ترجمة وتقنين مقياس التنظيم الانفعالي على عينة من البالغين في المجتمع السعودي

Translation and Validation of Emotional Regulation Questionnaire with a Sample of Adults in Saudi Society

إعداد

فاطمة محمد الشهري

Fatimah Mohammed Alshehri

عضو هيئة تدريس وطالبة ماجستير بقسم علم النفس، جامعة الملك عبد العزيز

اريج أحمد الرحماني

Areej Ahmed Alrhmani

طالبة ماجستير بقسم علم النفس، جامعة الملك عبد العزيز

إيمان علي المحمدي

Iman Aly Almohammadi

عضو هيئة تدريس بقسم علم النفس، جامعة الملك عبد العزيز

Doi: 10.21608/jasep.2025.418604

استلام البحث : ١٥ / ٢ /٢٠٢٥

قبول النشـــر: ١٦ / ٣ / ٢٠٢٥

الشهري، فاطمة محمد و الرحماني، اريج أحمد و المحمدي، إيمان علي (٢٠٢٥). ترجمة وتقنين مقياس التنظيم الانفعالي على عينة من البالغين في المجتمع السعودي. ***المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية***، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٩(٤٧)، ٥٢٧ ـ ٥٥٦.

http://jasep.journals.ekb.eg

ترجمة وتقنين مقياس التنظيم الانفعالي على عينة من البالغين في المجتمع السعودي

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى ترجمة وتقنين مقياس التنظيم الانفعالي من إعداد (Gross & John, 2003) على عينة من المجتمع السعودي (ن= 350)، وإلى الكشف عن مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي ، وكذلك الكشف عن الفروق في مستوى استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي وفقاً لعدة متغيرات: (الجنس - العمر - منطقة الإقامة - الترتيب داخل الأسرة - المؤهل التعليمي). استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن. وقد توصلت النتائج إلى تمتع المقياس بقدر عالٍ من الصدق والثبات، حيث أظهرت نتائج التحليل العاملي التوكيدي المتعامد مستوى مرتفع من المطابقة حيث ظهرت قيمة CFI (0.94). بينما جاءت قيمة REMSEA (0.058). كما تراوح تشبع فقرات المقياس على العوامل الكامنة بين (0.40-0.73) بالنسبة لاستراتيجية إعادة التقييم المعرفي و(0.50-0.80) لاستراتيجية القمع التعبيري. وأظهرت أيضاً نتائج ثبات ألفا كرونباخ تمتع المقياس بثبات جيد (0.70). كما وتوصلت النتائج إلى تمتع عينة الدراسة بمستوى مرتفع في استراتيجيات التنظيم الانفعالي، وإلى وجود فروق دالة إحصائياً في التنظيم الانفعالي وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور في استراتيجية القمع التعبيري بينما لا توجد فروق في استراتيجية إعادة التقييم المعرفي، وإلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في استراتيجيات التنظيم الانفعالي تعزى للعمر ومنطقة الإقامة والترتيب داخل الأسرة والمؤهل التعليمي. وبناء على نتائج الدراسة أوصت الباحثات بقيام المختصين في مجال الإرشاد النفسي بإقامة دورات وبرامج تدريبية مجانية لتعليم الأفراد كيفية تنظيم انفعالاتهم.

الكلمات المفتاحية: القمع التعبيري، إعادة التقييم المعرفي، الخصائص السيكومترية، الفروق الديموغرافية.

Abstract:

The current study aimed to translate and validate the emotional regulation scale developed by (Gross & John, 2003) with a sample of adults in Saudi society (n = 350), and to examine the level of emotional regulation strategies, as well as to reveal the differences in the level of using emotional regulation strategies according to (gender, age, area of residence, birth order, and educational qualification). The study used the

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

descriptive comparative method. The results showed that the scale has high levels of validity and reliability, as the results of the orthogonal confirmatory factor analysis showed the CFI value (0.94), the value of REMSEA (0.058). The items loadings ranged between (0.73-0.40) for the Cognitive reappraisal strategy and (0.80-0.50) for the expressive suppression strategy. Cronbach's alpha reliability (0.70). The results showed that high levels of emotional regulation strategies, there were statistically significant differences in emotional regulation according to the gender in favor of males in the expressive suppression strategy, while there were no differences according to gender in the Cognitive reappraisal strategy. Also, there were no differences in emotional regulation strategies due to age, area of residence, birth order, and educational qualification. Based on the results of the study, the researchers recommended that specialists in the field of psychological counseling establish free courses and training programs to teach individuals how to regulate their emotions.

Keywords: Expressive Repression, Cognitive Reappraisal, Psychometric Properties, Demographic Differences.

مقدمة:

قال ﷺ: " ليس الشديد بالصُّرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب "رواه البخاري ومسلم (ابن الأثير، 1971).

يواجه الفرد العديد من المواقف العصيبة في حياته، والتي تكون مصحوبة بمشاعر مختلفة، قد تؤثر فيه وفي الآخرين، وقد تُثير انفعالاته في موقف ما. كما أن الأفراد يختلفون في كيفية تعاملهم مع المواقف الانفعالية وطريقة تعبيرهم عنها، تبعًا لما يمتلكونه من مهارات واستراتيجيات وتجارب قد مروا بها (خصاونة، 2020).

فالانفعالات تعدُّ من الجوانب الحيوية في الشخصية؛ لما لها من دور مهم في سلوك الفرد. فهي إما أن تصف السلوك بالسواء، أو أن تصفه بالاضطراب، وفقًا لمستوياتها ومقدار مناسبتها للموقف كما أنها تعدّ ضرورة من ضروريات الحياة

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

اليومية للفرد؛ إذ هي التي تقوده وتوجّه قدراته وتتحكّم في قراراته؛ لذلك فمن الضروري توافر قدر وافٍ من المهارات والاستراتيجيات؛ بغرض مساعدته على تنظيم انفعالاته وردود أفعاله في تلك الأحداث التي تنتج من التفاعل والتواصل مع الآخرين والبيئة المتصلة به (خصاونة، 2020؛ سلوم، 2015).

ولعل حاجة كل فرد إلى التعامل مع انفعالاته ومواجهتها، وتوظيف أفكاره ومعارفه والتحكم فيها؛ استدعت ظهور مصطلح التنظيم الانفعالي، الذي يصف طريقة الأفراد في مواجهة الانفعالات المتمثّلة في اتجاهين، الأول: (تأثر الفرد بانفعالاته الخاصة)، والثاني: (تأثره بانفعالات الآخرين) (يعقوب، 2011).

ويعدّ التنظيم الانفعالي جزءًا مهمًّا في تفسير الاستجابات الانفعالية المعقّدة، ويدلّ على العديد من العمليات والاستراتيجيات التي يبتغي الفرد من خلالها إعادة توجيه وضبط تدفّق الانفعالات التي تمرّ به، ويشمل ذلك زيادة الانفعالات الإيجابية والسلبية سواء بسواء، أو خفضها أو الحفاظ عليها. فلكل فرد مهارات انفعالية ومعرفية وسلوكية تنظّم وتسيطر على التعبيرات الناتجة من تواصل الفرد مع الآخرين (بلحسيني وبوسعيد، 2017؛ Koole, 2009).

وتبرز أهمية التنظيم الانفعالي في تحديد شخصية الفرد، والطريقة التي يتفاعل بها مع المواقف والأحداث والأشخاص، وفي تحديد قيمته الاجتماعية ودفعه نحو الإنجاز والنشاط. كما يؤدي دورًا مهمًّا في تزويد الفرد بالفرح والسرور، ومساعدته على التخلّص من التوتر والقلق (الزحراوي، 2018).

وقد اهتمت العديد من الدراسات بقياس متغيّر التنظيم الانفعالي، كدراسة عفانة (2018)، التي قامت بتقنينه على البيئة الفلسطينية، ودراسة سلوم (2015) التي قننته على البيئة السورية، كما وقنّنت دراسة حسن (2017) مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي على البيئة المصرية. إلا أن الباحثات لاحظن -في حدود اطلاعهن على قواعد البيانات- ندرة في المقاييس التي قد أُعدّت أو قُنّنت على البيئة السعودية.

