# تطور ما وراء الانفعالات عند المراهقين والراشدين

**م.د. رسول عواد حسن الزبيدي**

**ral03271@gmail.com**

**المديرية العامة لتربية واسط/ الكلية التربوية المفتوحة**

**الملخص**

يهدف البحث الحالي التعرف على :

١- ما وراء الانفعالات عند المراهقين والراشدين تبعاً :

لأعمارهم بالسنوات (١٦-١٨-٢٠) سنة، ,والجنس ( ذكر , انثى )

**٢**- دلالة االفروق في ما وراء الانفعالات لدى المراهقين والراشدين تبعاً :

لأعمارهم(١٦-١٨-٢٠) سنة، والنوع الاجتماعي ( ذكور , اناث )

يقتصر البحث على عينة مؤلفة من ( 150 ) طالب وطالبة من طلبة المدارس في الصف الرابع والسادس الاعدادي وطلبة المرحلة الثانية في الكلية المقابلة للأعمار (١٦ – ١٨ – ٢٠) سنة ولكل فئة عمرية (٥٠) طالبة وطالبة موزعة على (٢٥) ذكور و(٢٥) اناث بالتساو، للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤). ولتحقيق أهداف البحث الحالي تم بناء مقياس ما وراء الانفعالات من قبل الباحث. الذي يتكون من (٢٠) فقرة ووضعت أمام كل فقرة مقياس استجابة خماسي. وتعطى اعلى درجة(٥) واقل درجة(١) على التوالي وبعد إعطاء الدرجات بحسب الفقرات يتم جمعها ليمثل المجموع درجة المستجيب الكلية على المقياس. تحقق الباحث من الخصائص السيكومترية للمقياس من صدق وثبات المقياس، وبعد تحليل البيانات اظهرت النتائج الاتي:

- يمتلك افراد عينة البحث الحالي المقابل للفئات العمرية (١٦ ) سنة ما وراء الانفعالات بدرجة متوسطة اما عمر (١٨) سنة بدرجة جيدة في حين يمتلك عمر (٢٠) سنة ما وراء الانفعال بدرجة عالية .
- يسهم متغير العمر في التطور بشكل فعال اذ ان التطور يسير بشكل مستمر ولصالح الفئة العرية الاكبر
- لا توجد فروق في تطور ما وراء الانفعالات تبعا لمتغير الجنس ذكور اناث . وعلى هذه النتائج يوصي الباحث بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

**الكلمات المفتاحية: التطور، ما وراء الانفعالات، المراهقين، الراشدين.**

**The development of metaemotions in adolescents and adults**

**D.r. Rasul Awad Hassan Al-Zubaidi**

**Abstract**

The current research aims to identify:

1- meta emotions in adolescents and adults, according to:

For their age in years (16-18-20) years, and gender (males, females)

2- The statistical significance of the differences in meta-emotions among adolescents and adults according to: For their age (16-18-20) years, and gender (males, females) The research is limited to a sample consisting of (150) male and female school students in the fourth and sixth grades of middle school and second stage students in the college corresponding to the ages (16 - 18 - 20) years, and for each age group there are (50) female and male students distributed among (25) males and ( 25) equally females, for the academic year (2023-2024). To achieve the objectives of the current research, a meta-emotion scale was built by the researcher.

Which consists of (20) items, and a five-point response scale is placed in front of each item. The highest score (5) and lowest score (1) are given respectively, and after giving the scores according to the items, they are summed so that the total represents the respondent's total score on the scale. The researcher verified the psychometric properties of the test, including the validity and reliability of the scale, and after analyzing the data, the results showed the following: Members of the current research sample, corresponding to the age groups (16) years, have meta-emotions to a moderate degree, while those aged (18) years have a good degree, while those aged (20) years have meta-emotions to a high degree.

 The age variable contributes effectively to development, as development proceeds continuously and for the benefit of the largest naked group

 There are no differences in the development of meta-emotions according to the gender variable, males and females. Based on these results, the researcher recommends a set of recommendations and proposals.

**Keywords: development meta, emotions, adolescents, adults.**

**مشكلة البحث**

أُسهمت التعقيدات الموجودة في الحياة مع اختلاف مظاهرها في زيادة متطلبات الفرد المتوقعة والتي يعيش من خلالها علاقة تفاعلية مع البيئة بمتغيراتها، والتي تتطلب من الفرد أن يفهم انفعالاته تفهماً متكامل لتتوافق فيها جوانب شخصيته جميعها وليتمكن من تقديم الأفضل. ولذلك تعتمد المقومات الأساسية في علاقة الفرد الاجتماعية الناجحة مع الآخرين في قدرته على فهم الانفعالات وانفعالات الاخرين (بلان،٢٠١١ :٩).

اذ يمتاز الانسان دون غيره من الكائنات الاخرى بسمة الانفعالات الشخصية اذ يرى كارتوش cartosh (٢٠٠٨ ) بان الافراد يختلفون في قدراتهم على وصف انفعالاتهم وان الانخفاض في القدرة على تحديد الانفعالات والتعبير عنها يرتبط بمشكلات في العلاقات الاجتماعية لذا فان قدرة الفرد على فهم انفعالاته وتنظيمها تحتاج الى مهارات خاصة بسلوك ما وراء الانفعالات (كارتوش, ٢٠٠٨ : ٥٦٥ ) .

ويرى (Marchant,2018 ) بان ما وراء الانفعالات يؤثر على المخرجات والنتاجات العلمية والتي تمثل سلوك الفرد وتنظيم انفعالاته.

ويؤكد (حسين ٢٠١٨) ان الجانب الانفعالي جزء اساسي ومهم من الشخصية السوية لارتباطها القوي بالجانب العقلي اذ يشمل هذا الجانب الانفعالات (ايجابية, وسلبية). والانفعالات جزء من تحريك السلوك الخارجي (حسين, ٢٠١٨: ٥٣٨).

ويرى الباحث ان ما وراء الانفعالات تساعد الطالب على النجاح وادراك المواقف السلبية والايجابية والتعامل معها بحزم والسيطرة عليها حتى لا تؤثر على انجاز اعماله بحرفية عالية لان التأثر بالمواقف السلبية يؤدي بالفرد الى الاحباط وعدم الاستمرار في الانجاز والتحصيل لذا فان اكتشاف الفرد لانفعالاته وتوظيفها ومراقبتها والاحساس بها من صفات الشخص الناجح.

ومما تقدم نجد أن مشكلة البحث الحالي تتحدد في الاجابة عن التساؤلات الاتية :هل يمتلك كل من المراهقين والراشدين في بيئتنا العراقية ما وراء الانفعالات؟ وهل يتخذ ما وراء الانفعالات مساراً تطورياً بتقدم العمر ؟ وهل ان هذا المسار مستمراً ام مرحلياً ؟ وهل يتأثر ما وراء الانفعالات للمراهقين والراشدين بنوعهم الاجتماعي. بالإضافة الى ذلك وبعد اطلاع الباحث

على الدراسات السابقة العراقية والعربية منها الا انه لم يجد دراسة تطورية تناولت الموضوع وعلى فئات عمرية كالمراهقين والراشدين المتواجدين في المدارس الاعدادية وطلبة الجامعة .

