إدارة الانفعالات و علاقتها ببعدي الانبساطية و العصابية لدى طالبات التعليم الثانوي بمدينة الخمس

*الدكتورة/عيادة مسعود عقوب

مقدمـــــــــة :

تلعـب الانفعـالات دورا مهمـاً في حيـاة الإنسـان ،فهـي تـؤثر في وظائفنـا الجسميـــــة والنفسية، و تتأثر بها، بل حتى على علاقاتنا الاجتماعية، فإذا عجز الإنسان عن إدارة انفعالاته بصورة بناءة فمن الممكن أن يؤدي ذلك إلى عديدٍ من الاضطـــــرابات الجسمية والنفسية والعقلية،ولقد أشار "لينفسون" (Levenson1994,p123) إلى أن انفعالاتنا تعلن عن موقفنا النفسي تجاه بيئتنا، وأنها تجذبنا تجاه بعض الأفرادأو الأشياء والأفكار، أو تنفرنا منهم، كما تساعدنا على تنظيم خبراتنا وتوجيه سلوكنا، فهي تحرض السلوك وتوجهه، أو تعيقه وتوقفه ،فمعظم سلوكنا يكون مصحوبا بحالة انفعالية وخبرة وجدانية من نوع ما، كما أن لها وظيفة مهمة في تفسير التواصل الاجتماعي بين الأفراد .

وتؤكد منال عبد الخالق جاب الله:(2006 ، 5)" أن الانفعالات مصدر لاستمرار الحياة وصنع القرار وحد فاصل بين السواء والمرض النفسي أو العقلي، كما أنها وسيلة الاتصال و التواصل ومن خلالها يتحقق الفهم والتعاطف و التقدير".

وتساعد إدارة الانفعالات الإنسان على التفكير الموضوعي الفعال، الذي يساعد بدوره على حل المشكلات المواكبة لحركة تفاعله مع نفسه والآخرين، ويرى ماير وسالوفي (Mayer,Salovey,1995,197) أن فعالية إدارة الانفعالات تبين إمكانية تحمل الفرد للمشاعر والانفعالات المختلفة وخاصة في الانفعالات السلبية، وتقبلها في الحالات الإيجابية، وتبين أيضا محاولة الفرد إصلاح المزاج السيئ بإحلال مزاج حسن بدلا منه، فهذه الفعالية تمكن الفرد من التعامل مع الأحداث الانفعالية الصادمة، بحيث يستطيع إدارتها في الذات والآخرين .

وبذلك يتضح أن الشخصية التي لديها القدرة على إدارة الانفعالات تستطيع أن تتفهم غيرها وتتواصل معهم، فهي شخصية تتبنى أو تعيش منظور الآخرين من خلال انتقال حالات الآخرين الانفعالية وهي شخصية متوافقة وقادرة على التكيف وتستطيع إحداث المواء مة مع الآخرين وهنا يمكن القول إن بعض سمات الشخصية قد تؤثر بالسلب أو الإيجاب على إدراك وإدارة الانفعالات، وهذا ما أشارت

* عضو هيئة تدريس بقسم التربية وعلم النفس –كلية الآداب زليتن –جامعة الأسمرية الإسلامية.

اليهعديد من الدراسات، ومنها دراسة ماير و سالوفي 1990فقد استخدما فيها سمتي "العصابية والانبساطية" كمحك للإدراك الانفعالي،وقد قاما باستخراجها من قائمة أيزنك، وقد أشارا إلى إن العصابية سمة مزاجية تجعل أصحابها يميلون إلى التكتيف أو التشويه الانفعالي، لذا فقد ترتبط بالإدراك الانفعالي، أما الانبساطية فقد افترضا أنها قد ترتبط بالإدراك الانفعالي بالنظر إلى ميل الشخص فيها للاجتماعية .(فريال عبدالرحمن : 2007 ، 5)، وقد أشار إيزنك في أكثر من موضع في مؤلفه "أبعاد الشخصية" إلى أن (العصابية – الاتزان الانفعالي) و (الانبساطية- الانطواء) هما البعدان الوحيدان الأكثر انتشارا وتكرارا في الثقافات المختلفة من الأبعاد الأخرى من الشخصية وهما اللذان وجدهما عديد من الباحثين المختلفين مثل دراسة: أحمد عبد الخالق، ودراسات إيزنك بأنهما أكثر الأبعاد أهمية في وصف السلوك الإنساني.(مجدي أحمد عبدالله :1996 ،ص19)، حيث تتكون الانبساطية من سمات أولية مثل :الميول الاجتماعية، والاندفاعية، والميل إلى المرح، والحيوية، والنشاط، والاستثارة، وسرعة البديهة، والتفاؤل .إن الانبساط مصطلح يدل على نموذج من الشخصية يتجه قليلاً أو كثيراً نحو العالم الخارجي، وكل شخص يمكنه أن يكون انبساطياً أو انطوائياً ،وبينت الدراسات ذات المستوى الواسع التي انصبت على موضوع الشخصية أن الانبساطي النموذجي اجتماعي، يحب الاجتماعات ولديه أصدقاء كثيرون وبحاجة إلى أن يتكلم، ولا يحب القراءة والدراسة وحده، إنه يقبل المخاطر، بل يبحث عنها؛ إذ يتصرف دون أن يمنح نفسه مهلة التفكير حين يتكلم، إنه اندفاعي، ويحب المزاح، وهو حاضر الجواب، غير مبالٍ، متفائل، يحب الضحك والتسلية، ويفضل الحركة والعمل .