وتبعًا لأهمية تنظيم الانفعالات، وما ينتج عنه من آثار إيجابية وسلبية في كثير من العمليات النفسية؛ ركّزت الدراسة الحالية على دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي لدى الأفراد البالغين في المجتمع السعودي، والتي قد تُسهم نتائجها في مساعدة المرشدين والأخصائيين النفسيين على التّعرّف على مستوى التنظيم الانفعالي لدى الأفراد.

مشكلة البحث:

يعدُّ التنظيم الانفعالي من أهم مُتغيّرات الشخصية؛ لكونه صفة من صفات الأفراد المتسمين بقدرتهم على تحمّل الإحباط، ومعـــالجة المشاكل الحياتية بشجاعة،

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

وتمتّعهم بالكفاءة في تعاملهم مع البيئة الاجتماعية والمادية والانتفاع مـــن قدراتهم وطاقاتهم؛ بما يحقّق التوافق والسعادة لهم وللمجتمع المحيط بهم (محمد وآخرون، 2020).

وعلى الرغم من الأهمية البالغة للتنظيم الانفعالي في تحقيق الرضا الاجتماعي؛ إلا أن الأشخاص لا يستخدمون الاستراتيجيات ذات الفعالية الأكبر بشكل منظم لتعديل استجاباتهم إزاء المواقف المختلفة. إذ أصبح التنظيم الانفعالي تحديًّا في ظل الظروف الراهنة من تفشي المشكلات النفسية وانتشارها، كالاكتئاب والقلق والانحراف بكل أنواعه. فالمستوى المنخفض من الاستقرار الانفعالي يؤثر سلباً على التفاعل والاتصال الاجتماعي السليم مع الآخرين؛ وبالتالي تتأثر صحة الفرد النفسية وتتبدّد طاقته ويهدرها بما يعود عليه وعلى مجتمعه بالضرر. (بلحسيني وبوسعيد،2017؛خوالدة، 2004؛ محمد وآخرون، 2020).

ولما كانت الاضطرابات النفسية والأمراض العصبية واحدة من المشكلات المسبّبة للأعباء على الأشخاص والأسر والمجتمعات في مختلف النواحي الصحية والاجتماعية والاقتصادية؛ وجبت الإشارة إلى جهود المملكة العربية السعودية في اهتمامها بتحقيق الصحة النفسية لأفراد المجتمع. حيث كفلت حقّ الرعاية الصحية النفسية، الذي يهدف إلى تنظيم وتعزيز الرعاية الصحية النفسية اللازمة بوصفها جزءًا تكامليًّا مع الصحة العمومية، ووضعت خططًا للوقاية الفعّالة من مخاطر الاضطرابات النفسية، كما أسهمت في تعزيز الوصول إلى حياة أفضل (وزارة الصحة، 2021).

ونظرًا لشحّ الدراسات التي اهتمت بدراسة الخصائص السيكومترية للتنظيم الانفعالي، وسعيًا للمساهمة في تحقيق أهداف المملكة العربية السعودية في مجال الرعاية النفسية؛ سلّطت الدراسة الحالية الضوء على متغيّر التنظيم الانفعالي، من خلال تقنين مقياس يُسهم في التّعرُّف عليه، وفحص مستواه عند فئة البالغين.

وفي ضوء ما سبق؛ تتلخّص مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

١- ما مؤشرات الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي لدى عينة من المجتمع السعودي؟

٢- ما مستوى التنظيم الانفعالي باستراتيجيتيه (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي؟

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزى لـمُتغيّر النوع (ذكر-أنثى)؟

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر العمر (18 – 29، 30 فأكثر)؟

٥- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر منطقة الإقامة (داخل منطقة مكة المكرمة-خارج منطقة مكة المكرمة)؟

٦- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر الترتيب داخل الأسرة (الأكبر-الأوسط-الأصغر)؟

٧- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر المؤهل التعليمي (شهادة الثانوية العامة- شهادة جامعية "بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه")؟

أهداف البحث:

١- التحقّق من الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي باستراتيجيتيه (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي.

٢- التّعرُّف على مستوى التنظيم الانفعالي باستراتيجيتيه (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي.

٣- الكشف عن الفروق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر النوع (ذكر-أنثى).

٤- الكشف عن الفروق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر العمر (*18 – 29، 30* فأكثر).

٥- الكشف عن الفروق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر منطقة الإقامة (داخل منطقة مكة المكرمة-خارج منطقة مكة المكرمة).

٦- الكشف عن الفروق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر الترتيب داخل الأسرة (الأكبر-الأوسط-الأصغر).

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

٧- الكشف عن الفروق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيِّر المؤهل التعليمي (شهادة الثانوية العامة- شهادة جامعية "بكالوريوس، ماجستير، دكتوراه").

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية

١- تكتسب هذه الدراسة أهميتها النظرية من أهمية الموضوع الذي تناولته، حيث تناولت متغيّر التنظيم الانفعالي، الذي يعدُّ جزء هام في تفسير الاستجابات الانفعالية، ويلعب دور كبير في مساعدة الشخص على التخلص من المشاعر السلبية كالتوتر والقلق.

الأهمية التطبيقية

١- إثراء المكتبات العربية بمقياس حديث يتناول متغيّر التنظيم الانفعالي، عُرّب وقُنّن على البيئة السعودية؛ لتطوير مجال البحث العلمي بشكل عام.

٢- تقديم توصيات واقتراحات للجهات ذات العلاقة، عن طريق تقديم خدمات مساندة توعوية وتثقيفية لأفراد المجتمع بأهمية التنظيم الانفعالي.

٣- استخدام أداة الدراسة التي عُرّبت وقُنّنت في دراسات بحثية قادمة، وتعديلها بما يتناسب مع طبيعة البيئة التي ستُجرى فيها الدراسة.

محدّدات الدراسة:

تتحدّد الدراسة بالحدود الآتية:

١- الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة الحالية على ترجمة مقياس التنظيم الانفعالي وتقنينه، والتّعرُّف على مستوى التنظيم الانفعالي لدى عينة من المجتمع السعودي، والفروق في مستوى التنظيم الانفعالي حسب متغيرات: الجنس، والعمر، ومنطقة الإقامة، والترتيب داخل الأسرة، والمؤهل التعليمي.

٢- الحدود البشرية : طُبّقت الدراسة على عينة من المجتمع السعودي الذين تبلغ أعمارهم ثمانية عشر عامًا وأكثر.

٣- الحدود المكانية : طُبّقت الدراسة في المملكة العربية السعودية.

٤- الحدود الزمانية : طُبّقت الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني لعام ١٤٤٣/2022م

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

مصطلحات البحث:

التنظيم الانفعالي Emotion Regulation:

التعريف الاصطلاحي: يعرف أنه "نوع من التنظيم الذاتي الذي يشتمل على عمليات السيطرة، والتقييم، وردود الأفعال التكيفية الانفعالية التي تسهم في تحقيق الأهداف الشخصية" (Danisman., et al, 2016, 538).

التعريف الإجرائي: تبنت الباحثات تعريف (Groos & John, 2003) بأنه " قدرة الفرد على ضبط انفعالاته والتعامل معها، وإظهار سلوكيات مناسبة وتوجيهها بهدف العمل على تحقيق هدف معين". ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المشارك من خلال إجابته على فقرات مقياس التنظيم الانفعالي في الدراسة الحالية.

الدراسات السابقة

تناولت الباحثات فيما يأتي الدراسات السابقة ذات العلاقة بمُتغيّر التنظيم الانفعالي، حيث رُتّبت زمنيًّا من الأقدم إلى الأحدث.

دراسة (Anrdés et al., 2013). هدفت إلى الكشف عن تأثير العمر في استراتيجيات التنظيم الانفعالي، وتمثّلت عينتها في (148) مشاركًا، تتراوح أعمارهم بين (18-80)، قُسموا إلى ثلاث فئات عمرية، وهي: فئة البالغين الصغار بلغ عددهم (86)، وفئة البالغين بمنتصف العمر بلغوا (33)، وأخيرًا فئة البالغين كبار السن، حيث كان عددهم (29) فردًا. كما استخدمت الدراسة استبانة التنظيم الانفعالي لجمع البيانات، وتوصّلت إلى وجود فروق في استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي تُعزَى للفئة العمرية، حيث كان استخدام استراتيجية إعادة التقييم المعرفي أعلى في فئة منتصف العمر، أما في استراتيجية القمع التعبيري؛ فكانت لصالح فئة كبار السن.