**اهمية البحث:**

تلعب الانفعالات دوراً بالغ الاهمية ورئيسي في حياة كل انسان . فهي الركيزة الاساسية في العلاقات الاجتماعية وتنمية المجتمع , فضلاً عن انها تزود الفرد بالمعلومات المهمة حول تفاعل الفرد مع عالمه المحيط به, كما وتلعب دوراً مهماً ومؤثراً في جميع العمليات العقلية( كالادراك, والذاكرة , والانتباه, والذكاء والتعلم) فضلاً عن تاثيرها على الاحكام الخلقية, والتفسير والاستدلال, واتخاذ القرارات اللازمة والمهمة في حياة الفرد (fodor,2011 )

ويؤكدان(الفرماوي, والسيد, ٢٠٠٩) الى ان عدم وعي الفرد وادراكه بانفعالاته وانفعالات الاخرين وعدم القدرة على ضبطها يؤدي الى ضعف التجانس في العلاقات الاجتماعية المهمة, فضلاً عن العزلة وتدني في مستوى الصحة النفسية للفرد, وهذا بدورهِ يؤدي الى مشكلات صحية,لذا يؤكد الباحثين والتربويين في مجال العلوم التربوية والنفسية على ضرورة التدريب والممارسة المستمرة على سمات ما وراء الانفعالات لما له دور وتأثير ايجابي وملموس في نجاح الفرد على المستويين الاكاديمي والاجتماعي, فضلاً عن حماية الفرد نفسة من الامراض النفسية والعقلية , والجسدية (الفرماوي والسيد, ٢٠٠٩ : ١٤٠).

ويرى (مطر ٢٠١٧, ) بان الانفعالات ينتج عنها تقييم الفرد للمثيرات من حوله , في حين ان ما وراء الانفعالات ينتج عنها تقييم الفرد للانفعالات نفسها, فالانفعالات يكون موجها نحو المثيرات, اما ما وراء الانفعالات يكون موجها نحو الانفعالات ويتكون ما وراء الانفعالات فقط عندما ينتبه الفرد للانفعالات ويفكر فيها ويقيمها . ومن ثم يتولد لدية مشاعر او انفعالات ثانوية نحو هذا الانفعالات وتصبح الانفعالات موضوعاً تابع لما وراء الانفعالات (مطر,٢٠١٧: ٦٣).

أما فيما يتعلق في مرحلة الرشد فقد أشار الكثير من العلماء و المعرفيين أمثال "فيشر" (Fascher) و "كومنز"(Commons)؛ وآرلين (Arlin)، الى أن هذه المرحلة تعتبر المرحلة الاطول بالمراحل العمرية في دورة الحياة , اذ لابد من الاهتمام بها ومعرفتها من حيث الخصائص التفكيريه (Commons et al.,1990: 1) .ويرى "دافيدوف بهذا الصدد " بان الإنسان الراشد هو مُفكر حاذق ومحنك وانفعالاته تخضع لقدرة الفرد العلمية(دافيدوف،١٩٨٣: ٣٨٤)

ومن هنا تبرز أهمية مرحلتي المراهقة والرشد كونهما مرحلتيي مهمتين حيويتين فضلاً عن موقعهما في السلم التعليمي أو سوق العمل اللذين يتطلبان مهارات فكرية في استكشاف مجالات المعرفة ومواجهة مشكلات الحياة المختلفة بعيدة عن الانفعالات التي تؤثر على المستوى العلمي للفرد .

**هدفا البحث :**

يهدف البحث الحالي التعرف على :

١ – ما وراء الانفعالات عند المراهقين والراشدين تبعاً :

أ. العمر (١٦, ١٨, ٢٠) سنه

ب – الجنس ( ذكور , اناث )

٢ – دلالة الفروق الاحصائية في ما وراء الانفعالات عند المراهقين والراشدين تبعاً لمتغيرات:

ا– العمر (١٦, ١٨, ٢٠) سنه

أ– الجنس (ذكور , أناث )

**حدود البحث:**

اقتصر البحث على المراهقين والراشدين في الاعمار (١٦–١٨–٢٠) سنه من طلبة المدارس الاعدادية وطلبة الكلية الموجودين في المدارس والكليات الرسمية الصباحية في محافظة واسط للعام الدراسي (٢٠٢٣–٢٠٢٤) .

**تحديد مصطلحات**

**التطور**

–"**قطامي (١٩٩٠) :**

مجموع من التغيرات في الاعضاء في الجانب الوظيفي والتكويني والسلوكية ترتبط بالعمر الزمني، وقد تكون هذه التغيرات نحو التحسن أو التقدم، وهو الانتقال من الطفولة إلى المراهقة، أو التدهور والتقهقر كما هو الانتقال من الرشد إلى الشيخوخة. (نايفة قطامي،١٩٩٠: ١١١).

–"**ستار وجولد شتين( starr& Goldstein,2003):**

زياده التعقيد الوظيفي الذي يتضمن عادة ما التطور( starr& Goldstein,2003:27).

ما وراء الانفعالات :

عرفها كل من :

١ . **جوتمان** ( Gottman ,1997 ): وهي مجموعة منظمة وترتيبية من الانفعالات والادراك حول الانفعالات سواء كانت ذاتية للفرد او انفعالات الاخرين ( Gottman , 1997: 40 )

2 . (wong, 2010)

ردود فعل الفرد تجاه الانفعالات (reaction to emotions ) والتي تعكس في الغالب حكمةٌ على الانفعالات او تقيمةٌ السلبي او الايجابي لها ومن ثم اتباع سبل سلبية وايجابية في التعامل معها وينظر ايضاً من خلال سلوك الفرد نحو الانفعالات (wong,2010,23 )

**٢ . بريك (٢٠١٦ ) :**

بانه مجموعة منظمة من مشاعر الفرد والتي تجعلهُ على علم ودرايةً بالعمليات العقلية التي يقوم بها لمواجهة المواقف المختلفة. (بريك, ٢٠١٦, ٢٩٤). وقد تبنى الباحث تعريف بريك في بناء المقياس

**ثالثاً:المراهقة (Adolescence ):**

**يعرفها كل من:**

**- الالوسي وعلي خان (١٩٨٣):**

وهي مرحلة من النمو تأتي تباعا بعد مرحلة الطفولة المتأخرة, وتقع ما بين الطفولة والرشد, , وتبدأ بالبلوغ الجنسي, وتقع هذه المرحلة عادة ما بين الثالثة عشر والثامنة عشر عند البنون, والثانية عشر والسادسة عشر تقريبا عند الاناث, وتحدث في هذه المرحلة تغيرات جسمية عندهن في وقت مبكر وبسرعة كبيرة مما يحدث لدى الذكور. وفي اكثر الاحوال تستغرق هذه المرحلة من سن اثنى عشر حتى العشرون(الا لوسي وعلي خان,١٩٨٣: ٢٥٣).

