المجلة العراقية للبحوث الانسانية والاجتماعية والعلمية العدد 6 لسنة 2022
Iraqi Journal of Humanitarian, Social and Scientific Research No. 6 – Aug. 2022
Print- ISSN 2710-0952 E-ISSN 2790-1254

استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء

أ.م.د زينة علي صالح الباحثة :لينا عدنان خلف
كلية الآداب /جامعة القادسية / قسم علم النفس

الملخص :
تهدف الدراسة الى تعرف قياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء وتعرف الفروق في استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء تبعا لمتغير الجنس، و لتحقيق اهداف البحث قامت الباحثتان بناء مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي والبالغ عدد فقراته بالصيغة النهائية (21) فقرة ، قد اشتملت عينة الدراسة على ابناء شهداء الحشد الشعبي وابناء ضحايا الارهاب البالغ عددهم من الذكور(١٩٧) والاناث (٢٠٣) و قد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية ، توصلت نتائج البحث الى ان ابناء الشهداء لديهم استراتيجيات تنظيم انفعالي، و لا توجد فروق بين الذكور والاناث في استراتيجيات التنظيم الانفعالي . و استكمالا للبحث تم وضع عدة توصيات و مقترحات.
الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التنظيم الانفعالي - ابناء الشهداء.

Strategies of emotional regulation among the sons of martyrs

Asst.Prof.Dr. Zinah Ali Salih Lena Adnan Khalaf Rashad
Zena.al-rheem@qu.edu.iq art.psy.mas.20.2@qu.edu.iq

Al-Qadisiyah University- College of Arts

Abstract:
The study aims to know the measurement of emotional regulation strategies among the sons of martyrs and to know the differences in the strategies of emotional regulation among the sons of martyrs according to the gender variable. The sons of the martyrs of the popular crowd and the sons of the victims of terrorism, who are males (197) and females (203). The sample was chosen randomly. The results of the research concluded that the sons of the martyrs have emotional organization strategies, and there are no differences between males and females in emotional organization strategies. And to complement the research, several recommendations and proposals were developed.
Keywords: Emotional regulation strategies - sons of martyrs

مشكلة البحث :

يعد التنظيم الانفعالي (Emotional Regulation) من المفاهيم الحديثة في علم النفس ، ويقوم على فكرة أن الناس يفضلون الانفعالات السارة على غير السارة وينظمونها وفقاً لذلك (سلوم،13:2015) . ان الإنسان لا يستطيع أن يعيش بدون انفعالات لكونه إنسانا ، فإن شدة الانفعالات السلبية المؤلمة واستمرارها تجعل حياة الإنسان حادة ومتوترة ومضطربة وتجعل الفرد عرضة للاضطرابات النفسية ، الأمر الذي يتطلب التعامل مع الانفعالات بتنظيمها بطرق ملائمة ، وقد بدأ البحث فيه في العام (1960) على شكل دراسات وصفية حول آليات الدفاع (Defense mechanisms) المستخدمة للتعامل مع المواقف الضاغطة (Ochsner & Gross , 2008 :153). إن المراهقين الذين يميلون إلى عدم التفكير في عواطفهم ومشاعرهم ؛ سوف يكون لديهم قصور وعجز في تنظيم انفعالاتهم ، فإنه يتطلب أن يكون لدى المراهق الشعور بعواطفه وانفعالاته وقدرته على تنظيم ومعالجة هذه الانفعالات ، وبالتالي فإن عدم وجود قدرة ومعالجة سوف يظهر لدى المراهق في شكل عجز وقصور وانخفاض في استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال الأمر الذي يؤدي بالمراهق إلى التصرف بطريقة غير سوية تتعارض مع السلوكيات

السوية التي تكون مقبولة في المجتمع ، في مختلف مواقف حياته وسوف يكون عرضة للوقوع في الكثير من المشكلات السلوكية . كما أن مرحلة المراهقة من المراحل التي تتسم بتعدد مصادر الضغوط والتوتر في حياة المراهقين وخاصة ابناء الشهداء الذين عاشوا صدمة فقدان عزيز عليهم ، والتي تدفع من يفتقر منهم إلى تنظيم انفعالاته ، إلى القيام بردود أفعال تؤثر على تنظيمه لانفعالاته مما يؤدي به إلى اللجوء إلى استراتيجيات أقل تكيفية مثل القمع أو الهروب او لوم الاخرين، الأمر الذي يؤدي بالمراهق تعرضه في المشكلات السلوكية المختلفة من العدوان ، والتدخين ، والعناد ، والانعزال ،كما اشار الرفاعي 2011 إلى أن قصور التنظيم الانفعالي ، واستخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال غير تكيفية من أهم الأسباب التي تؤدي إلى بناء الذات بأشكاله المختلفة (الرفاعي ، 2011 : 79-152).

أن قصور في استراتيجيات التنظيم الانفعالي غير التكيفية مثل : القمع ، تترك آثاراً هامة على خبرات المراهق الوجدانية ، وتتسبب في مستويات عالية من المشاعر السلبية ، وضعف أدائه الشخصي ، وانخفاض قبول الأقران ، و قصور الكفاءة الاجتماعية وبالتالي سوف تشكل عوامل خطر للإصابة بالاضطرابات النفسية المختلفة (Gross , 1998 : 280) .لقد أوضح (Gross ،1998) أن أهم استراتيجيتين في التنظيم الانفعالي هما : استراتيجية إعادة التقييم Reevaluation واستراتيجية القمع Repression. وتوصل إلى أن هاتين الاستراتيجيتين يمكن أن تتوسطا العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والتجارب الانفعالية للأفراد والوصول للرضا عن الحياة (Gross, 1998 : 226).

وتؤدي استراتيجية إعادة التقييم المعرفي إلى سياق معرفي ، حيث يتم من خلاله تقييم الموقف ، من أجل الزيادة او التخفيف في طبيعته الانفعالية ، وان اعادة التقييم استراتيجية متمركزة على سوابق الاستجابة الانفعالية ، حيث تظهر قبل إنشاء اتجاهات الاستجابة ، وهي تسمح بالتقليل من الانفعالات السلبية ، والزيادة في الانفعالات الإيجابية ، وكذلك من الرفاهية النفسية التي يسببها الموقف ، ويصبح هنا إعادة التقييم الإيجابي ، والتي تتمثل في تحديد الجوانب الإيجابية للموقف أثناء توقع العواقب (صبرينة ودليلة ،509:2020).

في حين يعمل القمع على تنظيم مظاهر الانفعال الظاهرة ، كتعابير الوجه ، والصوت، وضعية الجسم ، وهي استراتيجية غير وظيفية ، فحذف المكون التعبيري للانفعال لا يغير شيء في المكونات الأخرى ، حيث أن شدة الانفعال لا تنخفض ، وفي الحقيقة التنشيط الفيزيولوجي في هذه الحالة يزيد ، هذا من جهة ، ومن جهة أخرى ، ال انفعالات الظاهرة غالبا ما يشعر بها كما هي من طرف شركاء التفاعل الاجتماعي . ونظرا إلى أن عددا معينا من الانفعالات لا يمكن التعبير عنها ، فإنه على الفرد استخدام أسلوب آخر لتنظيم الانفعالات ، كإعادة التقييم المعرفي للموقف(Mikolajczak (M), 2009: 187).

فالقمع التعبيري يتمثل في تثبيط التعبير عن الانفعالات ، حتى لا يتواصل الفرد مع الآخرين حول حالته الانفعالية ، الأمر يتعلق بتغيير الإجابة الانفعالية بعد ظهورها ، فهذه الاستراتيجية تتدخل في وقت متأخر نسبيا في التسلسل الانفعالي ، وتقوم أولا بتغيير الجوانب السلوكية لاتجاه الحركة الانفعالية . تعمل هذه الاستراتيجية على الخفض من التعبير السلوكي للانفعالات السلبية . والإيجابية على حد السواء ، ومع ذلك فإن الشعور الانفعالي أمام الموقف لن ينخفض ، وهذا ما سيتسبب في التخفيف من الرفاهية النفسية للأشخاص الذين يستعملون هذه الاستراتيجية بكثرة ، ويشجع في نفس الوقت ظهور الاضطرابات الانفعالية كالقلق ، أو الاكتئاب في الحالات القصوى (CHRISTOPHE.V et all , 2009: 60) .

ان تعرض الافراد للضغوط والصدمات المختلفة في حياتهم يعود سبب ذلك لتراكم الامور الصعبة والمؤلمة المختلفة حيث تؤدي الى توتر الفرد وإخلال في راحته النفسية بعد تعرضه لحوادث مؤلمة ادت لضهور الضغوط النفسية التي تكون بمثابة مشكلات انفعالية تعيق نشاط الفرد في تحقيق طموحاته واهدافه، فنحن جميعنا نمر بردود فعل عاطفية شديدة في حياتنا خلال الاحداث المؤلمة فيؤدي بنا الى التوتر او الارهاق ونتمنى ان نتخلص من هذه المشاعر المؤلمة فبعض المواقف تكون صعبه ومخيفة فتجعلنا نهرب من الموقف الذي توجد بذاكرتنا وايضا عدم قدرتنا على الشرح عنه بسهوله فيقوم الفرد باستخدام بعض الاساليب التفكير للحد من تأثيرها الانفعالي على حياتنا وتسمى باستراتيجيات التنظيم الانفعالي، حيث يشير السيد (2012) بأنه اساليب التنظيم الانفعالي التي يستخدمها الافراد بعد التعرض

لأحداث الحياة الضاغطة ذلك للحد من تأثيراتها الانفعالية السلبية الناتجة من الاحداث (السيد،2012: 659-693) .

و يعاني العديد من المراهقين من ضعف القدرة على التحكم بالانفعالات والسيطرة في المواقف الصعبة أو المواقف التي تتطلب قدراً كبيراً من التروي وضبط النفس وانخفاض الشعور بالسعادة مع الذات ومع الآخرين ، وتدني الشعور بالانتماء بسبب عدم اشباع الاحتياجات النفسية (يعقوب ،2011: 175) .

فأن مشكلة البحث تتبلور في الاجابة عن التساؤل : ما استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء ؟

الأهمية البحث :

ويؤدي التنظيم الانفعالي العديد من المهام منها وضع هدف انفعالي بناء علي ما يريد الفرد تحقيقه ، حيث يتم وفقا لهذا تحديد هدفا لتعديل عملية توليد المشاعر ، وينطوي هذا على توظيف الدوافع بناء على العمليات التي تأثر على توليد المشاعر ، ويمكن أن تكون عمليات تنظيم الانفعالات ضمنية وتتم دون وعي شعوري ، مثلا إخفاء المودة التي يشعر الفرد بها تجاه شخص آخر بسبب الخوف من رفضه ، كما يمتد تأثير التنظيم الانفعالي على ديناميات الانفعالات ، فاعتماداً على أهداف الفرد ، فإن التنظيم الانفعالي قد يزيد أو يقلل من الكمون ، أو زمن الاستثارة وحجمها ومدتها (عبادي،2015:369). والتنظيم الانفعالي لا يهدف إلى تجنب أو إزالة الانفعالات غير التكيفية ، واستبدالها بالفعالات تكيفية وإنما يهدف إلى التأثير على ديناميات هذه الانفعالات وتعديل مستوياتها لتقديم استجابات تكيفية مع البيئة ، مما يساعد على خلق نوع من التوازن بين البيئة المحيطة به ليشعر بالاستقرار الانفعالي (Gross ،2014:533).

