الوضوح العاطفي
دراسة نفسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية

Emotional clarity:
A psychological study of middle school students

اسد عباس علي
وزارة التربية - مديرية تربية بابل

Asad Abbas Ali
Ministry of Education / Babylon Education Directorate
asadalamery2@gmail.com

مستلخص البحث:

كان هدف البحث التعرف على:

١- الوضوح العاطفي لدى طلبة الاعدادية.

٢- الوضوح العاطفي لدى طلبة الاعدادية تبعاً لمتغيري : الجنس (ذكور- أناث) و التخصص (علمي- ادبي)

ولتحقيق أهداف البحث اعتمد الباحث ما يأتي :-

قام الباحث بتبني مقياس (Gohm & Clore, ٢٠٠٠). للوضوح العاطفي الذي يتكون من (٢٠) فقرة توصف مشاعر الفرد العاطفية, إذ طُبق الباحث المقياس على عينة قوامها (٤٠٠) من طلبة المرحلة الاعدادية وبواقع (١٤٠) ذكور و(٢٦٠) اناث للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) وكانت النتائج كما يأتي: ان طلبة المرحلة الاعدادية بشكل عام لديهم مستوى من الوضوح العاطفي وعدم وجود فروق بالنسبة للجنس والتخصص.

وختم البحث بمناقشة النتائج وتقديم بعض التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية: الوضوح العاطفي, طلبة المرحلة الاعدادية.

Abstract:

The aim of the research was to identify: Emotional clarity in middle school students.

Emotional clarity among middle school students according to the variables: gender (male - female) and specialization scientific – literary)

To achieve the research objectives, the researcher relied on the following:

The researcher adopted the Gohm & Clore 2000 scale for emotional clarity, which consists of 20 items describing an individual's emotional feelings. The researcher applied the scale to a sample of 400 middle school students, 140 males and 260 females, for the academic year 2024-2025.

The results were as follows: Middle school students in general have an average level of emotional clarity, and there are no differences in terms of gender and specialization.

The research concluded with a discussion of the results and the presentation of some recommendations and suggestions.

Keywords: emotional clarity, middle school students

الفصل الاول:

اولاً: مشكلة البحث:

لقد كانت العواطف تقليديًا تُعد غير عقلانية، وغالبًا ما كانت الانفعالات تُنظر إليها على أنها سمة غير مرغوب فيها, وفي مرحلة ما من حياتنا تلقينا نصيحة شائعة مفادها: «حاول ألا تكون عاطفيًا للغاية، وفكر في حل عقلاني لمشكلتك، أو لا تدع عواطفك تعكر صفوة حكمك», ومع ذلك فقد اقترح العديد من الباحثين في مجال العواطف أن هذا التصور السلبي للعواطف ليس دقيقًا، وأكدوا أن التجربة العاطفية تقدم في الواقع معلومات هامة وضرورية لاتخاذ الأحكام (Clore et al., 2001: 55).

بناءً على ذلك، إذا اختلف الأفراد في تجربتهم للعاطفة، فإن العمليات التي يستخدمونها لتوظيف هذه العواطف في إجراء التقييمات قد تتأثر أيضًا بتلك التجارب العاطفية. في الواقع، هناك أدلة بحثية تدعم هذا الفهم، إذ اشارت دراسة أن الأشخاص الذين حصلوا على درجات منخفضة في مقاييس الوضوح العاطفي، ومتوسطة في الانتباه، وعالية في الشدة، أفادوا بأنهم يشعرون بتأثر أكبر بمزاجهم مقارنةً بالآخرين (Gohm, 2003: 98).

كما أشارت دراسة (Clore & Garvin, 2001) إلى أن الأفراد الذين حققوا درجات عالية في الوضوح العاطفي كانوا أقل عرضة لتجربة صعوبات معرفية أثناء مواقف الضغط، وكانوا قادرين على التفكير بوضوح أكبر خلال تدريباتهم. وفي دراسة أخرى (Gohm & Clore, 2002)، وجد الباحثون أن الأفراد الذين يولون اهتمامًا أكبر لعواطفهم، أو يختبرونها بقوة، أو يعبرون عنها غالبًا، يميلون إلى

اختيار استراتيجيات تأقلم تنطوي على البحث عن الدعم الاجتماعي أو التنفيس عن مشاعرهم,

وفي نفس الدراسة، تبين أن الأشخاص الذين يتمتعون بوضوح أكبر في فهم عواطفهم غالبًا ما يستخدمون استراتيجيات تأقلم نشطة، مثل وضع خطة أو إعادة تفسير المشكلة بشكل إيجابي (Gohm & Sniezek, 2001).

وبسبب دور الباحث كمدرس وتفاعلاته مع الطلاب، فقد لاحظ نمطًا من التحديات المستمرة التي يواجهونها فيما يتعلق بقضاياهم العاطفية والنفسية، وكذلك تفاعلاتهم الاجتماعية. وقد دفعته هذه الملاحظة إلى التساؤل عما إذا كان الطلاب يعانون من تجاربهم العاطفية. وعند مراجعة الأدبيات النفسية الموجودة والدراسات السابقة التي ركزت على وضوح المشاعر، وجد الباحث نقصًا في الدراسات ذات الصلة التي تناولت هذا المتغير. وكان هدفه هو الكشف عن قضايا الطلاب، خاصة وأن إدارة المشاعر ضرورية لتنظيم الأفكار والمشاعر والسلوكيات. ولتحقيق هذا الهدف، سيسعى البحث الحالي إلى الإجابة على السؤال التالي.

هل يمتلك طلبة الاعدادية الوضوح العاطفي ؟

ثانياً:اهمية البحث:

تتمتع العواطف بإمكانية توفير معلومات قد تساعد في تسهيل تكيفنا مع التحديات البيئية وتعزيز رفاهيتنا وبناءً على ذلك يجب أن يكون الطلبة الذين يمتلكون وضوحًا عاطفيًا أعلى في ميزة واضحة, يُفترض عمومًا أن كون الفرد واضحًا بشأن مزاجه وعواطفه يعد تكيفًا إيجابيًا، وقد تم تصور نقص الوضوح العاطفي كعامل عابر للتشخيص يرتبط بالعديد من أشكال الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب، القلق الاجتماعي، أو استخدام الكحول المفرط (Vine & Aldao, 2014: 11) , وفي الواقع أظهرت الأبحاث أن الفروق الفردية في الوضوح العاطفي – أي المدى الذي يستطيع فيه الطلبة تحديد مشاعرهم ورسمها بشكل غير غامض – ترتبط بالفروق الفردية في الرفاهية الذاتية (Lischetzke et al., 2012:90) علاوة على ذلك، أظهرت عدة دراسات أن العديد من العوامل المرتبطة بالرفاهية الذاتية (مثل الصحة الجسدية والعقلية، التكيف، المتغيرات الشخصية، وجودة العلاقات الاجتماعية) ترتبط أيضًا بالوضوح العاطفي

كذلك تشير الأدلة الترابطية المتاحة إلى إمكانية وجود أسباب مشتركة تربط بين الوضوح العاطفي والرفاهية الذاتية, إذ أن الوضوح العاطفي قد يؤدي دورًا مهمًا في حياة الأفراد اليومية، إذ يتبنى منظورًا موجهًا نحو العمليات وتركز على دور الوضوح العاطفي في تنظيم العواطف، وتطوير المعنى في الحياة، وبناء العلاقات

الشخصية الإيجابية.(Timoney & Holder, 2013:77)

وتتجلى أهمية هذه الدراسة في الجانبين, الجانب الاول الأهمية النظرية والجانب الثاني الأهمية التطبيقية, وتبرز أهمية الجانبين فيما يلي:

• الأهمية النظرية:

١-يتناول البحث الحالي متغير حديث يرتبط بمهام أنفعالية, مثل الوضوح العاطفي, إذ يرتبط المفهوم بالكفاءة الوجدانية للطالب.