**ـ رابعاً:الرّشـد (Adult)**

**عرفة كل من:**

**- سانتروك (santrock,2006 ):**

وهي مرحلة انتقالية تنقسم الى ثلاث مراحل عمرية ( مرحلة الرشد المبكر وتشير الى مرحلة التطور التي تبدأ في نهايات المراهقة, أو في بدايات العشرينات وتستمر عبر الثلاثينات من العمر, وهي الفترة الزمنية التي يحقق فيها الفرد الاستقلال الاقتصادي والشخصي, والتطور المهني(santrock,2006: 18).

**- كماش(٢٠١١):**

وهي المرحلة العمرية التي تمتد من عمر ١٨ سنة الى ٥٠ سنة(كماش, ٢٠١١: ١٤٧).

**الفصل الثاني**

**اطار نظري ودراسات سابقة:**

**ما وراء الانفعالات :**

يرى اصحاب النظرية الفوق المعرفية بان هنالك الكثير من المتغيرات ذات العلاقةٍ بما وراء المعرفة مثل ما فوق الاستيعاب القرائي (MetaComprehensionReading)، وما فوق الذاكرة (MetaMemory وراء ( ما وراء الانفعالات MetaEmotion)، و ما وراء اللغة (Metalanguage)، وما وراء الأخلاق (MetaMorale)، وما وراء الدافعية (MetaMotivation) (العتوم واخرون، ٢٠٠٩: ٢٨٩).

يعد مفهوم ما وراء المعرفة من المفاهيم التي (Metacognition) ظهر في بداية سبعينيات القرن المنصرف كي يضيف بعداً جديداً في علم النفس المعرفي، ويفتح افاق جديدة للتربويين لمناقشة النظريات والدراسات التجريبية في موضوعات علم النفس كالذكاء, والتفكير, والادراك , والذاكرة , وما وراء الاستيعاب, ومهارات التعلم. وقد تطور الاهتمام بهذا المفهوم في الثمانينات ولا يزال يلقى كثيراً من الاهتمام نظراً لارتباطه بنظريات عدة كالذكاء, والتعلم, وحل المشكلات واتخاذ القرارات المناسبة في مجال حل المشكلات (الوهر، وبطرس، ١٩٩٩: ٣٢٩).

ويعود الفضل في تطور مفهوم ما وراء المعرفة الى العالم فلافل (Flavell,1987 ), إذ انصبت دراساته في البداية على تطوير قدرة الأطفال على التذكر, من خلال العمل على مساعدتهم على التفكير في المهام التي تواجههم , ومن ثم توظيف البرامج والتي من خلالها يتم تطوير عمليات التذكر عندهم, وقد سمى هذا النوع من التفكير في الابحاث التي بدئها بمصطلح ما وراء الذاكرة (Meta Memory ) وبعد ذلك توسع ليمتد الى مجالات أخرى من البحث والدراسة ويشير وولفولك (woolfolk,2002 ) الى ان التفكير ما وراء المعرفي يتطور مع التقدم في العمر,حيث ان الافراد مع تقدمهم في النمو المعرفي يطورون مجموعة من الأستراتيجيات والبرامج ذات الفعالية لتحسين عمليتي الاستيعاب والتفكير عندهم وضبطها ومراقبة التفكير لديهم بدقة عالية (ابو جادو,٢٠٠٧ :٣٤٣ ).

لذا يعد مفهوم ما وراء الانفعالات من الموضوعات التي ظهرت في الوقت الحالي في مجال علم النفس وهو مفهوم يضاهي ما وراء المعرفة الذي ابدع بتقديمه فلافل (flifel,1975 ) في سبعينيات القرن المنصرف وفهم الفرد لانفعالاته وانفعالات غيره وسلوكه بما يتفق مع هذا الفهم من العوامل ذات الاهمية في التواصل الجيد مع الاخرين .

ويعد جوتمان وهوفين (jottmn &hooven1996 ) اول من قدم هذا المفهوم العلمي ما وراء الانفعالات موكدين على انه يشمل مشاعر الفرد وافكاره حول الانفعالات فضلا عن انه مشاعره المجردة حول انفعالاته الشخصية وهما بذلك ركزو على انفعالات الفرد ذاته دون التعرض لتفاعله مع انفعالات الاخرين ( العتوم,٢٠٠٩: ١٦٧ )

كما ويؤكد فريراي وكيما ( Ferrari&koyam,2000 ) بان ما وراء الانفعالات تشير الى حدوث انفعالات محدده على الفرد يرتبط كذلك بالتعامل مع انفعال فرد اخر يرتبط احساس الفرد بهذا الانفعال , وان هذا الانفعال يكون مزدوجاً اذ يرتبط بانفعالات الفرد الايجابية والسلبية من جانب ومن جانب اخر يكون هنالك انفعالات ثانوية تتبع الانفعالات الاولية , فالقلق كانفعال ثانوي قد يتبع الغضب كانفعال اولي( معوض,٢٠٢٢: ٩٦٠ )

يؤكد كل من ( wong,Baker fanning&cranic,2011 ) على وجود ثلاث انماط لما وراء الانفعالات وهي كالاتي:

١ . **النمط الاول نمط تعليم الانفعالات** : يمتاز الافراد الذين يتمتعون بهذا النمط من الانفعالات بانهم على وعي بانفعالاتهم الشخصية وانفعالات الاخرين , ويساعدون الاخرون على تفهم مشاعرهم والتعبير عنها لفظياً . كما وانهم يرون انفعالات الاخرين ضرورة للتعلم وفرصة للتقرب اليهم , فضلا عن انهم يساعدون الاخرين في تقديم الحلول لمشكلاتهم.

٢ . **نمط تجنب الانفعالات** : ان الافراد الذين يتمتعون بهذا النوع من الانفعالات لديهم القدرة على تجاهل الانفعالات السلبية لدى الاخرين, وعدم الرغبة لديهم في التدخل بمشكلات الاخرين, ويرون بأن انفعالات الاخرين ليست من ضروريات التعلم .

٣ . **نمط رفض الانفعالات:** يمتاز الافراد الذين يتمتعون بهذا النوع من الانفعالات بانهم يميلون الى تعنيف الاخرين على اي نوع من التعبير الانفعالي حتى وان كانت انفعالاتهم تتناسب مع الموقف. فضلا عن انهم يرأون بان الانفعال السلبي يتطلب استجابة تأديبية( wong,Baker fanning&cranic,2011:45 )

**نظرية جوتمان (Gottman 1997):**

كتب جوتمان وآخرون (١٩٩٦) عدة بحوث ولسنتين متتابعة في البحث والدراسة في علم النفس النمو لمعرفة تأثير العلاقة الزوجية على انفعالات الوالدين الذاتية وانفعالاتهم اتجاء أبنائهم، وتوصلت الدراسة بأن هناك تأثير على الشعور والاستجابة الوالدية لانفعالاتهم الذاتية وافعالات أبنائهم وفقا لطبيعة تلك المنطقة، إذ لا يوجد الاهتمام الكافي بمشاعر وأفكار الوالدين حول انفعالاتهم الذاتية وانفعالات أبنائهم وقد تؤكد نتائج هذه الدارسة على أن متغير ما وراء الانفعال يرتبط بقدراتهم على التفاعل مع أولادهم وعلى حل الصراعات الزوجية .

