

الغضب لدى طلبة جامعة الموصل

Anger among Mosul University students

Nashwa Mayouf Mardan

Dr.Tanheed Adil AL-Birqdeer

Assistant professor

University of Mosul - College  
of Education for Human  
Sciences - Department of  
Educational and Psychological  
Sciences

نشوى معيوف مردان

د. تنهيد عادل البيرقدار

أستاذ مساعد

جامعة الموصل - كلية التربية للعلوم

الإنسانية - قسم العلوم التربوية

والنفسية

[mopednajjar@gmail.com](mailto:mopednajjar@gmail.com)

تاريخ القبول

٢٠٢١/٨/٨

تاريخ الاستلام

٢٠٢١/٧/٦

الكلمات المفتاحية: الغضب - العلمي - الانساني - الثاني

**Keywords: Anger - scientific - human - the second**

المخلص

هدف البحث الحالي بناء مقياس موقفي للغضب ومن ثم قياس مستوى الغضب لدى طلبة جامعة الموصل والتعرف على الفروق في مستوى الغضب وفق المتغيرات الجنس (الذكور - الاناث) والصف الدراسي (الثاني - الرابع) التخصص (العلمي - الانساني) وقد أختيرت عينة عشوائية بلغ عددها (٦٠٠) طالب وطالبة من جامعة الموصل موزعين على (٢٤) كلية كما قامت الباحثتان ببناء مقياس لقياس الغضب وتم التحقق من الصدق الظاهري ل فقرات المقياس بعرضها على مجموعة من الخبراء، وتم حساب صدق المقياس وثباته أظهرت النتائج امتلاك الطلبة عينة البحث مستوى مناسب من الغضب ووجود فروق دالة احصائيا ضمن متغير التخصص (العلمي -الانساني) لصالح التخصص الانساني وعدم وجود فروق دالة احصائيا ضمن متغير الجنس (ذكور - أناث) والصف الدراسي (الثاني - الرابع) وفي ضوء النتائج أوصت الباحثتان بالاتي:

- ١- إجراء حملة اعلامية حول استراتيجيات التفريغ الانفعالي للطلبة من أجل تجنب حدوث الغضب لديهم، وتقتراح الباحثتان إجراء الدراسات الاتية:
- ١- إجراء دراسة مماثلة عن التداخل المعرفي وعلاقة بالغضب لدى طلبة المرحلة الثانوية.
- ٢- إجراء دراسة تجريبية أثار برنامج تربوي لخفض الغضب لدى طلبة جامعة الموصل.

### Abstract

The aim of the current research is to build a situational measure of anger and then measure the level of anger among students of the University of Mosul and to identify the differences in the level of anger according to the variables of gender (male - female) and grade (second - fourth) specialization (scientific - human). 600) male and female students from the University of Mosul, distributed over (24) colleges. The two researchers also built a scale for measuring anger, and the apparent validity of the scale items was verified by presenting them to a group of experts. The scale's validity and stability were calculated. Statistically significant within the variable of specialization (scientific - human) in favor of the human specialization and the absence of statistically significant differences within the variable of gender (male - female) and grade (second - fourth). In light of the results, the two researchers recommended the following:

- 1- Conducting a media campaign about emotional discharge strategies for students in order to avoid anger, and the two researchers suggest conducting the following studies:
  - 1- Conducting a similar study on cognitive interference and its relationship to anger among secondary school students.
  - 2- Conducting an experimental study on the impact of an educational program to reduce anger among students of the University of Mosul.

## الفصل الاول

## التعريف بالبحث

## أولاً : أهمية البحث

يحدث الغضب نتيجة العديد من العوامل سواء كانت عوامل داخلية أو خارجية فمن الممكن ان يحصل الغضب نتيجة للعلاقات السلبية بين الافراد فضلاً وجود مشاكل شخصية بينهم إذ يكون حلها بسيطاً في معظم الأحيان، فضلاً عن وجود الكثير من الاحداث المؤلمة والتي تؤدي الى ازدياد حالات الغضب والتوتر مما يؤدي الى تدهور الحالة الصحية للفرد وكذلك الإحباط المستمر والتوتر من مشكلات الحياة وضغوطاتها (الحموري، العنزي، ٢٠١٨: ١٠٠). والغضب انفعال طبيعي يتعرض له الفرد في حياته اليومية إذ ان تعدد المشكلات وتنوع الضغوط تجعل الفرد اكثر قابلية للاستثارة الانفعالية والغضب من بين اكثر الحالات المزاجية تطلباً وعناداً والتي يرغب الناس بالهروب منها وهو أسوأ الحالات النفسية التي يصعب السيطرة عليها (الخالدي، ٢٠١٨: ١٤٨). واستجابة الغضب استجابة إنسانية شائعة يعاني منها الافراد بمختلف أعمارهم وبيئاتهم ويصعب ان تجد انساناً لم يمر بخبرة الغضب فتظهر في الثقافات الغربية والشرقية وهو عاطفة تتراوح من الإحباط المعتدل الى الغضب الشديد (علي واخرون، ٢٠٢٠: ٨٢). ويسبب الغضب تغيرات جسمية ووجدانية فضلاً عن انه يرتبط بتنشوهات ادراكية معرفية فيقسم الافراد المواقف التي يمرون بها ليس وفقاً لمعطيات المواقف الفعلية لكن الخلقية المرجعية لدى الفرد يؤكد ان الغضب هو تفاعل بين الأفكار والمشاعر والسلوك وان التنشوء الاداركي يؤدي الى سلوكيات غير فعالة مما يؤثر سلباً في علاقات الفرد بالآخرين في سياقه الاجتماعي (عبدالغفار، ٢٠١٧: ٧٥). كم توصلت دراسة (ديفتخاروتوتيز Deffinbacher & thwaites , 1991) ان زيادة مستوى الغضب تؤثر بشكل سلبي على التوافق الشخصي والاسري والاجتماعي والدراسي والوظيفي للفرد كما وهناك دراسات عديدة الى أشارت وجود ارتباط قوي بين قمع الغضب للداخل وارتفاع ضغط الدم وازدياد معدل ضربات القلب (الساقات، الخضر، ٢٠١٨: ١٢٣).

## ثانياً : الاهداف

يهدف البحث الاجابة عن الاسئلة الاتية :

- ١- ما مستوى الغضب لدى طلبة الجامعة ؟
- ٢- هل هناك فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات الغضب تبعاً لمتغير التخصص (علمي - انساني)؟

- ٣- هل هناك فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات الغضب تبعا لمتغير الجنس (ذكور - اناث)؟
- ٤- هل هناك فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات الغضب تبعا لمتغير الصف الدراسي (ذكور - اناث)؟

### ثالثا : حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على طلبة جامعة الموصل للدراسة الصباحية (ذكور، اناث) في الكليات العلمية والكليات الإنسانية للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١) والصف الدراسي (الثاني - الرابع).

