهما إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات ولصالح الذكور. في حين تختلف مع دراسة (Chapman, ٢٠٠٤) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات.

٦. **الهدف السادس: الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي- إنساني)**. أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي للتخصص العلمي في مستوى تقدير الذات (٩٤,٨٠) بانحراف معياري (١٠,١٥)، في حين كان المتوسط الحسابي للتخصص الإنساني في مستوى تقدير الذات (٩٢,٢٨) بانحراف معياري (٩,٧٧) وعند حساب القيمة التائية لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق وجد أن القيمة التائية المحسوبة (٠,٨٩)، وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) تبين أن الفرق غير دال إحصائياً، والجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي التخصص (علمي - إنساني) في مقياس تقدير الذات

المتغير	العينة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
تقدير	علمي	١١٠	٩٤,٨٠	١٠,١٥	٢٩٨	٠,٨٩	١,٩٦	غير دال

الذات	إنساني	١٩٠	٩٢,٢٨	٩,٧٧				

وتفسير النتيجة أعلاه هو أنَّ تقير الذات لا يتأثر بنوع التخصص الدراسي؛ وذلك لكون بيئة الجامعة واحدة، وأنَّ تقدير الطالب لذاته لا يتوقف على نوع معين من الدراسة، فلم يعد هناك تخصصات أحسن من الأخرى، إذ تضاءلت تلك النظرة التي تفضل الاختصاصات العلمية على الاختصاصات الإنسانية.

٧. **الهدف السابع: معرفة اتجاه وقوة العلاقة بين التنظيم العاطفي وتقدير الذات.** لتحقيق هذا الهدف تم استعمال معامل ارتباط بيرسون بين التنظيم العاطفي وتقدير الذات، إذ بلغ معامل الارتباط (٠,٦٣)، وبعد تحويل قيمة معامل الارتباط إلى القيمة التائية المحسوبة ظهر بأنها تساوي (١٤,٠١) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بدرجة حرية (٢٩٨)، وكما في الجدول (١١).

جدول (١١) معامل ارتباط بيرسون بين التنظيم العاطفي وتقدير الذات

معامل الارتباط	القيمة التائية		درجة الحرية	الدلالة عند مستوى ٠,٠٥
	المحسوبة	الجدولية		
٠,٦٣	١٤,٠١	١,٩٦	٢٩٨	دال

يتبين من الجدول أعلاه وجود علاقة إيجابية بين التنظيم العاطفي وتقدير الذات، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٦٣) وهي علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً، وهذا يعني بأنه كلما زاد التنظيم العاطفي لدى أفراد عينة البحث الحالي زاد تقدير الذات لديهم، وتعزى هذه النتيجة إلى طبيعة المرحلة الجامعية، إذ أنَّ طلبة الجامعة قد وصلوا إلى مرحلة الرشد المتمثلة بالنضج النفسي والجسمي والعقلي والعاطفي والاجتماعي، فطلبة الجامعة يمثلون شريحة اجتماعية واعية ومثقفة قادرين على ضبط علاقاتهم وتصرفاتهم ويجيدون من التحكم في عواطفهم ومشاعرهم ويعبرون عن هذه العواطف بصورة منظمة ومقبولة اجتماعياً.

التوصيات:

١. عقد ندوات ومحاضرات دورية حول مفهوم التنظيم العاطفي.
٢. تعزيز المراجع العلمية في مجال التنظيم العاطفي والاستعانة بالبحوث والدراسات الأجنبية وترجمتها للباحثين والدارسين لتسهيل إعداد البحوث والدراسات.
٣. عقد ندوات ودورات تسهم في تعزيز الشعور بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

المقترحات:

١. دراسة علاقة التنظيم العاطفي بمتغيرات أخرى: (سمات الشخصية، التحصيل الدراسي، السلوك العدواني، المساندة الاجتماعية).
٢. إجراء دراسة لمعرفة مستوى التنظيم العاطفي عند المراهقين.
٣. دراسة علاقة تقدير الذات بمتغيرات أخرى: (الخجل، نمط التفكير، التحصيل الدراسي).

Emotional regulation and its relation to Self- Esteem in University Students

Researcher **supervised by**
Rasool Shahen Jamal **Assistant Prof .Dr. Nameer Ibrahim Assumaidae**
Tikrit University/College of Education for Human Sciences Department of Educational and Psychological Sciences

Abstract:

The current study aims to know the relationship between emotional regulation and self-estimation in University students. In order to achieve the objectives of the study, the researcher has constructed a specific standard for

the emotional regulation. After extracting the psychological features, the standard has become different whereas it consists of (٤٧) items. Jaafer's model of self-estimation for (٢٠٠٧) has been taken as a model of the study where it comprises (٣٦) items. It is important to make sure consistency and authenticity in the mentioned standard. The researcher has applied the two tools to the sample of the study which consists of (٣٠٠) students male and female. This number is chosen randomly and they belong to Kirkuk University for the year ٢٠١٦-٢٠١٧. The study has concluded that there is a positive correlation between emotional regulation and self- estimation in university students. Finally, the researcher presented a set of suggestions and recommendations.