دراسة (غانم ونوري، 2013). هدفت إلى الكشف عن استراتيجيات التنظيم الانفعالي وصعوباته لدى طلبة الجامعة المستنصرية، وتمثّلت عينتها في (275) طالبًا وطالبة. كما أُستخدم مقياس التنظيم المعرفي للانفعال، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، من ترجمة الباحثتين. وكان من أبرز نتائجها: عدم وجود صعوبات في التنظيم المعرفي للانفعال لدى طلبة الجامعة، عدا صعوبة المشاركة في أسلوب موجّه، وتوصّلت نتائجها أيضًا إلى استخدام الطلبة للاستراتيجيات المعرفية؛ بهدف تنظيم انفعالاتهم.

دراسة (حسن، 2017). هدفت إلى الكشف عن البنية العاملية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، والتحقّق من خصائصه السيكومترية، بعد ترجمته إلى اللغة العربية. وقد طُبّق مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي على عينة تكوّنت من (364) طالبًا وطالبة، من طلبة كلية التربية بجامعة الزقازيق بمصر. وتوصّلت

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

نتائجها إلى تمتّع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات، وبدرجة جيدة من صدق البناء والصدق التلازمي، كما أشارت نتيجة التحليل العاملي التوكيدي إلى تشبّع عبارات المقياس بـ(٦) العوامل الأصلية للمقياس.

دراسة (عبد القادر، 2018). هدفت إلى التّعرُّف على العلاقة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ومستويات الضغط النفسي والقلق والاكتئاب، والكشف عن الفروق في ممارسة استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، تبعًا لـمُتغيّرات: الجنس، والعمر، والمؤهل التعليمي لدى عينة من الراشدين والشباب، ممن بلغت أعمارهم الثامنة عشرة وأكثر، وبلغ عددهم (205) أفراد من أفراد منطقة المركز بفلسطين. كما أُستخدم مقياس الاكتئاب-القلق-الضغط، ومقياس التنظيم المعرفي الانفعالي الذي تُرجم من قِبل الباحث؛ لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي الارتباطي. وكان من أبرز نتائجها: وجود علاقة إيجابية بين استراتيجيات التفكير الكارثي ولوم الذات والاجترار، وبين مستويات الضغط النفسي والاكتئاب والقلق، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي؛ ترجع إلى مُتغيّرات: الجنس، والعمر، والمؤهل التعليمي.

دراسة (عبادي وآخرون، 2019). هدفت الدراسة إلى ترجمة مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، والتأكد من خصائصه السيكومترية على طلبة الجامعة في البيئة العربية، والكشف عن الفروق في الجنس لدى طلبة جمهورية مصر والمملكة العربية السعودية. وتكوّنت عينة الدراسة من (646) طالبًا وطالبة طُبّق عليهم مقياس صعوبات تنظيم الانفعال. وتوصّلت نتائج الدراسة إلى تمتّع المقياس بمستوى مرتفع من الثبات والصدق، ووجود فروق دالة إحصائيًّا بين الذكور والإناث في أبعاد: عدم القبول، والأهداف، والاستراتيجيات، والوضوح؛ لصالح الإناث، وفي بُعد الاندفاع؛ لصالح الذكور.

دراسة (عبد الهادي، 2019). هدفت إلى التّعرُّف على مستوى تنظيم الانفعال بين الأفراد لدى عينة من طلبة جامعة الفلاح بدولة الإمارات العربية المتحدة، والبالغ عددهم (230) طالبًا وطالبة، وسعت إلى الكشف عن الفروق في مستوى التنظيم الانفعالي تبعًا لـمُتغيّرات: الجنس، والسنة الدراسية، والتخصص. كما استخدمت الدراسة مقياس التنظيم الانفعالي؛ لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي. وكان من أبرز النتائج التي توصّلت إليها: أن درجة التنظيم الانفعالي متوسطة عند طلبة جامعة الفلاح، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًّا في درجات الأبعاد (الأخذ في الحسبان وجهة نظر الطرف الآخر- التهدئة- النمذجة الاجتماعية)؛ ترجع إلى كل من مُتغيّرات: الجنس، والتخصص، والسنة الدراسية.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

دراسة (مرعي، 2019). هدفت إلى الكشف عن مستوى التنظيم الانفعالي والقلق لدى عينة مكونة من (400) طالباً وطالبة من طلبة جامعتي الاستقلال والقدس، والتعرف على الفروق في مستوى التنظيم الانفعالي والقلق تبعاً لمتغير الجنس وترتيب الفرد داخل الأسرة. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي واستخدمت مقياس التنظيم الانفعالي ومقياس القلق لجمع البيانات. وكان من أبرز نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنظيم الانفعالي والقلق؛ تعزى لمتغير الجنس وترتيب الفرد داخل الأسرة، كما توصلت إلى أن مستوى كلاً من التنظيم الانفعالي والقلق جاء متوسطاً لدى طلبة الجامعة.

دراسة (الندابي، 2019). هدفت إلى التّعرُّف على استراتيجيات التنظيم الانفعالي، وعلاقتها بقلق الاختبار لدى عينة من طلبة جامعتي السلطان قابوس بسلطنة عمان، وجامعة محمد الأول في المملكة المغربية، والكشف عن الفروق بينهما تبعًا للبيئة الجغرافية. وقد تمثّلت العينة من (419) طالبًا وطالبة، بواقع (223) طالبًا وطالبة من جامعة السلطان قابوس، و(196) طالبًا وطالبة من جامعة محمد الأول. وقد استخدم الباحث مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، ومقياس قلق الاختبار. وكان من أبرز نتائجها: وجود علاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي وقلق الاختبار، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الانفعالي بين البيئة العُمانية والبيئة المغربية؛ لصالح البيئة العُمانية.

دراسة (حمد الله، 2020). هدفت إلى الكشف عن مستوى التنظيم الانفعالي لدى مديري المدارس الخاصة في عمان، ومعرفة العلاقة بين درجة ممارستهم للتنظيم الانفعالي، ودرجة ممارستهم للسلوك الإداري غير المرغوب من وجهة نظر المعلمين. وتمثّلت عينتها في (204) معلمين ومعلمات، وأُستخدم مقياس التنظيم الانفعالي، ومقياس السلوك الإداري غير المرغوب لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي الارتباطي. وكان من أبرز نتائجها: ارتفاع مستوى التنظيم الانفعالي في المدارس الخاصة بعمان، ووجود علاقة سالبة دالة إحصائيًّا بين التنظيم الانفعالي والسلوك الإداري غير المرغوب فيه.

دراسة (Foroughi et al., 2021). هدفت إلى التحقّق من الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي - بعد ترجمته إلى اللغة الفارسية- لدى (348) طالبًا وطالبة من جامعتي طهران وشهيد بهشتي للعلوم الطبية. وتوصّلت نتائج الدراسة إلى أن الذكور يستخدمون استراتيجية القمع التعبيري أكثر من الإناث، كما أشارت نتائج التحليل العاملي إلى تشبّع (6) عبارات من العبارات العشر للمقياس، بعامل إعادة التقييم المعرفي، وتشبّع (3)عبارات بعامل القمع التعبيري، مع استبعاد

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

العبارة رقم (9) لتشبّعها العالي لكل من عامل إعادة التقييم المعرفي، وعامل القمع التعبيري. كما توصّلت النتائج إلى تمتّع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة فيما يتعلّق بالصدق والثبات.

تعقيب على الدراسات السابقة

من حيث الأهداف:

تنوّعت أهداف أغلب الدراسات السابقة التي تناولت متغيّر التنظيم الانفعالي بين الكشف عن الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي، كدراستي (حسن، 2017) و(عبادي وآخرون، 2019)، وبين التّعرُّف على مستوى التنظيم الانفعالي، كدراستي (حمد الله، 2020)، و(عبد الهادي، 2019). بينما هدفت الدراسة الراهنة إلى ترجمة مقياس التنظيم الانفعالي وتقنينه على البيئة السعودية، والكشف عن الفروق في ممارسة استراتيجياته حسب متغيّرات: النوع، والعمر، ومنطقة الإقامة، والترتيب داخل الأسرة، والمؤهل التعليمي.