٢-تحليل دور الوضوح العاطفي في تحقيق الاستقرار الانفعالي لدى الطلبة وخاصة طلبة الاعدادية.

٣- إن الاهتمام بالمجال العاطفي ودراسة متغير جديد يساعد في علاج الخلل العاطفي في التحصيل والإنجاز، حيث أن الوضوح العاطفي هو أحد هذه المتغيرات التي تؤثر على التحصيل الأكاديمي.

٤- وبما أن هذه هي مرحلة المراهقة المتأخرة بما يصاحبها من متطلبات وصعوبات وتقلبات عاطفية، فإن المرحلة التحضيرية ـ الفئة العمرية التي تتعرض لها الدراسة ـ تمثل مرحلة حرجة في حد ذاتها.

•الأهمية التطبيقية:

١.قد تفيد في تقديم البرامج الفعالة التي تعمل على تنمية جوانب الانفعالات لمختلف المراحل العمرية وخاصة المرحلة الاعدادية.

٢.يمكن الاستفادة من أدات القياس التي أستعملها الباحث في قياس الوضوح العاطفي.

٣.وبحسب ملاحظات الباحث، لا يوجد الكثير من الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة في العالم العربي بشكل عام والسياق العراقي بشكل خاص، مما يجعل من الممكن إجراء أبحاث إضافية.

ثالثا: اهداف البحث:

هدف البحث التعرف على:

١-الوضوح العاطفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

٢-الوضوح العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري : الجنس (ذكور- أناث) و التخصص (علمي-انساني)».

رابعاً: حدود البحث:

الحدود المكانية: مدارس الاعدادية التابعة لتربية محافظة بابل/ المركز.

الحدود الزمانية :العام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

الحدود البشرية: طلبة المرحلة الاعدادية (ذكور, اناث).

خامساً:تحديد المصطلحات:

الوضوح العاطفي وعرفها كل من:

• **(Gohn & Clore, 2000)،**

وهو قدرة الفرد على التعرف على مشاعره وفهمها بوضوح بما يشمل التمييز بين المشاعر المختلفة وتحديد اسبابها Gohn & Clore, 2000:83)، 2000)

• **(Boden & Thompson, 2017)**

بأنه القدرة على تحديد ووصف وتمييز عواطف المرء والحصول على نظرة ثاقبة للتجارب العاطفية Boden & Thompson, 2017: 66))

التعريف الاجرائي: ويقاس بدرجة الاجابة على فقرات مقياس الوضوح العاطفي اعداد (Gohm & Clore, 2000)ا, كذلك تبنى الباحث تعريفه ونظريته ومقياسه.

❖ الفصل الثاني: الاطار النظري:

• مفهوم الوضوح العاطفي:

لا يقتصر الطلبة على تجربة حالات عاطفية (مثل الغضب، أو التوتر، أو المزاج الجيد، أو الفخر)، بل يقومون أيضًا بمراقبة هذه الحالات وتقييمها بشكل واعٍ وقد أطلق على هذه العملية التأملية مصطلح «تجربة الحالة العاطفية التأملية" (meta-mood experience) ويُعد الوضوح مقابل الغموض في مشاعر الفرد المستمرة (أي معرفة الشخص بما يشعر به في اللحظة الحالية مقابل الشعور بالحيرة بشأن مشاعره) سمة مهمة في هذه العملية التأملية وقد أظهر (Stevens& Mayer, 1994) , أن الأفراد يختلفون بشكل كبير في مستوى وضوحهم بشأن المزاج المستمر لديهم، وأن هذه الاختلافات الفردية يمكن تمييزها عن تجارب الحالة العاطفية التأملية الأخرى (مثل تقبل المزاج المستمر واعتباره أمرًا طبيعيًا) (Stevens& Mayer, 1994:12)

قد تشير العملية التأملية إلى حالة مزاجية (أي حالة عاطفية غير موجهة نحو كائن معين)، مثل الشعور بالاسترخاء مقابل التوتر، أو إلى عاطفة (أي حالة عاطفية موجهة نحو كائن معين)، مثل الشعور بالفخر تجاه شيء ما (Frijda, 1993:88). قام (Salovey & Mayer, 1993) بالتمييز بين تجربتين للحالة العاطفية التأملية: الحالة اللحظية (state) والسمات الشخصية (trait) إذ تم تعريف الوضوح العاطفي السمة: على أنه مدى قدرة الأفراد على التعرف عادة وفهم مزاجهم وعواطفهم ونظرًا لأن معظم الأبحاث السابقة حول الوضوح العاطفي ركزت على مستوى السمة، إذ يستخدم مصطلح العاطفي للإشارة إلى الاختلافات الفردية السمة, ومصطلح الوضوح العاطفي اللحظي للإشارة إلى حالة الوضوح (Salovey & Mayer, 1993: 30) في السنوات الأخيرة تم اقتراح تعديلات مفاهيمية إضافية لمفهوم الوضوح العاطفي, إذ اقترح (Boden & Berenbaum, 2011),التمييز بين جانبين من جوانب الوضوح العاطفي, الأول، وهو «وضوح النوع (type clarity) يشير إلى مدى قدرة الأفراد عادة على التعرف على أنواع العواطف التي يشعرون بها وتمييزها (أي ما يتوافق مع التعريف الكلاسيكي للوضوح العاطفي السمة كما تم شرحه سابقًا) أما الثاني، «وضوح

المصدر (source clarity)، فيشير إلى مدى قدرة الأفراد عادة على معرفة أسباب عواطفهم, ومن الناحية التجريبية، أظهرت التقارير الذاتية لهذه الجوانب أنها قابلة للتفريق ولكنها مترابطة بدرجة كبيرة مع بعضها البعض (Boden & Berenbaum, 2011: 61).

كذلك يمكن أن يكون الوضوح العاطفي محددة بالاتجاه العاطفي (valence-specific) (Thompson et al., 2015)، أي أن الأفراد الذين عادة ما يكونون غير واضحين بشأن مشاعرهم السلبية قد لا يواجهون نفس الصعوبات فيما يتعلق بمشاعرهم الإيجابية. وقد وجد (Thompson, 2015) أن العصابية والاكتئاب يرتبطان بانخفاض الوضوح في المشاعر السلبية ولكن ليس في المشاعر الإيجابية(Thompson et al., 2015: 90). إن ما يثير الاهتمام هو أن الأفراد الذين يعانون من انخفاض مستوى الوضوح العاطفي هم في الواقع سريعون للغاية في تنظيم عواطفهم, ومع ذلك فإن التجنب الذي يمكن تفسيره على أنه رد فعل دفاعي، قد لا يكون أفضل أشكال التنظيم, ولكن من الممكن أن يكون التجنب وسيلة جيدة لتنظيم عواطفهم, وإن حالة التجارب المنفصلة التي أجراها (Gohm's, 2003), دقيقة إلى حد ما ولا تتعامل إلا مع تجربة المشاعر وتأثيرها على الأحكام اللاحقة, إذ كيف يمكن للوضوح العاطفي بشكل عام أن يؤدي دورًا في ضبط الأفراد لجوانب معينة من المشاعر خارج التجربة العاطفية المباشرة؟ هل يمكن للأفراد الذين يعانون من انخفاض الوضوح العاطفي استخدام المشاعر بشكل مختلف في مثل هذا السياق؟ إن ربط الوضوح العاطفي بالمخططات الذاتية والشك الذاتي وتأطير هذا البناء بطريقة جديدة من شأنه أن يسمح بإجراء تنبؤات أكثر تحديدًا (Gohm's, 2003: 66)).