وتشير العصابية إلى الاستعداد للإصابة بالاضطراب النفسي أي: العصاب، ولن يحدث العصاب الحقيقي إلا بتوافر درجة مرتفعة من العصابية والضغوط الشديدة نتيجة لحوادث وخبرات الحياة كخسارة مالية أو لاضطراب البيئة الداخلية كالإصابة بمرض مزمن ،ويميل ذوو الدرجات العليا في العصابية إلى أن تكون استجاباتهم الانفعالية مبالغ فيها ، ولديهم صعوبة في العودة إلى الحالة السوية بعد مرورهم بالخبرات الانفعالية ، وتتكرر الشكوى لديهم من اضطرابات بدنية من النوع البسيط، مثل :الصداع والأرق وآلام الظهر وغيرها ، كما يعانون من الهموم والقلق وغير ذلك من المشاعر الانفعالية الكريهة. (أحمد عبد الخالق:1993، ص 28- 29)

وتؤدي الشخصية العصابية بصاحبها إلى سوء التوافق النفسي، وهوما يؤثر تأثيراً سيئاً على قدرة الشخص على ممارسة حياة طبيعية مفيدة، ويعوقه ذلك عن أداء واجبه كاملاً والاستمتاع بالحياة .
(ندى إسماعيل: 2005 ، ص139)

انطلاقا مما سبق هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من طبيعة العلاقة بين بعدي الشخصية الانبساطية والعصابية وإدارة الانفعال لدى طالبات التعليم الثانوي. حيث إن الطلبة في التعليم الثانوي

حينما يواجهون مشكلة ما في مواقف التعليم الأكاديمي أو مواقف الحياة الاجتماعية، قد يتعاملون معها بطريقة سلبية وغير فعّالة ومثمرة، وقد يكون هذا نتاج عدم القدرة على التحكم بالانفعالات، حيث يتسم هؤلاء الطلبة بضعف الوعي بالمشاعر والأحاسيس المتعلقة بالذات، ويظهر هذا من خلال ضعف مهارة ضبط الانفعالات وإدارتها كما أن لغة التعاطف مع الآخر المحيط به قليلة جداً، نظرا لقلة المهارات الاجتماعية لديهم، إذ أن بواعث دافعية الطلبة لذواتهم منخفضة، في حين نجد على الناحية الأخرى أن هناك طلبة لديهم الوعي الذكي بأحاسيسهم ومشاعرهم، كما أنهم يمتلكون القدرة على ضبط انفعالاتهم والتعرف على انفعالات الآخرين واحتوائها، وإقامة العلاقات المختلفة مع الآخرين بمرونة. حيث يؤكد جولمان (Golman, 1995) بأن لدى الفرد عقلين، هما: العقل الوجداني، والعقل المنطقي، وبينهما تنسيق رائع، حيث إن المشاعر والأحاسيس ضرورية للتفكير، والتفكير ضروري للمشاعر والأحاسيس وتؤثر الحالة الانفعالية على الحالة العقلية وحين تهاجم الانفعالات التركيز فإنها تعطل القدرة العقلية وخاصة الذاكرة العاملة وهي القدرة على استحضار المعلومات التي ترتبط بالمهمة التي يواجهها الفرد إن اختلاف الطلبة في مهارة إدارة الانفعال قد يكون نتاج بعض سمات الشخصية التي يتسم بها الطلبة وهذه الدراسة تحاول بحث بعدي الشخصية العصابية والانبساطية وارتباطها بمهارة إدارة الانفعالات الشخصية وإدارة انفعالات الآخرين.