بالرغم من اهمية دور استراتيجيات التنظيم الانفعالي في تنظيم الانفعال والذي تظهر أهميته في مجالات الحياة المختلفة فتنظيم الانفعال يمكن الفرد من النجاح في الحياة بصفة عامة ؛ في مقابل أن القصور في التنظيم الانفعالي يجعل الفرد أكثر عزلة ولامبالاة ، وأقل فاعلية في المجتمع ويجعله يستخدم أساليب هروبيه في مواجهته للمشكلات والضغوط ، كما أنه يؤدي إلى اضطرابات ومشكلات نفسية مختلفة (الحارثي ،2021:245)

ومن الاستراتيجيات لتنظيم الانفعال التي يلجأ الفرد الى استخدامها استراتيجية القمع الذي يتمثل في قمع الافراد للصدمات التي تحدث لهم في حياتهم (عليوة :2018، 14).

حيث إن درجة فعالية أي استراتيجية يعتمد على السياق الذي تطبق فيه ، فمن أن استراتيجية القمع تترك اثارا سلبية على الصحة وتؤدي إلى زيادة الاضطراب الانفعالي ، ومع ذلك نجد أنها فعالة وذات آثار إيجابية أيضا في الظروف الطارئة، ووفقاً لنتائج دراسة كامبيل - سيلز وآخرون (Campbell - sills , et al :2006) أن السياق له أهمية في تحديد فعالية الاستراتيجية ، إلا أن تكرار هذه الاستراتيجيات يعد عاملاً مهماً في ظهور المشكلات الانفعالية (Campbell - sills , et al. ، 2006 :1251).

اما استراتيجية اعادة التقييم حيث تعد استراتيجية اعادة التقييم ايجابية ولها العديد من الفوائد على حياة الافراد على المدى القصير وعلى المدى البعيد حيث تسمح للأفراد على تقبل الاجداث الصعبة وتقليل المشاعر السلبية التي تتولد لديه واضطرابات الجهاز العصبي حيث تعمل الاستراتيجية على ربط المشاعر السلبية مع مشاعر اخرى ايجابية ممكن ان تخفف من صعوبة المشاعر السلبية تولد لدى الفرد رضا عن الحياة ، ومشاركة أكبر مع الآخرين ، حيث تتناقض استراتيجية اعادة التقييم مع القمع او محاولة اخفاء المشاعر السلبية التي تتولد لدى ابناء الشهداء نتيجة الحدث الصدمي لوفاة ولدهم ينصب التركيز في القمع على تثبيط السلوك الحركي ، بينما ينصب تركيز إعادة التقييم على تثبيط الأفكار وإعادة توجيهها بشكل ايجابي، أي في القمع تضل الافكار المؤلمة متواجدة في الذاكرة ولكن صعوبة الفرد بالتعبير عنها. (Michelle,2009:890-900) .

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى:

1.قياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء .

2.تعرف الفروق الفردية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء تبعا لمتغير الجنس (ذكور-اناث).

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بأبناء شهداء(ضحايا الارهاب والحشد الشعبي) في محافظة الديوانية لعام 2022 (الذكور والاناث) المسجلين لدى مؤسسة الشهداء في محافظة الديوانية .

تحديد المصطلحات :

عرفت استراتيجيات التنظيم الانفعالي :

جيمس كروس(2003) :

هي الاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد لتنظيم الاستجابة الانفعالية .

الاستراتيجيات :

1.إعادة التقييم: وهي استراتيجية تحدث مبكرًا في عملية توليد الانفعال وتتضمن إعادة هيكلة الموقف الانفعالي معرفيًّا، وتشمل تغيير وإعادة صياغة طريقة تفكير الفرد حول الموقف لتقليل تأثيره الانفعاليّ السلبيّ.

2.القمع: وهي استراتيجية تركز على الاستجابة، وتحدث متأخرًا في عملية توليد الانفعال بمجرد أن يتم تنشيط الانفعال، ويتضمن القمع التحكم في الانفعالات من خلال عدم التعبير ومنع السلوكيات المعبرة عنها.

(Gross & John, 2003 :348-349)

قد تبنت الباحثة تعريف جيمس كروس(2003) تعريفا نظريا للبحث الحالي.

التعريف الاجرائي :

مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص من خلال اجابته على فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي .

اطار نظري :(استراتيجيات التنظيم الانفعالي)

حيث يعتبر التنظيم الانفعالي (Emotion Regulation) من المفاهيم الحديثة في مجال علم نفس الانفعالات ، ويعد تومبسون (Thompson 1974) من أوائل الباحثين الذين تحدثوا عن تنظيم الانفعالات وأشار أن عملية تنظيم الانفعالات مهمة لأنها تحث الانفعال على تدعيم استراتيجيات سلوكية منظمة ، ويري تومبسون أن وظيفة تنظيم الانفعال تتمثل في تكوين استجابات تتميز بالمرونة المناسبة للموقف ، وفي إحداث التغير السريع الفعال للتكيف مع الظروف المتغيرة ، بمعنى القدرة على تكييف مستويات الانفعالات بما يتناسب مع الموقف الذي يعايشه الفرد دون تجنب الانفعال أو رد الفعل السلوكي.

بينما يشير Gross1998 للتنظيم الانفعالي بأنه "العمليات التي يؤثر بها الأفراد على الانفعالات التي لديهم، ومتى تكون لديهم، وكيف يختبرون هذه الانفعالات وكيف يعبرون عنها. وقد تكون العمليات التنظيمية للانفعال تلقائية أو مسيطر عليها، واعية أو غير واعية، وقد يكون لها تأثيرها في نقطة واحدة أو أكثر في عملية توليد المشاعر(Gross, 1998: 275) .

ويشتمل مفهوم التنظيم الانفعالي على سلسلة واسعة من المراحل التي تشمل العمليات الشعورية وغير الشعورية المعرفية ، السلوكية ، الفسيولوجية ويشير إلى العملية التي يستخدمها الأفراد ليعدلوا نوع وشدة ومدة التعبير الانفعالي . (سلوم.13:2015)

حيث يعد التنظيم الانفعالي بمثابة التوافق والتكيف الإيجابي مع التحديات والمشكلات الاجتماعية والنفسية من خلال ضبط الانفعالات والسلوكيات وتوجيهها ، والتفكير الإيجابي البناء والعمـل علـى تغييـر مكونـات البيئة وخفض أثـر النفسية (Diasa & Cadimeb 2017: 43-37)

ويعد تنظم الانفعال بعد من ابعاد الذكاء الانفعالي . (عثمان واخرون،2002: 256)

ومن أهم وظائف التنظيم الانفعالي تحديد الأهداف ، يرجع تحديد الأهداف للفرد نفسه أو المحيطين به ، ويكون هذا التحديد في المرحلة الأولى (الطفولة) خارجي يتم من قبل الآخرين ، ويشار إليه بالتنظيم الانفعالي الخارجي Extrinsic Emotion Regulation ، في حين يكون في المرحلة الثانية (المراهقة) داخلي من قبل الذات ، كما يعمل على تحديد الاستراتيجيات المسئولة عن عمليات تغيير مسار الانفعال ،

ويمكن أن تكون هذه الاستراتيجيات صريحة أو ضمنية ، مثل محاولة بقاء الفرد هادئ على الرغم من القلق الشديد قبل الكلام (Gross , 2014 : 3-22)

ويوضح GROSS استراتيجيات تنظيم الانفعالات، أنها الصيرورة التي يؤثر الأفراد من خلالها على انفعالاتهم ، متى ظهرت ، كيف عايشوا التجربة الانفعالية ، وكيف عبروا عنها . تلعب دورا مهما على النتائج العامة المرتبطة بالصحة (DESAUW.A . 2014:84).

فالانفعال لا يرتبط بالموقف في حد ذاته ، وإنما بإدراك الفرد للموقف ، وبالتالي فتقييم الموقف هو الذي يحدد الانفعال ، ومن هنا يتضح أن تعبير الإدراك يسمح بتغيير الانفعال ، وتشير استراتيجية إعادة التقييم المعرفي إلى سياق معرفي ، والذي يتم من خلاله تقييم الموقف ، من أجل التخفيف أو الزيادة في طبيعته الانفعالية ، فهي استراتيجية متمركزة على سوابق الاستجابة الانفعالية ، حيث تظهر وتتدخل قبل إنشاء اتجاهات الاستجابة ، وفي تسمح بالتخفيض من الانفعالات السلبية ، والرفع من الإيجابية ، وكذلك من الرفاهية النفسية التي يسببها الموقف ، وهنا يقترب إعادة التقييم من مفهوم إعادة التقييم الإيجابي ، الناتج عن القراءات حول المقاومة والتفاؤل ، والتي تتمثل في تحديد الجوانب الإنجابية للموقف أثناء توقع العواقب .

اما القمع يتمثل في تثبيط التعبير عن الانفعالات ، حتى لا يتواصل الفرد مع الآخرين حول حالته الانفعالية ، الأمر يتعلق بتغيير الإجابة الانفعالية بعد ظهورها ، فهذه الاستراتيجية تتدخل في وقت متأخر نسبيا في التسلسل الانفعالي ، وتقوم أولا بتغيير الجوانب السلوكية لاتجاه الحركة الانفعالية ، تعمل هذه الاستراتيجية على الخفض من التعبير السلوكي للانفعالات السلبية ، والإيجابية على حد السواء ، ومع ذلك فإن الشعور الانفعالي أمام الموقف لن ينخفض ، وهذا ما سيتسبب في التخفيف من الرفاهية النفسية للأشخاص الذين يستعملون هذه الاستراتيجية بكثرة ، ويشجع في نفس الوقت ظهور الاضطرابات الانفعالية كالقلق ، أو الاكتئاب في الحالات القصوى (CHRISTOPHE V et all, 2009 ,:60)

النموذج المفسر للاستراتيجيات لتنظيم الانفعالي لكروس Gross (1998)

يشير النموذج ان الانفعالات تظهر وتختفي بشكل اعتيادي لدى الافراد ولكن يمتلك الافراد تأثيرًا كبيرًا على انفعالاتهم: اذ يؤثر الافراد على انفعالاتهم التي يختبرونها ؟ وكيف يختبرونها؟ وكيف يعبرون عنها؟. وأن كيفية تنظيم الانفعال أمر مهم، ويجب أن تكون لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي التي تعمل في وقت مبكر من عملية توليد الانفعال (مركزة على المواقف) نتائج مختلفة تمامًا عن الاستراتيجيات التي تعمل لاحقًا (مركزة على الاستجابة) (Gross, 2001: 215).