ومن المعروف بالفعل أن المشاعر يمكن أن تؤثر على الإدراك والسلوك, إذ تشرح فرضية التأثير كمصدر للمعلومات, إذ كيف يمكن استخدام الحالات العاطفية اللحظية كمصدر للمعلومات في الأحكام والمعالجة والذكريات بالإضافة إلى خدمة عدد من الأغراض الأخرى مثل توجيه الانتباه، وتوصيل المعلومات إلى الذات والآخرين، وتسهيل التفاعلات الاجتماعية, كذلك يمكن أن تؤثر المشاعر بشكل عام وكذلك المشاعر المحددة على القرارات المتعلقة بالأحداث الماضية والحالية، وتقديرات المخاطر، والحياة، والرضا عن الحياة، والتوجهات نحو المجموعات الداخلية والخارجية، واستخدام الصور النمطية والإرشادات, بالإضافة إلى ذلك، قد تساعد مخططات الذات أيضًا في توجيه المشاعر نحو بعض الشخصيات، وتوفير المعلومات حول عدد من الأحكام

والمواقف(Bodenhausen, 1993: 11).

• دور الوضوح العاطفي في تنظيم الانفعالات:

يمكن أن تخضع المزاجات والعواطف لمحاولات لتنظيم شدتها وجودتها, وعلى الرغم من أنه يمكن التمييز بين المزاجات والعواطف بناءً على خصائص عامة مثل توجيه الموضوع ونمط الزمن، مما يعني أنه يمكن استثارتهما بطرق مختلفة والتأثير عليهما بعوامل مختلفة، فإن العمليات التي توجه تنظيمها تشترك في بعض الميزات, وقد تحدث محاولات التنظيم إما بشكل متعمد (أي تتضمن الوعي الواعي والجهد) أو تلقائي (أي بدون قرار واعٍ وبدون جهد). (Frijda, 1993:211)

كذلك يبدو من المعقول افتراض وجود استمرارية تمتد من التنظيم التلقائي إلى التنظيم المتحكم فيه لحالات الانفعال بما أن الوضوح العاطفي قد تم تعريفه من حيث الوعي الواعي، فإننا نركز هنا على عمليات التنظيم المتحكم فيه من خلال الإشارة إلى نموذجين لتنظيم الانفعالات: نموذج العملية الممتدة لتنظيم الانفعالات لـ Gross, 2015)) ونموذج نظرية التحكم لتنظيم المزاج لـ (Larsen 2000). من خلال دمج الميزات المشتركة بين هذين النموذجين، نهدف إلى تحديد النقاط التي قد تؤثر فيها الاختلافات الفردية في الوضوح العاطفي (والمفاهيم المرتبطة به) على نجاح أو فشل تنظيم الانفعالات نقطة انطلاقنا هي عندما يدخل الانفعال في الوعي الواعي في نموذج العملية الممتدة لتنظيم الانفعالات الذي قدمه غروس (2015)، قام بدمج شرح لعملية توليد العواطف (من خلال التقييمات) على مستوى أدنى مع عملية تنظيم الانفعالات على مستوى أعلى، والتي تشمل: (أ) تحديد العواطف التي يجب تنظيمها، (ب) اختيار استراتيجية لتنظيم العاطفة، و(ج) تنفيذ استراتيجية التنظيم. على وجه الخصوص خلال مرحلة التعرف يتم إدراك الحالة العاطفية من قبل الشخص الذي يقوم بتقييمها (بالمقارنة مع معيار أو هدف معين) كمرشحة للتنظيم ويقرر ما إذا كان يجب تنظيمها أم لا. وفقًا لـ غروس (2015)، فإن أحد الأسباب الرئيسية للفشل المحتمل في تنظيم الانفعالات يتعلق بالقصور في خطوة إدراك العاطفة (أي نقص الوضوح العاطفي اللحظي). (Gross, 2015: 88)

في نفس السياق اقترح (Larsen, 2000) أن تنظيم المزاج يتضمن مقارنة الحالة المزاجية الحالية مع الحالة المزاجية المرغوبة وأن السلوكيات المنظمة للمزاج تُنفذ لتقليص الفجوات المحتملة. وفقًا لـ لارسن (2000)، فإن أحد الأسباب التي تجعل التعرف الناجح على الحالة المزاجية يساعد في تنظيم المزاج هو أنه يسمح للأفراد بتقييم حالتهم العاطفية في ضوء

اهتماماتهم الحالية وتقرير ما إذا كان من الضروري اتخاذ إجراء بشأنها (Larsen, 2000: 341).

كذلك يجب أن تؤثر الفروق الفردية في الوضوح العاطفي على احتمال معرفة الفرد لما يشعر به في اللحظة الحالية, ويجب أن يكون الأفراد الذين يمتلكون وضوحًا عاطفيًا أعلى أقل عرضة للشعور بالحيرة بشأن حالتهم العاطفية في المواقف المعينة, كما أن الفروق الفردية في البناء المرتبط بتمايز العواطف يجب أن تؤثر على مدى دقة تسمية الفرد لحالته العاطفية في المواقف المختلفة ومن المهم ملاحظة أنه عندما يُكوّن الأفراد نية لتنظيم حالتهم العاطفية، فإن هذا لا يعني بالضرورة تفضيلًا لحظيًا لعواطف أكثر إيجابية وأقل سلبية, وفقًا للأهداف التي يسعى الأفراد لتحقيقها (مثل مواجهة الآخرين في تفاعل اجتماعي)، قد يفضلون الحفاظ على أو حتى زيادة مشاعرهم السلبية (مثل الغضب) وتقليل مشاعرهم الإيجابية (مثل السعادة) إلى الحد الذي يعتقدون فيه أن هذه الحالات العاطفية ستكون مفيدة لتحقيق هدفهم ((Tamir, & Schreier, 2015: 90

• قياس الوضوح الانفعالي

تم قياس الوضوح العاطفي (EC) بشكل رئيسي باستخدام أدوات الاستبيان الذاتي، وذلك بما يتماشى مع غالبية الأبحاث التي أُجريت في علم النفس السريري (Kazdin, 2003) تشمل المقاييس الأكثر شيوعًا مقياس السمات الميتا-عاطفية - البُعد الخاص بالوضوح العاطفي (TMMS-Clarity)؛ (Salovey et al., 1995))، مقياس صعوبات تنظيم العواطف - البُعد الخاص بنقص الوضوح (DERS-Clarity)؛ (Gratz & Roemer, 2004)، و مقياس أليكثيميا تورنتو - البُعدين الخاصين بصعوبة التعرف على المشاعر وصعوبة وصفها ((TAS؛ (Bagby et al., 1994) على الرغم من أن كلًا من هذه المقاييس يختلف قليلاً عن الآخر في عدد الأسئلة وصياغتها، إلا أن هناك بعض أوجه التشابه بين المقاييس, مثل يحتوي كل من بُعد (TMMS-Clarity) و (TAS-Identifying Feelings) , على أسئلة تتعلق بالوعي بالإحساسات الجسدية (مثل السؤال الذي يظهر في كلا المقياسين: «غالبًا ما أكون مشوشًا بشأن الإحساسات في جسدي, علاوة على ذلك تحتوي المقاييس الثلاثة على سؤال يتعلق بالارتباك بشأن العواطف (TMMS-Clarity): , نادراً ما أشعر بالارتباك بشأن ما أشعر به؛ وفي (DERS-Clarity) , أنا مشوش بشأن ما أشعر به؛ وفي TAS- Identifying Feelings: "غالبًا ما أكون مشوشًا بشأن العاطفة التي أشعر بها, بناءً على ذلك خلص التحليل التلوي لـ (Gohm & Clore 2000) إلى أن هذه المقاييس تقيس نفس البُعد.