تحديد مشكلة الدراسة:

ونتيجة لما سبق تحددت مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيسي الآتي:

ما العلاقة بين إدارة الانفعال وبعدي العصابية والانبساطية لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي ؟

وللإجابة عن هذا السؤال الرئيسي كان لابد من الإجابة عن عدد من الأسئلة الفرعية التي تتخلص فيما يلي:

1. ما مستوى إدارة الانفعال لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي؟
2. ما مستوى الانبساطية لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي؟
3. ما مستوى العصابية لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي؟
4. هل توجد علاقة ارتباطيه بين إدارة الانفعال وبعدي العصابية والانبساطية عند عينة من طالبات مرحلة التعليم الثانوي؟

أهداف الدراسة:

1. الكشف عن مستوى إدارة الانفعال لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي.
2. الكشف عن مستوى الانبساطية لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي.
3. الكشف عن مستوى العصابية لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي.

4. الكشف عن العلاقة بين إدارة الانفعال وبعدي الانبساطية والعصابية لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي.

أهمية الدراسة:

1. قلة البحوث الليبية التي أجريت – في حدود اطلاع الباحثة – في مجال موضوع الدراسة الحالية .
2. تبرز أهمية هذه الدراسة كذلك في كون عينة الدراسة من الطالبات والمراهقات، وتعد مرحلة المراهقة مرحلة حرجة، لها أهميتها في تشكيل شخصية الفرد، فهي مرحلة البحث عن الذات وتحقيق الذات وفيها يتعرض بعض الطلاب لحالات من الاكتئاب؛ لما يعانون من صراع بين الدوافع من جهة وتقاليد المجتمع من جهة أخرى.
3. إن دراسة إدارة الانفعالات تساعد في مواجهة التغيرات الاقتصادية والصحية والثقافية والسياسية والبيئية، لأن هذه التغيرات لا تتطلب فقط امتلاك الأفراد مجموعة من القدرات العقلية، ولكن أيضا بعض المهارات الشخصية والتعامل بكفاية مع الآخرين ،وكذلك تزيد من وعيه بذاته وتحكمه وإدارته لانفعالاته الحياتية .

مفاهيم الدراسة:

1- إدارة الانفعالات (Managing emotions): تتضمن القدرة على إدارة المشاعر الذاتية ومشاعر الآخرين، وضبط الانفعالات والمشاعر السالبة وزيادة المشاعر السارة منها دون كبت أو إسراف. وتتضمن القدرة على الانفتاح على المشاعر ومراقبتها وتنظيمها بشكل كامل لتشجيع النمو الانفعالي والعقلي.

2- الانبساطية : تتضمن السمات الشخصية التي تركز على كمية وقوة العلاقات و التفاعلات الشخصية والاجتماعية والسيطرة الانفعالية الإيجابية، مستوى الطاقة والبحث عن الإثارة، كما ترتبط الانبساطية بالوجدان الإيجابي و تشمل الأبعاد التالية :(الدفء" المودة"- الاجتماعية- الحزم - النشاط - البحث عن الإثارة - الانفعالات الموجبة)

3- العصابية: تتضمن سمات عدم التوافق مثل: الذهانية، الكرب، إضافة للسمات الانفعالية و السلوكية السلبية من قلق، اكتئاب، وتؤثر العصابية بالوجدان السلبي . (القلق- الغضب- الاكتئاب - الوعي بالذات – الاندفاعية - القابلية للإنجراح).

التعريفات الاجرائية:

- **إدارة الانفعال:** هي مجموع الدرجات التي تتحصل عليها الطالبة بعد تطبيق مقياس إدارة الانفعال .
- **بعدي العصابية والانبساطية:** هما مجموع الدرجات التي تتحصل عليها الطالبة بعد تطبيق مقياس العصابية و الانبساطية .

منهج الدراسة وإجراءاتها:

أولاً : منهج الدراسة : اتبعت الباحثة في تنفيذ هذه الدراسة (المنهج الوصفي) وهو يعتمد على وصف الظاهرة المراد دراستها وتفسيرها، كما يهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الظواهر.

وترى الباحثة أن هذا المنهج يمكنها من إجراء دراستها التي تعتمد على جمع الحقائق وتنظيمها ومحاولة تفسير العلاقات القائمة بين إدارة الانفعال وبعدي العصابية والانبساطية .