### رابعا : تحديد مصطلح الغضب

عرفه كل من :

- ١- القرash (٢٠١٧) : "حالة انفعالية عامة تصدر عن الفرد في أوقات معينة نتيجة تعرضه لمواقف التهديد والإحباط الشعور بخيبة الامل" (القرash، ٢٠١٧ : ٤٩١).
- ٢- البهنساوي (٢٠٢٠): "انفعال يحدث لدى الفرد يدفعه نحو الدفاع عن نفسه ومعتقداته وافكاره وممتلكاته كي يحقق له الامن والاستقرار النفسي والجسدي يرافقه بعض الاعراض الفسيولوجية وقد يتطور في الشدة مصحوبا بعدوان منصب على الذات او الاخرين ويصعب السيطرة عليه" (البهنساوي، ٢٠٢٠ : ٤١٩).
- ٣- وتعرف الباحثة الغضب : "انفعال يحدث لدى الفرد نتيجة مرورة بمواقف ضاغطة تصحبه تغيرات فسيولوجية عديدة كاحمرار الوجه وارتجاف الاطراف واضطراب الكلام وترافقه سلوكيات خارجية كالسب والضرب وغيرها".
- ٤- التعريف الاجرائي : " انفعال يحدث لدى الفرد نتيجة للمواقف الضاغطة ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة من خلال اجابته على مقياس الغضب المقترح للبحث الحالي ".

## الفصل الثاني

### الاطار النظري والدراسات السابقة

#### الاطار النظري الخاص بالغضب

يعد الغضب عاطفة سيئة الا ان الادبيات النفسية تؤكد ان ذلك فيه ظلم لهذه العاطفة الطبيعية لأننا جميعا وبلا استثناء نتعرض لهذه المشاعر فالغضب استجابة انفعالية إنسانية عادية لما يشعر به الانسان من التهديد او الإحباط او المهاجمة (أبو الحجاج، ٢٠١٠ : ٤٥). وقد أشار علماء النفس الى ان الغضب يكون حالة انفعالية تعترض الانسان و تعتمد على ادراكه للمواقف (خارجية او داخلية) و نحسب ادراكه لهذه المواقف يكون انفعاله و يثار أيضا عندما تحبط او تهدد دوافعه و حاجاته و يشمل تغيرات وجدانية و تغيرات فسيولوجية تشمل الأجهزة العضلية والنفسية ويعتبر إشارة و دلالة على مواجهة الضغوط و عوامل الإحباط في الحياة و يكمن الخطر الناتج عن الغضب عندما يتراكم داخل النفس البشرية اذ تنتج عنه الامراض و الاضطرابات النفسية المختلفة (مصطفى، ٢٠١١: ١١٥). و يتناوب الفرد في هذه الحالة الانفعالية في شدتها و مدتها و تكرر حدوثها وهي ترافق تشوهات معرفية و سلوكيات كلامية و حركية و بنماذج من الثوران الجسمي (أبو سليمة، ٢٠١٠: ٤٤٠).

#### المراحل التي يمر بها الغضب

و يمر الغضب بمجموعة من المراحل حتى يظهر في شكله الخارجي و تنحصر هذه المراحل في الآتي:

- ١- مرحلة استقبال المثيرات: يتم استقبال المثيرات عن طريق الحواس و قد تكون هذه المثيرات مباشرة او غير مباشرة و في بعض الأحيان تكون المثيرات من داخل الشخص نفسه مثل شعوره بالصداع او ضيق التنفسي.
- ٢- مرحلة الادراك : في هذه المرحلة ترسل المثيرات التي استقبلها الفرد في المرحلة الى مراكز الادراك في المخ و يترجمها الى عمليات عقلية و يخزن الانفعال في الذاكرة مع الجزء الخاص بالمعرفة و لذلك فان الادراك المعرفي يلعب دورا هاما في التميز بين المواقف المثيرة و غير المثيرة للانفعال.
- ٣- مرحلة الانفعال (الوجدان): بعد تكوين المدرك العقلي للمثير تصل الرسالة الى مركز الوجدان بالمخ (يعرف بلب المخ) فينطلق الشعور بالغضب و يسيطر على الشخصية.
- ٤- المرحلة العصبية الارجاعية: في هذه المرحلة توجه رسالة من المخ الى جميع الأطراف المعنية لكي تستعد امام الهجوم او الهروب او يكون هنالك حل اخر مثل ضبط انفعال الغضب اما من شكل ارجاء او تجنب.

٥- مرحلة الأمد بالطاقة الانفعالية: في هذه المرحلة يتم امداد الأعضاء بالطاقة اللازمة و تعد الغدد الصماء خاصة الغدتين فوق الكليتين هي المسؤولة عن امداد الطاقة و يلعب هرمون الادرينالين الذي تفرزه بعض الخلايا في نخاع الغدة دورا في الحياة الانفعالية إذ يؤدي الى توسيع حدقة العين و زيادة سرعة ضربات القلب و مقاومة التعب العضلي و زيادة القابلية للإستشارة (بركات، ٢٠٢٠: ١١٤-١١٥).

وقد ركز علماء النفس على ان الغضب يتألف من ثلاثة مكونات او جوانب يمكن ملاحظتها و دراستها علمية وهي:

١-المكونات الفسيولوجي: و يشمل نشاط الجهاز العصبي المركزي و الذاتي و الذي يتسبب بالتغيرات الحشوية والهرمونات العصبية لخفقات القلب وتغير ضغط الدم و اضطراب التنفس و سوء الهضم وازدياد افراز الغدد الصماء.

٢-المكون السلوكي: يشمل السلوكيات الظاهرة الذي يرتبط بالحالات الانفعالية مثل تعبيرات الوجه و تغير الصوت و الوضع الذي يتخذه الجسم ان هذه الانفعالات و الالفاظ و الایماءات التي تبدو على الشخص المنفعل و هذا الجانب الذي نحكم منه على نوع الانفعال عند الاخرين.