ويفسر النموذج في مفهوم العملية المولدة للانفعال الذي ينص على أن الانفعالات تبدأ بتقييم إشارات الانفعال. وعندما يتم الاهتمام بها وتقييمها بطرائق معينة، تؤدي الإشارات الانفعالية إلى مجموعة منسقة من اتجاهات الاستجابة التي تتضمن أنظمة تجريبية وسلوكية وفسيولوجية. وبمجرد ظهور اتجاهات الاستجابة ، يمكن تعديلها بطرق مختلفة. ونظرًا لأن الانفعال يتغير بمرور الوقت، يمكن تمييز استراتيجيات تنظيم الانفعالات من حيث وقت تأثيرها الأساسي على عملية توليد الانفعال. وعلى المستوى الأوسع، ويميز الانموذج بين استراتيجيات تنظيم الانفعال المركزة على المواقف والمركزة على الاستجابة. وتشير الاستراتيجيات التي تركز على المواقف إن الأشياء التي نقوم بها قبل أن تتحول ميول الاستجابة الانفعالية نشطة بالكامل وتغير سلوكنا واستجابتنا الفسيولوجية ، وتشير الاستراتيجيات التي تركز على الاستجابة إلى الأشياء التي نقوم بها بمجرد أن تكون الانفعالات جارية بالفعل، بعد أن تكونت اتجاهات الاستجابة قد تم إنشاؤها بالفعل. ويشير النموذج الى انه يستعمل مصطلح الاستراتيجية هنا مع بعض التحفظ لأنه قد يُفهم ضمنيًا أن عمليات تنظيم الانفعالات هذه يتم تنفيذها بوعي. ويؤكد أن هذه العمليات يمكن تنفيذها بوعي، ولكن غالبًا ما يتم تنفيذها تلقائيًا، دون وعي). وبدلاً من دراسة جميع استراتيجيات تنظيم الانفعالات العديدة في وقت واحد، قرر النموذج التركيز في عمله التجريبي على عدد أقل من الاستراتيجيات المحددة جيدًا. ولاختيار استراتيجيات للدراسة، أخذ في الاعتبار عدة معايير هي: **أولاً**، يجب أن تكون الاستراتيجيات هي تلك التي يشعر بها الناس بشكل فعلي في الحياة اليومية. **ثانيًا**، يجب أن تكون استراتيجيات يمكننا معالجتها وملاحظتها في المختبر(العيادة) وتحديدها من حيث الفروق الفردية.

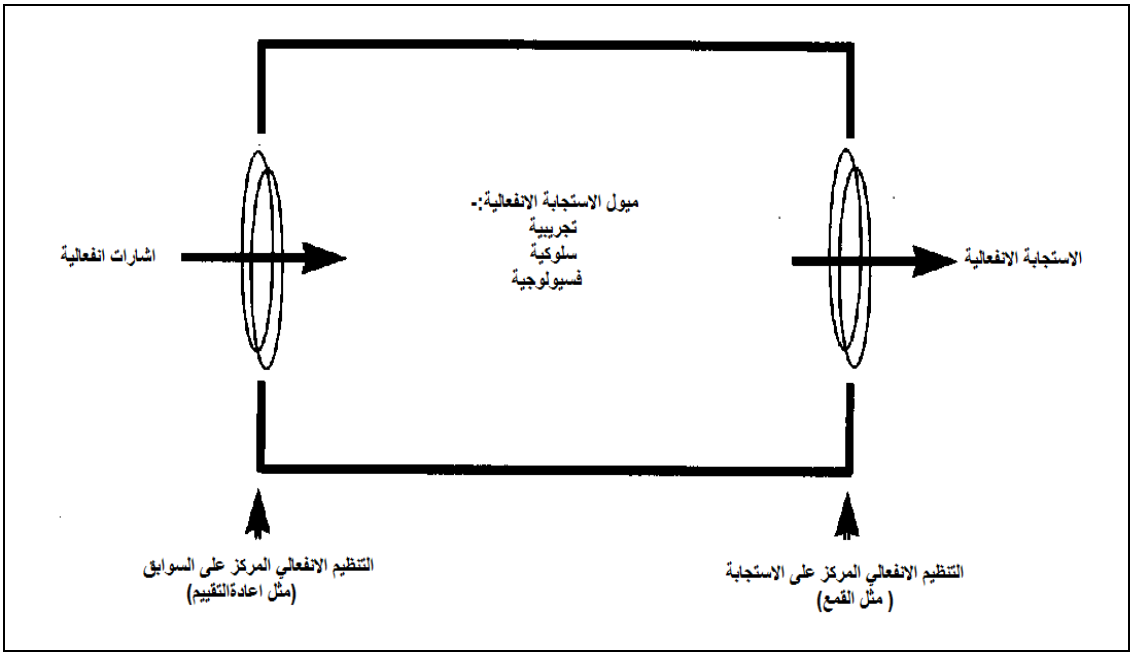
ثالثًا، نظرًا لأن التمييز بين الاستراتيجيات المركزة على المواقف والاستراتيجيات المركزة على الاستجابة أمر محوري للغاية في النموذج، هما استراتيجية: إعادة التقييم والقمع (Gross & John, 2003: 348-349)

كما يشير النموذج إلى ان الطريقتين الرئيسيتين هذه يمكن من خلالهما تنظيم الانفعالات. كما هو مبين في الشكل(1)، اذ أنه يمكن التنظيم الانفعالي عن طريق معالجة مدخلات النظام (التنظيم الانفعالي المركز على المواقف "اعادة التقييم") أو عن طريق التلاعب في ناتجها (التنظيم الانفعالي المركز على الاستجابة "القمع"). وضمن هاتين الفئتين العريضتين من تنظيم الانفعال، يمكن إجراء المزيد من التمييز الدقيق (Gross, 1998: 225).

وفقًا للأنموذج الموضح في الشكل (2)، يبدأ الانفعال بتقييم الإشارات الخارجية أو الداخلية للانفعال، وان بعض التقييمات تثير مجموعة متسقة من ميول الاستجابة الانفعالية السلوكية والتجريبية والفسيولوجية التي تسهل الاستجابة التكيفية للتحديات والفرص المتصورة. ومع ذلك، فإن ميول الاستجابة هذه يمكن تعديلها، وهذا التعديل هو الذي يعطي الشكل النهائي لإظهار الاستجابات الانفعالية (Gross, 1998:225).

وبشكل أوسع، يمكن التمييز بين استراتيجيات تنظيم الانفعال المركزة على المواقف واستراتيجيات تنظيم الانفعال التي تركز على الاستجابة. وتشير **الاستراتيجيات المركزة على المواقف** إلى الأشياء التي نقوم بها قبل تنشيط ميول الاستجابة بشكل كامل وتغيير سلوكنا واستجاباتنا الفسيولوجية. مثال على التنظيم الانفعالي المركز على المواقف هو مشاهدة مقابلة القبول في المدرسة التي تقدمت إليها كفرصة لمعرفة مدى إعجابك بالمدرسة، وليس اختبارًا لقيمتك. وتشير **الاستراتيجيات التي تركز على الاستجابة** إلى الأشياء التي نقوم بها بمجرد أن تبدأ الانفعالات بالفعل، بعد ظهور ميول الاستجابة (Gross, 2001: 215) .

وقام الانموذج بعمل تنبؤات أكثر تحديدًا فيما يتعلق بهاذين الشكلين من استراتيجيات التنظيم الانفعالي. ففي سياق الموقف الذي يحتمل أن يكون مجهداً، فان استعمال تنظيم الانفعال المركز على المواقف قد يتخذ شكل



الشكل (1) انموذج العملية استراتيجية التنظيم الانفعالي (Gross, 1998: 225)

إعادة تقييم للموقف لتقليل استشارة الانفعال، وتقلل اعادة التقييم هذه من مدى تنشيط ميول الاستجابة للانفعال، مما يؤدي إلى علامات أقل ذاتية وفسيولوجية وتعبيرية للانفعال السلبي مما قد يكون واضحًا. وعلى النقيض من ذلك، يجب أن يستهدف تنظيم الانفعالي الذي يركز على الاستجابة اتجاهات الاستجابة التي تم إنتاجها بمجرد بدء الانفعالات. **كالقمع**، الذي يُعرَّف بأنه التثبيط الواعي للسلوك المستمر للتعبير عن الانفعالات. ونظرًا لأن الجهود التنظيمية تركز بشكل انتقائي على السلوك، فإننا نتوقع سلوكًا أقل تعبيرًا عن الانفعالات. ويكون للقمع تأثير ضئيل أو معدوم على التجربة الذاتية، على الأقل في سياق الانفعالات السلبية. ويزيد بالفعل جوانب معينة من الاستجابة الفسيولوجية (Gross, 1998: 226).

اي يمكن تنظيم الانفعال في خمس نقاط في العملية تثير الانفعال:

(أ) اختيار موقف.

(ب) تعديل الموقف.

(ج) تشتيت الانتباه.

(د) التغيير المعرفي.

(هـ) تعديل الاستجابات التجريبية أو السلوكية أو الفسيولوجية.

وان أول أربعة من هذه العمليات مركزة على المواقف، والخامسة مركزة على الاستجابة. ويركز الانموذج على استراتيجيتان محددتان لتنظيم الانفعال - إعادة التقييم والقمع - وهما المحور الأساسي للأنموذج (Gross, 2001: 215).