من حيث العينة:

اتفقت معظم الدراسات السابقة من حيث العينة المُستخدمة - وهم طلبة الجامعة- فيما اختلفت دراسة (حمد الله، 2020) في اختيارها للمعلمين، واختلفت دراسة (عبد القادر، 2018) في اختيارها الراشدين والشباب عينة للدراسة، بينما ركّزت الدراسة الحالية على البالغين من المجتمع السعودي.

من حيث الأدوات:

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث اعتمادها على الاستبانة أداة أساسية لجمع البيانات.

من حيث المنهج:

اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في اعتمادها على المنهج الوصفي باختلاف أنواعه.

إجراءات البحث

- **منهج البحث:**

استخدمت الباحثات المنهج الوصفي المقارن (مليح والعسولي، 2020)؛ لمناسبته مع طبيعة هذه الدراسة.

- **مجتمع البحث وعينته:**

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع الأفراد البالغين في المملكة العربية السعودية، والبالغ عددهم (24,050,431) نسمة (الهيئة العامة للإحصاء، 2020). وقد جُمعت عينة عشوائية من الأفراد الذين تبلغ أعمارهم (18) عامًا وأكثر (ن=

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

350)، تتراوح أعمارهم من (18) إلى (60) عامًا (سَ = 23.95؛ ع = 6.10) من مختلف مناطق المملكة العربية السعودية، من خلال إنشاء استبانة إلكترونية وإرسالها إلى المشاركين عبر مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة. كما أُخذت موافقة إلكترونية للمشاركين قبل البدء في الإجابة عن الاستبانة. وقد قُسّمت العينة الكلية إلى عينات فرعية حسب بعض المُتغيّرات الديموغرافية: الجنس (ذكور، إناث)، العمر (18-29، ٣٠ فما فوق)، منطقة الإقامة (داخل منطقة مكة المكرمة- خارج منطقة مكة المكرمة)، الترتيب داخل الأسرة (الأكبر، الأوسط، الأصغر) والمؤهل التعليمي (شهادة الثانوية العامة، شهادة جامعية" بكالوريوس – ماجستير - دكتوراه").

جدول (١) الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة (ن= ٣٥٠)

المتغير	النوع	ن	%
الجنس	أنثى	244	69.70
	ذكر	106	30.30
العمر	عمر 18-29	304	86.90
	فما فوق30	46	13.10
الترتيب داخل الأسرة	الأكبر	79	22.60
	الأوسط	208	59.40
	الأصغر	63	18.00
المؤهل التعليمي	شهادة الثانوية العامة	131	37.40
	شهادة جامعية (بكالوريوس- ماجستير- دكتوراه)	219	62.60
منطقة الإقامة	داخل منطقة مكة المكرمة	261	74.60
	خارج منطقة مكة المكرمة	89	25.40

- أدوات البحث:

تشمل استبانة البيانات الديموغرافية، ومقياس التنظيم الانفعالي.

أولًا- استبانة البيانات الديموغرافية

تضمّ أسئلة عن: الجنس، والعمر، ومنطقة الإقامة، وترتيب الفرد داخل الأسرة، والمؤهل التعليمي.

ثانياً- مقياس التنظيم الانفعالي

-وصف المقياس

أعدّه (Gross & John, 2003) وهو استبانة تقييم ذاتي من (10) عبارات، موضوعة على سلم ليكرت السباعي، ويتكوّن من مقياسين صُمّما لقياس ميل المستجيبين إلى تنظيم انفعالاتهم باستخدام استراتيجيتين:

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

١- إعادة التقييم المعرفي: وهي استراتيجية تحدث مبكرًا قبل أن تتولّد الاستجابة الانفعالية بالكامل، وتتضمّن إعادة هيكلة الموقف الانفعالي معرفيًّا، وتشمل: تفسير الموقف بطريقة تقلّل من تأثيره الانفعالي السلبي (العبارات: 1، 3، 5، 7، 8، 10).
٢- القمع التعبيري: وهي استراتيجية تركّز على الاستجابة، وتحدث متأخرًا في عملية التوليد الانفعالي، وتشمل التحكّم في الانفعالات بعدم التعبير عنها (العبارات: 2، 4، 6، 9).

-إجراءات تصحيح المقياس:

اشتمل المقياس على فقرات موجبة فقط، وتتراوح درجات الاستجابة على مقياس إعادة التقييم المعرفي ما بين (6-42)، وعلى مقياس القمع التعبيري ما بين (4-28)، حيث تُشتق درجتان منفصلتان لهاتين الاستراتيجيتين التنظيميتين، وتتم الإجابة في سبعة مستويات: (لا أوافق بشدة= 1)- (لا أوافق= 2)- (لا أوافق إلى حد ما= 3)- (محايد= 4)- (أوافق إلى حد ما= 5) -(أوافق= 6)- (أوافق بشدة= 7). وتشير الدرجة المرتفعة إلى استخدام أعلى لتلك الاستراتيجية التنظيمية.

-الخصائص السيكومترية للمقياس في صورته الأصلية:

بلغ معامل ألفا كرونباخ (0.79)، بالنسبة للفقرات الخاصة بإعادة التقييم المعرفي، و(0.73) بالنسبة للفقرات الخاصة بالقمع التعبيري. كما تم التحقق من الثبات من خلال إعادة الاختبار، وبلغ (0.69) لكلا المقياسين.

-إجراءات الترجمة والتقنين:

اتبعت الباحثات منهجية (Beaton, et al. 2000) في إجراءات الترجمة والتقنين.

١- الترجمة الأولية: تُرجم مقياس التنظيم الانفعالي من الإنجليزية إلى العربية من قِبل ثلاثة من المترجمين الناطقين بالعربية، والـمُتقنين للغة الإنجليزية. كان أحد هؤلاء المترجمين على دراية بالموضوع والبنيات التي تُقيّم، بينما لم يكن المترجمان الآخران على دراية بالمفاهيم التي تم تناولها؛ لضمان ملاءمة ثقافية أكبر، كما تجنّب المترجمون الترجمة الحرفية للعناصر.
٢- المواءمة بين النسختين: اجتمعت الباحثات لمطابقة نتائج الترجمات وحلّ التناقضات؛ وقد أدّى هذا الإجراء إلى إصدار النسخة العربية الأولى بتوافق الآراء.
٣- الترجمة العكسية: قام مترجم يتحدّث اللغة الإنجليزية - دون معرفة مُسبقة بالنسخة الأصلية أو المفاهيم التي فُحصت- بترجمة النسخة العربية بشكل مستقل إلى اللغة الإنجليزية، وكان الهدف تقييم مدى تجسيد النسخة المترجمة لمحتوى البند في النسخة

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

الأصلية؛ حيث إن الترجمة العكسية لا تعني أنه يجب مطابقة النسخة الأصلية بشكل حرفي؛ بل يجب أن تحافظ على التكافؤ المفاهيمي (Borsa et al., 2012).

٤- لجنة الخبراء: أُستعرضت جميع نسخ الجداول الأصلية والترجمات ومكوّناتها من قِبل الباحثات، وتُوصّل إلى توافق في الآراء بشأن الصياغة النهائية التي ستُستخدم في النسخة العربية من مقياس التنظيم الانفعالي. وكان الهدف تحقيق أقصى قدر من التكافؤ: الدلالي، والاصطلاحي، والتجريبي، والمفاهيمي بين النسختين الإنجليزية والعربية.

اختبار النسخة التجريبية: أُختبرت النسخة التجريبية على عينة أولية من البالغين في المملكة العربية السعودية (ن=5)، وجُمعت آراء العينة حول فهمهم لكل بند، والصياغة، وبدائل الاستجابة، وما إذا كانت لديهم أي اقتراحات بالتنقيح. وبناءً على ذلك؛ أُعتمدت النسخة التجريبية دون أي تعديلات. وأنتجت هذه الخطوة النسخة العربية النهائية من المقياس المُستخدم في هذه الدراسة.