ولأدوات الاستبيان الذاتي مزايا وقيود في البحث السريري بشكل عام هي سهلة التطبيق منخفضة التكلفة وقد تكون قصيرة، ويمكنها تقييم العديد من الخصائص المتنوعة للمشاركين، بما في ذلك المشاعر، والمزاجات، والأعراض22): (,Aldao Schweizer, 2010 & كما يمكن لأدوات الاستبيان الذاتي قياس السمات أو الميل الاستعدادي (أي تقييم ما يفعله المشارك بمرور الوقت وعبر السياقات المختلفة، ومن ناحية أخرى لأدوات الاستبيان الذاتي بعض القيود, إذ تتأثر استجابات المشاركين في هذه الأدوات بتعابير الأسئلة والصيغة، والسياق (Schwartz, 1999:11) كذلك يعتقد البعض أن الأفراد قد لا يكونون قادرين على تقديم تقارير دقيقة عن السمات أو السلوكيات التي تتطلب إدراكًا عميقًا وفهمًا ميتا-معرفيًا وقد تكون التقارير الذاتية أيضًا محدودة بسبب صعوبة المشاركين في الإبلاغ عن الظواهر العاطفية بالإضافة إلى ذلك، تتعرض استجابات المشاركين للتحيزات الناتجة عن الذاكرة و الرغبة الاجتماعية (Podsakoff & Podsakoff 2003: 71) , إذ يرتبط التحيز الناتج عن الذاكرة بعدم موثوقية الذاكرة مما يشكل تهديدًا لصحة البيانات الداخلية, أما التحيز الناتج عن الرغبة الاجتماعية فيتمثل في ميل المشاركين للإجابة بطريقة تغير قليلاً من صورتهم الذاتية لتبدو في أفضل ضوء

ممكن عند تقييم الوضوح العاطفي (EC)، يسمح لنا الاستبيان الذاتي بتقييم تصوُّر المشاركين حول قدرتهم على تحديد، ووصف، وربط التغيرات الفسيولوجية الموضوعية بالتقييمات الذاتية للتجارب العاطفية, ومع ذلك، كما ذكرنا سابقًا، قد يكون تقرير المشاركين الذاتي حول الوضوح العاطفي غير دقيق، حيث يعتمد على قدرتهم الميتا-معرفية، ويتأثر بعدد من العوامل، ويكون عرضة للتحيزات, علاوة على ذلك لا يمكن لأدوات الاستبيان الذاتي تقييم القدرة الفعلية للمشاركين في ربط الاستجابات الفسيولوجية بالتقييمات الذاتية للعواطف ونظرًا للمكون الفسيولوجي للعواطف، استخدم بعض الباحثين مقياسًا فسيولوجيًا لقياس الوضوح العاطفي, إ ذ تم استخدام مهمة إدراك نبضات القلب لتقييم وعي المشاركين بالإحساسات الفسيولوجية في هذه المهمة, إذ يُطلب من المشاركين عد نبضات قلبهم دون قياس نبضهم لفترة زمنية محددة، عادةً ٢٥، ٣٥، و٤٥ ثانية, وفي الوقت نفسه يتم تسجيل استجابات نبضات القلب عبر جهاز تخطيط القلب الكهربائي (ECG) ويتم مقارنة عدد النبضات المبلغ عنها مع العدد الفعلي للنبضات خلال الفترة الزمنية المحددة, وان المشاركون الذين لديهم تطابق أعلى بين النبضات المدركة والنبضات الفعلية يعتبرون مدركين جيدًا (Schandry, 1981:99).

وفقًا لما ذكره (Schandry & Matthias, 2007)، تعد القدرة على إدراك نبضات القلب بدقة مؤشرًا على القدرة على إدراك الإشارات الفسيولوجية المرتبطة بالمحفزات العاطفية, وبعبارة أخرى يقترحون أن مهمة اكتشاف نبضات القلب تعد مؤشرًا للوضوح العاطفي (EC)

كذلك تتمتع المقاييس الفسيولوجية، بما في ذلك مهمة اكتشاف نبضات القلب، بمزايا وقيود فقد سمحت التقدمات التكنولوجية بتحسين جمع البيانات الفسيولوجية، مما قد يؤدي إلى زيادة الصلاحية البيئية علاوة على ذلك قد تكون الاستجابات الفسيولوجية هي القياس الأكثر مباشرة لمفهوم معين، كما أنها تحد من التحيز الناتج عن الرغبة الاجتماعية وتعزز مهمة اكتشاف نبضات القلب بدمج القياس الموضوعي (أي جهاز تخطيط القلب الكهربائي (ECG) مع الإدراك الذاتي للمشاركين لتلك الاستجابات، بهدف فهم التوافق بين الاثنين بالإضافة إلى ذلك تدعم الأدبيات العلمية صلاحية هذه المهمة لقياس إدراك الاستجابات الفسيولوجية (مثل(Pollatos et al., 2007: 71).

ومع ذلك، توجد بعض القيود والاعتبارات المتعلقة بالمقاييس الفسيولوجية تاريخيًا، إذ لم تتمكن الأبحاث من إيجاد روابط مباشرة بين المفاهيم النفسية والمقاييس الفسيولوجية ثانيًا، بعض المقاييس الفسيولوجية، مثل معدل ضربات القلب والاستجابة الجلدية، تكون حساسة جدًا لظروف المحفزات وتصميم البحث اما بالنسبة لمهمة اكتشاف نبضات القلب بشكل خاص، قد يؤثر انتباه المشاركين ودوافعهم على أدائهم في المهمة أخيرًا، لا تُنفذ مهمة اكتشاف نبضات القلب أثناء المهام المجهدة، وبالتالي فإنها لا تقيم التغيرات في الاستجابة الفسيولوجية للمتطلبات البيئية بمعنى آخر لا يُطلب من المشاركين ربط التغيرات الفسيولوجية الموضوعية بحالاتهم العاطفية الذاتية إذ تؤثر هذه القيود على الصلاحية البيئية لمهمة إدراك نبضات القلب.(Kazdin, 2003: 121).