كما ويعتقد جوتمان Gottman 1997 أن الفرد عندما يقوم بإصدار أي انفعال يقوم بنفس الوقت بالتعامل مع الانفعالات المتتالية وبالتالي قد يحدد كيفية القيام بالسلوك تجاه الانفعال الرئيسي أي أن ما وراء الانفعال لا يركز فقط على الاستجابات الانفعالية للفرد. نحو انفعالاته الذاتية وحسب بل أيضاً الوظائف الرئيسية والتنفيذية للانفعال.

يعتقد جوتمان وآخرون ١٩٩٧ على إن المشاعر لدى الأفراد وأفكارهم تجاه انفعالاتهم تؤثر وبشكل كبير وواضح على الأساليب والطرق التي يقومون بها والاستجابة عن تلك الانفعالات ( Gottman,1997 p.231 ).

قدم جوتمان وآخرون (١٩٩٦) تصوراً إدراكيا لمفهوم ما وراء الانفعال من خلال ارتباطه بالأساليب التربوية وبخاصة في دراساتهم في هذا المجال أربعة أبعاد لنموذج ما وراء الانفعالات الوالدين :

الجوانب الانفعالية والتي يمارسها الآباء في حياتهم اليومية، وقدمت نتائج الانفعال الوالدي في الوعي : Awareness : ويتمثل بمعرفة الأباء ودرايتهم بالفعالاتهم والفعالات أبنائهم وادراكهم لها. النقل التقبل :Acceptance :ويعنى مدى تقبل الأنباء لانفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.

التنظيم : Regulation : ويتمثل هذا الجانب بالإجراءات الوالدية من حيث تنظيم انفعالاتهم وانفعالات ابنائهم.

التدريب: Coaching : وقصد به قدرة الاباء تقديم الدعم الانفعالي لأبنائهم وتدريبهم على مهارات التعامل مع الانفعالات وضبطها (Gottman et al.,1996: 243-268 ).

وقد تبنى الباحث نظرية جوتمان في تفسير النتائج البحث الحالي لانها اقرب الى منهجية البحث.

**الدراسات السابقة :**

١ . دراسة معوض (٢٠٢٢) دراسة مهارات ما وراء الانفعالات وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة , تهدف الدراسة الى معرفة مستوى مهارات ما وراء الانفعالات لدى طلبة الجامعة ومعرفة الفروق الاحصائية تبعا لمتغيري الجنس والتخصص وكذلك تهدف الى معرفة الاغتراب النفسي لدى الطلبة تبعا لمتغيري الجنس والتخصص. فضلا عن معرفة العلاقة بين مهارات ما وراء الانفعالات والاغتراب النفسي . اذ بلغ عدد الطلاب ذكور واناث (٦٧٥) طالب وطالبة

وتوصلت النتائج الى ان لاتوجد فروق ذات دلالة احصائي بين طلبة الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعالات تبعا للجنس (ذكور اناث) والتخصص (علمي, ادبي) (معوض, ٢٠٢٢: ٩٦٢)

٢. دراسة الجمال (٢٠١٨): اعد الجمال دراسة للتعرف على علاقة ما وراء الانفعال لدى الأمهات بالكفاءة الانفعالية والسلوك العدواني لدى أطفالهن في مرحلة الروضة،اذ بلغت عينة الدراسة (٦٧) من الأمهات و (٦٧) طفلا بالروضة بمدينة الطائف وتوصلت الدراسة إلى مجموعة نتائج اهمها أن هناك ارتباط موجب دال بين ما وراء الانفعال والكفاءة الانفعالية، وارتباط سالب بين ما وراء الانفعال والسلوك العدواني، وأنه يمكن التنبؤ بالكفاءة الانفعالية للطفل والسلوك العدواني من خلال ما وراء الانفعال الام(الجمال , ٢٠١٨ :١٣٩) .

٣ . دراسة ستيتلر وكاتزقاما (Stettler 2014 Katz & ) بدراسة تتبعية استهدفت التعرف على التغيرات في ما وراء الانفعال لدى الآباء نحو انفعالات أطفالهم السلبية خلال مرحلة ما قبل المدرسة إلى مرحلة المراهقة المبكرة، وأشارت نتائج الدراسة إلى تغير ما وراء الانفعال لدى الوالدين نحو انفعالات أطفالهم بتقدم الأطفال في العمر وارتباط ذلك بالمرحلة العمرية التي يمر بها الأطفال( Stettler 2014 Katz & )

**الفصل الثالث : منهجية البحث واجراءاته**

**اولاً: منهجية البحث (Research Method):**

إن المنهج المتبع في البحث الحالي هو المنهج الوصفي( دراسة تطورية ) الذي يسعى الى تحديد الوضع ودراسة الواقع او الظاهرة ووصفها وصفاً دقيقاً (ملحم، ٢٠٠٢: ٢١٩).

**ثانياً :مجتمع البحث :-**

من أجل آختيار عينة البحث تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطلبة الكلية في جامعة واسط وطلبة المدارس في الصف الرابع والسادس الادبي التابعين الى مديرية تربية الصويرة للعام الدراسي (٢٠٢٣- ٢٠٢٤ ) والبالغ عددهم (٣٢٥٨) طالباً وطالبة وفي كلية التربية الاساسية جامعة واسط (٣٥٦) طالب وطالبة ، فقد بلغت نسبة الذكور (٥١% ) بواقع (١٨٥٣) ونسبة الاناث بلغت (٤٩% ) بواقع (١٧٦١) طالبة .

**ثالثاً : عينة البحث**

تم آختيار عينة بلغت (١٥٠) طالب وطالبة من حجم المجتمع الاصلي، موزعة بالتساوي ولكل فئة عمرية (٥٠) طالب وطالبة (٢٥) ذكور و(٢٥) اناث وجدول (١) يبين توزيع عينة البحث .

**جدول (١) عينة البحث موزعة بحسب النوع**

| الجنس | الذكور | الاناث | المجموع |
|---|---|---|---|
| ١٦سنة | ٢٥ | ٢٥ | ٥٠ |
| ١٨ سنة | ٢٥ | ٢٥ | ٥٠ |
| ٢٠ سنة | ٢٥ | ٢٥ | ٥٠ |
| المجموع | ٧٥ | ٧٥ | ١٥٠ |

**اداة البحث:_مقياس ما وراء الانفعالات**

استخدم الباحث مقياس ما وراء الانفعالات). الذي اعده الباحث

ويتألف من (٢٠) فقرة ووضعت أمام كل فقرة مقياس استجابة خماسي يختار المستجيب ما يناسبه.

**تصحيح المقياس :** تم تصحيح المقياس ذات البدائل الخمسة. بإعطاء اعلى درجة(٥) واقل درجة (١)، على التوالي . وبعد إعطاء الدرجات بحسب الفقرات يتم جمعها ليمثل المجموع درجة المستجيب الكلية على المقياس.