ان **إعادة التقييم** شكل من أشكال التغيير المعرفي الذي ينطوي على تفسير موقف يحتمل أن يثير المشاعر بطريقة تغير تأثيره الانفعالي. **والقمع** شكل من أشكال تعديل الاستجابة الذي يتضمن تثبيط السلوك الانفعالي التعبيري المستمر. ولكن هل يجب أن تختلف استراتيجيات إعادة التقييم والقمع في نتائجها؟ إعادة التقييم هي استراتيجية تركز على السوابق: تحدث مبكرًا، وتتدخل قبل أن تتولد ميول الاستجابة للانفعال بشكل كامل. وهذا يعني أن إعادة التقييم يمكن أن تغير بشكل فعال مسار الانفعال اللاحق بالكامل. وبشكل أكثر تحديدًا، عند استخدامها لتقليل تنظيم الانفعالات السلبية، يجب أن تقلل إعادة التقييم بنجاح المكونات التجريبية والسلوكية للانفعال السلبي. على النقيض من ذلك، فإن القمع هو استراتيجية تركز على الاستجابة: فهي تأتي متأخرة نسبيًا في عملية توليد الانفعال، وتقوم في المقام الأول بتعديل الجانب السلوكي لاتجاهات الاستجابة للانفعال. وبالتالي يجب أن يكون القمع فعالًا في تقليل التعبير السلوكي عن الانفعالات السلبية، ولكن قد يكون له تأثير جانبي غير مقصود يتمثل أيضًا في تقييد التعبير عن الانفعالات الإيجابية. في الوقت نفسه، لن يكون القمع مفيدًا في التقليل من تجربة الانفعالات السلبية ، والتي لا يتم استهدافها بشكل مباشر عن طريق القمع، وبالتالي قد تستمر في التباطؤ وتتراكم دون حل. بالإضافة إلى ذلك ، نظرًا لأن القمع يأتي متأخرًا في عملية توليد الانفعالات، فإنه يتطلب من الفرد أن يدير بجهد ميول الاستجابة للانفعال عند ظهورها باستمرار. قد تستهلك هذه الجهود المتكررة الموارد المعرفية التي يمكن استخدامها بطريقة أخرى لتحقيق الأداء الأمثل في السياقات الاجتماعية التي تنشأ فيها المشاعر (Gross & John, 2003: 349)

- **التناقض بين شكلين من التنظيم الانفعالي: إعادة التقييم والقمع**

تعمل الاستراتيجيات المركزة على المواقف على تغيير مسار الانفعال في وقت مبكر جدًا. وعلى النقيض من ذلك، تحدث الاستراتيجيات المركزة على الاستجابة بعد أن تكون ميول الاستجابة قد تم إنشاؤها بالفعل. ويتنبأ هذا الاختلاف في التوقيت بعواقب مختلفة إلى حد ما لهذين النوعين من تنظيم الانفعال. ولاختبار هذه الفكرة، ركز الانموذج على استراتيجيتين محددتين تستعملان لتنظيم الانفعال هما:-

الاستراتيجية الاولى: إعادة التقييم: نوع من التغيير المعرفي، وبالتالي مركزة على المواقف. وتعني اعادة التقييم أن يعيد الفرد التقييم أو يعيد التقييم المعرفي في موقف يحتمل أن يثير الانفعالات بطريقة يقلل من تأثيرها الانفعالي.

الاستراتيجية الثانية: القمع: نوع من تعديل الاستجابة، وبالتالي يركز على الاستجابة. ويعني القمع أن الفرد يمنع السلوك التعبيري عن الانفعال. (Gross, 2001: 216).

ولاستراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم والقمع) عواقب عدة هي:-

1.العواقب العاطفية للتنظيم الانفعالي: تحدث إعادة التقييم في وقت مبكر من عملية توليد الانفعال وتتضمن تحييدًا معرفيًا لموقف يحتمل أن يثير الانفعالات. وبالتالي، يجب أن تقلل إعادة التقييم الاستجابة التجريبية والسلوكية والفسيولوجية. وعلى النقيض من ذلك، يحدث الكبت لاحقًا ويتطلب تثبيطًا نشطًا للسلوك التعبيري عن الانفعالات التي تتولد عندما تتكشف الانفعالات. وبالتالي، لا ينبغي أن يغير القمع تجربة الانفعال على الإطلاق، بل يجب أن يزيد من التنشيط الفسيولوجي نتيجة للجهد المبذول في تثبيط السلوك الانفعالي التعبيري المستمر للانفعال (Gross, 2001: 216).

2. **العواقب المعرفية للتنظيم الانفعالي**: القمع هو شكل من أشكال تنظيم الانفعالات التي تتطلب المراقبة الذاتية والإجراءات التصحيحية الذاتية طوال الحدث الانفعالي. وتتطلب مثل هذه المراقبة إنفاقًا مستمرًا للموارد المعرفية، مما يقلل من الموارد المتاحة لمعالجة الأحداث بحيث يمكن تذكرها لاحقًا. وعلى النقيض من ذلك، يتم استحضار إعادة التقييم في وقت مبكر في عملية توليد الانفعالات. لذلك ، لا تتطلب هذه الاستراتيجية عادةً جهدًا مستمرًا للتنظيم الذاتي أثناء حدث انفعالي. وهذا من شأنه أن يجعل التنظيم الذاتي المكلف غير ضروري، ويترك الذاكرة سليمة. أن القمع مكلف من الناحية المعرفية، اما إعادة التقييم ليست كذلك للانفعال(Gross, 2001: 216).

3.العواقب الاجتماعية للتنظيم الانفعالي: الانفعالات تخدم وظائف اجتماعية مهمة. وبالتالي، يجب أن يكون لتنظيم الانفعالات عواقب اجتماعية، ويجب أن يكون لاستراتيجيات التنظيم المختلفة عواقب مختلفة. وكما هو مفترض في الانموذج الحالي، فإن إعادة التقييم يغير بشكل انتقائي معنى موقف مثير للانفعال. ففي المواقف السلبية انفعالياً، تقلل إعادة التقييم السلوك السلبي للتعبير عن الانفعالات، لكنها لا تقلل من السلوك الإيجابي. وعلى النقيض من ذلك، فإن القمع يقلل السلوك التعبيري عن الانفعالات السلبية والإيجابية. وان هذا الانخفاض في الانفعالات الإيجابية - السلوك التعبيري يجب أن يتداخل مع التفاعل الاجتماعي، مما يؤدي إلى ردود فعل سلبية لدى الأفراد الآخرين للانفعال(Gross, 2001, :216-217).
(Gross, 2002:283, 285, 286)

منهجية البحث و اجراءاته (The Research Method):

اعتمدت الباحثتان المنهج الوصفي ، لأنه يُعد منهجاً ملائماً لطبيعة البحث وأهدافه لكونه يسعى الى تحديد الظاهرة كما توجد في الواقع ، والكشف عن جوانب التشابه و الاختلاف بين المتغيرات (دالين ،339:1993).

كما يصفها وصفا دقيقاً و يعبر عنها تعبرا كيفيا وكميا ، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها

أمّا التغير الكمي فيعطينا أرقاماً ويوضح مقدار هذه الظاهرة (ملحم،369:2006).

مجتمع و عينة البحث :

يقصد بالمجتمع المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث إلى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة (عوده،159:1998).

ويتكون مجتمع البحث الحالي من ابناء الشهداء في محافظة القادسية البالغ عددهم (8528) من ذكور واناث، موزعين حسب الجنس ذكور (4200) بنسبة (49%)، بينما بلغ عدد الاناث(4328)، وبنسبة (51%).

يقصد بالعينة ذلك الجزء من المجتمع الذي يُجرى علية البحث، يختارها الباحث وفق قواعد خاصة لتمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً. مما يسمح له ان يقدر النسبة التي تُعد فيها العينة ممثلة للمجتمع التي تم انتقائها منه، ببعض المتغيرات ذات الصلة بالبحث أو الدراسة (البطش وفريد،95:2007) يجب ان تكون العينة ممثلة لصفات المجتمع تمثيلا حقيقيا وبهذا فان العينة العشوائية ذات التوزيع المتناسب تُعد خير وسيلة يمكن استعمالها اختيار عينة لمجتمع متعدد الخصائص (حسين،100:2019). قامت الباحثتان باختيار العينة العشوائية ذات التوزيع المتناسب ، حيث بلغ عدد الذكور (197) و بلغ عدد الاناث (203)، و كما موضح في جدول (1)

جدول (1) عينة البحث موزعة على وفق الجنس

ت	الفئة	عدد ابناء الشهداء		المجموع الكلي
		ذكور	إناث	
1	شهداء ضحايا الارهاب	117	114	231
2	شهداء الحشد الشعبي	80	89	169
	المجموع الكلي	197	203	400

أداة البحث (The Research Tools):

تعرف (Anastasi,1976) أداة القياس على انها طريقة موضوعية مقننة لقياس عينة من السلوك (عوض، 1998 :51) و لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي كان لا بد من توافر مقياس تتلاءم مع الادبيات والاطر النظرية للبحث و طبيعة المجتمع ، لذا قامت الباحثتان ببناء مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي .

ا-تحديد المفهوم نظريا:

تم تحديد المفهوم نظريا من خلال تبني تعريف جيمس كروس وتم بنائه وفق استراتيجيات التنظيم الانفعالي(Gross,2003) ،وهي النظرية المتبناة في البحث الحالي بوصفه الاساليب التي يستخدمها الفرد للتأثير على مستويات الاستجابة الانفعالية ،حيث تتضمن الاستراتيجيات (القمع، واعادة التقييم) واشارت النظرية الى القمع هو شكل من اشكال تعديل الاستجابة الذي يتضمن تثبيط السلوك الانفعالي التعبيري المستمر، اما اعادة التقييم: نوع من التغيير المعرفي، وبالتالي التركيز على المواقف. وتعني أن يعيد الفرد التقييم أو ان يعيد التقييم المعرفي في موقف يحتمل أن يثير الانفعالات بطريقة يقلل من تأثيرها الانفعالي (Gross, 2001: 216). بعد اطلاع الباحثتان على الاطار النظري والدراسات السابقة والمقاييس العربية والاجنبية قامت ببناء فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي (القمع، واعادة التقييم)، تم بناء (11) فقرة لقياس القمع و(11) فقرة لقياس اعادة التقييم لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء وتكون الاجابة عليها وفق ثلاث بدائل مع مراعاة الاسس الاتية في صياغة الفقرات :

- أن تكون الفقرة قصيرة.
- معبرة عن فكرة واحدة وتفسير واحد.
- تُلائم الفقرة طبيعة أفراد العينة.
- واضحة وغير مبهمة بالنسبة الى المستجيب.
- ذات صلة بالأسلوب المراد قياسه. (الزوبعي وآخرون،69:1981)

ج- تصحيح المقياس

تم اعتماد طريقة ليكرت (Likert method) في تصحيح مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي حيث تكون المقياس من (11) فقره للقمع و(11) فقرة لإعادة التقييم، حيث تكون المقياس من (22) فقرة حيث وضعت الباحثة لكل فقره ثلاث اجابات (بدائل) وهي (دائما، احيانا، ابدا) وتم اختيار ثلاث بدائل لكي تسهل على المستجيب في تحديد اجابته وسهولة تصحيحها للباحث.

وعلية اذا كانت اجابة الفرد بـ(دائما) تعطى له (ثلاث درجات) اما اذا كانت اجابته (احيانا) تعطى له (درجتان) في حين اذا كانت اجابته بـ(ابدا) تعطى له (درجة واحده) اما اذا كانت الاجابات في الاتجاه العكسي بـ(دائما) ستعطى (درجة واحدة) واذا كانت اجابته (احيانا) تعطى له (درجتان) اما اذا كانت اجابته (ابدا) ستعطى له (ثلاث درجات).