•النظريات التي تناولت الوضوح العاطفي

تعتمد القدرة على تحديد المشاعر ووصفها، كما هو موصوف، على المناقشة في الأدبيات حول المشاعر, وهذا بدوره يؤثر على كيفية قياس القدرة على تحديد المشاعر بشكل مناسب, ومن الضروري فهم المشاعر من أجل إعلام قياس المشاعر العاطفية, إذ تختلف نظريات العاطفة بعدة طرق بما في ذلك الاختلاف حول مكونات الحلقة العاطفية، والتي تؤثر على شدة العاطفة وتمييزها واستثارتها، والظروف والآليات التي تثير المشاعر، والعملية الزمنية لحلقة العاطفة (Moors, 2009: 99), ومع ذلك، تتضمن العديد من النظريات مكونات رئيسية مماثلة الإدراك

والاستجابة الفسيولوجية والعلامة الذاتية للعاطفة, هناك العديد من النظريات الواسعة للعاطفة, مثل: نظرية (James, 1884, 1890) ونظريات التقييم (Moors et al 2013)، ونظريات الشبكة 1990) Berkowitz,), ونظرية الفعل المفاهيمي (Barrett, 2006) من أجل ولتوضيح هذه النظريات، سيتم استخدام مثال الخوف في مواجهة رؤية الدب لإظهار الاختلافات في كيفية نظر كل نظرية إلى العاطفة, إذ تؤكد بعض النظريات على المكون المعرفي للعاطفة، بما في ذلك نظريات التقييم ونظريات الشبكة, على وجه التحديد تشير نظريات التقييم (Moors 2013 et al.), أن المكون المعرفي يحدث أولاً، يليه الاستجابة الفسيولوجية، مما يؤدي إلى تسمية ذاتية للعاطفة, وفقًا لنظرية التقييم بعد التعامل مع الدب، يؤدي تقييم الموقف أولاً إلى تقييم أن الموقف كان يشكل تهديدًا, ثم بسبب تقييم التهديد تحدث الاستجابة الفسيولوجية في الجسم، مما يؤدي إلى التسمية الذاتية للخوف, وبالمثل، نظريات الشبكة (Berkowitz, 1984)) يؤكدون أيضًا على المكون المعرفي للعاطفة، إذ يتم تنشيط شبكة عاطفية أو مخطط أثناء حلقة عاطفية, إذ تؤكد نظرية الشبكة على أنه عند رؤية الدب، يتم تنشيط مخطط للدب، والذي يشير جزء منه إلى أن الخوف هو الاستجابة العاطفية المناسبة في هذا الموقف، مما يؤدي إلى التسمية الذاتية للخوف, وتؤكد نظريات أخرى على أهمية المكون الفسيولوجي, وفقًا لنظرية جيمس (١٨٩٠)، فإن التغيرات الفسيولوجية تسبب العواطف, وفقًا لجيمس (١٨٩٠)، فإن رؤية الدب من شأنها أن تؤدي إلى استجابة فسيولوجية، مثل معدل ضربات القلب السريع والتنفس السريع وستكون هذه التغيرات الفسيولوجية مؤشراً على استجابة الخوف وستؤدي إلى تسمية ذاتية بالخوف, ويؤكد (Damasio, 1995))، على نحو مماثل على التغيرات في حالات الجسم (أي التغيرات الفسيولوجية) كأساس للعواطف, ومع ذلك تتضمن نظريته أيضًا مكونًا تقييميًا أو تقييمًا للتغيرات الجسدية التي تؤثر على العاطفة، مما يؤدي إلى تسمية ذاتية للعاطفة, على غرار جيمس، يقترح داماسيو أن رؤية الدب ستؤدي أولاً إلى استجابة فسيولوجية ثم، سيذكر داماسيو كذلك أن التغيرات الفسيولوجية في سياق موقف رؤية الدب سيتم تقييمها إدراكيًا لتؤدي إلى تسمية ذاتية للخوف أخيرًا، تضع نظريات أخرى تأكيدًا متساويًا على كل من المكونات المعرفية والفسيولوجية للعاطفة, تشير نظرية الفعل المفاهيمي لباريت (٢٠٠٦) إلى أن التقييم (المكون المعرفي) والاستجابات الفسيولوجية معًا أو بشكل منفصل تؤدي إلى تسمية عاطفية ذاتية, كذلك تشير نظرية الفعل

المفاهيمي إلى أنه في سياق رؤية الدب، سيتم تقييم الموقف إدراكيًا على أنه موقف مسبب للخوف وستحدث تغييرات فسيولوجية, ومع ذلك فإن هذه النظرية لن تميز بين أيهما جاء أولاً، ولكن الجمع يؤدي إلى التسمية الذاتية لعاطفة الخوف, Moors. 2009: 73).)

❖الفصل الثالث منهج البحث واجراءاته:

يتضمن هذا الفصل استعراضاً للخطوات التي اتبعها الباحث لتحقيق أهداف البحث، بما في ذلك تحديد مجتمع الدراسة، واختيار العينة الممثلة، ووصف الأدوات المستخدمة، والإجراءات الإحصائية المستخدمة للتحقق من صحة الأدوات ، والأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

١ - منهج البحث : **Research Method**

أعتمد البحث, الحالي المنهج الوصفي الارتباطي, إذ يقوم على وصف وتفسير وتحديد الظروف القائمة بين الوقائع من خلال جمع البيانات وتبويبها وتفسيرها وتحليلها، فقد اعتمدت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي (جابر، وكاظم، ١٩٨٧ :١٣٤).

٢-مجتمع البحث -**Research Popula-tion** «يتكون مجتمع البحث من طلبة مدارس المرحلة الاعدادية التابعة الى تربية محافظة بابل المركز للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥), والبالغ عددها (٢٢٨٥٣), بواقع (٩٦٩٣) من الذكور و (١٣١٦٠) من الاناث».

٣-عينة البحث **Research Sample**: «قام الباحث باختيار عينة البحث الحالي بالطريقةَ الطبقية العشوائيةَ, تم اختيار (١٠) من المدارس بواقع (٥) مدارس ذكور (٥) مدارس اناث, إذ بلغ مجموع العينة (٤٠٠), من الطلبة مقسمة الى (٢٤٠) من الاناث و (١٦٠) من الذكور.

٣- أدوات البحث :

اولاً: مقياس الوضوح العاطفي :

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة بما يتعلق بمتغير الوضوح العاطفي والادبيات, قام الباحث بتبني مقياس للوضوح العاطفي اعداد (Gohm & Clore, 2000)الذي يصف مشاعر الفرد تجاه المواقف التي يتعرض لها وهو مقياس تقرير ذاتي يتكون من (٢٠) فقرة وفق تدرج خماسي (اوافق بشدة, اوافق باعتدال, لااوافق, اختلف الى حد ما, لااوافق بشدة).

■ التحليل المنطقي للفقرات: للتأكد من الصدق الفقرات للمقياس أعتمد الباحث الصدق الظاهري لأداة الدراسة, إذ تم عرضهما على مجموعة من المحكمين, للتأكد من الصدق الظاهري للأداة، وعددهم (١٠) محكمين من ذوي الاختصاص والخبرة، وقد أبدى المحكّمون العديد من الملاحظات، إذ تم تعديل بعض الفقرات و اختيار التي أجمع عليها ما نسبته ٨٠٪ كحد أدنى من الاتفاق

بـين المحكِّمـين كمعيـار للحكـم عـلى صحـة العبـارة.

■ صـدق الترجمـة -**Translation Validity:** لقـد قـام الباحـث بترجمـة عبـارات المقيـاس في هـذه الدراسـة مـن اللغـة الإنجليزيـة إلى اللغـة العربيـة* حتـى يكـون المعنـى في اللغتـين العربيـة والإنجليزيـة متطابقـاً، ثـم عرضـت النسـختين العربيـة والإنجليزيـة عـلى متخصـص في اللغـة الإنجليزيـة* للمراجعـة، ثـم عـرض المقيـاس عـلى متخصـص في اللغـة العربيـة* لتحديـد مـدى سـلامة البنيـة اللغويـة لعبـارات المقيـاس.

■ التحليل الاحصائي للفقرات:

القـوة التمييزيـة لفقـرات مقيـاس الوضـوح العاطفـي: ويقصـد بتمييـز الفقـرةَ قـدرة الفقـرةَ عـلى تمييـز الفـروق, الفرديـةَ بـين الأفـراد الذيـن يملكـون الصفـةَ مـن, الذيـن لا يملكونهـا, (الزوبعـي وآخـرون، ١٩٨١: ٧٤), ولتحقيـق ذلـك، استخرج الباحـث القـوى التمييزيـة باسـتخدام طريقـة المجموعتـين المتطرفتـين، باتبـاع الخطـوات التاليـة:

١-تـم تطبيـق مقيـاس الوضـوح العاطفـي عـلى عينـة تحليـل إحصـائي مـن الطـلاب والطالبـات وعددهـم (٢١٦)، وتـم تصحيـح اسـتجابات أفـراد العينـة للحصـول عـلى مجمـوع درجـات لـكل فـرد.