ثانياً: عينة الدراسة:

1- **عينة التقنين :** تتكون من:(30) طالبة بالمرحلة الثانوية، وذلك للتحقق من صدق وثبات مقياس إدارة الانفعال ومقياس العصابية والانبساطية .

2- **عينة التطبيق :**اختبرت بطريقة العينة العشوائيةالبسيطة وتتكون من:(187) طالبة بالمرحلة الثانوية للعام الدراسي:(2010) بمدارس منطقة كعام بمدينة الخمس .

❖ **ثالثاً: أدوات الدراسة :**

أولا- مقياس إدارة الانفعال مقتبس من مقياس الذكاء الوجداني، إعداد: علاء الدين كفافي، و د.فؤاد الدواش .

❖ **صدق المقياس:** قامت الباحثة بحساب الصدق والثبات وإعادة تطبيق المقياس على البيئة الليبية.

- **الصدق الظاهري:** قامت الباحثة بعرض هذا المقياس على مجموعة من المحكمين من الخبراء وعلماء النفس؛ وذلك للحكم على صدق ما تقيسه فقرات المقياس، ولقد أجمع المحكمون على صدق المقياس، ولم تحدث فيه أي تعديلات.

- **الاتساق الداخلي:**

تم حساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للمقياس .

جدول رقم (1)

معاملات الارتباط بين الدرجة على كل عبارة والدرجة الكلية لبعد إدارة الانفعال

إدارة الانفعال			
الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
1	.352(**)	13	.245(**)
2	.250(**)	14	.401(**)
3	.399(**)	15	.563(**)
4	.360(**)	16	.439(**)
5	.260(**)	17	.515(**)
6	.499(**)	18	.309(**)
7	.294(**)	19	.345(**)
8	.232(**)	20	.296(**)
9	.164(*)	21	.518(**)
10	.377(**)	22	.402(**)
11	.454(**)	23	.444(**)
12	.179(*)	24	.387(**)

يتضح من الجدول السابق أن بعض معاملات الإرتباط دالة عند مستوى (0.01)، وبعضها الآخر دال عند مستوى (0.05) وهذا يؤكد الاتساق الداخلي لفقرات المقياس .

ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب الثبات باستخدام معامل ألفا ، **وكان معامل الثبات مرتفع حيث بلغ (0,73) وهذا يعكس** اتفاق وثبات استجابات المبحوثين على فقرات المقياس.

الأداة الثانية: مقياس العصابية والانبساطية مقتبس من مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية لـ(كوستا وماكري- Costa &McCrae) إعداد : هشام الحسيني ،يتكون من الأبعاد التالية :-

البعد الأول : العصابية: يقيس هذا العامل التوافق في مقابل عدم الثبات الانفعالي ويتكون عامل العصابية من ستة أبعاد هي :(**القلق ،والغضب، والاكتئاب، والوعي بالذات ،والاندفاعية، والقابلية للإنجراح ،والثقة بالنفس، والثرثرة، والتحكم في الانفعال)**

البعد الثاني : الانبساطية :- يقيس هذا العامل قوة التفاعلات الاجتماعية، ومستوى الأنشطة، والحاجة للإثارة، والقدرة على الابتهاج، والمرح ويوجد اتفاق على ستة مكونات للانبساط وهي :- **(الدفء "المودة"**، و**الاجتماعية**، و**الحزم**، و**النشاط** ، و**البحث عن الإثارة**، و**الانفعالات الموجبة)**

الدراسة الاستطلاعية: قامت الباحثة بإخضاع المقياس للدراسة الاستطلاعية وإعادة تقنينه على البيئة الليبية .

❖ **صدق المقياس:**

1- **الصدق الظاهري :** قامت الباحثة بعرض هذا المقياس على مجموعة من المحكمين، وذلك لتحقيق الأهداف التالية:(الحكم على مضمون الفقرات، الحكم على صياغة الفقرات ووضوحها- الحكم على صلاحية الفقرات)، وقد قامت الباحثة بإدخال التعديلات المتفق عليها التي كانت تتمثل في تعديلات يسيرة حول اللغة.