٣-المكون المعرفي و يشمل العمليات المعرفية التي يمكن ان تستنتجها من التقرير الذاتي و هذه العمليات تشتمل على كل من المشاعر الذاتية (الحب و الكره) مثلها مثل المعارف الأخرى (خطط ، ذكريات ، أفكار) (كحله:٢٠١٢: ١٤٧)(كياي:١٩٩٨: ٢٧)

### ثانيا: النظريات المفسرة للغضب

#### ١-التحليل النفسي

ترجع هذه النظرية الى سجموند فرويد الذي صنف الغرائز على نوعين الجنس و العدوان و يرى علماء التحليل النفسي ان الغضب يندرج تحت العدوان طبقا لوجهة نظر فرويد وهو سلوك فطري و حافظ تدميري يولد الفرد (Jonansen:2006:17). و قد أشار فرويد الى ان التعبيرات السلوكية يمكن ان تكون متنفسا او تصريفا للعواطف و الانفعالات الإنسانية و لكن التعبير عن الغضب بالعدوان ليس بالضرورة تخفيفا عن مشاعر الغضب (أبو اسعد، عريبات، ٢٠١١: ٣٢-٣٥). ففي مرحلة الطفولة قد يصبح الطفل غاضبا من احد الوالدين بسبب خبرات الإساءة التي تعرض لها او نتيجة لانهم يمثلان مصدرا لاحتباطاته و اشباعته و قد يقوده هذا الى الاعتداء على الاخرين و تدمير الأشياء (أبو سليمة، ٢٠١٠: ٤٤٢).

## ٢- النظرية العقلانية الانفعالية السلوكية (RABT)

صاغ اليس نظريته حول الغضب في كتابه الخاص اسماه (كيف تعيش بالغضب و بدونه) (١٩٧٧) Anger to Live and without it إذ أكد اليس على ان الانسان يشعر بالغضب نتيجة المنغصات و المشكلات اليومية التي تشكل عقبة في تحقيق أهدافه (حسين، ٢٠٠٧: ٥٥). و تبنى اليس في نظريته أربعة مبادئ أساسية هي:

- ١- الافراد هم المسؤولون عن انفعالاتهم
- ٢- الأفكار اللاعقلانية تؤدي الى الاضرار بالانفعالات و السلوكيات الوظيفية
- ٣- انه من الممكن تعلم وجهات نظر واقعية واستيعابها بالممارسة
- ٤- الواقع المؤسس على وجهة نظر سليمة سوف يسهل تقبل الذات و الرضا عن الحياة (أبو غزالة، ٢٠١٠: ٥١).

## ٣- النظرية التفاعلية

تعد هذه النظرية من نظريات الحياة إذ ترى ان الفرد يطور قدرته و ينميها حتى يصل الى السعادة و يبتعد عن المعوقات النفسية إذ يرى بيرن (Berne) ان ما يسميه المختصون سلوكاً شاذاً و غير طبيعي هو سلوك تم تعلمه بناءً على قرارات تم اتخاذها في الطفولة إذ يحاول الطفل ان يضع توازناً بين حاجاته و متطلبات والديه و يتكون بناء الشخصية عند بيرن (Berne) من نظام الانا الثلاثي الانا الطفل و عدم علاقة متوازنة بين هذه الحالات سيؤدي الى عدم توازن و سبب في تعاسة الانسان (مقدادي، ٢٠١٥: ٨٧). لذلك فان السلوكيات الغاضبة التي اتخذها الطفل في سن الثالثة ولاقت استحسان والديه و اشبعت له حاجة معينة قد لا تكون سبباً في حرمانه من بعض الاحتياجات لاسيما ان الشخص الذي يعاني من الغضب سيطر عليه انا الطفل و جهة نظر النظرية التفاعلية ولاسيما الطفل المتكيف فهو يلعب دور الضحية و يغضب بناءً على ما يتوقعه الآخرون منه حتى يتجاوز الموقف الذي يواجهه (شوافقة، ٢٠٠٩: ٩٨).

## 4- نظرية فيكتور فرانكل (نظرية معنى الحياة) Theory Frankl Victor

فرانكل عالم الوجودية استخدم مصطلح العلاج بالمعنى كأسم النظرية في تفسير الغضب فهذه النظرية تهتم بوجود هدف في حياة الفرد يتحمل الصعاب من اجل تحقيقه فهو ادرك ان حياته تستحق ان يعيشها من اجل تحقيق هذا الهدف (سعفان، ٢٠٠٣: ٧٧). وفي حالة كان الفرد يعيش دون هدف في حياته يسعى لتحقيقه فانه في هذه الحالة يكون عرضة لتملك الغضب من نفسه و من الحالات التي من الممكن ان نجد الفرد في حالة غضب فيما هي فشله في إيجاد معنى يناسبه و هدف يعيش من اجل تحقيقه كما يمكن ان يتعرض لحالة من الملل و الفراغ الذي يكون السبب في كثير من المشكلات كما يسبب له الشعور بالالم و

الحزن (ريشان، ٢٠١٢: ١١). و ان الصراع القيمي و الخلقى من الممكن ان يكون السبب في احداث هذا الغضب حيث يكون الفرد في حالة من عدم التوازن و لا يستطيع تحديد موقفه في أي شيء كما انه يغضب في حالة ما اذا كان يخاف من حياته ككل و من المواقف المصيرية فيها او التي تتطلب منه اتخاذ قرار بشأنها و على هذا يرفض الفرد ان يكون لديه مجال للخطأ كما انه يرفض ان يعاقب الغير على اخطائهم فيكون متسامحا معهم رغم اختلافه معهم في رأي (وادي، ٢٠١٦: ٣٨).

#### ٥- وجهة نظر تشارلز سبيلرجر (spilperger opinion)

اجرى سبيلرجر في عام ١٩٨٦ حواراً مع العالم جيمس روبياك حول ثلاثة محاور هي تقدير بيئة وخاصة كل من القلق و الغضب والفضول (Anxiety , Anger , Curiosity) و تقدير اختبار القلق او قضايا التدريب في العلاج السلوكي وقد اكد ان هذه المفاهيم الثلاثة (الغضب، القلق، الفضول) عبارة عن أنظمة نفسية دافعية (ريشان، العذاري، ٢٠١٢: ٩). كما اهتم سبيلرجر و زملاءه أيضا بدراسة العوامل البيئية التي تستثير الغضب و اشاروا الى ان الأشخاص الذين لديهم استعداد عال للغضب و قد تعرضوا في حياتهم لظروف او مضايقات تجعلهم يستجيبون بحالة الغضب مرتفعة عند مواجهتهم للظروف الصعبة (سمور، عواد، ٢٠٠٤: ١٤٦). و قد ميز سبيلرجر بين الغضب كحالة و الغضب كتسمية فعندما يكون الغضب حالة انفعالية مؤقتة ناتجة عن شعور الشخص بالضيق الشديد و لكنها تختلف في شدتها من موقف لآخر في فترة زمنية دون الأخرى في هذه الحالة يعرف الغضب بالغضب كحالة و عندما يكون لدى الشخص ميل ثابت لتكرار خبرة الغضب في المواقف المختلفة التي تنير او الاستهداف للغضب فيما يعرف بالاستعداد للغضب و لكن وجود سمة الغضب يتبعها وجود حالة الغضب (المطيري، ٢٠١٩: ١٠).