جدول (٢) عبارات مقياس التنظيم الانفعالي بالنسختين العربية والأجنبية

مقياس التنظيم الانفعالي (النسخة العربية النهائية)	مقياس التنظيم الانفعالي (النسخة الأجنبية)
١- أقوم بتغيير ما أفكر به عندما أريد أن أشعر بالمشاعر الايجابية كالسعادة والمرح.	1- When I want to feel more positive emotion (such as joy or amusement), I change what I'm thinking about.
٢- أحتفظ بمشاعري لنفسي.	2- I keep my emotions to myself.
٣- أقوم بتغيير ما أفكر به عندما أريد أن اخفض المشاعر السلبية كالحزن والغضب.	3- When I want to feel less negative emotion (such as sadness or anger), I change what I'm thinking about.
٤- عندما أشعر بمشاعر إيجابية، أحرص على عدم التعبير عنها.	4- When I am feeling positive emotions, I am careful not to express them.
٥- عندما أواجه موقفاً ضاغطاً، أجعل نفسي تفكر به بطريقة تساعدني على البقاء هادئاً.	5- When I'm faced with a stressful situation, I make myself think about it in a way that helps me stay calm.
٦- أتحكم في مشاعري بعدم التعبير عنها.	6- I control my emotions by not expressing them.
٧- أقوم بتغيير طريقة تفكيري تجاه موقف	7- When I want to feel more positive

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

emotion, I change the way I'm thinking about the situation.	ما عندما أريد أن أشعر بقدر أكبر من المشاعر الايجابي.
8- I control my emotions by changing the way I think about the situation I'm in.	٨- أتحكم في مشاعري من خلال تغيير طريقة تفكيري عن الموقف الذي أمر به.
9- When I am feeling negative emotions, I make sure not to express them.	٩- عندما أشعر بمشاعر سلبية، أحرص على عدم التعبير عنها.
10-When I want to feel less negative emotion, I change the way I'm thinking about the situation.	١٠- أقوم بتغيير طريقة تفكيري عندما أريد التخفيف من مشاعري السلبية تجاه موقف ما.
بعد إعادة التقييم المعرفي "Cognitive reappraisal" (العبارات: 1 ,3 ,5 ,7 ,8 ,10)	
بعد القمع التعبيري "Expressive suppression" (العبارات: 2 ,4 ,6 ,9)	

جمع البيانات وتحليلها:

الأساليب الإحصائية

لتحقيق أهداف الدراسة، وتحليل البيانات التي جُمعت؛ أُستخدم برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for the Social Sciences SPSS)، وبرنامج (AMOS V 26.0) الإحصائي. كما استخدمت الباحثات الأساليب الإحصائية الآتية:

١- الإحصاء الوصفي: المتوسطات، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية.

٢- التحليل العاملي التوكيدي المتعامد.

٣- معامل ارتباط بيرسون؛ لقياس درجة الارتباط بين المتغيّرات ودراسة العلاقة بينها.

٤- اختبار (ت)؛ للتحقّق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مفردات عينة الدراسة التي تنقسم إلى فئتين.

٥- تحليل التباين: للتحقّق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مفردات عينة الدراسة التي تنقسم إلى أكثر من فئتين.

٦- حساب حجم الأثر: للتحقّق من الدلالة العملية للفروق الإحصائية بين المتوسطات.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

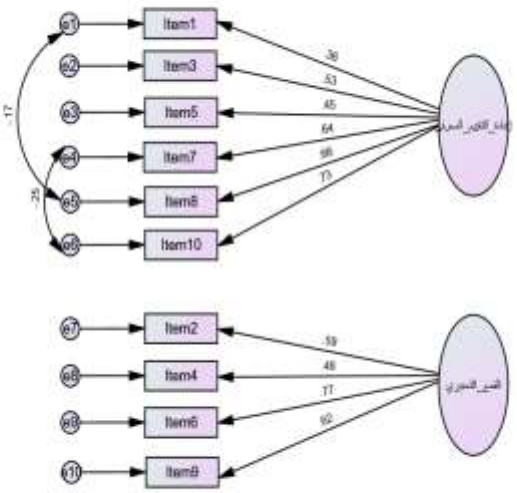
عرض نتائج البحث ومناقشتها:

السؤال الأول: ما مؤشرات الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي لدى عينة من المجتمع السعودي؟ للإجابة عن هذا السؤال أُجريت الخطوات الآتية:

١- حساب صدق الأداة:

أ- الصدق العاملي

للتحقّق من الصدق البنائي للمقياس أجرت الباحثات التحليل العاملي التوكيدي المتعامد، باستخدام برنامج (AMOS V 26.0)، وأظهرت النتائج أن قيم تشبّع الفقرات؛ تتراوح بين (0.40-0.73) بالنسبة لبُعد إعادة التقييم المعرفي، و(-0.80 0.50) للقمع التعبيري، وهي قيم صالحة ومقبولة، كما هو موضح في (الشكل١)، و(جدول٣). مع الأخذ في الحسبان مؤشرات المطابقة للنموذج كما هو موضح في (جدول٤).



شكل (١) التحليل العاملي التوكيدي لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

جدول (٣) قيم تشبعات الفقرات على العامل الذي تنتمي إليه (إعادة التقييم المعرفي-القمع التعبيري)

أبعاد التنظيم الانفعالي	الفقرات	التشبع
إعادة التقييم المعرفي	١	0.40
	3	0.53
	5	0. 50
	7	0.64
	8	0.70
	10	0.73
القمع التعبيري	2	0.60
	4	0.50
	6	0.80
	9	0.62

جدول (٤) مؤشرات المطابقة لنموذج استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

المؤشر	المدى المثالي (لعون وعايش، 2016)	القيمة
مربع كاي (Chi-sqare)/ p value	أن تكون القيمة غير دالة	p<0.01/ 72.11
درجة الحرية (DF)	-	33
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	1-0.90	0.94
مؤشر توكر لويس (TLI)	1-0.90	0.92
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	1-0.90	0.96
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)	0.08-0	]0.40-0.80[0.058, CI

ويُلاحظ من الجدول (4)، أن قيمة مربع كاي كانت دالة إحصائيًّا، وقد يعود ذلك إلى تأثر دلالته بحسب حجم العينة، فالعينات ذات الحجم الكبير(ن> 200)؛ قد تؤدي إلى رفض النموذج حتى إذا كان جيدًا أو قريبًا من الحقيقي؛ بعكس العينات صغيرة الحجم (تيغزة، 2012). وبالتالي فإن أغلب مؤشرات المطابقة تدلّ على مواءمة عالية للنموذج، وتعكس جودة مرتفعة للتطابق.

ب. صدق الاتساق الداخلي

تم التحقق من الاتساق الداخلي، عن طريق حساب مُعامِلات ارتباط بيرسون بين كل عبارة، والبُعد الذي تنتمي إليه (جدول5)، وكذلك حساب مُعاملات الارتباط

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

بين الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي ودرجات الأبعاد المختلفة (جدول6). كما حُسبت معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة، ودرجة التنظيم الانفعالي الكلية (الجدول7). وجاءت جميع معاملات الارتباط جيدة، ودالة عند مستوى (0.01)؛ مما يدلّ على تمتّع عبارات الأداة بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي.

جدول (٥) معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له.

البعد ١ إعادة التقييم المعرفي (٦ بنود)		البعد ٢ القمع التعبيري (٤ بنود)	
العبارة	ر	العبارة	ر
1	0.52	2	0.71
3	0.70	4	0.70
5	0.61	6	0.80
7	0.70	9	0.80
8	0.70	-	-
10	0.71	-	-
جميع معاملات الارتباط عند مستوى دلالة ٠.٠١			

جدول (٦) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي

	إعادة التقييم المعرفي	القمع التعبيري
التنظيم الانفعالي	80٠.	٠.٧٢
جميع معاملات الارتباط عند مستوى دلالة ٠.٠١		

جدول (٧) معاملات ارتباط بيرسون بين كل بند ودرجة التنظيم الانفعالي الكلية

البند	ر	البند	ر
١	0.40	6	0.60
٢	0.51	7	0.53
٣	0.50	8	0.54
٤	0.43	9	0.60
٥	0.60	10	0.60
جميع معاملات الارتباط عند مستوى دلالة ٠.٠١			

٢- حساب ثبات الأداة:

تم حساب مُعامِل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وأظهرت النتائج أن قيم معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد وللمقياس ككل جيدة؛ مما يدلّ على تمتّع المقياس بمُعامِلات ثبات جيدة كما في الجدول (٨)

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

جدول (٨) معاملات الثبات لكل الأبعاد الفرعية والبعد العام (ن=350)

البعد	عدد الفقرات	ألفا كرونباخ
بعد إعادة التقييم المعرفي	6	0.71
بعد القمع التعبيري	4	0.71
المقياس كامل	10	0.70

ومن خلال ما سبق نستنتج أن مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي يتمتّع بقدر كبير من الصدق والثبات، وأنه صالح للتطبيق على الأفراد البالغين في البيئة السعودية.