٢ - تـم ترتيـب الدرجـات الكليـة لأفـراد العينـة مـن أعـلى الدرجـات إلى أقـل الدرجـات.

٣-تـم اختيـار نسـبة مـن العـدد الـكلي لأفـراد العينـة (٢٧٪) لتمثيـل المجموعتـين المتطرفتـين للدرجـات العاليـة والمنخفضـة، ونتـج عـن ذلـك أن كل مجموعـة تضـم ١٠٨ طـلاب وطالبـات ومـن أجـل التحقـق مـن دلالـة الفـروق الإحصائيـة بـين المجموعتـين ذواتي الدرجـات العاليـة والمنخفضـة وكل فقـرة، تـم تطبيـق اختبـارات (ت) عـلى العينتـين المسـتقلتين وكانـت النتائـج عـلى الجـدول (١)..

جدول رقم (١) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الوضوح العاطفي لدى طلبة الاعدادية

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية		الدلالة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الجدولية	
١	٤,٨١٢	٠,٤٦٥	٣,١٧٦	١,٤٦٥	٨,٤٦٥	١,٩٨	دالة
٢	٤,٣٤٣	٠,٩٩٨	٢,٤٧٦	١,٥٨٧	٨,١٤٣		دالة
٣	٤,١٧٦	١,٠٢٣	٣,١٧٦	١,٣١٢	٤,٦٧٦		دالة
٤	٣,٣٨٧	١,٣٨٧	٢,٦٤٣	٠,٩٦٥	٣,٦٤٣		دالة
٥	٤,٠٣٢	١,٠٩٨	٢,٤٨٧	١,٣٨٧	٦,٥٥٤		دالة
٦	٤,٣٧٦	٠,٨٨٧	٢,٢٧٦	١,٤٣١	٩,٨٨٧		دالة
٧	٣,٢٧٦	١,٦١٢	٢,٢٤٣	١,٣٥٤	٣,٤٤٣		دالة
٨	٤,١١٢	١,٤٧٦	٣,١٢٣	١,٢٩٨	٣,٨٣٢		دالة
٩	٣,٥٢٣	١,٤٩٨	٢,٢٩٨	١,١٤٣	٥,٥٩٨		دالة
١٠	٤,٠٦٥	١,١٨٧	٢,١٤٣	١,٠٤٣	٩,١٤٣		دالة
١١	٤,١٨٧	٠,٩١٢	٢,٢٩٨	١,٦٥١	٨,٩٩٨		دالة
١٢	٣,٣٢٣	١,٤٨٧	٢,٢١٢	١,٣٥٤	٤,٢٤٣		دالة
١٣	٣,٧٧١	١,٢٣٢	٢,٠٩٨	١,٠١٢	٧,٦٩٨		دالة
١٤	٣,٤٨٧	١,٤٩٨	٢,٥٥٤	١,٢٦٥	٣,٥١٢		دالة
١٥	٣,٧١٢	١,٢٦٥	٢,٠١٢	١,١٣٢	٧,٧٧٦		دالة
١٦	٤,١٩٨	٠,٩٩٨	٢,٨٤٣	١,٥٩٨	٥,٩٨٧		دالة
١٧	٣,٨٧٦	١,١٧٦	٢,٤٩٨	١,٣٥٤	٦,٤٣٧		دالة
١٨	٣,٩٢١	٠,٧١٢	٣,٠١٢	١,٢٨٧	٥,٩٩٨		دالة
١٩	٤,١٠١	٠,٩٨٥	٢,٨٩٨	١,٢٩٦	٧,٦٨٢		دالة
٢٠	٤,٣٥١	٠,٧٥٢	٢,٩٥٣	١,٠٦٢	١١,١٥٩		دالة

يتضح من النتائج الواردة في الجدول أعلاه أن جميع القيم التائية المحسوبة ذات دلالة إحصائية مقارنة بالقيم التائية في الجدول عند ثلاثة مستويات دلالة ودرجات الحرية (٣٩٨) حيث تتمتع جميع الفقرات في المقياس بقوة تمييزية عالية

■ الاتساق الداخلي) حساب ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية : يمكن التحقق, من صدق. الفقرةَ عن طريقَ استخراج َعلاقة درجةَ الفقرة بالدرجَة الكليةَ للمقياسَ، ولتحقيق ذلك تم حساب قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل مجال من من مجالات المقياس وبين الدرجة الكلية له , فكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٢).

جدول رقم (٢)

قيم معاملات أرتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لفقرات مقياس الوضوح العاطفي لدى طلبة الاعدادية

ارقام الفقرات	معامل الارتباط	ارقام الفقرات	معامل الارتباط
١	٠,٦٣٠	١١	٠,٥٨٠
٢	٠,٥٤٩	١٢	٠,٥٩٢
٣	٠,٣٢٣	١٣	٠,٢٨٠
٤	٠,٢٤٧	١٤	٠,٥٢٣
٥	٠,٤٥٤	١٥	٠,٢٦٨
٦	٠,٦٥٠	١٦	٠,٥٥٦
٧	٠,٢٤٨	١٧	٠,٤٦٨
٨	٠,٢٣١	١٨	٠,٤٥٤
٩	٠,٤٤٥	١٩	٠,٥٣٢
١٠	٠,٤٣٢	٢٠	٠,٥٨٧

كما تظهر النتائج الواردة في الجدول أعلاه، فإن جميع معاملات الارتباط المحسوبة بين كل فقرات الوضوح العاطفي والدرجة الكلية كانت ذات دلالة إحصائية عند مقارنتها بالقيم الحرجة لمعامل ارتباط بيرسون عند ثلاثة مستويات دلالة ودرجات حرية (٣٩٨) .

❖ الخصائص السايكومترية لمقياس الوضوح العاطفي

■ الصدق: **Validity** :

• الصدق الظاهري **Face Valodity** «تم عرض فقرات, مقياس الوضوح العاطفي على عدد من المختصين عددهم, (١٠), «بالصيغتهَ الأولية, للحكم, عل فقرات المقياس وعلى مدى ملائمهَ للخاصيةَ المراد قياسها, وتم اعتماد النسبةَ في قبول الفقرات، إذ تعد صالحةَ إذا وافق عليها(٨٠٪) فأكثر من المحكمين. «

■ صدق البناء: «تم تحقق هذا النوع من الصدق من خلال القوةَ التمييزيةَ لفقرات المقياسَ والاتساق» الداخلي.

■ ثبات المقياس **Scale Reliability**:

الثبات **Reliability**للتحقق من ثبات مقياس الوضوح العاطفي, اعتمد الباحث الطرق الاتية.

طريقة اعادة الاختبار: للتحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار طبق الباحث المقياس على عينة عشوائية عددها (٣٠) طالبا وطالبة وأعادوا تطبيقه على العينة نفسها بعد ١٥ يوما.وبعد الانتهاء من كلا التطبيقين تم حسب قيمةَ معامل ارتباط بيرسونَ بين درجات التطبيقين والتي تمثل قيمةَ معامل الثبات, إذ بلغة قيمة الثبات (٨٠٪).