## الدراسات السابقة التي تناولت الغضب

١- البهنساوي (٢٠٢٠): (الغضب و التعبير عن الذات كمنبهين بالافكار الالية المرتبطة بالاكنتاب لدى عينة من طلاب الجامعة)

هدفت الدراسة الى الكشف عن مدى الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة كما هدفت الى التعبير عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الغضب و التعبير عن الذات بالافكار الالية المرتبطة بالاكنتاب كذلك معرفة مدى القدرة على التنبؤ بالغضب و الافكار الالية المرتبطة بالاكنتاب من خلال التعبير عن الذات و كذلك تعرف وجود فروق باختلاف متغير النوع (ذكور، اناث) على متغيرات (الغضب ، التعبير عن الذات ، الافكار الالية للاكنتاب) و قد أجريت الدراسة على عينة مكونة (٣٥٧) طالباً و طالبة و بعد تحليل البيانات بأستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة و الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فضلا عن معامل ارتباط بيرسون و تحليل التباين اسفرت النتائج الى انه توجد علاقة بين الدرجة الكلية للغضب و بعض ابعاده وهي (أثاره الغضب ،و التوقعات العداثية و كبت الغضب) و التعبير عن الذات بالافكار الالية للاكنتاب و توصلت النتائج أيضا الى ان الدرجة الكلية للتعبير عن الذات و بعد اثاره الغضب يمكن ان ينبأ بالافكار الالية المرتبطة بالاكنتاب الى جانب عدم وجود فروق جوهرية بين الذكور و الاناث على متغيرات الغضب و التعبير عن الذات و الأفكار الالية للاكنتاب (البهنساوي،٢٠٢٠)

٢- (عبدالكريم و المرتجع،٢٠٢٠): (الغضب وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة)

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الغضب لدى طلاب الجامعة و التعرف على وجود فروق دالة احصائية في درجة الغضب من حيث متغير (الجنس و التخصص الدراسي و السنة الدراسية و العمر تكونت عينة الدراسة من (٦٥) طالباً و طالبة و تم استخدام المقياس العربي للغضب اعداد علاء الدين كفاي ،مايسة احمد النيال (٢٠٠٠) و بعد تحليل البيانات باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين و الاختبار التائي لعينة واحدة و تحليل التباين الأحادي اسفرت النتائج تمتع افراد العينة بمستوى من الغضب وعن وجود فروق دالة احصائيا في درجة الغضب بين طلاب الجامعة تعزى متغير الجنس لصالح الطالبات بينما لا توجد فروق دالة احصائيا في درجة الغضب بين طلاب الجامعة تعزى الى متغير التخصص الدراسي و السنة الدراسية و العمر (عبدالكريم و المرتجع،٢٠٢٠)

## الفصل الثالث

## منهج البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل وصفا لمجتمع البحث وعينته والادوات وكيفية أعدادها وبنائها ومن ثم تطبيقها على العينة وتصحيحها والوسائل الاحصائية المستخدمة في معالجة البيانات لتحقيق أهداف البحث اذ تم الاعتماد في الدراسة على المنهج الوصفي من نوع العلاقة الارتباطية التي تهتم بالكشف عن العلاقة بين متغيرين او اكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها كميًا من خلال معاملات الارتباط بين المتغيرات او بين مستويات المتغير الواحد (التميمي، ٢٠١٣: ٢١)

## اولا : مجتمع البحث

يعرف بأنه جميع الافراد والاشخاص او الاشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث اذا هو كل الافراد او الاحداث او المشاهدات موضوع بحث الدراسة (عيشور وآخرون، ٢٠١٧: ٢٢٦) ويتضمن مجتمع البحث طلبة جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١) ويضم (٢٤) علمياً وانسانياً وقد بلغ عدده (٢١٨٦٩) طالباً وطالبة للدراسة الصباحية بواقع (١١١٠٥) طلاب و(١١٧٦٤) طالبة موزعين على (٢٤) كلية .

## الجدول (١)

أفراد عينة البحث (التطبيق النهائي) موزعين بحسب التخصص والجنس والصف الدراسي

ت	التخصص	الكلية	القسم	المجموع		المجموع		المجموع	
				اناث	ذكور	اناث	ذكور	اناث	ذكور
١	العلميات	هندسة	كهرباء	١٩	١٩	١٠	١٢	٢٩	٣١
٢		علوم	فيزياء	١٠	٧	٥	٦	١٥	١٣
٣		إدارة والاقتصاد	إدارة التسويق	٣٠	٣٠	٢٠	٢٥	٥٠	٥٥
٤		تمريض		٣٥	٣٥	٣٥	٣٦	٥٠	٥٥
٥	الانسانيات	تربية	اللغة الانكليزية	٢١	٢١	٢٤	٢١	٤٥	٤٢

ت	التخصص	الكلية	القسم	المجموع		المجموع		المجموع	
				اناث	ذكور	اناث	ذكور	اناث	ذكور
٦		تربيه أساسية	تربيه خاصة	٢٤	١٤	١٩	١٣	٤٣	٢٧
٧		تربيه	اللغة العربية	١٥	١٩	١٠	١٠	٢٥	٢٩
٨		حقوق		١٥	١٥	١٣	١٢	٢٨	٢٧
		المجموع		١٦٩	١٦٠	١٣٦	١٣٥	٣٠٥	٢٩٥
									٦٠٠

### ثالثاً: اداة البحث

لغرض قياس الغضب لدى طلبة عينة البحث الحالي ومن ثم لتحقيق من الاهداف أعدت الباحثان بناء مقياساً لقياس الغضب و بعد الاطلاع على عدد من المقاييس التي تقيس الغضب ووجدت الباحثان ان غالبيتها لا تلائم تحقيق أهداف البحث الحالي وعدم ملاءمتها للتغيرات الحاصلة في الوضع الراهن فضلاً عن ذلك انها لا تناسب عينة البحث وبعد استشارة عدد من الخبراء.