2- **الاتساق الداخلي:**

تم حساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول رقم (2)

معاملات الارتباط بين الدرجة على كل عبارة والدرجة الكلية لبعد العصابية

العصابية									
الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
1	.252(**)	17	.500(**)	33	-.174(*)	49	-.148(*)	65	.458(**)
2	.281(**)	18	.444(**)	34	.481(**)	50	.183(*)	66	.158(*)
3	.341(**)	19	.368(**)	35	.304(**)	51	.24(**)	67	.210(**)
4	.459(**)	20	.462(**)	36	.283(**)	52	-.171(*)		
5	.419(**)	21	.163(*)	37	.451(**)	53	-.186(*)		
6	.200(**)	22	.448(**)	38	.315(**)	54	.199(**)		
7	.153(*)	23	.278(**)	39	.380(**)	55	.326(**)		
8	.396(**)	24	.384(**)	40	.213(**)	56	.33(**)		
9	.320(**)	25	0.052	41	.163(*)	57	.307(**)		
10	.329(**)	26	.362(**)	42	.191(*)	58	0.126		
11	.366(**)	27	.386(**)	43	.340(**)-	59	0.094		
12	.204(**)	28	.237(**)	44	.261(**)	60	.313(**)		
13	.169(*)	29	.280(**)	45	-.232(**)	61	.263(**)		
14	.340(**)	30	-0.084	46	-.157(*)	62	.363(**)		
15	.452(**)	31	.293(**)	47	-.247(**)	63	.456(**)		
16	.489(**)	32	.212(**)	48	-.239(**)	64	.149(*)		

❖تشير إلى مستوى الدلالة (0.05) ❖❖تشير إلى مستوى الدلالة الاحصائية (0.01)

يتضح من خلال الجدول السابق معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد ،وعليه تم استبعاد العبارات ذات الارتباط غير الدال إحصائيا ، وبلغ عددها : (4)عبارات من بعد العصابية ،و هي (25 – 30 – 58 – 59) .

جدول رقم (3)

معاملات الارتباط بين الدرجة على كل عبارة والدرجة الكلية لبعد الانبساطية

الانبساطية					
الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
1	.170(*)	17	.244(**)	33	0.053
2	.337(**)	18	.251(**)	34	.569(**)
3	.196(**)	19	.171(*)	35	.260(**)
4	.281(**)	20	.154(*)	36	.309(**)
5	.411(**)	21	.176(**)	37	.266(**)
6	.243(**)	22	.279(**)	38	.341(**)
7	.238(**)	23	.501(**)	39	.284(**)
8	.305(**)	24	.408(**)	40	.179(*)
9	.188(**)	25	0.017	41	.265(**)
10	-.29.(**)	26	.335(**)	42	.495(**)
11	.183(*)	27	-0.085	43	.273(**)
12	.255(**)	28	.457(**)	44	0.053
13	.169(*)	29	.444(**)		
14	.344(**)	30	.430(**)		
15	.362(**)	31	.438(**)		
16	.307(**)	32	.146(*)		

يتضح من خلال الجدول السابق معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد، وعليه تم استبعاد العبارات ذات الارتباط غير الدال إحصائيا وبلغ عددها (3) عبارات لبعد الانبساطية، وهي: (25 – 27 – 33) .

❖- **ثبات المقياس:** قامت الباحثة بحساب الثبات باستخدام معامل ألفا وهو كالآتي:

جدول رقم (4) يوضح معاملات الثبات لبعدي الشخصية (الانبساطية والعصابية)

ت	البعد	ألفا
1	العصابية	0.71
2	الا	0.70

يتضح من خلال الجدول السابق أن درجات الثبات مرتفعة، وتعكس اتفاق وثبات استجابات المبحوثين على فقرات المقياس.

- **تصحيح المقياس:**

لتصحيح المقياس اتبعت الباحثة الخطوات الآتية:

1- حذف البنود التي تحتوي على أكثر من إجابة.

2- تحسب درجات كل مفردة بناءً على تحديد المفحوص للدرجة المقابلة لكل مفردة على النحو الآتي :

❖ أولاً: الدرجات في حالة البنود الإيجابية تكون على النحو الآتي :

أوافق، أوافق أحياناً، لا أوافق: (3 ، 2 ، 1)

❖ ثانياً :الدرجات في حالة العبارات السالبة تكون على النحو الآتي :

أوافق، أوافق أحياناً، لا أوافق: (1 ، 2 ، 3)

❖- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

1- معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياسين .

2- استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري .

3- استخدام معامل الارتباط (بيرسون) .

❖ نتائج الدراسة وتفسيرها والتوصيات والبحوث المقترحة :

الفرض الأول ونتائجه:

هل توجد مستويات مختلفة من إدارة الانفعال لدى طالبات التعليم الثانوي؟ وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة (المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والنسبة المئوية) و يوضح الجدول التالي النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الاحصائية .