طريقة تحليل التباين بأستخدام معادلة ألفا كرونباخ : هو التأكد من اتساقَ أداء العينةَ على عموم المقياسَ، (الزاملي وآخرون، ٢٠٠٩ : ٢٧٦), وهي احدى الطرق التي تقيس الاتساق الداخلي بين الفقرات, إذ بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٨٢) وهو معامل ثبات

■المقياس بالصيغة النهائية: يتكون المقياس بالصيغة النهائية لمتغير الوضوح العاطفي من (٢٠) فقرة من نوع الجملة التقريرية، كل فقرة تقابل خمس اختيارات للإجابة, من الإجابة التي تعطى عند تعديل الدرجة، وبذلك يكون مدى درجات الاستجابة على المقياس ما بين (٢٠) و (١٠٠) درجة مع وجود قيمة متوسطة نظرية هو (٦٠) درجة.

❖ الفصل الربع: تفسير النتائج و منا قشتها :

يعرض هذا الفصل النتائج التي تم الحصول عليها ويفسرها بما يتماشى مع الأهداف المحددة ويناقشها وفقاً للإطار النظري المعتمد في هذه الدراسة والبحوث السابقة، مستخلصاً سلسلة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

الهدف الاول : التعرف على الوضوح العاطفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية.

أظهرت نتائج الدراسة أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة بلغ (٧٢,٩٨) درجة، والانحراف المعياري (٢٢,٦٣١) درجةَ، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطَ الحسابي والمتوسطَ الفرضيَ الذي بلغَ (٦٠) درجةَ، استخدم الباحث اختبار (ت) لعينة واحدةَ ، بمستوىَ دلالة (٠,٠٥)

ودرجـةَ حريـةَ (٣٩٩) ، والجـدول (٣) يوضـحَ ذلـك.

جدول رقم (٣) تحليل تباين احادي لمقياس الوضوح العاطفي

الوضوح العاطفي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	ت المحسوبة		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الدرجة الكلية	٧٢,٩٨	٢٢,٦٣١	٦٠	١٤,٦٩٩	١,٩٦	دالة

وفي ضـوء نتائـج الجـدول اعـلاه يتبـين ان أفـراد العينـةَ بشـكل عـام, يتمتعـون بالوضـوح العاطفـي.

يعـزو الباحـث تأثـير الوضـوح العاطفـي عـلى اسـتخدام الإشـارات الظرفيـة عنـد الإبـلاغ عـن ردود الفعـل العاطفيـة إلى القـدرة عـلى الوصـول إلى المشـاعر الحاليـة, وقـد شـارت البحـوث السـابق إلى فرضيـة تفيـد بـأن الطـلاب الذيـن يعانـون مـن وضـوح عاطفـي منخفـض سـيكون لديهـم وصـول أقـل إلى مشـاعرهم الحاليـة، وبالتـالي سـيعتمدون بشـكل أكـبر عـلى التصنيفـات السـابقة مقارنـةً بالطـلاب الذيـن يتمتعـون بوضـوح عاطفـي مرتفـع, كـما تـم طـرح فرضيـة أخـرى تشـير إلى أنـه لا يوجـد فـرق في التصنيفـات بـين الطـلاب ذوي الوضـوح العاطفـي العـالي والمنخفـض عندمـا تكـون التصنيفـات الظاهريـة المقدمـة دقيقـة.

عـلى الرغـم مـن أن بعـض النتائـج أظهـرت أهميـة، إلا أنهـا لم تدعـم الفرضيـات كـما كان متوقعًـا, ورغـم أن الأبحـاث السـابقة أظهـرت أن عـدم القـدرة عـلى الوصـول إلى المشـاعر يـؤدي إلى الاعتـماد عـلى الإشـارات الظرفيـة، إلا أن هـذا البنـاء ربمـا لا يمتـد بشـكل مناسـب إلى ضعـف الوضـوح العاطفـي, ,مـن الممكـن أن يكـون لـدى هـؤلاء الطـلاب وصـول مماثـل إلى عواطفهم، لكنهـم ببسـاطة يواجهـون صعوبـة أكـبر في الثقـة بهـا, إذا نظرنـا إلى الموضـوع مـن هـذا المنظـور، قـد يظـل الطـلاب الذيـن لا يثقـون في عواطفهـم قادريـن عـلى تحديـد مـدى متعـة المشـاعر بدقـة، وقـد لا يختـبرون في الواقـع النقـص الـذي تـم توقعـه في البدايـة. قـد تستكشـف الأبحـاث المسـتقبلية العلاقـة بـين سـمة الوضـوح العاطفـي والقـدرة عـلى الوصـول إلى المشـاعر الحاليـة بشـكل أكـثر مبـاشرة، مـما يوفـر رؤى إضافيـة حـول العلاقـة بـين هـذه السـمة الشـخصية والوضـوح العاطفـي.

الهـدف الثـاني : التعـرف عـلى الوضـوح العاطفـي لـدى طلبـة الاعداديـة تبعـاً لمتغـيري : الجنـس (ذكـور - أنـاث) و التخصـص (علمـي - ادبي).

لتحقيـق هـذا الهـدف اسـتخرج الباحـث

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيري الجنس (ذكر, أنثى) والتخصص (ادبي, علمي) تبين من الجدول (٤) بعدم وجود فروق في الوضوح العاطفي تعزى للجنس، إذ كانت القيمة المحسوبة (١,٠٣٢) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) وتبين كذلك بعدم وجود فروق في الوضوح العاطفي تعزى للتخصص، حيث كانت القيمة المحسوبة (,٠١٠), اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦)، بينما تبين عدم وجود فروق في يعزى للتفاعل بين متغيري الجنسي والتخصص والجدول رقم (٤) يوضح ذلك.

جدول رقم (٧)

نتيجة التحليل التباين الثنائي لدرجات مقياس الوضوح العاطفي بالنسبة للجنس والتخصص

مصدر التباين	مجموع مربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الجنس	١٠,٠٢٣	٢	١٠,٠٢٣	١,٠٣٢	١,٩٦	غير دالة
التخصص	,٠٩٥	٢	,٠٩٥	,٠١٠		غير دالة
الجنس*التخصص	٥,٢٦٩	٢	٥,٢٦٩	,٥٤٢		غير دالة
الخطأ	٣٨٤٦,٣٧٩	٣٩٨	٩,٧١٣			
الكلي	٣٨٦٦,١٧٧	٣٩٨				

يمكن تفسير النتيجة التي تشير إلى عدم وجود فروق في الوضوح العاطفي استنادًا إلى متغير الجنس، حيث قد يُعزى ذلك إلى حاجة الطلاب إلى إشباع الحاجات النفسية والانفعالية الأساسية، والتي تتمثل في وضوح المشاعر التي يشعر بها الطلاب بسبب المواقف المشتركة التي يتعرضون لها من كلا الجنسين داخل المدرسة أو خارجها, إذ يشترك الطلاب في حاجتهم للاستقلالية والكفاءة والارتباط، كما أنهم يتشابهون في الأهداف المستقبلية التي يسعون لتحقيقها، والتي لا تتأثر بتغير جنس الطالب.

أما بالنسبة لعدم وجود فروق في الوضوح العاطفي بين الطلاب في التخصصات المختلفة، فقد يعود ذلك إلى طبيعة المرحلة الدراسية وما تتطلبه من بذل الجهود الذاتية في عملية التعلم وتحقيق الاستقرار الانفعالي, ومن المحتمل أن يكون الطلاب متساوين في درجة الإقبال

على التعليم، ولديهم القدرة على التعبير عن مشاعرهم لزملائهم أو أسرهم، مما يساعدهم على تحقيق استقرار عاطفي والتخلص من الكبت الناتج عن كتمان الانفعالات, ونتيجة لذلك يمكنهم الاستمتاع بالصحة النفسية بشكل أفضل.