والمختصين بهذا المجال في امكانية بناء أداة تحقق أهداف البحث الحالي حصلت الباحثان على موافقة عدد من الخبراء بهذا المجال لذا المجال لذا قامت الباحثان باعداد مقياس الغضب الموقفي ومررت عملية الاعداد بعدد من الخطوات هي :

١. التخطيط للمقياس وجمع فقراته وصياغتها لغرض بناء مقياس الغضب الموقفي قامتا الباحثان بجمع فقرات خام من عدة مصادر وتحويلها الى مواقف وعلى النحو الآتي :
  - أ- الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة التي تناولت الغضب
  - ب- الاستفادة من المقاييس العديدة التي تخص الغضب كما مبين في الجدول (٢)

## الجدول (٢)

## المقاييس التي تخص الغضب

عنوان المقياس	أسم صاحب المقياس	السنة	عدد الفقرات	العينة
مستوى الغضب	ابو دلبوح	٢٠٠٦	٢٤	طلبة الجامعة
الغضب كحالة -سمة	حمزة	٢٠١٣	٣٠	المراهقين
أنفعال الغضب	كامل	٢٠١٥	٣٤	طلبة الجامعة
الغضب كحالة	شريف	٢٠١٥	٧٣	عينة النازحين
مكونات أنفعال الغضب	وادي	٢٠١٦	٧٦	طلبة المرحلة الاعدادية
أنفعال الغضب	القطان	٢٠١٦	٢٥	طلاب مرحلة المتوسطة

ج- تم أعداد استبيان مفتوح يتضمن سؤالاً مفادته (ماهي المواقف التي تتعرض لها وتثير غضبك) وقد طبق على عينة بلغت (٣٠) طالباً وطالبة في كلية التربية وبعد جمع أستجابات العينة جرى عليها حذف المتكرر منها غير مناسب .

د- حددنا الباحثان مواقف من المصادر المذكوره وعينة الاستبيان المفتوح قامتا الباحثان ببناء مقياس الغضب الموقفي على وفق المنهج التوافيقي أو (التوفيقي) (التوليفي) كما أتمدنا الباحثان النظرية الكلاسيكية في القياس التي تنطلق من كون توزيع درجات الافراد في السمة التي يقيسها الاختبار شكل منحى الاعتدالي الذي يتأثر الخصائص السيكومترية للاختبار بطبيعة خصائص عينة الافراد الذين ينطبق عليهم الاختبار او المقياس هي داله خطية مطرودة بمعنى انه كلما زادت درجة الفرد على الاختبار زاد مقدار وجود السمة لديه وبذلك تكون المقياس بصيغته الاولية من (٢٥) موقفاً تمثل أستجابته .

## الخصائص السيكومترية لمقياس الغضب

## ١-الصدق

ويقصد بالصدق هو قدرة الاختبار على قياس ما وضع لقياسه (ملحم، ٢٠١٧: ٣٣٤)

أتمدت الباحثة على :

## أ- الصدق الظاهري

هو المظهر العام للاختبار او الصورة الخارجية له (مجيد، ٢٠١٤: ١٠٢) لذلك فقد عرضنا الباحثان مواقف المقياس الى مجموعة من المحكمين والمختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية ملحق (٦) لإبداء آرائهم ومقترحاتهم على المقياس ومقترحاتهم على مقياس

بصورة الاولية وقد بلغ عدد المحكمين (٢٨) محكما وبناءً على ملاحظتهم تم إجراء التعديلات المناسبة من حيث لغة وأسلوب بعض المواقف لكي تتلاءم مع عينة البحث وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس بصورته النهائية (٢٥) موقفاً الملحق (١٠) وأعدمت الباحثة نسبة (٨٠%) فأكثر من آراء المحكمين بوصفه معياراً للدلالة على الصدق الظاهري للمقياس اذ اشار بلوم الى انه اذا حصل المقياس على نسبة اتفاق (٧٥%) وهي نسبة مناسبة (بلوم ١٩٨٣: ١٢٦).

#### ب- الصدق الذاتي

يطلق عليه مؤشر الثبات (بعد أستخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار) تم استخراج الصدق الذاتي وهو صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقة التي خلصت من الشوائب أخطاء الصدفة ومن ثم الدرجات الحقيقة هي الميزان او محك الذي ينسب اليه صدق الاختبار يعتمد ثبات الاختبار على ارتباط الدرجات الحقيقة للاختبار اذ بلغ معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار لمقياس الغضب (٠,٨٣) فإن الصدق الذاتي له (٠,٩١) وهو صدق عالٍ ينم على صلاحية لاداة التطبيق (الريماوي، ٢٠١٦: ١١٠).

#### ج- الصدق البنائي

يطلق عليه ايضاً صدق التكوين الفرضي ويشير الى الدرجة التي يقيس معها الاختبار السمة أو الخاصية التي يفترض أن يقيسها وينطلق من أن الدرجات على الاختبار يجب ان تتنوع او تتباين كما تتنبأ النظرية الخاصة بالسمة المقيسة أو مفهوم أو التكوين الفرضي (ميخائيل ، ٢٠١٦: ١٤٩) وقد تم التحقيق من مؤشرات هذا الصدق :

#### أ- القوة التمييزية للفقرات

يقصد بأنه الفرق بين الطلبة الذين أجابوا عن الفقرة بشكل صحيح من الفئة العليا ونسبة الذين أجابوا عن الفقرة بشكل صحيح من المجموعة الدنيا فيما يخص السمة التي يقيسها المقياس (المنيرل والعتوم، ٢٠١٩: ١٥٥) ولحساب القوة التمييزية لمقياس الغضب الموقفي تم القيام بالاجراءات الاتية :

أ- تم اختيار عينة عشوائية طبقية من خارج العينة الاساسية بلغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة وتوزعت عينة التميز على الكليات الاتية :

ب- طبق مقياس الغضب الموقفي على عينة التميز وبعدها تم تصحيح المقياس وبحسب الدرجة الكلية لكل طالب وطالبة ثم ترتيب الدرجات من أعلى درجة الى أقل درجة وتم تحديد نسبة (٢٧%) من الدرجات العليا والتي كان عددها (٥٤) طالباً وطالبة وتحديد نسبة من الدرجات الدنيا التي تمثل (٥٤) طالباً وطالبة وأن أختيار نسبة (٢٧%) من العينة هو للحصول على مجموعتين بأقص مايمكن من حجم تباين ويعد هذا الاسلوب أفضل تقدير للقوة