**صلاحية فقرات مقياس ما وراء الانفعالات :** تم عرض المقياس بصورته الاولى على عدد من المحكمين في التخصص اذ بلغ عددهم (٨) محكماً من أجل التعرف على صلاحية فقرات المقياس، وسلامة صياغتها, وملائمتها للمقياس, وفي ضوء استجابات الخبراء تم الاعتماد على النسبة المئوية لمعرفة صلاحية الفقرات, وقد حصلت الموافقة من جميع المحكمين على فقرات المقياس البالغة عددها (٢٥) فقرة وبنسبة (١٠٠% ) .

**التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الطموح الاكاديمي :**

أ. **القوة التميزية للفقرات Items Discrimination :** تحقق الباحث من توافر شرط القوة التمييزية لفقرات مقياس ما وراء الانفعالات, بالاعتماد على اسلوب المجموعتين الطرفيتين بعد ترتيب الدرجات تصاعدياً واخذ نسبة (٢٧%) من المجموعة العليا و (٢٧%) من الدنيا، أُستُعملَ الباحثان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية للفقرات لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فَقرة من فقرات المقياس, إذ حُسبت القيمة التائية لكل فقرة , ومقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (١,٩٨)عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وبدرجة حرية (٨٠), وتبين أن جميع الفقرات دالة إحصائياً.

ب. **علاقة الفقرة بالدرجة الكلية :** تمَّ حساب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس ما وراء الانفعالات بٱستخدام معامل ارتباط بيرسون، للعينة البالغ عددها (١٥٠) مراهق و راشد، وأظهرت النتائج ان جميع الفقرات ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥)، وهي أعلى من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٤٨) والبالغة (٠,١٦١) .

**الخصائص السيكومترية لمقياس الطموح الاكاديمي:**

**أولا : صدق المقياس:** تحقق الباحث من صدق المقياس كالتالي :

أ- **الصدق الظاهري :** عن طريق عرض المقياس على المحكمين المتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية واشارت النتائج الى ان جميع الفقرات صادقة منطقياً في قياس ما وراء الانفعالات .

ب- **مؤشرات صدق البناء :** عن طريق القوة التمييزية للفقرات وارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس .

**ثانيا : ثبات المقياس:** تحقق الباحث من ثبات المقياس بطريقة الفا كرونباخ وكما يأتي:

**معادلة الفا كرونباخ:** طبق الباحث معادلة ألفا كرونباخ لمقياس ما وراء الانفعالات على عينة التحليل الاحصائي البالغة (١٥٠) طالب وطالبة، وقد بلغت قيمة معامل الثبات على وفق هذه الطريقة (٠,٨٣) وهي قيمة جيدة جدا وفق المعايير القياسية .

**الوسائل الاحصائية**

استعان الباحث بالحقيبة الاحصائية (SPSS ) في معالجة البيانات واستخراج النتائج، وكما يأتي :

١. الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس ما وراء الانفعالات

٢. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج التمييز لفقرات مقياس ما وراء الانفعالات .

٣. معامل ارتباط بيرسون : لاستخراج علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس ما وراء الانفعالات .

٤. معامل الفاكرونباخ: لاستخراج الثبات للمقياس .

٥. تحليل التباين الثائي: لاستخراج الفروق في ما وراء الانفعالات تبعا(العمر والجنس).

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

هذا الجزء من البحث يحتوي على عرض النتائج التي حصل عليها الباحث في البحث الحالي وفق الأهداف المحددة، وسيتم تفسيرها ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة التي تم الحصول عليها، بالإضافة عن خصائص مجتمع البحث الحالي، وبعدها الخروج بالتوصيات والمقترحات. وعلى النحو الآتي:

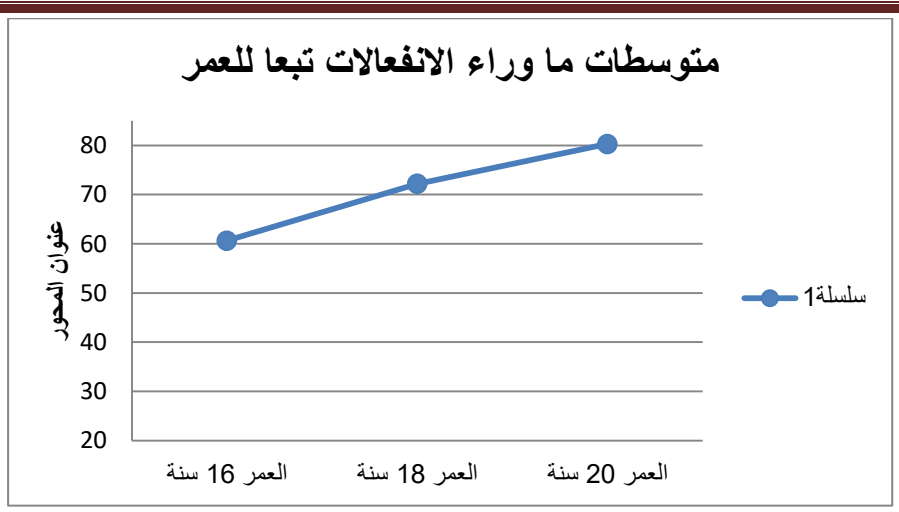
**الهدف الاول: التعرف على ما وراء الانفعالات عند المراهقين والراشدين تبعاً (لعمرهم، وجنسهم).**

**أ. تبعا للعمر (١٦ , ١٨ , ٢٠ ) سنة.**

ولتحقيق الهدف هذا استخدم الباحث مقياس ما وراء الانفعالات البالغ عدد فقراته (٢٠) فقرة على عينة البحث البالغ عددها (١٥٠) مراهق, وراشد. اذ استخرج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل عمر. ولمعرفة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للعينة، كانت النتائج كما موضحة في الجدول (٢) والشكل (١).

**الجدول(٢) متوسطات درجات ما وراء الانفعالات والانحرافات المعيارية والقيمة التائية المحسوبة, والجدولية ,ومستوى الدلالة تبعاً لعمرهم**

| الاعمار بالسنوات | العدد | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط النظري | القيمة التائية | | مستوى الدلالة(٠,٠٥) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | المحسوبة | الجدولية | |
| ١٦ سنة | ٥٠ | ٦٠,٦٢٠ | ٧,٩٩٥ | ٦٠ | ٠,٥٤٨ | ٢,٠٠ | غير دالة |
| ١٨ سنة | ٥٠ | ٧٢,١٨٠ | ٩,٤٥٨ | ٦٠ | ٩,١١٠ | ٢,٠٠ | دالة |
| ٢٠ سنة | ٥٠ | ٨٠,٢٨٠ | ٧,٣٦٢ | ٦٠ | ١٩,٤٨١ | ٢,٠٠ | دالة |




**الشكل (١) متوسطات ما وراء الانفعالات تبعا للعمر**

يتبين من الجدول والشكل اعلاه الاتي:

١. ان درجة امتلاك عينة البحث بعمر (١٦ سنة) لما وراء الانفعالات كانت متوسطة لان القيمة التائية المحسوبة البالغة( ٠,٥٤٨) غير دالة احصائيا كونها اصغر من الجدولية البالغ قيمتها (٢,٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤٩).