السؤال الثاني: ما مستوى التنظيم الانفعالي باستراتيجيتيه (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي؟ للإجابة عن هذا السؤال حُسبت المتوسطات والانحرافات المعيارية لعينة الدراسة، كما حُسب المتوسط الفرضي من خلال جمع بدائل الإجابة (1,2,3,4,5,6,7)، وقسمتها على عددها (7)، وكان ناتج متوسط أوزان البدائل (4)، ضُربت في عدد فقرات المقياس (10)؛ فأصبح المتوسط الفرضي للمقياس ككل (40)، ولاستراتيجية إعادة التقييم المعرفي (24)، ولاستراتيجية القمع التعبيري (16). وأُستخدم اختبار (ت) للعينة الواحدة؛ لقياس الفرق بين المتوسطين التجريبي والفرضي لعينة الدراسة على مقياس التنظيم الانفعالي، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًّا بين المتوسطين الفرضي والتجريبي لدى عينة الدراسة من البالغين في المملكة العربية السعودية على مقياس التنظيم الانفعالي لصالح المتوسط التجريبي؛ مما يدلّ على تمتّع العينة بمستوى مرتفع في استراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري كما هو موضح في جدول (٩).

جدول (٩) نتائج اختبار (ت) للعينة الواحدة للفروق بين المتوسط التجريبي والفرضي على مقياس التنظيم الانفعالي (ن=350)

الأبعاد	عدد العبارات	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	المستوى
إعادة التقييم المعرفي	6	30.21	5.24	24	19.20	<0.001	مرتفع
القمع التعبيري	4	16.80	6.10	16	2.80	0.01	مرتفع
المقياس ككل	10	47	8.60	40	15.22	<0.001	مرتفع

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصّلت إليه دراسة (حمد الله، 2020) في ارتفاع مستوى التنظيم الانفعالي لدى مديري المدارس الخاصة بعمان. وتختلف مع دراسة (عبد الهادي، 2019)، التي توصّلت إلى أن درجة التنظيم الانفعالي؛ جاءت متوسطة عند طلبة الجامعة. وترى الباحثات إلى أن النتيجة قد تعزى إلى طبيعة المجتمع السعودي والقيم الثقافية الخاصة به، والتي تشجع على ضبط الانفعالات والتحكم بها. حيث يُعتبر السيطرة على المشاعر والتصرف بحكمة مهارة ضرورية لدى المجتمع السعودي. بالإضافة إلى ذلك، تلعب التعاليم الدينية دورًا كبيرًا في تشكيل رؤية المجتمع لتنظيم الانفعالات، حيث تشجع القيم الإسلامية على الصبر والتسامح وكبح الغضب، مما ينعكس على سلوكيات الأفراد في المجتمع.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر النوع (ذكر-أنثى)؟ للإجابة عن هذا السؤال أُجري اختبار (ت) للعينات الـمُستقلة؛ لتحديد ما إذا كانت هناك اختلافات في استراتيجيات التنظيم الانفعالي بين الذكور والإناث. وقد أظهرت نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرّفة في البيانات، كما قُيّمت من خلال فحص الرسم البياني (Boxplot). كما أظهرت النتائج اعتدالية توزيع كلا المجموعتين (ذكر- أنثى)، لاستراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري حسب نتائج التفرطح والالتواء. وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعات وفقًا لاختبار ليفين للتجانس ($p > 0.05$). وأظهرت نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين المجموعتين في استراتيجية إعادة التقييم المعرفي تعزى لمتغير النوع، ووجود فروق دالة إحصائيًا بين المجموعتين في استراتيجية القمع التعبيري؛ حيث كان الذكور أكثر استخدامًا لاستراتيجية القمع التعبيري من الإناث كما هو موضح في جدول (١٠).

جدول (١٠) نتائج اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق في أبعاد التنظيم الانفعالي (ن=350)

البعد	المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم الأثر Cohen's d
إعادة التقييم المعرفي	الذكور	106	30.40	6.70	-0.32	0.80	ـــــ
	الإناث	244	30.14	5.80			
القمع التعبيري	الذكور	106	17.80	5.50	-2.43	0.02	-0.04
	الإناث	244	16.33	5.10			
وجود دلالة إحصائية عند مستوى 0.05							

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

واتفقت هذه النتيجة مع ما توصّلت إليه دراسة (Foroughi et al., 2021) في وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الانفعالي في بُعد القمع التعبيري؛ لصالح الذكور ومع ما توصلت إليه دراسة (عبادي وآخرون، 2019) في وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في بعد الاندفاع لصالح الذكور. بينما تختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من (عبد القادر، 2018) ودراسة (عبد الهادي، 2019) ودراسة (مرعي، 2019) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير الجنس.

وترى الباحثات أن ميل الرجال إلى استخدام استراتيجية القمع التعبيري بشكل أكبر من النساء يُمكن أن يكون نتيجة للتوقعات الاجتماعية. فهناك توقعات معينة بشأن كيفية التعبير عن المشاعر بين الجنسين. فالمتوقع من الرجال أن يكونوا أقوياء ومسيطرين على عواطفهم وانفعالاتهم، ويعتبر التعبير عنها غير مقبول اجتماعياً وينظر إليه على أنه دليلاً على الضعف ونقص الرجولة. بينما قد يُشجع النساء بشكل أكبر على التعبير عن مشاعرهن بشكل علني.

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر العمر (من 18-29- من 30 فما فوق)؟ للإجابة عن هذا السؤال أُجري اختبار (ت) للعينات المستقلة؛ لتحديد إذا كان هناك اختلاف في استراتيجيات التنظيم الانفعالي باختلاف الفئة العمرية. وقد أظهرت نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرّفة في البيانات كما قُيّمت من خلال فحص الرسم البياني (Boxplot).كما أظهرت النتائج اعتدالية توزيع كلا المجموعتين (من 18-29 ، من 30فما فوق) لاستراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري حسب نتائج التفرطح والالتواء. وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعات وفقًا لاختبار ليفين للتجانس ($p > 0.05$). وأظهرت نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعات في استراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري؛ تُعزَى لـمُتغيّر النوع. كما يتضح في جدول (١١).

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

جدول (١١) نتائج اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق في بعدي التنظيم الانفعالي تبعًا للفئة العمرية (ن=350)

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
إعادة التقييم المعرفي	من 18-29	304	29.97	6.03	-1.90	06.0
	من 30 فما فوق	46	31.80	6.01		
القمع التعبيري	من 18-29	304	16.82	5.21	0.44	0.70
	من 30 فما فوق	46	16.50	5.50		

وتتفق نتيجة الدراسة الراهنة مع دراسة (عبد القادر، 2018)، التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًّا في استخدام استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، ترجع إلى متغيّر العمر. بينما تختلف النتيجة مع دراسة (Anrdés et al., 2013)، التي توصّلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي تعود إلى مُتغيّر العمر، وقد يعود سبب تباين نتائج الدراسات السابقة إلى البُعد الجغرافي، حيث طُبّقت دراسة (Anrdés et al., 2013) على البيئة الأرجنتينية، التي تختلف فكريًّا وثقافيًّا عن بيئة الدراسة الحالية وهي البيئة السعودية. وترى الباحثات أن هذه النتيجة قد تعود إلى أن البالغون من مختلف الأعمار يمكن أن يكتسبوا مهارات تنظيم انفعالي مماثلة بمرور الوقت من خلال تجارب الحياة المتقاربة والثقافة المتشاركة وبعمليات التعلم والنمو النفسي وبناء على ذلك، قد يظهرون مستويات متشابهة من التنظيم الانفعالي بغض النظر عن العمر.

السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر منطقة الإقامة (داخل منطقة مكة المكرمة-خارج منطقة مكة المكرمة)؟ للإجابة عن هذا السؤال، أُجري اختبار (ت) للعينات المُستقلة؛ لتحديد ما إذا كانت هناك اختلافات في استراتيجيات التنظيم الانفعالي بين القاطنين داخل منطقة مكة المكرمة وخارجها، وأظهرت نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرّفة في البيانات كما قُيّمت من خلال فحص الرسم البياني (Boxplot). كما أظهرت نتيجة مقياسي الالتواء والتفرطح اعتدالية توزيع كلا المجموعتين (داخل منطقة مكة المكرمة-خارج منطقة مكة المكرمة). وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعتين وفقًا لاختبار ليفين للتجانس ($p> 0.05$). وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

إحصائيًّا بين المجموعتين في استراتيجية إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري، تُعزَى لـمُتغيّر منطقة الإقامة كما هو موضح في جدول(١٢).

جدول (١٢) نتائج اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق في أبعاد التنظيم الانفعالي (ن=350)

البعد	المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
إعادة التقييم المعرفي	داخل منطقة مكة المكرمة	261	30	6.03	-1.22	0.22
	خارج منطقة مكة المكرمة	89	30.90	6.11		
القمع التعبيري	داخل منطقة مكة المكرمة	261	16.80	5.40	-0.03	0.98
	خارج منطقة مكة المكرمة	89	16.80	4.80		

وتتشابه هذه النتيجة مع دراسة (عبادي وآخرون، 2019)، التي تناولت متغيّر التنظيم الانفعالي في البيئتين المصرية والسعودية؛ حيث توصّلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًّا في متغيّر التنظيم الانفعالي بين البيئتين السعودية والمصرية. بينما تختلف مع دراسة (الندابي، 2019)، التي توصّلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الانفعالي بين البيئتين العُمانية والمغربية؛ لصالح البيئة العُمانية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال العوامل الثقافية والاجتماعية المشتركة بين المجموعتين (داخل منطقة مكة المكرمة-خارج منطقة مكة المكرمة)؛ حيث تشير القيم والتقاليد الاجتماعية المتشابهة إلى وجود تأثير كبير للثقافة العامة في المملكة العربية السعودية، ويؤدي ذلك إلى توحيد نماذج التنظيم الانفعالي. بالإضافة إلى تشابه الظروف البيئية والاقتصادية بشكل كبير بين مناطق المملكة العربية السعودية، مما يؤدي إلى استجابات انفعالية متشابهة في مواجهة التحديات والمواقف المختلفة. ووفقًا لما سبق فإن الوحدة الثقافية والاجتماعية في المملكة العربية السعودية لها أهمية كبيرة؛ لكونها إحدى العوامل الرئيسة في توحيد استراتيجيات التنظيم الانفعالي عبر مختلف مناطقها.

السؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر الترتيب داخل الأسرة (الأكبر-الأوسط-الأصغر)؟ للإجابة عن هذا السؤال أُجري اختبار تحليل التباين الأحادي (ف)؛ لتحديد ما إذا كان هناك فروق في استراتيجيات التنظيم الانفعالي تُعزَى لـمُتغيّر الترتيب داخل الأسرة؛ وقد أظهرت

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرّفة في البيانات كما قُيّمت من خلال فحص الرسم البياني (Boxplot). وأظهرت نتيجة مقياسي الالتواء والتفرطح اعتدالية توزيع كلا المجموعتين، وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعات وفقًا لاختبار ليفين للتجانس ($p > 0.05$). وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في استراتيجيات التنظيم الانفعالي، تُعزَى لـمُتغيّر الترتيب داخل الأسرة كما هو موضح في جدول (١٣).

جدول (١٣) نتائج اختبار (ف) لتحديد دلالة الفروق في استراتيجيات التنظيم الانفعالي حسب الترتيب داخل الأسرة (ن=350)

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف (2, 347)	مستوى الدلالة
إعادة التقييم المعرفي	الأكبر	79	29.90	7	0.95	0.40
	الأوسط	208	30.10	5.90		
	الأصغر	63	31.14	5.50		
القمع التعبيري	الأكبر	79	16.80	5.53	0.04	0.96
	الأوسط	208	16.83	5.02		
	الأصغر	63	16.62	5.70		

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصّلت إليه دراسة (مرعي، 2019) في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنظيم الانفعالي، وفقًا للترتيب داخل الأسرة. ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال التشابه الثقافي والتربوي داخل الأسرة الواحدة، حيث يشكل هذا التشابه مصدرًا لتوحيد استراتيجيات التنظيم الانفعالي بين أفراد الأسرة؛ من خلال تشكيل إطار مشترك للقيم والتوقعات الانفعالية. بالإضافة إلى ذلك، فإن التكامل الأسري الذي يساهم في تعزيز التفاهم المتبادل والتواصل الفعال، يؤدي دورًا مهمًا في تشابه استجابات الأفراد لمختلف المواقف الحياتية داخل الأسرة. وجود هذه العوامل داخل الأسرة يبرز دور البيئة العائلية في توجيه سلوكيات التنظيم الانفعالي، وارتباط الثقافة والعائلة كعوامل مهمة لتشابه الاستجابات الانفعالية.

السؤال السابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي- القمع التعبيري)، لدى عينة من المجتمع السعودي تُعزَى لـمُتغيّر المؤهل التعليمي (شهادة ثانوية عامة- شهادة جامعية)؟

للإجابة عن هذا السؤال أُجري اختبار (ت) للعينات الـمُستقلة؛ لتحديد إذا ما كان هناك اختلاف في استراتيجيات التنظيم الانفعالي باختلاف المستوى التعليمي (شهادة ثانوية عامة- شهادة جامعية). وقد أظهرت نتائج التحليلات الأولية عدم وجود قيم متطرّفة في البيانات كما قُيّمت من خلال فحص الرسم البياني (Boxplot). كما أظهرت

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

النتائج اعتدالية توزيع جميع المجموعات (شهادة ثانوية عامة- شهادة جامعية) لاستراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري حسب نتائج التفرطح والالتواء. وكان هناك تجانس في التباين بين المجموعات وفقًا لاختبار ليفين للتجانس ($p>0.05$). وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعات في استراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري، تُعزَى لـمُتغيّر المؤهل التعليمي كما هو موضح في جدول (١٤).

جدول (١٤) نتائج اختبار (ت) لتحديد دلالة الفروق في بعدي التنظيم الانفعالي تبعًا للمؤهل التعليمي (ن=350)

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
إعادة التقييم المعرفي	شهادة ثانوية عامة	131	29.81	6.10	-0.96	0.34
	شهادة جامعية	219	30.50	٤6.0		
القمع التعبيري	شهادة ثانوية عامة	131	16.74	4.99	-0.10	0.94
	شهادة جامعية	219	16.80	5.40		

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (عبد القادر، 2018)، التي توصّلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، تُعزَى لـمُتغيّر المؤهل التعليمي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من كون الانفعال والتنظيم الانفعالي يعتمد على التشابه والاختلاف في الخصائص الشخصية وليس على المستوى التعليمي بالضرورة، فقد تتشابه السمات الشخصية والنفسية للأفراد بغض النظر عن المستوى التعليمي، حيث يمكن لمختلف الأفراد من مختلف المستويات التعليمية أن يتبنوا استراتيجيات متشابهة لحد كبير في التعامل مع الانفعالات. كما يمكن أن تؤثر العوامل الاجتماعية والثقافية بشكل كبير على استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى الأفراد، حيث يتأثر الأفراد بالقيم الاجتماعية ونمط الحياة في المجتمع بشكل أكبر من تأثرهم بالمستوى التعليمي. كما يبرز قلة الفارق في التعليم كعامل مؤثر في عدم وجود فروق في استراتيجيات التنظيم الانفعالي، فالتشابه في البيئة التعليمية، ونوعية التعليم، والضغوط الدراسية، يعد محفزًا للتشابه في استراتيجيات التنظيم الانفعالي بين هذه المجموعتين.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

التوصيات والـمُقترحات

بناء على ما تُوصّل إليه من نتائج؛ توصي الباحثات بما يأتي:

١. ضرورة تفعيل دور الإعلام في نشر الوعي بأهمية ممارسة استراتيجيات التنظيم الانفعالي للأفراد.