جدول (5) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاستجابة لمقياس إدارة الانفعال

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النهاية العظمى	النسبة المئوية	تمكن /لا تمكن
إدارة الانفعال	6.10	3.65	16	38.13	لا تمكن

❖ يشير رمز(التمكن)إلى الوصول إلى النسبة المئوية للقطع (cut – off percent)80٪ ويزيد عنها وهي قضية اعتبارية وخلافية في الوقت ذاته، أما (اللاتمكن) هو عدم الوصول إلى النسبة المئوية للقطع . يوضح الجدول السابق أن متوسط (إدارة الانفعال) = 6.10 وانحراف معياري = 3.65 أما النسبة المئوية لإدارة الانفعال هي (13.38) لم ترق إلى مستوى التمكن أو الإتقان لأنها أقل من النسبة المئوية لحد القطع

تفسير نتائج السؤال الأول في ضوء المعيار محكي المرجع (النسبة المئوية):

يتم حساب النسبة المئوية من خلال المعادلة التالية:

النسبة المئوية = متوسط الدرجات التي حصلن عليها الطالبات عينة الدراسة

النهاية العظمى على الاختبار (محكي المرجع)

و من الطبيعي أنه كلما اقتربت هذه النسبة من: 100٪ دل ذلك على أقصى تعلم من أجل تحقيق التمكن . (رشدي فام منصور:1995م، 210–213)

و هناك رؤية أخرى تتعلق بالنسبة المئوية للقطع هي 80 ٪ من النهاية العظمى، بحيث يعدُّكل من وصل إلى هذه النسبة متمكنا ، (أي يقع داخل مستوى التمكن) وكل من لم يصل إليها غير متمكن (أي: يقع داخل مستوى اللاتمكن) بالنسبة لذلك النمط من الأداء (الاستجابة على اختبار ما)، ونؤكد على أن هذه النسبة المئوية القطعية هي نسب اعتبارية، قد تختلف من بلد إلى بلد ومن مادة إلى مادة .

وبالنظر إلى الجدول السابق يتضح أن مستوى الطالبات في إدارة الانفعال لم يرق إلى مستوى التمكن، وذلك بعد مقارنة المتوسطات الحسابية بالنسبة المئوية،لأنه لم يصل إلى نسبة حد القطع (80) أي: مازالت مهارة إدارة الانفعال تحتاج إلى تنمية واهتمام لتصل إلى أفضل مستوى، حيث نجد أن قيمة الانحراف المعياري كبيرة، لأنها بعيدة عن الصفر، وتدل على وجود تشتت كبير في الدرجات وهو ما يعني وجود تباعد بين الطالبات في إدارة الانفعالات، فهناك طالبات يتمتعن بإدارة الانفعال بطريقة أرقى من زميلاتهن من الطالبات ذوات إدارة الانفعال المنخفضة ، ومن تم فهناك فروق فردية كبيرة بين الطالبات داخل المدرسة في مستوى إدارة الانفعال، مما يجعل الحاجة ماسة لإمداد الطالبات ببرامج تدريبية لتنمية إدارة الانفعال لديهن، الأمر الذي قد ينعكس إيجاباً على أداء الطالبات ودافعيتهن للتعليم وقدرتهن على تحقيق الأهداف المرجوة منهن.

- **نتائج التحقق من التساؤل الثاني :** ينص السؤال على أنه (هل توجد مستويات مختلفة من العصابية لدى عينة من طالبات التعليم الثانوي؟.وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة (المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري – النسبة المئوية).

جدول(6) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاستجابة لبعد العصابية

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النهاية العظمى	النسبة المئوية	تمكن /لا تمكن
العصابية	138.38	13.51	187	74	لا تمكن

❖ **يشير رمز(التمكن)إلى الوصول إلى النسبة المئوية للقطع (cut – off percent)80٪ ويزيد عنها،وهي قضية اعتبارية وخلافية في الوقت ذاته ، أما (اللا تمكن) هو عدم الوصول إلى النسبة المئوية للقطع .**

يتضح من خلال الجدول السابق أن متوسط (العصابية) = 138.38 وانحرافها المعياري = 13.51و النسبة المئوية = 74

تفسير نتائج السؤال الثاني في ضوء المعيار محكي المرجع (النسبة المئوية) :

يتضح مما سبق أن مستوى العصابية لم ترق إلى حد التمكن؛ لأنها لم تصل إلى حد القطع (80٪)،وذلك لأن كل طالبة تقع بين طرفي العصابية (عناصر الاستقرار العاطفي وعناصر العاطفة السلبية)، (Lindsay Harie Rice,2007) و كذلك يتضح من الجدول أيضا أن قيم الانحراف المعياري كبيرة، وتدل على تشتت كبير في درجات الطالبات في استجاباتهن على مقياس العصابية، وهنا ترجح الباحثة أن الاختلاف في سمات الشخصية بين الطالبات قد يكون نتيجة طبيعية، وذلك لأن كل طالبة تعيش ظروفاً تربوية خاصة بها ومختلفة،خلقت لديها سمات معينة تميزها عن زميلاتها الأخريات.