٢.ان درجة امتلاك المراهقين المقابل للعمر (١٨ سنة) لما وراء الانفعالات كانت جيدة كون ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (٩,١١٠) دالة احصائيا لانها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤٩).

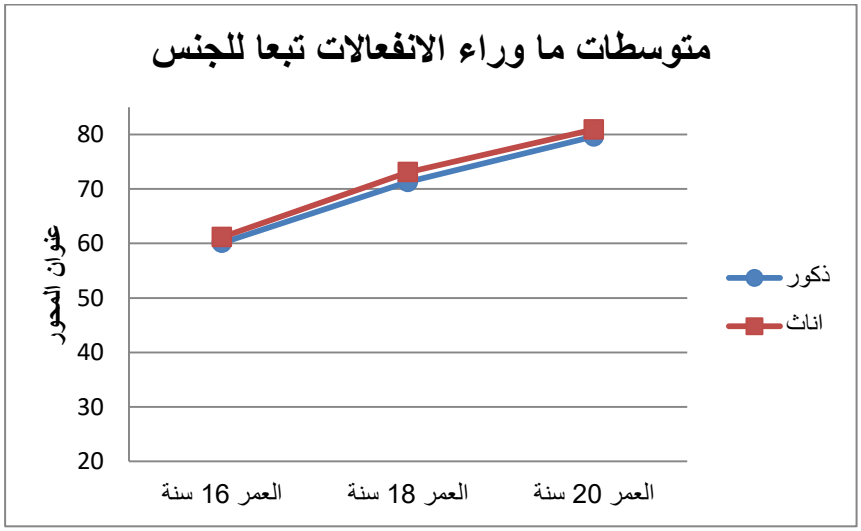
٣. ان درجة امتلاك الراشدين في العمر (٢٠ سنة) لما وراء الانفعالات كانت عالية كون ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (١٩,٤٨١) دالة احصائيا لانها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤٩). ويؤكد (حسين ٢٠١٨) ان الجانب الانفعالي جزء اساسي ومهم من الشخصية السوية لارتباطها القوي بالجانب العقلي اذ يشمل هذا الجانب الانفعالات ايجابية وسلبية منها. والانفعالات جزء من تحريك السلوك الخارجي (حسين, ٢٠١٨: ٥٣٨). ويعزو الباحث السبب الى ان الانسان كلما يتقدم في العمر يصبح تفكيره اكثر تجريدا ومنطقية. فضلا عن راي جوتمان وآخرون ١٩٩٧ والذي يؤكد على إن مشاعر الأفراد وأفكارهم اتجاه انفعالاتهم تؤثر وبشكل كبير وواضح على الأساليب والطرق التي يسلكونها والاستجابة عن تلك الانفعالات ( Gottman,1997 p.231 ).

**ب . تبعا لجنسهم (ذكر , انثى )**

قام الباحث باستخراج النتائج تبعا للعمر بالسنوات تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكور والاناث وللأعمار الثلاث. ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطات الحسابية والمتوسط الفرضي لكل من الذكور والاناث، كانت النتائج كما موضحة في الجدول (٣) والشكل (٢) .

**الجدول (٣) متوسطات درجات ما وراء الانفعالات وانحرافاتها المعيارية والقيم التائية المحسوبة والجدولية ومستوى دلالتهم حسب الجنس**

| حسب العمر بالسنوات | العدد | الجنس | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الفرضي | القيمة التائية | | مستوى الدلالة(٠,٠٥) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | المحسوبة | الجدولية | |
| ١٦ سنة | ٢٥ | ذكور | ٦٠,٠٨٠ | ٧,٤٩٩ | ٦٠ | ٠,٠٥٣ | ٢,٠٦٤ | غير دالة |
| | ٢٥ | اناث | ٦١,١٥٠ | ٨,٥٨١ | ٦٠ | ٠,٦٧٦ | ٢,٠٦٤ | غير دالة |
| ١٨ سنة | ٢٥ | ذكور | ٧١,٢٨٠ | ٩,٣٨٧ | ٦٠ | ٦,٠٠٨ | ٢,٠٦٤ | دالة |
| | ٢٥ | اناث | ٧٣,٠٨٠ | ٩,٨١٥ | ٦٠ | ٦,٦٦٤ | ٢,٠٦٤ | دالة |
| ٢٠ سنة | ٢٥ | ذكور | ٧٩,٦٤٠ | ٨,٢٠٥ | ٦٦ | ١١,٩٦٨ | ٢,٠٦٤ | دالة |
| | ٢٥ | اناث | ٨٠,٩٢٠ | ٦,٥١٩ | ٦٦ | ١٦,٠٤٦ | ٢,٠٦٤ | دالة |




**الشكل (٢)**

متوسطات ما وراء الانفعالات تبعا للجنس

من خلال الجدول والشكل اعلاه يتبين الاتي:

١. ان درجة امتلاك عينة البحث بعمر (١٦ سنة) لما وراء الانفعالات من الذكور والاناث كانت متوسطة كون القيم التائية المحسوبة غير دالة احصائيا لانها اصغر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٠٦٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤) .

٢. ان درجة امتلاك عينة البحث بعمر (١٨ سنة) لما وراء الانفعالات من الجنسين كانت بدرجة جيدة اذ كانت القيم التائية المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٠٦٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤) .

٣. ان درجة امتلال عينة البحث بعمر (٢٠ سنة) لما وراء الانفعالات من الجنسين كانت عالية كون القيمة التائية المحسوبة لهم اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٠٦٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤) .

**الهدف الثاني: التعرف على الفروق الاحصائية في ما وراء الانفعالات عند المراهقين والراشدين بحسب (العمر، الجنس).**

عندما طبق المقياس لما وراء الانفعالات بالشكل النهائي على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (١٥٠) من المراهقين والراشدين وبعدما تم معالجة البيانات إحصائيا ,ولتحقيق الهدف تم استخراج المتوسطات لدرجات افراد في العينة للأعمار الثلاثة (١٦، ١٨، ٢٠) سنة، ولجنسهم (ذكر, انثى). وللتحقق من الفروق بين المجموعة حسب عمرهم وجنسهم قام الباحث باستعمال اختبار تحليل التباين الثنائي بتفاعل وكانت النتائج كما مبين في الجدول (٤).