الاستنتاجات: **Conclusio**

١-ان طلبة الاعدادية بشكل عام لديهم مستوى عالي من الوضوح العاطفي

٢-وعدم وجود فروق بالنسبة للجنس والتخصص لدى طلبة الاعدادية في الوضوح العاطفي.

التوصيات: **Recommendations**

١-على المسؤلين في وزارة التربية التشجيع زيادة تبادل الخبرات العلمية بين الطلبة من خلال الارشاد النفسي والتوجيه التربوي, وعن طريق اقامة ورش تدريبية وتثقيفية لتوعيتهم بأفضل الطرائق بما يحقق لديهم مستويات مرتفعة من الوضوح العاطفي الذي يسمح لهم على ادارة شؤون حياتهم واداء مهامهم الدراسية وتكوين لديهم مشاعر ايجابية وتقبل ذواتهم وتحقق اهدافهم في الحياة واستثمار طاقاتهم فيها.

٢-مد يد العون للطلبة في أثناء مرحلة الاعدادية، حتى يتمكنوا من مقاومة الضغوط الدراسية والاجتماعية التي يمرون بها لانها ستساعدهم على زيادة المناعة النفسية لهم والتي بالتبعية تسهم في وضوح مشاعرهم.

المقترحات:

١-اجراء دراسة تُعرف العلاقة بين الوضوح النفسي ومتغيرات اخرى (التفاؤل ، سمات الشخصية ،

مستوى الطموح ، اساليب المرح ، المرونة العقلية) . .

٢-اجراء دراسة تطويرية حول الوضوح العاطفي لدى عينة من الطلبة في المرحلة الجامعية لمعرفة مدى تطورها خلال التقدم في العمر

References

المصادر

■ جابـر, جابرعبـد الحميـد, وكاظـم, احمـد خـيري (١٩٨٧): مناهـج البحـث في التربيـة وعلـم النفـس, القاهـرة, دار النهضـة العربيـة.

■ الزامـلي، عـلي عبـد جاسـم، واخـرون (٢٠٠٩): مفاهيـم وتطبيقـات في التقويـم والقيـاس التربـوي، مكتبـة الفـلاح للنـشر والتوزيـع، الكويـت.

■ الزوبعـي, عبـد الجليـل ابراهيـم, وآخـرون (١٩٨١): **الاختبـارات والمقاييـس النفسـية, جامعـة الموصـل**, دار الكتـب للطباعـة والنـشر.

• Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010)**: Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review**. *Clinical Psychology Review*, *30*.

• Barrett, L. F. (2006): **Solving the emotion paradox: Categorization and the experience of emotion. Personality and Social Psychology Review**, 10, 20-46.doi:10.1207/s15327957pspr1001.

• Berkowitz, L. (1990):**On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitiveneoassociationistic analysis**. American Psychologist, 45, 494-503. doi:10.1037/0003-066X.45.4.494.

• Boden, M. T., & Berenbaum, H. (2011)**: What you are feeling and why: Two distinct types of emotional clarity.** *Personality and Individual Differences*, *51*.

• Boden, M. T., & Thompson, R. J. (2017): **Meta-analysis of the association between emotional clarity and attention to emotions**. Emotion Review, 9, 79-85. doi:10.1177/1754073915610640.

• Clore, G. L., Gasper, K., & Garvin, E. (2001): **Affect as information. In J. R. Forgas (Ed.),** Affect and social cognition (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

• Clore, G. L., Wyer, R. S., Dienes, B., Gasper, K., Gohm, C. L., & Isbell, L. (2001): **Affective Feelings as Feedback: Some Cognitive Consequences. In L. L. Martin & G. C. Clore (Eds.), Theories of Mood and Cognition: A User's Guidebook** New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

• Damasio, A. (1995)**: Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain**. New York: AvonBooks.

■ Edmund B. Bruyere ,(2012): **Predictors of thriving among native americanyouth**,Loyola university , Chicago.

• Frijda, N. H. (1993): **Moods, emotion episodes, and emotions**. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* New York: Guilford Press.

• Gohm, C. L. (2003): **Mood regulation and emotional intelligence: Individual differences**. Journal of Personality & Social Psychology, 84(3), 594-607. Doi:10.1037/0022-3514.84.3.594.

• Gohm, C. L., & Clore, G. L. (2000): **Individual differences in emotional experience: Mapping available scales to processes. Personality & Social Psychology Bulletin,** 26(6. Doi:10.1177/0146167200268004.

• Gohm, C. L., Baumann, M. R., & Sniezek, J. A. (2001): **Personality in extreme situations: Thinking (or not) under acute stress**. Journal of Research in Personality, 35(3),

doi:10.1016/j.ijpsycho.2006.09.003.

• Salovey, P., Hsee, C. K., & Mayer, J. D. (1993)**: Emotional intelligence and the self-regulation of affect.** In D. M. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

• Schandry, R. (1981): **Heart beat perception and emotional experience**. *Psychophysiology*, *18*, 483-488. doi:10.1111/j.1469-8986.1981.tb02486.x.

• Schwarz, N. (1999)**: Self-reports: How the questions shape the answers**. *American Psychologist*, *54*, 93-105. doi:10.1037/0003-066X.

• Tamir, M., Bigman, Y. E., Rhodes, E., Salerno, J., & Schreier, J. (2015):**An expectancy-value**

the world: The relations of attention to and clarity of feelings with subjective well-being across nations. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 43*,

• Thompson, R. J., Kuppens, P., Mata, J., Jaeggi, S. M., Buschkuehl, M., Jonides, J., & Gotlib, I. H. (2015): **Emotional clarity as a function of neuroticism and major depressive disorder**. *Emotion, 15*.

• Timoney, L., & Holder, M. (2013)**: *Emotional processing deficits and happiness. Assessing the measurement, and well-being of people with alexithymia*. Dordrecht**, NL: Springer.

transdiagnostic deficit with symptom-specific pathways through emotion regulation. *Journal of Social and Clinical Psychology,*

• Vine, V., & Aldao, A. (2014)**: Impaired emotional clarity and psychopathology: A**

Doi:10.1006/jrpe.2001.2321.

• Gross, J. J. (2015)**: Emotion regulation: Current status and future prospects.** *Psychological Inquiry*, *26*.

https://doi.org/10.3390/soc13010005

in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, *88*, 879-903. doi:10.1037/0021-9010.88.5.879.

• James, W. (1884): **What is an emotion?** Mind, 9, 188-205.

• James, W. (1890): **The principles of psychology**. New York: Dover

• Larsen, R. J. (2000): **Toward a science of mood regulation**. *Psychological Inquiry*, *11*.

• Le, H. N., Berenbaum, H., & Raghavan, C. (2002): **Culture and alexithymia: Mean levels,** correlates and the role of parenta socialization of emotions. *Emotion*, *2***.**

• Lischetzke, T., Eid, M., & Diener, E. (2012)**: Perceiving one's own and others' feelings around**

model of emotion regulation: implications for motivation, emotiona experience, and decision making. *Emotion*, *15***.**

• Moors, A. (2009): **Theories of emotion causation: A review. Cognition and Emotion,** 23(4), . doi:10.1080/02699930802645739.

• Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J., & Podsakoff, N. P. (2003): **Common method biases**

• Pollatos, O., Herbert, B. M., Matthias, E., & Schandry, R. (2007)**: Heart rate response after emotional picture presentation is modulated by interoceptive awareness.** *International Journal of Psychophysiology*, *63*,.