وقد اتبعت الباحثة الخطوات ذاتها في استخراج الخصائص السايكومترية الاتية :

1. **صلاحية فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي (الصيغة الاولية):**

يشير أيبل (Ebel) إلى أن أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء المتخصصين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من أجلها.(Ebel،1972 :555)

ولغرض تحقيق ذلك فقد عرضت فقرات المقياس بصيغتها الاولية وعددها (22) فقرة ،ملحق (8) على عدد من المحكمين المتخصصين في ميدان علم النفس، والبالغ عددهم اربعة عشر محكما الملحق (4)، لإصدار أحكامهم على مدى صلاحيتها ، وسلامة صياغتها وملائمتها للغرض الذي وضعت من أجله ، والحكم على صلاحية البدائل المستعملة ، وعدت الفقرة صالحة عندما تكون نسبة الموافقة (80%) فأكثر وجدول (2)و (3) .

جدول (2)
اراء الخبراء حول صلاحية مقياس استراتيجية القمع

ارقام الفقرات	عدد الموافقين	عدد المعارضين	النسبة المئوية للموافقين	النسبة المئوية للرافضين
7,11	14	0	%100	%0
1,2,3,4,8,9	13	1	%92	%1
5,6,10	12	2	%85	%2

جدول (3)
اراء الخبراء حول صلاحية مقياس استراتيجية اعادة التقييم

ارقام الفقرات	عدد الموافقون	عدد المعارضون	النسبة المئوية للموافقين	النسبة المئوية للرافضين
1,2,3,4	14	0	%100	%0
5,8,9,10,11	13	1	%92	%1
6,7	12	2	%85	%2

تبين من جدول (3) ان جميع فقرات المقياس صالحة لقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي مع اجراء تعديلات بسيطة على بعضها .

2. **التجربة الاستطلاعية للمقياس (تجربة وضوح التعليمات والفقرات):**

للتأكد من مدى وضوح المقياس وفهم فقراته لعينة البحث من حيث المعنى ومعرفة مدى وضوح بدائل الاستجابة ومعدل الوقت الازم الذي يستغرقه المفحوص للإجابة يجب ان يطبق على عينة استطلاعية (الزوبعي واخرون،73:1987) ،حيث قامت الباحثة بتطبيق مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي على عينة استطلاعية عدد افرادها (30) ذكور واناث تم اختيارهم بطريقة عشوائية حيث تم ذلك بحضور الباحثة وطلبت منهم ابداء ملاحظاتهم حول وضوح فقرات المقياس وصياغتها وطريقة الاجابة عليها، وفيما اذا كانت هناك فقرات غير مفهومة ،وقت اتضح للباحثة ان فقرات المقياس كانت واضحة للمجيب ولا حاجة الى تغيير او تعديل صياغة اي فقرة منة فقرات المقياس، كما تبين ان الوقت الذي يستغرقه المفحوص في الاجابة على المقياس يتراوح (6-22) دقيقة وكان متوسط الاجابات (12) دقيقة.

6. التحليل الاحصائي لفقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي:

عملية التحليل الإحصائي لفقرات المقياس من الخطوات الأساسية لبنائه وإن اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص السايكومترية جيدة يجعل المقياس أكثر صدقا وثباتا (Anastasi , 1997: 172)، وإن الهدف من إجراء تحليل الفقرات هو لإبقاء الفقرات المميزة في المقياس واستبعاد الفقرات غير المميزة (392

(Ebel & Frisbie , 1991 :)،ويقصد بتمييز الفقرة هو مدى قدرة الفقرة على كشف الفروق بين الأفراد المرتفعين والمنخفضين في السمة المراد قياسها (Anastasi , 1997:182).

ويعد تمييز الفقرات جانباً مهماً من التحليل الإحصائي لفقرات المقياس لأن من خلاله تتأكد من كفاءة فقرات المقاييس النفسية، لذلك من اجل ابقاء الفقرات المميزة في المقياس واستبعاد الفقرات الغير مميزه ، ثم استخراج القوه التمييزية للفقرات.

ويؤكد جيزلي وآخرون (Chiselli, et .al :1981) على ضرورة إبقاء الفقرات ذات القوة التميزية في الصورة النهائية للمقياس واستبعاد الفقرات غير المميزة أو تعديلها (Chiselli , et,al., 1981: 434). ويعد أسلوب المجموعتين المتطرفتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس من الاساليب المناسبة في عملية تحليل الفقرات، وقد استعملتهما الباحثة لهذا الغرض.

أ ـ طريقة المجموعتين الطرفتين Contrasted Groups :

لحساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، تم تطبيق المقياس ملحق (10) على عينة البحث البالغة (400) من الذكور والاناث من ابناء الشهداء جدول (2)، وبعد تصحيح استجابات المفحوصين وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة ، تم ترتيب الدرجات تنازلياً ابتداءً من أعلى درجة وانتهاء بأدنى درجة، ولحساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ، و بعد تصحيح استجابات ابناء الشهداء و حساب الدرجة الكلية لكل استمارة تم ترتيب درجات الاستمارات ترتيباً تنازلياً ابتداء من أعلى درجة وانتهاء بأدنى درجة ، ومن ثم اختارت الباحثة نسبة (27%) من الاستمارات استراتيجية القمع الحاصلة على أعلى الدرجات و سميت بالمجموعة العليا والبالغ عددها (108) و التي تراوحت درجاتها من حدود المجموعة العليا (25-31) ، واختيار نسبة (27%) من الاستمارات استراتيجية القمع الحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا والبالغ عددها (108) استمارة أيضاً وحدود المجموعة الدنيا(15-21) ،ومن ثم اختارت الباحثة نسبة (27%) من الاستمارات استراتيجية اعادة التقييم الحاصلة على أعلى الدرجات و سميت بالمجموعة العليا والبالغ عددها (108) و التي تراوحت درجاتها من حدود المجموعة العليا 22-33 ، و اختيار نسبة (27%) من الاستمارات استراتيجية اعادة التقييم الحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا والبالغ عددها (108) استمارة أيضاً و حدود المجموعة الدنيا (11-15)، . وهكذا فأن نسبة (27%) من الدرجات العليا والدنيا تمثل أفضل نسبة يمكن أخذها في تحليل الفقرات وذلك لأنها تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز حينما يكون توزيع الدرجات على المقياس على صورة منحنى التوزيع الاعتدالي (الزوبعي وآخرون، 79:1987).

وبعد استخراج الوسط الحسابي والتباين لكلا المجموعتين العليا والدنيا، طبق الاختبار التائي (t. test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين، وذلك لأن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة بين المجموعتين. وعُدّت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية . وجدول يُبين (10) درجات القوة التمييزية لفقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بطريقة المجموعتين الطرفتين :

جدول (4) القوة التمييزية لفِقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي باستعمال طريقة المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدلالة عند مستوى 0.05
القمع					
1	عليا	2.6667	.52950	12.029	دالة إحصائياً
	دنيا	1.6204	.73265		
2	عليا	2.5741	.59912	9.488	دالة إحصائياً

		.68863	1.7407	دنيا	
دالة إحصائياً	9.761	.61558	2.5648	عليا	3
		.70576	1.6852	دنيا	
دالة إحصائياً	2.214	.81027	2.0833	عليا	4
		.78731	1.8426	دنيا	
دالة إحصائياً	9.316	.47869	2.7037	عليا	5
		.76047	1.8981	دنيا	
غيردالة إحصائياً	-.717-	.77652	1.7037	عليا	6
		.74046	1.7778	دنيا	
دالة إحصائياً	9.204	.57125	2.6389	عليا	7
		.72122	1.8241	دنيا	
دالة إحصائياً	10.593	.58509	2.6481	عليا	8
		.69489	1.7222	دنيا	
دالة إحصائياً	10.979	.55690	2.6296	عليا	9
		.75453	1.6389	دنيا	
دالة إحصائياً	9.738	.72839	2.5463	عليا	10
		.73883	1.5741	دنيا	
دالة إحصائياً	8.273	.80690	2.3889	عليا	11
		.70281	1.5370	دنيا	
اعادة التقييم					
دالة إحصائياً	10.514	.70521	2.2685	عليا	12
		.56889	1.3519	دنيا	
دالة إحصائياً	10.877	.72678	2.2963	عليا	13
		.54963	1.3426	دنيا	
دالة إحصائياً	13.223	.69039	2.1667	عليا	14
		.39059	1.1574	دنيا	
دالة إحصائياً	12.980	.70821	2.2778	عليا	15
		.47461	1.2130	دنيا	
دالة إحصائياً	11.903	.74669	2.1759	عليا	16
		.42047	1.1944	دنيا	
دالة إحصائياً	17.701	.63550	2.2685	عليا	17
		.29651	1.0741	دنيا	
دالة إحصائياً	6.991	.66250	2.4815	عليا	18
		.82718	1.7685	دنيا	
دالة إحصائياً	15.565	.63120	2.3519	عليا	19
		.45648	1.1852	دنيا	
دالة إحصائياً	16.291	.57125	2.3611	عليا	20
		.42953	1.2407	دنيا	
دالة إحصائياً	13.189	.67184	2.1852	عليا	21
		.39762	1.1944	دنيا	

22	عليا	2.1852	.71235	11.087	دالة إحصائياً
	دنيا	1.2315	.54010		

جميع الفِقرات دالة إحصائياً بدرجة حرية (214) ومستوى دلالة (0,05) وقيمة جدولية (1,96).

ب . علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)

يعتمد هذا الاسلوب على حساب العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس.

بعد إيجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس أسلوباً آخر لتحليل الفقرات ، وهو من أدق الوسائل المعتمدة في حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس (عيسوي، 95:1985) وتحسب معاملات صدق الفقرات من خلال ارتباطها بمحك خارجي او داخلي ، وحينما لا يتوافر محك خارجي ، فان افضل محك هو الدرجة الكلية للمقياس(Anastasi, 1997: 129) .

وتفترض هذه الطريقة ان الدرجة الكلية للفرد تعد معياراً لصدق الاختبار وعليه تحف الفقرة عندما يكون معامل ارتباطها بالدرجة الكلية غير دال إحصائياً ، على اعتبار ان الفقرة لا تقيس الظاهرة التي يقيسها الاختبار كليا (الزوبعي وآخرون،43:1981).

وبعدما تم تصحيح جميع الاستمارات وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة من فترات المقياس والدرجة الكلية له ،ولاستخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون ، إذ كانت الاستمارات الخاضعة للتحليل (400) وقد بينت النتائج أن معاملات الارتباط كانت دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214).