التمييزية وقد أوصى كيلي (kelley) عند تحليل مفردات الاختبار الاعتماد على نسبة (٢٧%) من المستجيبين في كل من المجموعتين الطرفيتين (علام، ٢٠١٥: ٢٨٤، ٢٨٥) ج- بعد ذلك تم تعيين المجموعتين (العليا - الدنيا) تم حساب القوة التمييزية لكل فقرة بأستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وبواسطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وبعد مقارنة جميع القيم التائية المحسوبة التي تراوحت (١٠٤٣، ٨٠٧٢١) بالقيمة الجدولية البالغة (١،٩٨٨) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (٠،٩٦) وجد أن الفقرات (٢٥) جميعها تتمتع بقوة تمييزية

### الاتساق الداخلي

هو ايجاد العلاقة بين درجات الفقرات والاختبار وتفترض أن الدرجة الكلية القوة معيار الصدق الاختبار هو ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات الاختبار والدرجة الكلية (مجيد، ٢٠١٤: ٥٨) أختبرنا عينة عشوائية من خارج عينة البحث الاساسية بلغ عددها (٢٠٠) طالباً وطالبة وأستخدمت الباحثتان معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وللتعرف على الدلالة الاحصائية استخدمتا الباحثتان الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط

### ٢- الثبات

يعني مدى الاتساق بين البيانات التي تجمع عن طريق إعادة تطبيق المقياس نفسه على الافراد نفسهم وتحت الظروف نفسها أو مشابهة الى أكبر قدر ممكن (ملحم، ٢٠١٦: ٣٢٧) ولأجل التحق من ثبات مقياس الغضب استخدمتا الباحثتان طريقتين لاستخراج الثبات:

#### أ- إعادة الاختبار

يسمى معامل الثبات الناتج من هذه الطريقة معامل الاستقرار وذلك بأعطاء مجموعة الافراد الاختبار نفسها مرتين (مجيد، ٢٠١٤: ٨٠) وهي من الطرق الشائعة في أستخراج ثبات المقياس وجرى أستخدام هذه الطريقة بتطبيق المقياس على عينة الثبات البالغ عددها (٤٠) طالباً وطالبة

وتم التطبيق بتاريخ ١٤ / ١٢ / ٢٠٢٠ وأعيد تطبيقه مرة مرة ثانية على نفس العينة بتاريخ ٢٨ / ١٢ / ٢٠٢٠ اي بفاصل زمني قدره (١٥) يوم اي يقارب أسبوعين وتم حساب معامل ارتباط بيرسون وكان معامل الثبات (٠،٨٣) وهي قيمة عالية ومؤشر جيد للثبات، اذ يشر عيسوي أن معامل الثبات الجيد يتراوح بين (٠،٧٠ - ٠،٩٠) (عيسوي، ١٩٧٤: ٥٨)

#### ب- طريقة الفاكرونباخ

ويعد معامل الفا أنسب طريقة لحساب ثبات الاوزان المستخدمة البحوث المسحية كالاستبانات أو المقياس حيث يوجد مدى من الدرجات المحتملة لكل مفردة (ابو علام، ٢٠٠٥: ٣٨).

ولأجل أستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة قامتا الباحثتان بتطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونه من (٤٠) طالباً وطالبة (عينة الثبات نفسها بطريقة الاعداء) وبلغ معامل الثبات (٠,٨٥) وهو معامل ثبات عال

### تصحيح مقياس الغضب الموقفي

يقصد بالتصحيح عملية وضع درجة لاستجابة المفحوص على فقرة من الفقرات المقياس في ضوء البدائل التي يختارها وقد استخدمتا الباحثتان والاوزان هي:

الوزن (١) للبدائل : الموقف الاول (أ)  
الوزن (٢) للبدائل : الموقف الثاني (ب)  
الوزن (٣) للبدائل :الموقف الثالث (ج)  
وبذلك أصبح أعلى درجة متوقع أن يحصل عليها المستجيب هو (٧٥) وأدنى درجة (٢٥) والمتوسط الفرضي (٩٢)

### رابعا : تطبيق الاداة بصورة النهائية

طبقت الباحثتان أداتي البحث المستخدم من البحث نفسه على عينة البحث الاساسية البالغة عددها (٦٠٠) طالب وطالبة والجدول (١) يبين ذلك وقد بدأت الباحثتان بتطبيق المقاييس ٢٠٢١/١/١٤ ولغاية ٢٠٢١/١/٢٨ وعند توزيع المقياس على أفراد العينة تحدثت الباحثتان عن أهمية البحث وفائدته وان الضرورة العلمية تتطلب أن تكون الاجابة دقيقة وصريحة وموضوعية وأشارت الباحثتان الى سرية المعلومات وعدم اطلاع أشخاص اخرين عليها سوى الباحثتين كما طلبت منهم عدم ذكر الاسم لمنحهم الحرية في التعبير بموضوعية وضرورة الاجابة على الفقرات كلها وعدم ترك أية فقرة بدون اجابة وبعد الانتهاء من التطبيق تم فحص الاستمارات وتبين أنها كاملة وان الطلبة أكملوا الاجابة على الفقرات كلها

### خامساً : الوسائل الاحصائية

لغرض معالجة البيانات احصائيا استعانتا الباحثتان بمجموعة من المعادلات الاحصائية مع الاستعانه ببرنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (statistical package for social) (spss)

## الفصل الرابع

## النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت اليها الباحثة في ضوء اسئلة البحث فضلاً عن تفسيرها ومناقشتها كما موضح على النحو الآتي:

١- النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس : والذي ينص على " ما مستوى الغضب لدى طلبة الجامعة؟ " وللإجابة على هذا السؤال تم تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة على بيانات الغضب (One Sample T-test) والمتمثلة بكافة افراد عينة البحث، ودرجت النتائج في الجدول(٣).

## الجدول (٣)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمتغير الغضب

الدلالة	t-Test		الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	العدد
	الجدولية	المحسوبة				
دالة احصائية	١,٩٦	١,٤٦٢	١٣,٢٠٧	٥٠	٥٠,٧٨٨	٦٠٠

يتضح من الجدول (٣) ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (١,٤٦٢) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٩٩)، مما يدل على عدم امتلاك الطلبة عينة البحث مستوى مناسب من الغضب، وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة(عبد الكريم،المرتجع،٢٠٢٠)، وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى قدرة طلبة الجامعة التأقلم مع الظروف المحيطة بهم رغم زيادة الضغوطات التي تسبب الغضب من (الحرر الصحي بين الحين والآخر وظروف التوتر السائد بسبب فايروس كورونا)

٢- النتائج المتعلقة بالسؤال السادس: والذي ينص على " هل هناك فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات الغضب تبعا لمتغير التخصص (علمي-انساني) ؟ " وللإجابة على هذا السؤال تم تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على بيانات الغضب بعد عزل درجات طلبة التخصص العلمي عن درجات زملائهم طلبة التخصص الانساني، ودرجت النتائج في الجدول(٤).