٢. قيام المختصين في مجال الإرشاد النفسي بإقامة دورات وبرامج تدريبية مجانية لتعليم الأفراد كيفية تنظيم انفعالاتهم، وتشجيعهم على التعبير عنها.

٣. ضرورة توفير برامج إرشادية متكاملة في المراكز الطبية الحكومية لكل من يعاني من قصور في تنظيم الانفعال.

٤. تعزيز دور المؤسسات التعليمية في تثقيف الطلبة وأولياء أمورهم، حول ماهية التنظيم الانفعالي واستراتيجياته المختلفة، والنتائج المترتبة على القصور فيه.

الـمُقترحات:

١. دراسة التنظيم الانفعالي وعلاقته بالاحتراق الوظيفي لدى العاملين.

٢. إجراء دراسة مماثلة تقيس المزيد من الـمُتغيّرات الديموغرافية، كالمستوى الاقتصادي، والحالة الاجتماعية للوالدين.

٣. إجراء دراسة مماثلة تتناول عينات أخرى مثل: الأطفال والمراهقين وغيرهم.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

المراجع:

المراجع باللغة العربية:

ابن الأثير، مجد الدين. (1971). *جامع الأصول*. دار الفكر.

بلحسيني، وردة، وبوسعيد، سعاد. (2017). استراتيجيات تنظيم الانفعالات. *مجلة فكر وإبداع، 111*، 183-208. تم الاسترجاع من موقع http://search.mandumah.com/Record/864424

تيغزة، محمد بوزيان. (2012). *التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي مفاهيمهما ومنهجيتهما بتوظيف حزمة SPSS وليزرل LisREL*. دار المسيرة.

حسن، عزت عبد الحميد محمد. (2017). الخصائص السيكومترية لمقياس صعوبات في تنظيم الانفعال لدى طلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، 27*(95)، 23-47. تم الاسترجاع من موقع https://10.21608/ejcj.2020.97880

حمدالله، ولاء وائل. (2020). *التنظيم الانفعالي لدى مديري المدارس الخاصة في عمان وعلاقته بدرجة ممارسة السلوك الإداري غير المرغوب من وجهة نظر المعلمين*(رسالة ماجستير، جامعة الشرق الأوسط، الأردن). تم الاسترجاع من موقع http://askzad.com.sdl.idm.oclc.org/Bibliographic?service=3&imageName=fYvb98j_iYw86-R4sYPA4A..&imageCount112&key=PAD_Bibliographic_Content

خصاونة، آمنة حكمت أحمد. (2020). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى طلبة جامعة اليرموك. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 11*(30)، 30-46. تم الاسترجاع من موقع https://10.33977/1182-011-030-003

خوالدة، محمد عبد الحميد. (2004). *الذكاء العاطفي الذكاء الانفعالي*. دار الشروق.

الزحراوي، إسلام محمد ذيب. (2018). *القدرة التنبؤية للتنظيم الانفعالي بجودة الحياة لدى طلبة المدارس الحكومية في محافظة إربد* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، الأردن.

سلوم، هناء عباس. (2015). *استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات: دراسة مقارنة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعية بمدينة دمشق* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة دمشق، سوريا.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

عبادي، عادل سيد، وسفيان، نبيل صالح، وأمين، عبد الناصر عبد الحليم. (2019). تقنين مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي لـ بجوريبيرج وآخرون" على طلبة الجامعة. *مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 6*(21)، 176-199.
https://doi.org/10.35781/1637-000-021-006

عبد القادر، هلا جمال. (2018). *استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي وعلاقتها بمستويات الاكتئاب والقلق والضغط النفسي* (رسالة ماجستير، جامعة عمّان الأهلية، الأردن). تم الاسترجاع من موقع
http://search.mandumah.com/Record/996738

عبد الهادي، سامر عدنان شوقي. (2019). مستوى تنظيم الانفعال بين الأشخاص لدى طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة الفلاح في دبي. *مجلة دراسات : العلوم التربوية، 46*(2)، 238-259. تم الاسترجاع من موقع
https://search.emarefa.net/detail/BIM-1162346

عفانة، محمد جاسر زكي. (2018). *التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة* (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، فلسطين.

غانم، ستار جبار، ونوري، خديجة حيدر. (2013). التنظيم المعرفي للانفعال: استراتيجياته وصعوباته. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ع 103، 233-355.
https://search.mandumah.com/Record/513743

لعون، عطية، وعايش، صباح. (2016). استخدام التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي في تقنين المقاييس النفسية والتربوية. *مجلة العلوم النفسية والتربوية، 3*(2)، 92-105. تم الاسترجاع من موقع
https://www.asjp.cerist.dz/en/article/5106

محمد، هبة مؤيد، وحمود، سعد حسن، ومطر، قصي مهدي. (2020). الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة. *مجلة أبحاث في العلوم التربوية والإنسانية والآداب واللغات، 1*(6)، 111-137. تم الاسترجاع من موقع
http://search.mandumah.com/Record/1098839

مرعي، رزان زهدي كمال. (2019). *التنظيم الانفعالي وعلاقته بالقلق لدى طلبة جامعتي الاستقلال والقدس* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة القدس، فلسطين.

مليح، يونس، والعسولي، عبد الصمد. (2020). *المنهج الوصفي التحليلي في مجال البحث العلمي*. دار المنارة للدراسات القانونية والإدارية.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

الندابي، يوسف سالم. (2019). إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية وعلاقتها بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة: دراسة مقارنة بين طلبة جامعتي السلطان قابوس ومحمد الأول. *أكاديمية شمال أوربا للعلوم والبحث العلمي. 1*(4)، 34-57. تم الاسترجاع من موقع
https://search.mandumah.com/Record/989094

الهيئة العامة للإحصاء. (2020). *التقديرات السكانية: السكان حسب الجنس وفئات العمر لمنتصف عام 2020*. تم الاسترجاع من موقع
https://www.stats.gov.sa/ar/43

وزارة الصحة. (2021). *الصحة والمريض النفسي*. تم الاسترجاع من موقع
https://www.moh.gov.sa/Ministry/Information-and-services/Pages/psychiatry.aspx

يعقوب، حيدر مزهر. (2011، 16-15 أكتوبر). *التنظيم الانفعالي للطلبة المتميزين في محافظة ديالي* [عرض ورقة]. المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين والمتفوقين "الموهبة والابداع منعطفات هامة في حياة الشعوب" بجامعة ديالي، العراق. تم استرجاع الملخص من موقع
https://search.mandumah.com/Record/483569

المراجع الأجنبية:

Andrés, M. L., Urquijo, S., Juric, L. C., & Comesaña, A. (Julio, 2013). *Emotion regulation strategies in adulthood: a comparison of three age groups.* XXXIV Congreso Interamericano de Psicología, Sociedad Interamericana de Psicología. Sociedad Interamericana de Psicología - SIP, Brasilia. https://n2t.net/ark:/13683/pfN5/Epy

Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F. & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self report measures. *Spine, 25*(24), 3186-3191. Retrieved from https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11124735/

Borsa, J. C., Damãsio, B. F., & Bandeira, D. R. (2012). Cross-cultural adaptation and validation of psychological instruments: some consideration. *Paidéia (Ribeirão Preto), 22*(53), 423-432. Retrieved

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

from https://www.researchgate.net/publication/258883365_Cross-Cultural_Adaptation_and_Validation_of_Psychological_Instruments_Some_Considerations

Danisman, S., Iman, E. D., Demircan, Z. A., & Yaya, D. (2016). Examining the psychometric properties of the Emotional Regulation Checklist in 4-and 5-year-old preschoolers. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, *14*(3), 534-556. Retrieved from http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.40.15124

Foroughi, A. A., Parvizifard, A., Sadeghi, K., & Moghadam, A. P. (2021). Psychometric properties of the Persian version of the Emotion Regulation Questionnaire. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, *43*(2), 101-107. Retrieved from https://doi.org/10.47626/2237-6089-2018-0106

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*(2), 348–362. Retrieved from https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Koole, S. L. (2009). Does emotion regulation help or hurt self-regulation?. In J. P. Forgas, R. F. Baumeister, & D. M. Tice (Eds.), *Psychology of self regulation: Cognitive, affective, and motivational* processes(pp. 217-231). Psychology Press.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472