الجدول (5)

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فِقرة والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

القمع			اعادة التقييم		
رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	الدلالة عند مستوى 0.05	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	الدلالة عند مستوى 0.05
1	.575	دالة إحصائياً	12	.541	دالة إحصائياً
2	.492	دالة إحصائياً	13	.536	دالة إحصائياً
3	.481	دالة إحصائياً	14	.604	دالة إحصائياً
4	.117	دالة إحصائياً	15	.614	دالة إحصائياً
5	.500	دالة إحصائياً	16	.629	دالة إحصائياً
6	-.053-	غير دالة	17	.682	دالة إحصائياً
7	.458	دالة إحصائياً	18	.340	دالة إحصائياً
8	.499	دالة إحصائياً	19	.649	دالة إحصائياً
9	.513	دالة إحصائياً	20	.647	دالة إحصائياً
10	.463	دالة إحصائياً	21	.598	دالة إحصائياً
11	.414	دالة إحصائياً	22	.551	دالة إحصائياً

جميع معاملات الارتباط دالة* إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (398) وقيمة حرجة لمعامل الارتباط البالغة (0,098) ماعدا الفقرة (6) أذ ان قيمة معامل الارتباط اصغر من القيمة الحرجة (وهي الفقرة ذاتها التي لم تكن دالة في طريقة المجموعتين الطرفيتين) وتم استبعادها من المقياس واصبح عدد فقرات المقياس(21) فقرة بعد اجراء التحليل الاحصائي للفقرات.

5.الخصائص (السيكومترية)لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي :

يرى المختصون بالقياس النفسي ضرورة التحقق من بعض الخصائص القياسية في أعداد المقياس الذي يتم بناءه او تبنيه مهما كان الغرض من استخدامه مثل الصدق والثبات (علام،209:1986) ، إذ توفر هذه الخصائص شروط الدقة والصلاحية لما يهتم المقياس بمعرفته وقياسه (عبد الرحمن ،159:1983) فالمقياس الصادق هو المقياس الذي يقيس ما أعد لقياسه أو يحقق الغرض الذي أعد لأجله ، وأن المقياس الثابت هو المقياس الذي يقيس بدرجة مقبولة من الدقة (عودة ،335:2002).

- الصدق . Validity :

بعد الصدق مفهوماً واسعاً و أوضح معانيه هو أن يقيس المقياس ما وضع لقياسه - بمعنى - أن المقياس الصادق مقياس بقيس الوظيفة التي صمم لقياسها ولا يقيس شيئاً آخر (ملحم ،287:2006) ، وقد تحققت الباحثة من صدق المقياس الحالي عن طريق عدة مؤشرات، وهي:

1 - الصدق الظاهري Face Validity :

يبدو المقياس صادق ظاهريا اذا كان يقيس القدرة الموضوع لقياسه وأفضل طريقة لحساب الصدق الظاهري هي عرض فقراته على مجموعة من المحكمين الذين يتصفون بخبرة تمكنهم من الحكم على صلاحية فقرات الاختبار في قياس الخاصية المراد قياسها ، بحيث تجعل الباحث مطمئناً إلى آرائهم ويأخذ بالأحكام التي يتفق عليها معظمهم عن طريق الاحتكام الى نسبة (80%) فأكثر (الكبيسي ،265:2010).

وقد تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال الإجراءات التي تم القيام بها للتأكد من صلاحية فقرات المقياس الحالي وبدائله وأوزانها ، وذلك بعرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس وتم الأخذ بملاحظاتهم من تعديل على بعض الفقرات .

2. صدق البناء Construct Validity :

يعد صدق البناء (Construct Validity) أكثر أنواع الصدق قبولاً ، إذ يرى عدد كبير من المختصين أنه يتفق مع جوهر مفهوم أيبل (Ebel) للصدق من حيث تشبع المقياس بالمعنى العام (الأمام ،131:1990) ،إذ يشير عيسوي (1999) إن معامل التمييز الدال إحصائياً بعد مؤشراً على صدق البناء للمقياس. وان المقياس الذي أعدت فقراته وفقاً للتحليل الإحصائي للفقرات يتمتع بصدق البناء للمقياس(عيسوي ، 1999: 52). ويتحقق هذا النوع من الصدق ، حينما يكون لدينا معيار نقرر على أساسه أن المقياس يقيس بناءً نظرياً محدداً . وقد توفر هذا النوع من الصدق في هذا المقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي من خلال المؤشرات الآتية :

أ. استخراج التمييز بواسطة اسلوب المجموعتين المتطرفتين.

ب. ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال للمقياس.

- مؤشرات الثبات Reliability Indexes :

الثبات (Reliability) يعني دقة المقياس ، ويشير الثبات إلى الاتساق في الدرجات عندما يطبق الاختبار مرة ثانية على نفس الأفراد الذين طبق عليهم في المرة الأولى بعد مرور فترة زمنية وإعطاء نفس النتائج (Fraenkel & wallen , 2006: 157). وأنه يعني أيضاً الدقة والاتساق في أداء الأفراد والاستقرار في النتائج عبر الزمن ، فالمقياس الثابت يعطي النتائج نفسها إذا تم تطبيقه على الأفراد أنفسهم مرة ثانية (Barron, 1981 : 418).

ويمكن التحقق من ثبات المقاييس النفسية بعدة طرائق أو مؤشرات منها ما يقيس الاتساق الخارجي طريقة اعادة الاختبار أو ما يسمى بمعامل الاستقرار عبر الزمن، وطريقة الصور المتكافئة التي تعتمد على إعداد صورتين متكافلتين للمقياس من حيث خصائص الفقرات وطبيعتها)، والأخرى تقيس الاتساق الداخلي (التجزئة النصفية ومعامل ألفا- كرونباخ، وكذلك تحليل التباين) (412: 1972 ، Eble).

ولاستخراج الثبات تم استخدام:

أولاً : الاختبار- إعادة الاختبار (Test- Retest) (الاتساق الخارجي) :

إن معامل الثبات على وفق هذه الطريقة هو عبارة عن قيمة معامل الارتباط بين درجات الأفراد التي تحصل عليها من التطبيق الأول وإعادة تطبيق المقياس على الأفراد أنفسهم وبفاصل زمني ملائم التطبيقين

(Anastasi ،1976,115) ، وتتضمن هذه الطريقة تطبيق المقياس على عينة ممثلة من الأفراد ، ثم إعادة تطبيق المقياس عليها مرة أخرى بعد مرور مدة مناسبة من الزمن ، إذ يرى آدمز (Adams) أن إعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباته ، يجب أن يكون خلال مدة لا تقل عن أسبوعين (Adams, 1964: 58).

ولقد قامت الباحثة بتطبيق مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي لاستخراج الثبات بهذه الطريقة على العينة التطبيق الاستطلاعي الاول المكون من (40) ذكور واناث من ابناء الشهداء، وبعد مرور اسبوعين من التطبيق الأول للمقياس قامت بإعادة تطبيق المقياس ذاته مرة أخرى وعلى العينة ذاتها ، وبعد استعمال معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) للتعرف على طبيعة العلاقة بين درجات التطبيق الأول والثاني ، ظهر أن قيمة معامل الثبات استراتيجية القمع (0,71) ، ومعامل الثبات بمقياس استراتيجية اعادة التقييم(0,91) وقد عُدت هذه القيمة مؤشراً على استقرار استجابات الأفراد على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي عبر الزمن.

جدول (6)

افراد عينة الثبات اعادة الاختبار موزعين بالتساوي على وفق متغير الجنس

الفئة	ذكور	اناث	مجموع
ابناء شهداء الارهاب	10	10	20
ابناء الحشد الشعبي	10	10	20
المجموع	20	20	40

ثانياً : معامل الفا كرونباخ (الاتساق الداخلي) Alpha Cronbach :

يتم حساب معامل الفا كرونباخ لفحص الاتساق الداخلي، وفي هذه الطريقة من الثبات فأن معامل الفا كرونباخ يزداد كلما زاد عدد فقرات الاختبار (Carmines & Zeller , 1979 : 44) ،وينخفض معامل الفا كرونباخ في الاختبار الذي يكون عدد فقراته قليلة (Nunnally & Bernstein, 1994: 252)، ويشير معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة إلى الارتباط الداخلي بين فقرات المقياس (فيركسون،1991:530) ، إذ يعتمد هذا الأسلوب على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى (ثورندايك وهيجن،1989:79).

ولحساب الثبات بهذه الطريقة تم استعمال معادلة الفا كرونباخ ، وبلغ ثبات استراتيجيات التنظيم الانفعالي وفق طريقة الفا كرونباخ لاستراتيجية القمع (0,91) وثبات استراتيجية اعادة التقييم (0,71) ويعد ثبات مقياس استراتيجية التنظيم الانفعالي ثبات جيدا عند مقارنته بمعيار الفا كرونباخ للثبات (0,70).

6. وصف المقياس وتصحيحه وحساب الدرجة الكلية :

بعد استخراج الخصائص السيكومترية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تكون المُقياس بصورته النهائية من (10) فقرة لاستراتيجية للقمع و(11) فقرة لاستراتيجية اعادة التقييم، لقد وضعت الباحثة ثلاث بدائل للإجابة امام كل فقرة وهي (دائما، احيانا، ابدا) وكانت اوزان البدائل (1,2,3) على التوالي ،وبذلك تكون اعلى درجة لمقياس القمع (29) واقل درجة (12) وبمتوسط فرضي(20) درجة، وتكون اعلى درجة لمقياس اعادة التقييم (33) واقل درجة (11) وبمتوسط فرضي (22) درجة وبهذا اصبحت الاداة بصيغتها النهائية جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة الحالية وهم ابناء الشهداء ملحق (10) يوضح ذلك.