**الجدول (٤) تحليل التباين الثنائي بتفاعل لتعرف الفروق ذات الدلالة الإحصائية في ما وراء الانفعالات لدى عينة البحث تبعاً لمتغيري (العمر والجنس)**

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | النسبة الفائية | الدلالة (٠,٠٥) |
|---|---|---|---|---|---|
| العمر | ٩٧٦٢,٦٥٣ | ٢ | ٤٨٨١,٣٢٧ | ٦٩,٠٥٠ | دالة |
| الجنس | ٧٢,١٠٧ | ١ | ٧٢,١٠٧ | ١,٠٢٠ | غير دالة |
| العمر * الجنس | ٣,٤٥٣ | ٢ | ١,٧٢٧ | ٠,٠٢٤ | غير دالة |
| الخطأ | ١٠١٧٩,٦٨٠ | ١٤٤ | ٧٠,٦٩٢ | | |
| الكلي | ٢٠٠١٧,٨٩٣ | ١٤٩ | | | |

بينت نتائج تحليل التباين الثنائي المعطيات الآتية:

أ) **العمر:** تظهر إن قيمة النسبة الفائية المحسوبة (٦٩,٠٥٠) هي أكبر من قيمة النسبة الفائية الجدولية البالغة (٣,٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجتي حرية (٢ ,١٤٤) هذا يؤكد على ان هنالك وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير العمر، وللتعرف على دلالة الفروق ولاي عمر فقد تم أستعمال اختبار شيفيه للمقارنات البعدية فظهرت النتائج كما مبينة في الجدول (٥).

**الجدول (٥) قيم شيفيه للمقارنات البعدية للفروق بين الأعمار**

| الأعمار | ١٦ سنة | ١٨سنة | ٢٠ سنة |
|---|---|---|---|
| ١٦ سنة | – | – | – |
| ١٨ سنة | ١١,٥٦٠ | – | – |
| ٢٠ سنة | ١٩,٦٦٠ | ٨,١٠٠ | – |
| قيمة شيفيه الحرجة (٤,١١٩) | | | |

يبين الجدول اعلاه انه هناك فروقاً حسب العمر ولصالح العمر الاكبر وهذا يؤكد على ان التطور مستمر بالزيادة في العمر .

**ب) متغير الجنس:** عند معالجة البيانات تبين بان القيمة النسبة الفائية المحسوبة (١,٠٢٠) حسب الجنس وهي اصغر من قيمة النسبة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجتي حرية (١ , ١٤٤) مما يدل على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس.وهذه النتيجة تتوافق مع ما جاءت به دراسة معوض (٢٠٢٢) وتم التوصل الى النتائج بان لاتوجد فروق ذات دلالة احصائي بين طلبة الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعالات تبعا للجنس (ذكور اناث) والتخصص (علمي, ادبي) (معوض, ٢٠٢٢: ٩٦٢)

**ج) الاعمار * والجنس:** بعد معالجة البيانات تبين بأن القيمة النسبة الفائية المحسوبة (٠,٠٢٤) للتفاعل بين (العمر * الجنس) هي أصغر من قيمة النسبة الفائية الجدولية البالغة (٣,٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجتي حرية (٢ , ١٤٤) مما يؤكد على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا للتفاعل بين العمر والجنس.

التوصيات :

١ . يجب مشاكرة الطلبة بدورات تطويرية ومساعدتهم في التعرف على ما وراء الانفعالات وسبل التعامل معها

٢. بناء برامج إرشادية في تنمية ما وراء الانفعال لدى طلبة المرحلة الثانوية.

المقترحات:

١ . اجراء دراسة علمية وربط المتغير بمتغيرات اخرى كاليقظة الذهنية, والذكاء العاطفي والاستفادة على فئات عمرية مختلفة .

٢ . اجراء دراسة مماثلة على شرائح مختلفة في المجتمع كالرياضين, والاطباء الجراحين وغيرهم.

**اولاً: المصادر العربية:**

- ابو جادو، صالح محمد, نوفل, محمد بكر (٢٠٠٧ ): تعليم التفكير النظرية والتطبيق، دار المسيرة للنشر والتوزيع , عمان .

- الجمال، رضا سعد أحمد (٢٠١٨) علاقة ما وراء الانفعال لدى الأمهات بالكفاءة الانفعالية والسلوك العدواني لدى أطفالهن في مرحلة الروضة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس SSEP)، رابطة التربويين العرب، العدد (٩٣)، ١٣٩ – ١٧٠

– الوهر، محمود، وبطرس، ثيودرا (١٩٩٩): مستوى امتلاك طلبة الجامعة الهاشمية للمعرفة المتعلقة بالمهارات الدراسية الصفية وعلاقته بالكلية التي يدرس فيها الطالب وجنسه ومعدله

التراكمي. مجلة دراسات العلوم التربوية. مجلة تصدر عن عمادة البحث العلمي في الجامعة الادرنية . المجلد (٢٦) العدد (٢) (ص:٣٢٦-٣٤٠).

– العتوم, يوسف, والجراح, عبد ناصر ذياب, وموفق, بشار(٢٠٠٩) تنمية مهارات التفكير نماذج نظرية وتطبيقات علمية, دار المسيرة للنشر والتوزيع, عمان.

– الالوسي،جمال حسين، وعلي وخان،أمية (١٩٨٣)، علم نفس الطفل والمراهقة، ط١،جامعة بغداد

_ بريك، السيد رمضان (٢٠١٦ : (مهارات الميتا انفعالية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والتخصص الدراسي لدى طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود، مجلة العلوم التربوية، المجلد (٢٨) العدد (٢ (الرياض، .٣١٥-٢٩٣

_ بلان، كمال يوسف (٢٠١١): **نظريات الإرشاد النفسي**، منشورات جامعة دمشق.

_ الفرماوي حمدي علي, والسيد وليد رضوان (٢٠٠٩) الميتا انفعالية لدى العاديين وذوي الاعاقة الذهنية , عمان. دار صفاء للنشر والتوزيع .

_ حسين, امال اسماعيل (٢٠١٨ ) "علاقة الكفاءة الانفعالية بتنظيم الذات لدى طلبة الجامعة" مجلة كلية التربية , الجامعة المستنصرية , العدد (٣١) ص (٥٣١- ٥٨٠)

_ مطر, عبد الفتاح رجب (٢٠١٧) سيكولوجية ما وراء الانفعالات لدى العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة , عمان . دار بداية للنشر والتوزيع .

_ دافيدوف. لندا ل.(١٩٨٣): **مدخل علم النفس**. ط٤، القاهرة، دار ماكجرو هيل للنشر.

_ كماش، يوسف لازم (٢٠١١): **أسس النمو الإنساني التكويني والوظيفي**، ط١،عمان، دار دجلة.

_ ملحم , سامي محمد, ( ٢٠٠٢ )، **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس**، ط٢، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.

_ معوض, دينا صلاح الدين ابراهيم (٢٠٢٢) مهارات ما وراء الانفعال وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة ,كلية التربية جامعة المنصورة .

- Abu Jado, Saleh Muhammad, Nofal, Muhammad Bakr (2007): Teaching thinking theory and practice, Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution, Amman.

- Al-Gammal, Reda Saad Ahmed (2018) The relationship between mothers' meta-emotion and their children's emotional competence and aggressive behavior in kindergarten, Journal of Arab Studies in

Education and Psychology (SSEP, Arab Educators Association, Issue (93), 139-170).