## الجدول (٤)

## نتائج الاختبار التائي لمستوى الغضب تبعاً لمتغير التخصص

التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
علمي	٣٠٠	٤٣،٢٣٦٧	١٣،٢٩٨	٥٩٨	١٧،٠٦٥	١،٩٦	دالة احصائياً
انساني	٣٠٠	٥٨،٣٤٠	٧،٦٢٦				

يتضح من الجدول (٤) ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (١٧،٠٦٥) اكبر من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (٥٩٨)، مما يدل على وجود فروق دالة احصائياً في متوسط الغضب تبعاً لمتغير التخصص ولصالح طلبة التخصص الانساني ذوي المتوسط الحسابي الاعلى واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (مريسات، ٢٠١٧) واختلفت مع دراسة (عبد الكريم، المرتجع، ٢٠٢٠)، وتعزو الباحثة ذلك الى تأثير الجانب الاكاديمي على انفعالات الطالب الجامعي اذ ان تعاملهم مع مشاكل تربوية وتعلمية تسبب نوعاً من الضغوطات التي تسبب الغضب

٣- النتائج المتعلقة بالسؤال السابع: والذي ينص على "هل هناك فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠،٠٥) بين متوسط درجات الغضب تبعاً لمتغير الجنس (ذكور-اناث) ؟" وللجابة على هذا السؤال تم تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على بيانات الغضب بعد عزل درجات الطلاب عن درجات الطالبات، ودرجت النتائج في الجدول (٥).

## الجدول (٥)

## نتائج الاختبار التائي لمستوى الغضب تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
ذكور	٣٠٠	٥٠،٣٧٧	١٣،٥٢٩	٥٩٨	٠،٧٦٣	١،٩٦	غير دالة احصائياً
اناث	٣٠٠	٥١،٢٠٠	١٢،٨٨٦				

يتضح من الجدول (٥) ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (٠،٧٦٣) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (٥٩٨)، مما يدل على عدم وجود فروق دالة احصائياً في متوسط درجات الغضب تبعاً لمتغير الجنس لصالح الاناث وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من (شرناعي، ٢٠١٦) و(مريسات، ٢٠١٧) و (البهنساوي، ٢٠٢٠) و(كوبروا بيرسون، ١٩٩٦) واختلفت مع دراسة (عبد الكريم والمرتجع، ٢٠٢٠) وتعزو الباحثة ذلك الى ان الطلبة الجامعة بكل الجنسين يعانون من نفس المستوى من

الضغوطات فالطالب قد يكون لديه مسؤوليات متعددة تجاه عائلته وقد يكون الطالب هو المسؤول عن الموارد المالية له وللعائلة والطالبة بطبيعتها كمرأة تقوم بالعديد من الاعباء والمهام داخل نطاق الاسرة وخارجها فهي تقوم بادوار مختلفة فضلاً عن الى أن المرأة أكثر معاناة من بعض الاعراض الجسمية والنفسية كما أنها تواجه ضغوطاً أكاديمية أثناء الدراسة الجامعة متعلقة بطريقة الامتحانات وتحديات متعلقة بالوضع الاجتماعي والاقتصادي المتعلقة بالمجتمع فكلاهما معرضان لنفس الضغوطات الحياتية

٤- النتائج المتعلقة بالسؤال الثامن: الذي ينص على "هل هناك فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات الغضب تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية (ثاني- رابع)؟" وللإجابة على هذا السؤال تم تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين على بيانات الغضب بعد عزل درجات طلبة الصف الثاني عن طلبة الصف الرابع، ودرجت النتائج في الجدول (٦).

### الجدول (٦)

#### نتائج الاختبار التائي لمستوى الغضب تبعاً لمتغير الصف الدراسي

الصف الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
ثاني	٣٠٠	٥٠,٨١٣	١٣,٤٢١	٥٩٨	٠,٠٤٦	١,٩٦	غير دالة احصائياً
رابع	٣٠٠	٥٠,٧٦٣	١٣,٠١١				

يتضح من الجدول (٦) ان القيمة التائية المحسوبة وباللغة (٠,٠٤٦) اصغر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٩٨)، مما يدل على عدم وجود فروق دالة احصائياً في متوسط الغضب تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية وانفقت هذه النتيجة مع دراسة (عبدالكريم، المرتجع، ٢٠٢٠) وتعزو الباحث ذلك الى تجانس أفراد العينة من جهة البيئة الموجودين فيها وتقارب مستوى النضج الانفعالي لديهم مما يسبب عدم وجود فروق في الغضب لديهم.

### الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

#### الاستنتاجات

1. عدم امتلاك طلبة جامعة الموصل مستوى من الغضب.
2. امتلاك طلبة جامعة الموصل التخصص الانساني للغضب مقارنة بالتخصص العلمي.
3. عدم امتلاك طلبة جامعة الموصل بحسب الجنس (ذكور - إناث) وبحسب المرحلة الدراسية (الثاني -الرابع) للغضب.

#### التوصيات :

1. الاهتمام بالتقنيات المعتمدة في التدريس الجامعي من أجل المحافظة على مستوى تفكير الطلبة .
2. توعية الطلبة باستراتيجيات المذاكرة الجيدة.
3. إجراء حملة اعلامية حول استراتيجيات التفريغ الانفعالي للطلبة من أجل تجنب حدوث الغضب لديهم .

#### المقترحات :

1. إجراء دراسة مماثلة عن التداخل المعرفي وعلاقة بالغضب لدى طلبة المرحلة الثانوية.
2. إجراء دراسة تجريبية أثر برنامج تربيوي لخفض الغضب لدى طلبة جامعة الموصل.
3. إجراء دراسة عن التداخل المعرفي وعلاقته بسمات الشخصية.
4. إجراء دراسة تجريبية عن التداخل المعرفي لدى طلبة الجامعة