7. المؤشرات الإحصائية لمقياس استراتيجية التنظيم الانفعالي:

إن من المؤشرات الإحصائية التي ينبغي أن يتصف بها أي مقياس تتمثل في التعرف على طبيعة التوزيع الاعتدالي، الذي يمكن التعرف عليه بواسطة مؤشرين أساسيين هما الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وأنه كلما قلت درجة الانحراف المعياري واقتربت من الصفر، دل ذلك على وجود نوع من التجانس أو التقارب بين قيم درجات التوزيع. وإذا كان الخطأ المعياري للتقدير (Standerd Error of Estimate) يُعبر عنه بالفرق بين درجة حقيقية واحدة وتقديرها، فأنه يُعد من المؤشرات الإحصائية المهمة الذي يساعد في معرفة قوة التنبؤ ، فكلما كانت قيمة هذا الخطأ عالية فهذا يعني أن هناك فرقاً كبيراً

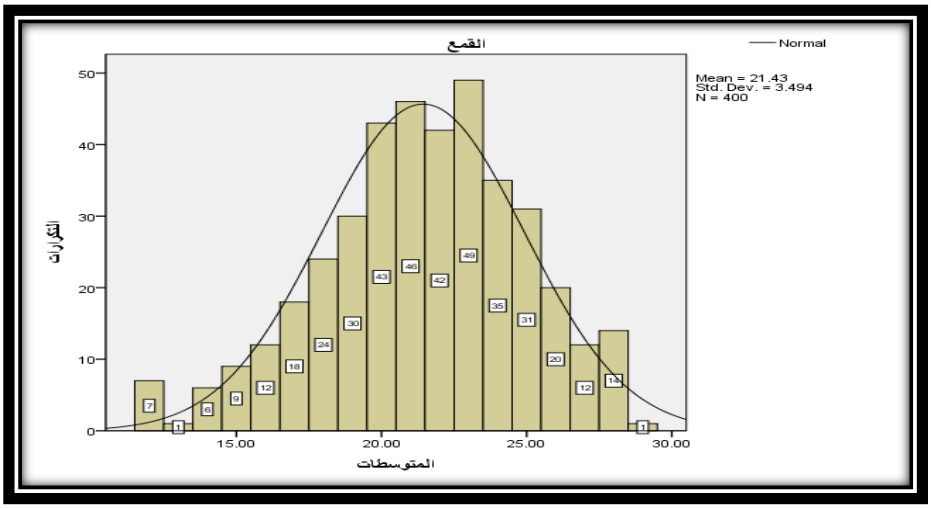
بين الدرجة الحقيقية والدرجة المتوقعة ، وكلما انخفضت هذه القيمة واقتربت من الصفر فهذا يعني أن الفرق بين تلك الدرجات منخفضة ، فحينما يكون مقدار الخطأ المعياري للتقدير (صفراً) فهذا يدل على تطابق الدرجات المتوقعة مع الدرجات الحقيقية. كذلك فأن الالتواء (Skewness) والتفرطح (Kurtosis) يُعدان من خصائص التوزيعات التكرارية ، إذ يشير معامل الالتواء إلى درجة تركيز التكرارات عند القيم المختلفة للتوزيع ومعامل التفرطح إلى مدى تركيز التكرارات في منطقة ما للتوزيع الاعتدالي، فمن الممكن التمييز بين التوزيعات من خلال درجة ونوع الالتواء والتفرطح، إذ يستعمل عادة مؤشرات إحصائية للتعبير عنهما. وهكذا نجد أن معرفة درجة تفرطح أي توزيع ونوعه ينبغي أن يقارن هذا المعامل بمقياس يتخذ أساساً لذلك، ومن المتبع أن يقارن هذا بمعامل التفرطح المقابل له في المنحى الطبيعي القياسي، وبحساب هذا المعامل في المنحنى الطبيعي القياسي نجد أن قيمته تعادل (0,263)، فإذا زاد هذا المعامل عن هذه القيمة يكون التوزيع مسطحاً وإذا قل عنها كان التوزيع مدبباً.

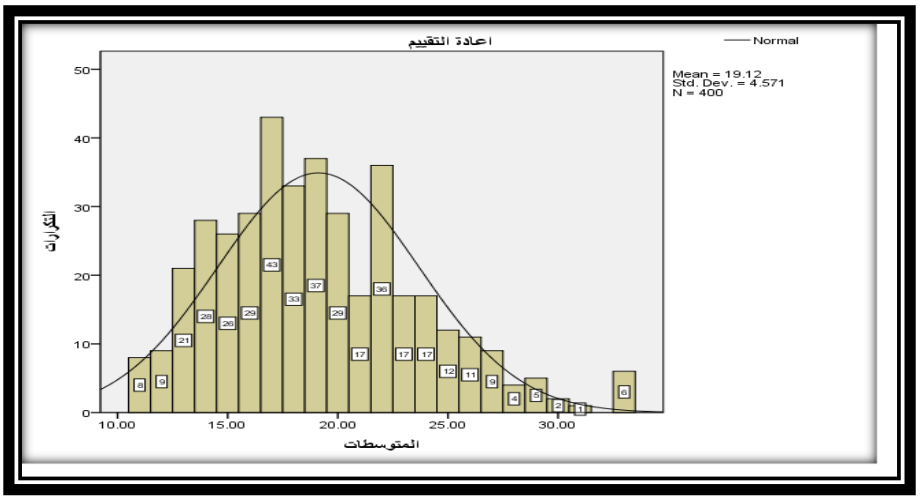
والتوزيع الاعتدالي يكون متماثلاً حينما تتطابق قيم الوسط الحسابي والوسيط والمنوال، ويكون التوزيع ملتوياً سالباً أو موجباً حينما تكون قيم هذه المقاييس الثلاثة لا تنطبق مع بعضها البعض.

إن حساب المؤشرات الإحصائية الآنفة الذكر لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي والركون إلى نتائج التطبيق فيما بعد ، تطلب استعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package For Social Science) أو ما يسمى اختصاراً (SPSS) في استخراج تلك المؤشرات الإحصائية وجدول (7) يُبين ذلك:

جدول (7) المؤشرات الإحصائية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

المؤشرات	القيم	
	القمع	التقييم
العينة	400	400
المتوسط الفرضي	20	22
المتوسط Mean	21.4325	19.1150
الوسيط Median	22.0000	19.0000
التباين Variance	12.211	20.894
المنوال Mode	23.00	17.00
المدى Range	17.00	22.00
الانحراف المعياري Std. Deviation	3.49442	4.57100
الالتواء Skewness	-.341-	.611
التفلطح Kurtosis	-.078-	.190
أقل درجة Minimum	12.00	11.00
أعلى درجةMaximum	29.00	33.00





شكل (3-4) يوضحان توزيع أفراد عينة البحث على المقاييس الفرعية لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي (القمع واعادة التقييم)، اقترابه من التوزيع الاعتدالي

التطبيق النهائي:

بعد التأكد من استخراج الخصائص السيكومترية لمقياس (استراتيجيات التنظيم الانفعالي) وبعدها تم تطبيق المقياس على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتناسب، حسب متغير الجنس (ذكور- اناث) من ابناء شهداء (الحشد الشعبي وضحايا الارهاب) بمحافظة الديوانية وبلغ عدد عينة البحث (400) ذكور واناث، بواقع (198)ذكور و(203) اناث .

الوسائل الاحصائية:

1-معامل ارتباط بيرسون لإيجاد صدق البناء ،ودرجة اتساق الفقرات .

2-معادلة سبيرمان _ براون للتجزئة النصفية .

3-تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التميزية لفقرات المقياس عن طريق الحقبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS.

4-معادلة كرونباخ الفا لاستخراج الثبات .

5- الاختبار التائي لعينة واحدة.

عرض النتائج و تفسيرها .

الهدف الاول- قياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ابناء الشهداء .

لقد اظهرت نتائج البحث الحالي بعد تطبيق مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي على عينة (400) ابناء شهداء ،وان المتوسط الحسابي للقمع بلغ(21.4325) والانحراف المعياري(3.49442) وعند حساب الفرق بين متوسط درجات العينة على استراتيجيات التنظيم الانفعالي (القمع) والمتوسط الفرضي (20) للمقياس البالغ عدد فقراته (11) عن طريق استعمال الاختبار التائي لعينة واحده(One Sample T.test) وجد ان الفرق دال احصائيا، اذا ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة(8.199) اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة(1.96) عند مستوى دلالة(0,05) ودرجة حرية(399) هذا يدل على وجود فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي ،وهذا يشير الى ان ابناء الشهداء استراتيجية القمع مرتفعة.

لقد اظهرت نتائج البحث الحالي بعد تطبيق مقياس استراتيجية (اعادة التقييم) على عينة (400) ابناء شهداء ،وان المتوسط الحسابي لأعاده التقييم بلغ(19.1150) والانحراف المعياري(4.571) وعند حساب الفرق بين

متوسط درجات العينة على استراتيجيات التنظيم استعمال الاختبار التائي لعينة واحده One Sample T.test) وجد ان الفرق دال احصائيا، اذا ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة(-12.623) اعلى من

القيمة التائية الجدولية البالغة(1.96) عند مستوى دلالة(0,05) ودرجة حرية(399) هذا يدل على وجود فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي ،وهذا يشير الى ان ابناء الشهداء استراتيجية اعادة التقييم منخفضه .

جدول (8)

الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة لقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

متغير استراتيجيات التنظيم الانفعالي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة 0.05
					المحسوبة	الجدولية		
القمع	400	21.4325	3.49442	20	8.199	1.96	399	دالة إحصائياً
اعادة التقييم	400	19.1150	4.57100	22	-12.623-	1.96	399	دالة إحصائياً

وان تفسير هذه النتيجة اكدت بوجود استراتيجية القمع وهي ومرتفعة عند ابناء الشهداء ووجود استراتيجية اعادة التقييم منخفضة لديهم حيث يزداد القمع وذلك بسبب تأثير الانفعالات وعدم التعبير عنها وقمع السلوك الخارجي بسبب قوة الحدث الذي واجهوه ،حيث ان القمع يحدث للأفراد بعدما ان اصابهم الحدث حيث يميل الافراد الى تعديل الجانب السلوكي المولد للأفراد ،فيقوم الافراد بقمع هذه السلوكيات بهدف تقليل الانفعالات السلبية حيث تستمر هذه الانفعالات السلبية التي تكونت لديهم نتيجة الحدث الصدمي بالتراكم دون حل ، وقد يكون القمع فعلا في علاقة الفرد مع الاخرين وقمع انفعالاته ولكن له ضرر نفسي داخلي فعند قمع الانفعالات قد يؤدي الى انخفاض في الصحة النفسية لدى الافراد بسبب زيادة القمع .

الهدف الثاني: تعرّف الفروق في استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العينة تبعاً لمتغير: الجنس (ذكور-إناث).

1- القمع

لقد اظهرت نتائج البحث الحالي بعد تطبيق مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي على عينة (400) ابناء شهداء ،وان المتوسط الحسابي للقمع لدى الاناث بلغ (21.5961) والانحراف المعياري(3.47329) وعند حساب الفرق بين متوسط درجات العينة على استراتيجيات التنظيم الانفعالي (القمع) والمتوسط الفرضي (20) للمقياس البالغ عدد فقراته (10) ، وبلغ القمع لدى الذكور بمتوسط حسابي (21.2640) وانحراف معياري بلغ (3.51692) عن طريق استعمال الاختبار التائي لعينتين وجد انه لا توجد فرق دال احصائيا، اذا ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة(0.950-) اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة(1.96) عند مستوى دلالة(0,05) ودرجة حرية(399) هذا يدل على عدم وجود فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي ،وهذا يشير الى ان لدى ابناء الشهداء(ذكور واناث) في استراتيجية القمع بشكل متساوي ولتحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة في المقياس الفرعي للقمع في مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس، كما موضح في جدول (9).