- Al-Wahar, Mahmoud, and Boutros, Theodora (1999): The level of possession of knowledge by Hashemite University students related to classroom study skills and its relationship to the college in which the student studies, his gender, and his cumulative average. Journal of Educational Science Studies. A magazine issued by the Deanship of Scientific Research at the University of Jordan. Volume (26) Issue (2) (pp. 326-340).

- Al-Atoum, Youssef, Al-Jarrah, Abdel Nasser Dhiyab, and Muwafaq, Bashar (2009), Developing Thinking Skills, Theoretical Models and Scientific Applications, Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution, Amman.

-Al-Alusi, Jamal Hussein, and Ali and Khan, Umayyah (1983), Child and Adolescent Psychology, 1st edition, University of Baghdad

-Brik, Mr. Ramadan (2016): Meta-emotional skills and their relationship to social support and academic specialization among preparatory year students at King Saud University, Journal of Educational Sciences, Volume (28), Issue (2), Riyadh, 315-293.

_ Blanc, Kamal Youssef (2011): Theories of Psychological Counseling, Damascus University Publications.

_ Al-Faramawi Hamdi Ali, and Mr. Walid Radwan (2009) Meta-Emotionality among Normal People and People with Mental Disabilities, Amman. Dar Safaa for Publishing and Distribution.

_ Hussein, Amal Ismail (2018) "The relationship of emotional competence and self-regulation among university students," Journal of the College of Education, Al-Mustansiriya University, Issue (31), pp. (531-580)

_ Matar, Abdel Fattah Rajab (2017) Psychology beyond emotions among ordinary people and people with special needs, Amman. Dar Bedaya for Publishing and Distribution.

_Davidoff. Linda L. (1983): Introduction to Psychology. 4th edition, Cairo, McGraw-Hill Publishing House.

_ Kamash, Youssef Lazem (2011): Foundations of Formative and Functional Human Development, 1st edition, Amman, Dar Degla.

_ Melhem, Sami Muhammad, (2002), Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 2nd edition, Amman, Dar Al Masirah for Publishing and Distribution.

_Moawad, Dina Salah El-Din Ibrahim (2022) Trans-emotional skills and their relationship to psychological alienation among university students, Faculty of Education, Mansoura University.

references

Baker, J, Fanning, R, Crnic, K. (2011): Emotion Socialization by mothers and fathers, Coherence among behaviors and association with parent attitudes and children's social development, 20(2) 412-430.

. Wong, M (2010): The relations between teacher's metaemotion, student's bonding to School and Academic Performance, Master. Thesis, The University of Hong Kong.

. gottman, J.M., Katz, L., &Hooven,C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. Journal of Family Psychology, 234-268

. Gottman, J. M., Katz, L. F. & Hooven, C. (1997). Meta-emotion: How families communicate emotionally. Routledge

. Stettler, N., & Katz, L. F. (2014). Changes in parents' meta-emotion philosophy from preschool to early adolescence. Parenting: Science and Practice, 14(3-4), pp162-174

.Starr,Bernad D .&Goldstein,Harris S.(2003). **Human development and behavior psychology in nursing**. (red.ed),.

-Ciarrochi, J. & Patrick, C. & Supavadeeprasit, S. (2008): The link between emotion identification skills and socioemotion Functioning in early adolescence, A 1-year longitudinal study, Journal of Adolescence, (31), 565-582.

- Commons, M.L. & Grotzer, T.A. (1990). "The relationship between purgation and Kohlbergian stage، An examination of the "necessary but not sufficient relationship". In M.L. Commons, C.

– Santrok, john W.(2006). Life – span development.(Edit). University of Texas At Dallsas. Mc Graw- Hill.

ملحق (١)

مقياس ما وراء الانفعالات بصيغته النهائية

عزيزتي المستجيبة ..... العمر بالسنوات ☐

عزيزي المستجيب..... النوع الاجتماعي ☐

تحية طيبة

يهدف الباحث إجراء دراسة علمية, وقد وضعت عبارات علمية تهدف الى تعرف موقفك العلمي منها عن طريق اجابتك التي سوف تبديها على الفقرات العلمية, والتي نتوسمها فيك, علماً ان اجاباتك على فقرات المقياس لا توجد فيها جواب صحيح وآخر خطأ, وقد وضعت أمام كل عبارة (٥) بدائل، وأنت حر في اختيار البديل الذي يتناسب مع معرفتك العلمية. وان اجاباتك هذه لاغراض البحث العلمي ولا يطلع عليها سوى الباحث نفسة, ونطلب منك الاجابة على جميع فقرات المقياس دون استثناء, ولا تنسى تدوين المعلومات اعلاه, العمر بالسنوات, والنوع الاجتماعي (ذكر, انثى)

| ت | الفقرات | البدائل | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | تنطبق علي دائما | تنطبق علي غالبا | تنطبق علي احيانا | لا تنطبق علي | لا تنطبق علي ابدا |
| ١ | احرص على معرفة اسباب المشكلات الانفعالية قبل ان ابدأ بحلها | | | | | |
| ٢ | اشجع نفسي عل التنفس الانفعالي عندما اتعرض الى موقف سيئ | | | | | |
| ٣ | عندما اكلف بعمل شاق احاول ان اتحلى بالصبر وابتعد عن الانفعالات التي تواجهني | | | | | |
| ٤ | اتغلب على المشكلات الدراسية بدون انفعال | | | | | |
| ٥ | عند المواقف الصعبة اصمت وابتعد عن | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | الانفعال | | | | | |
| ٦ | مشاعري الانفعالية الصادقة تساعدني على انجاز عملي وفهمه | | | | | |
| ٧ | اتحلى بالصبر عندما اتعرض الى موقف محزن | | | | | |
| ٨ | اترك الشخص المنفعل ولا اتكلم معه عند حالة الغضب | | | | | |
| ٩ | من السهل علية ايقاف الافكار السلبية لقدرتي العالية على فهمها | | | | | |
| ١٠ | لدي القدرة على العفو مع زملائي في العمل بسبب فهمي وادراكي للمشكلات | | | | | |
| ١١ | استطيع التغلب على المشكلات مع المحيط الاجتماعي لدي دون انفعال وغضب | | | | | |
| ١٢ | عندما يستثيرني الاخرين اعمل على ضبط النفس انفعالياُ واخذ نفس عميق قبل المعالجة | | | | | |
| ١٣ | اتجاهل المزاح السيئ مع الاخرين لأنه لا يجدي نفعاً | | | | | |
| ١٤ | لدي القدرة على كبت انفعالاتي لانها مصدر ضعفي | | | | | |
| ١٥ | عندما انفعل اواجه انفعالاتي بضبط عالٍ | | | | | |
| ١٦ | استطيع ان اوضح لصديقي شعوري الانفعالي الداخلي | | | | | |
| ١٧ | عندما اكون منفعلاً اخفي ذلك الشعور السيئ على الاخرين | | | | | |
| ١٨ | افهم وادرك ما يقصده المتحدثون معي | | | | | |
| ١٩ | اساعد الشخص المنفعل واخفف عنه احزانه | | | | | |
| ٢٠ | لدي القدرة على فهم مزاجي السيئ والخروج منه | | | | | |