جدول(7) يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية للاستجابة لبعد الانبساطية

ابعاد المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النهاية العظمى	النسبة المئوية	تمكن /لا تمكن
الانبساطية	97,60	9,40	114	85,61	تمكن

❖ يشير رمز(التمكن)إلى الوصول إلى النسبة المئوية للقطع (cut – off percent)80٪ ويزيد عنها،وهي قضية اعتبارية وخلافية في الوقت ذاته. أما (اللا تمكن) هو عدم الوصول إلى النسبة المئوية للقطع .

يتضح من خلال الجدول السابق أن متوسط (الانبساطية) = 97.60 وانحرافها المعياري = 9.40 ،وأن النسبة المئوية للانبساطية هي (85,61)، ومعنى هذا أن مستوى (الانبساطية) وصل إلى حد التمكن؛ لأنه فاق نسبة حد القطع (80٪)، إذا تجاوزنا عن حد الكمال إلى حد القطع ، وهذا يتفق مع تعدد زوايا الرؤى.

تفسير نتائج السؤال الثالث في ضوء المعيار محكي المرجع (النسبة المئوية) :

يتضح مما سبق أن مستوى الانبساطية لدى الطالبات وصل إلى حد التمكن لأنه فاق نسبة حد القطع (80٪) و هذا يعني أن كل طالبة تقع بين طرفي الانبساطية لديها توجه نشط نحو البيئة المحيطة و كذلك يتضح من الجدول أيضا أن قيم الانحراف المعياري كبيرة ، وتدل على تشتت كبير،في درجات الطالبات في استجاباتهن على بعد الانبساطية، وهنا ترجح الباحثة أن الاختلاف في سمات الشخصية بين الطالبات قد يكون نتيجة طبيعية، وذلك لأن

كل طالبة تعيش ظروفاً تربوية خاصة بها ومختلفة خلقت لديها سمات معينة تميزها عن زميلاتها الأخريات.

- **نتائج التحقق من السؤال الرابع:**

هل توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين إدارة الانفعال و بعدي الانبساطية و العصابية؟ وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل الارتباط (بيرسون)، ويوضح الجدول التالي النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية .

جدول (8) يوضح معاملات الارتباط بين إدارة الانفعال وبعدي الانبساطية والعصابية

الأبعاد	إدارة الانفعال
العصابية	0,057
الإنبساطية	0,085

يتضح من الجدول السابق أن العلاقة الارتباطية بين (العصابية) و(ادارة الانفعال) منخفضة جداً، فهي انخفضت عن مستوى الدلالة الإحصائية، حيث كان معامل الارتباط (0.057)

كما يتضح من الجدول السابق أيضاً عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين عامل (الانبساطية) و(إدارة الانفعال) حيث كان معامل الارتباط(0,085)

- **تفسير نتائج السؤال الرابع :**

أشارت نتائج الفرض الرابع إلى أن معامل الارتباط كان ضعيفاً لا يصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية.

ويمكن أن يعزى ذلك إلى أن الشخص العصابي يتميز بدرجة مرتفعة من القلق، وقدرته على تحمل الصراع ضعيفة، ويعجز عن التخلص من مشاعره السلبية، ويزداد توتره بسرعة، وهو غير متوافق شخصياً واجتماعيا، ويعاني قصوراً في قدرته على الضبط الانفعالي والتعبير عن نفسه وهو غير مستقر انفعاليا وسريع الاهتياج والثورة والغضب، ويقيس عامل العصابية التوافق في مقابل عدم الثبات الانفعالي، ويحدد الأفراد الذين لديهم أفكار غير واقعية، والاستجابات الاندفاعية وسوء التكيف، والمرتفع على هذا العامل قلق، عصبي، انفعالي، غير آمن ولديه وساوس، أما المنخفض فهو هادئ، مسترخ، وغير منفعل وجرئ، وآمن (هشام حبيب، 2004، 10).