## ثبت المصادر

## أولاً: المصادر العربية

- ❖ أبو اسعد ، احمد ، عربيات احمد(٢٠١١): نظريات الارشاد النفسي و التربوي، ط ٢ ، عمان : دار الميسرة.
- ❖ أبو غزالة ، سميرة علي جعفر (٢٠١٠): فاعلية برنامج ارشادي (عقلاني انفعالي سلوكي) لادارة الغضب لدى عينة من تلاميذ المدرسة الإعدادية ، مجلة الارشاد النفسي ، مركز الارشاد النفسي ، العدد الرابع ة العشرين ، جامعة القاهرة .
- ❖ أبو الحجاج يوسف(٢٠١٠):كيف تسيطر على غضبك؟ لاتغضب، دار الكتاب العربي ، سوريا.
- ❖ أبو سليمة، نجلاء فتحي(٢٠١٠): إدارة الغضب وعلاقتها بالضبط الذاتي لدى طلاب الجامعة ، مجلة كلية التربية ، جامعة بور سعيد ، العدد (٨) المجلد(٤)ص ٤٣٥-٤٦٤.
- ❖ بركات، فاطمة سعيد احمد (٢٠٢٠): برنامج تدريسي لخفض ابعاد الغضب لدى المراهقين ذوي الإعاقة البصرية، مجلة الارشاد النفسي، العدد ٦٤ ، ج١، ديسمبر (٢٠٢٠).
- ❖ بلوم ،بنيامين (١٩٨٣): تقييم تعليم الطالب التجمعي والتكوين ،ترجمة محمد أمين المفتي، دار ماكجروهيل للنشر.
- ❖ البهنساوي، احمد كمال عبدالوهاب(٢٠٢٠): الغضب والتعبير عن الذات كمنبئين بالافكار الالية المتربطة بالاكنتاب لدى عينة من طلاب الجامعة، جامعة أسبوط.
- ❖ التميمي ،محمود كاظم محمود (٢٠١٣) : منهجية كتابة البحوث والرسائل في العلوم التربوية والنفسية ، دار صفاء للنشر والتوزيع عمان ، الطبعة الاولى.
- ❖ حسين، طه عبد العظيم(٢٠٠٧):استراتيجيات تعديل السلوك للعاديين نوى الاحتياجات الخاصة ، دار الجامعة الجديدة للنشر ،الإسكندرية .
- ❖ الحموري، خالد عبدالله، العنزي سارة عبدالعزيز (٢٠١٨): استراتيجيات إدارة الغضب لدى طلبة الموهوبين، المجلة الدولية للأبحاث التربوية، جامعة الامارات، المجلد (٤٢)، العدد (١).
- ❖ الخالدي، هاني سليمان (٢٠١٨): القدرة التنبؤية للصلابة النفسية ببعدي الغضب (الحالة والسمة) لدة طلاب المرحلة الثانوية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد ٩، العدد ٤ ديسمبر ٢٠١٨.

- ❖ خطاب ، كريمة سيد(٢٠٠٧): الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالغضب ، مجلة دراسات الطفولة ، ١٠(٣٦)، ١٢٢ - ١٥٤ .
- ❖ ريشان، حامد قاسم ، طارق عبد الكاظم العذاري(٢٠١٢): اثر أسلوب السيكو دراما في خفض لدى طلبة المرحلة المتوسطة ، جامعة البصرة ، كلية التربية.
- ❖ الريماوي، عمر طال (٢٠١٦) : بناء وتصميم الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط١، دار امجد للنشر والتوزيع، عمان .
- ❖ سفعان ، محمد احمد إبراهيم (٢٠٠٣): دراسات في علم النفس والصحة النفسية اضطراب انفعال الغضب الخلفية النظرية التشخيص ، العلاج القاهرة ، دار الكتاب الحديث.
- ❖ سمور، قاسم محمد عواد، محمد مصطفى (٢٠٠٤):الغضب كحالة وسمة لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك وعلاقته ببعض المتغيرات ، مجلة العلوم التربوية قطر العدد(٥) .
- ❖ شوافقة ،سهيل (٢٠٠٩): إدارة الغضب ، عمان :جھينة للنشر والتوزيع .
- ❖ عبد الكريم ، صالحة محمد ، فاطمة صالح المرتجح (٢٠٢٠): الغضب وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة ، المجلة الليبية العالمية، العدد الثامن و الاربعون .
- ❖ علام ، صلاح الدين محمود (٢٠١٥): القياس والتقويم التربوي والنفسي ،ط١، دار الفكر العربي للطبع والنشر ، القاهرة.
- ❖ علي، سماح فتحي محمد وآخرون(٢٠٢٠): إدارة الغضب وعلاقتها بالسعي وراء المساندة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة الإعدادية، جامعة الزقازيق، كلية التربية، المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، المجلد الرابع- العدد (١٤).
- ❖ عيشور، نادية سعيد، عبد الرحمن برقوق وآخرون (٢٠١٧) : منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط١، مؤسسة حسين، رأس الجبل للنشر والتوزيع، قسنطينة، الجزائر .
- ❖ القرارش، نجاه المبروك احمد (٢٠١٧): فاعلية فنيات تعديل السلوك في خفض الغضب لتحسين التواصل الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الشق الثاني من مرحلة التعليم الأساسي، مجلة البحث العلمي في التربية العدد الثامن عشر لسنة ٢٠١٧ .
- ❖ كحلة ، الفت حسين (٢٠١٢):علم النفس العصبي ، مكتبة الانجلو المصرية.
- ❖ كيالي، سهام طه(١٩٩٨): الغضب المزدي وعلاجه ،(الطبعة الاولى) ،دمشق دار المعرفة.
- ❖ مجيد، سوس شاكر (٢٠١٤) : أسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط٣، مركز دبيونو لتعلم التفكير، عمان، الاردن .

- ❖ مخائيل ،امطارنيوس نايف (٢٠١٦): بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتقنياتها ،ط١، دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع ،عمان - الاردن .
- ❖ مصطفى ، أسامة فارق(٢٠١١):مدخل الى الاضطرابات السلوكية والانفعالية ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، عمان ، الطبعة الأولى.
- ❖ المطيري، احمد مريد سعيد (٢٠١٦): مستوى إدارة الغضب لدى العيادات الاكاديمية في جامعة الكويت وعلاقتها بسلبيات اتخاذ القرار ، جامعة ال بيت قسم الإدارة التربوية و الأصول .
- ❖ مقدادي ، يوسف (٢٠١٥) : الارشاد النفسي ،الرياض قرطبة للنشر والتوزيع .
- ❖ ملحم ،سامي محمد (٢٠١٧): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ،ط٨ ،دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ،عمان.
- ❖ المنيزل ،عبد الله فلاح وعدنان يوسف العتوم (٢٠١٩): مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية ،ط١ ،دار الميسرة للنشر والتوزيع .
- ❖ وادي، منى محمد(٢٠١٦): مكونات انفعال الغضب وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، الجامعة الإسلامية بغزة كلية التربية قسم الارشاد.

#### ثانياً: المصادر الاجنبية:

- ❖ Johansen,T (2006):**predicting treatment out comes of an anger management treatment program using the stages of change medle, PH, D. , Adler school of professional psychology, united states llinois.**