جدول (9)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستراتيجية القمع وفق متغير الجنس (ذكور – اناث)

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى دلالة
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	197	21.2640	3.51692	399	-0.950	1,96	0,05 غير دالة
اناث	203	21.5961	3.47329				

2- إعادة التقييم

لقد اظهرت نتائج البحث الحالي بعد تطبيق مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي على عينة (400) ابناء شهداء ،وان المتوسط الحسابي اعادة التقييم لدى الاناث بلغ (21.5961) والانحراف المعياري(3.47329) وبمتوسط حسابي لدى الذكور بلغ (21.2640) وانحراف معياري بلغ (3.51692)وعند حساب الفرق بين متوسط درجات العينة على استراتيجيات التنظيم الانفعالي (اعادة التقييم) والمتوسط الفرضي (22) للمقياس البالغ عدد فقراته (11) عن طريق استعمال الاختبار التائي لعينتين وجد انه لا توجد فرق دال احصائيا بين الذكور والاناث من ابناء الشهداء في استخدام استراتيجية اعادة التقييم ، اذا ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة(0.950-) اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة(1.96) عند مستوى دلالة(0,05) ودرجة حرية(399) هذا يدل على عدم وجود فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي ،وهذا يشير الى ان لدى ابناء الشهداء استراتيجية اعادة التقييم بشكل متساوي.

ولتحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة في المقياس الفرعي لإعادة التقييم في مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس، كما موضح في جدول (10).

جدول (10)

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى دلالة
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	197	19.7259	4.65942	399	2.653	1,96	0,05 دالة
اناث	203	18.5222	4.41456				

عند درجتي حرية (1:398) وقيمة فائية جدولية (1.96) ومستوى دلالة (0,05).

وتفسير ذلك ان الافراد يختلفون تنظيم انفعالاتهم وطريقة اختيارهم للاستراتيجيات الانفعالية لكنهم لديهم جميعا استراتيجيات التنظيم الانفعالي(القمع -اعادة التقييم) ذكور او اناث بدرجات متقاربه .

❖ **التوصيات**

1-الى مؤسسة الشهداء في محافظة الديوانية ، العمل على توفير رواتب خاصة بأبناء الشهداء المراهقين وذلك لتحملهم مسؤولية الحياة وهم في مقتبل العمر وليس لديهم عمل مناسب لتأمين قوتهم اليومي.

2- الى مديرية التربية في محافظة الديوانية ، ضرورة الاهتمام بمتطلبات ابناء الشهداء المراهقين تؤهلهم لمواصلة الدراسة والاهتمام أيضا بالمجريات التعليمية لهم ، لان انقطاعهم عن الدراسة يسبب لهم ضغوطات تزيد من معاناتهم وتذكرهم للحدث المؤلم مما يؤثر عليهم سلبا ويشعرهم بعدم الراحة.

❖ **المقترحات:**

1-جراء دراسة عن استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقته بالثقة بالنفس ، بالتحصيل الدراسية.

2-اجراء دراسة عن اساليب معاملة الوالدين وعلاقتها باستراتيجيات التنظيم الانفعالي .

المصادر العربية :

- الزوبعي، عبد الجليل، وبكر، محمد الياس، والناني ،ابراهيم عبد المحسن(1987):**الاختبارات والمقاييس النفسية** ،دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل.

- سلوم ،هناء عباس (2015):**استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقته بحل المشكلات** ،جامعة دمشق ،كلية التربية، قسم الارشاد النفسي.

- صبرينة ، أيت اعراب ،دليلة، زناد(2020):**اثر استراتيجيات التنظيم الانفعالي على نوعية الحياة لدى المصابات بسرطان الثدي وازواجهن اثناء فترة العلاج الكيميائي** ، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية ،العدد5.

- عبادي، عادل سيد (2015):**استراتيجيات التنظيم الانفعالي واضطراب الاكل لدى طالبات الجامعة** ،جامعة اسوان.

- عيسوي ، عبد الرحمن (1985) : **القياس والتجريب في علم النفس والتربية** ، دار المعرفة الجامعية ، بيروت ، لبنان.
- يعقوب، حيدر (2011) : **التنظيم الانفعالي للطلبة المتميزين في محافظة ديالى** ، المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين والمتفوقين بكلية التربية الأصمعي- جامعة ديالي بالعراق من 15-16 أكتوبر، 451-467.
-البطش ،محمد فريد ،فريد كامل ابو زينة (2007) :**مناهج البحث العلمي تصميم البحث و التحليل الاحصائي** ، دار المسرة ، عمان ، الاردن.
-الحارثي ،نورة دخيل الله علي(2021): **استراتيجيات التنظيم الانفعالي معرفيا وعلاقتها بالصمود الاكاديمي لدى طالبات جامعة الطائف**، جامعة الطائف ،مجلد 37،العدد الاول.
-الرفاعي، نعيمة جمال شمس(2011): **فاعلية برنامج معرفي سلوكي قائم على انعكاس الذات في تنظيم الانفعالات وخفض سلوك إيذاء الذات لدى عينة من طالبات الجامعة**، جامعة عين شمس - مركز الارشاد النفسي، مجلد 1،مصر.
-الزوبعي ،عبد الجليل ،واخرون(1981):**الاختبارات والمقاييس النفسية** ،دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل، العراق.
-السيد ،عبد المنعم عبد الله حسيب (2012):**الاستراتيجيات المعرفية في تنظيم الانفعال وعلاقته بأعراض القلق والاكتئاب لدى المراهقين والراشدين**، مجلة التربية ،جامعة الازهر، مصر ،العدد (51)، المجلد(3).
-الكبيسي، وهيب مجيد،(2010):**القياس النفسي بين التنظير والتطبيق**،ط1،العالمية المتحدة، بيروت، لبنان.
-ثورندايك، روبرت واليزابيت هيجن،(1989):**القياس والتقويم في علم النفس والتربية**،(ترجمة: عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس)،عمان :مركز الكتب الاردني.
-حسين ،نغم هادي (2019) :**مناهج البحث العلمي في التربية و علم النفس** ،الطبعة الاولى ، دار الصفاء للنشر و التوزيع – عمان ، الاردن.
-عثمان، فاروق السيد ،عبده، عبد الهادي السيد : (2002) ،**القياس والاختبارات النفسية**، القاهرة ، ط1، دار الفكر العربي.
-علام ،صلاح الدين محمود ،(1986):**تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي**، مطابع القبس التجارية ،الكويت.
-عليوة، سهام علي عبد الغفار(2018):**استراتيجيات تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين**، كلية التربية ،جامعة كفر الشيخ.
-عودة، احمد (2002) : **القياس والتقويم في العملية التدريبية** ، دار الامل للنشر والتوزيع ، الاردن
-عوض، عباس محمود،(1998):**القياس النفسي بين النظرية والتطبيق**، الاسكندرية ،دار المعرفة الجامعية.
-عيسوي ،عبد الرحمن محمد،(1999):**القياس والتجريب في علم النفس والتربية**، دار المعرفة الجامعية.
-فيركسون ،جورج(1991):**التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس**، ترجمة: هناء محسن العكيلي ،دار الحكمة ،بغداد ،العراق.

المصادر العربية:

-ملحم، سامي محمد(2006):**مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ،اربد الاردن.

المصادر الاجنبية :

-Gross, J. J. (1998**). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Review of general psychology**, 2(3), 271-299

- Mikolajczak (M), (2009**).Les compétences émotionnelles, paris : Dunod.**
-CHRISTOPHE (V) . (2009) . Evaluation de deux stratégies de regulation émotionnelle : suppression expressive et la réévaluation cognitive , Elsevier , Masson
-Israel , S . (2009) **Creative therapy and adolescents Creative Therapy and Adolescents : Emotion Regulation and Recognition in a Psycho Educational Group for 9th Grade Students** . Social Work Theses (47) , 1-43
-Chselli , E.E. (1981) : **theory of psychological measurement** . M. Grawhill - book CO ... New York
-Gross J.J. (2014) . **Handbook of emotion regulation** . (2nd ed .) New York : The Guilford Press.
- Campbell-Sills, L. Barlow, D. H., Brown, T. A., & Hofmann, S. G., (2006). Effects
-Gross, J. J., & John, O. P. (2003**). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. Journal of personality**
- Ochsner , kevin & Gross , james , (2008) , **Cognitive Emotion Regulation Insights From Social Cognitive and Affective Neuroscience** . Association for Psychological - Science : 17 (2) . Pp . 153-158
-Gross, J. J. (1998). **The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Review of general psychology**, 2(3), 271-299
-Diasa , P. , & Cadimeb , I. (2017) . **Protective factors resilience in adolescents : The mediating role of self - regulation . Educational Psychology** , 23 , pp : 37-43
-DESAUW (A) (2014) . **Stratégie de régulation émotionnelle des - praticiens lors de l'annonce d'une mauvaise nouvelle en cancérologie ,** France
diagnostique et statistique des troubles mentaux, Texte Révisé, Masson, Paris,2006
-CHRISTOPHE (V) . (2009) **. Evaluation de deux stratégies de regulation émotionnelle : suppression expressive et la réévaluation cognitive** , Elsevier , Masson
-Gross, J. J. (2001**). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. Current directions in psychological science,** 10(6), 214-219
-Gross, J. J. (2002**). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. Psychophysiology**, 39(3), 281-291
-Gross, J. J. (2008**). Emotion and emotion regulation: Personality processes and individual differences**. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), Handbook of Personality: Theory and Research (pp. 701–724). The Guilford Press
Ebel , R.L . (1972) **: Essentials of Educational Measurement** , New York , -U.S.A

- Anastasi , A. (1997) . **Psychological Testing .** (7 ed .) . New York Macmillan publishing co
and mood disorders. Behavior Research and Therapy, 44, pp: 1251–1263
-Fraenkel , J. R. & Wallen , N. E. (2006) . **How to Design and Evaluate Research in Education** , (6 ed .) . USA : Congress
-Barron, F. X., & Harrington, D. M. (1981**). Creativity, intelligence, and personality. Annual Review of Psychology**, 32, 439-476
Ebel , R.L . (1972) **: Essentials of Educational Measurement** , New York , --U.S.A
-Anastasi , A. (1976) : **Psychological Testing** , New York , Macmillan.
-Adams,g.s.(1964**) Measurement and evaluation Education Psychology and** -.**Guidanse** ,Hol-new york
-Carmines , E. G. , & Zeller , R. A. (1979) . **Reliability and Validity Assessment . London** : Sage publications SAGE , Beverly Hills
-Nunnally , J. C. , & Bernstein , I. H. (1994) **Psychometric Theory 3d ed .) USA : Congress**
of suppression and acceptance on emotional responses of individuals with anxiety
pp. 3-22). New York: The Guilford Press