❖- **سادساً : ملخص النتائج :-**

إجابة عن سؤلات الدراسة، توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج الآتية :

1- توجد مستويات مختلفة من إدارة الانفعال لدى طالبات التعليم الثانوي.

2- توجد مستويات مختلفة من العصابية لدى طالبات التعليم الثانوي.

3- توجد مستويات مختلفة من الانبساطية لدى طالبات التعليم الثانوي

4- عدم وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين (إدارة الانفعال) وكل من بعدي الشخصية :(العصابية و الانبساطية).

توصيات الدراسة: انطلاقا مما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج أمكن التوصل إلى بعض التوصيات التربوية يمكن تلخيصها فيما يلي:

1- ضرورة الاهتمام بالتربية الانفعالية لدى الأطفال والمراهقين منذ المراحل المبكرة في أعمارهم، بحيث تصبح جزءً أساسياً من المنهج الدراسي في المراحل المختلفة من التعليم بحيث لا يقتصر التعليم على الجوانب المعرفية فقط، بل يجب أن يمتد ليشمل الجوانب الوجدانية والانفعالية أيضاً من أجل تنشئة الفرد السوي عقلياً ونفسياً.

2- الاهتمام بضرورة توفير خلفية معرفية للوالدين، وذلك عن طريق عقد دورات تثقيفية لتوعية الآباء والأمهات والتعرف على مواهب وقدرات وانفعالات أطفالهم، وأساليب رعايتهم تربوياً ونفسياً، وتنمية قدراتهم لتحقيق التوافق النفسي لهم، وهوما يستدعى ضرورة تهيئة المناخ الأسري المناسب لنمو هذا الجانب لدى الأبناء من خلال تدريبهم على التعبير عن انفعالاتهم ومشاعرهم ومساعدتهم على حل مشكلاهم.

❖- **ثامناً : البحوث المقترحة :** استكمالا للجهد الذي بدأته الدراسة الحالية، وفي ضوء ما انتهت إليه هذه الدراسة من نتائج، استطاعت الباحثة أن تقدم بعض الموضوعات التي لاتزال في حاجة لمزيد من البحث والدراسة في هذا الميدان، وهي :-

1- إجراء البحوث عن تأثير كل من المنُاخ الأسري والمدرسي على انفعالات الأبناء.

2- إجراء بحوث مستقبلية عن بعدي العصابية والانبساطية وعلاقتهما بمتغيرات أخرى مثل: (البيئة الأسرية، والبيئة المدرسية، وبيئة المجتمع) .

المراجـــــــــــــع

أولاً / المراجع العربية.

1- أحمد عبد الخالق (1991): اختبار أيزنك للشخصية (كراسة التعليمات)، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية .

2- أحمد عبد الخالق (1993): اختبارات الشخصية ، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

3- فريال عبد الرحمن ثقبة الشنبري:(2007) ، الذكاء الوجداني وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، رسالة ماجستير .غير منشورة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة .

4- مجدي أحمد عبدالله (1996): علم النفس المرضي، دراسة في الشخصية بين السواء والاضطراب، الإسكندرية: دار المعرفة .

5- منال عبد الخالق جاب الله(2006) : سيكولوجية الذكاء الانفعالي :أسس وتطبيقات، الرياض: دار المؤيد للنشر .

6- ندى إسماعيل (2005): الامراض النفسية ،(موسوعة المعارف العامة)، بيروت: المركز الثقافي اللبناني .

7- - هشام حبيب الحسيني (2004): نموذج العوامل الخمسة للشخصية: التحليل النظري والقياس، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

8- يوسف سيلاني: (2000): الشخصية ، القاهرة: دار غريب.

ثانياً: / المراجع الأجنبية

1. Eysenck, H. J. (1982). Personality, Genetics and Behavior: Selected papers, New York. Praeger publishers.
2. Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1975). Manual of Eysenck Personality Questionnaire. Hoddor & Stoughton, London.
3. Lindley , L , D. (2001): personality , other dispositional variables , and human adaptability . Unpublished Ph . D. Thesis , University of lowa state.
4. Levenson ,R.W.(1994)"Human emotion : Afunction view .(In): Ekman , p,& Darison (Eds).The Nature of Emotion :fundamental Questions. New York Oxford University press.s
5. Paulhus, D. L. (1984). Two component models of socially desirable responding.
6. Journal of Personality and social Psychology, ,Norton , New York