المصادر

المصادر العربية:

١. أبو زيد، إبراهيم محمد (١٩٨٧)، سيكولوجية الذات والتوافق، دار المعرفة، الاسكندرية.

٢. أبو عفش، إيناس شحتة (٢٠١١)، أثر الذكاء العاطفي على مقدرة مكتب الأونورا بغزة على اتخاذ القرار وحل المشكلات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، فلسطين.

٣. أحمد، سهير كامل (١٩٩٨)، مدخل إلى علم النفس، مركز الاسكندرية للكتاب والنشر والتوزيع.

٤. جعفر، فاكهة جعفر محمد (٢٠٠٧)، الخجل وعلاقته بتقدير الذات والوحدة النفسية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.

٥. الخالدي، منى رحمن عبد الله (٢٠١٤)، التفكير الدوكماتي وعلاقته بالانطواء وتقدير الذات عند طلبة جامعة بغداد، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، بغداد.

٦. داوود، عزيز حنا وأنور حسين عبد الرحمن (١٩٩٠)، مناهج البحث التربوي، جامعة بغداد.

٧. الدسوقي، مجدي محمد (٢٠٠٨)، دراسات في الصحة النفسية، المجلد الثاني، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

٨. الزعبي، محمد مصلح (٢٠١٤)، الجانب العاطفي وأثره في استقرار الحياة الزوجية في ضوء السنة النبوية، كلية الشريعة، جامعة آل البيت.

٩. سماره، عزيز (١٩٨٩)، مبادئ القياس والتقويم في التربية، دار الفكر، عمان.

١٠. الشريف، محمد موسى (٢٠٠١) العاطفة الإيمانية وأهميتها في الأعمال الخيرية، ط١، دار الأندلس الخضراء للنشر والتوزيع، السعودية.

١١. الشماع، سالم مجيد (٢٠٠٩)، العاطفة والعقل بين القلب والدماغ، ط١، الدار الثقافية للنشر، القاهرة.

١٢. صارة، حمري (٢٠١٢)، علاقة تقدير الذات بالدافعية للإنجاز لدى تلامذة الثانوية، رسالة ماجستير، جامعة وهران.

١٣. الفرا، إسماعيل صالح وزهير عبد الحميد النواجحة (٢٠١٢)، الذكاء وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة، مجلة جامعة الأزهر بغزة، سلسلة العلوم الإنسانية، المجلد (١٤)، العدد ٢، ص٥٧-٩٠.

١٤. القوسي، عبد العزيز (١٩٧٥)، المدخل إلى علم النفس، دار الثقافة للنشر والتوزيع.

١٥. منسي، محمود وسيد الطواب (٢٠٠٢)، علم نفس نمو الأطفال، نور للكومبيوتر والطباعة، الاسكندرية.

المصادر الأجنبية:

١٦. Chapman, paula, & Mullis, Annk (٢٠٠٤) Readdressing gender bias in the coppersmith self –esteem inventory–short from, journal of genetic, Vol ١٦٣.

١٧. Cook, G. and Cook, (٢٠٠٩): Excerpt from child development principles and perspectives, New York.

١٨. Eisenberg, N. (٢٠٠٠). Emotion regulation and moral development. Annual review of psychology, ٥١.

١٩. Elias, M.J. (٢٠٠٤), the connection between social emotional learning and learning dis–abilities: implications for intervention learning disability.

٢٠. Fahmi, IZZA (٢٠١٥): Relation between emotional regulation and aggressive behavior in adolescents, faculty of psychology, university of muhammadiyah, Surakarta.

٢١. Furr, R.M. (٢٠٠٥) differentiating happiness and self–esteem journal. Individual differences research, Vol (٣), ١٠٥–١٣٣.

٢٢. Gordon, Haley (٢٠١٣) Investigation the relation between empathy and prosocial behavior: an emotion regulation, Faculty polytechnic, university Virginia.

٢٣. Hafiz, Abdhalim (٢٠١٥). Emotional regulation and its relation to academic achievement among students, international Islamic university, Malaysia.

٢٤. Martin, R.C., Dahlen, E.R. (٢٠٠٥) cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. Personality and individual differences ٣٩, ١٢٤.

٢٥. Nelis, D, Qoidbach, J, Hansenne, M. (٢٠١١), Measuring individual; differences in emotion regulation: the emotion regulation profile–revised (ERP), psychological belgica, ٤٩, pp. ٧ – ١٥.

٢٦. Sumida, Emi (٢٠١٠) Clarifying the relationship between emotion regulation, gender, and depression, Utah state university.

٢٧. Thompson, R.A. (١٩٩١). Emotional regulation and emotional development. Educational psychology Review, ٣, ٢٦.

٢٨. Wibowo, Erick (٢٠١٣): correlation between social support with employee's emotion regulation (PT inax) international, faculty of psychology, university Semarang.