



وحدة النشر العلمي



كلية البنات للآداب والعلوم والتربية



مجلة البحث العلمي في التربية

مجلة محكمة ربع سنوية

العدد 12 المجلد 22 2021

رئيس التحرير

أ.د/ أميرة أحمد يوسف سليمان
عميدة كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
جامعة عين شمس

نائب رئيس التحرير

أ.د/ حنان محمد الشاعر
وكيلة كلية البنات للدراسات العليا والبحوث
جامعة عين شمس

مدير التحرير

أ.م.د/ أسماء فتحي توفيق
أستاذة علم النفس المساعد بقسم تربية الطفل
كلية البنات - جامعة عين شمس

المحرر الفني

أ.نور الهدي علي أحمد

سكرتير التحرير

نجوى إبراهيم عبد ربه عبد النبي

مجلة البحث العلمي في التربية (JSRE)

دورية علمية محكمة تصدر عن كلية البنات للآداب
والعلوم والتربية - جامعة عين شمس.

الإصدار: ربيع سنوية.

اللغة: تنشر المجلة الأبحاث التربوية في المجالات
المختلفة باللغة العربية والإنجليزية

مجالات النشر: أصول التربية - المناهج وطرق
التدريس - علم النفس وصحة نفسية - تكنولوجيا التعليم
- تربية الطفل.

الترقيم الدولي الموحد للطباعة ٢٣٥٦-٨٣٤٨
الترقيم الدولي الموحد الإلكتروني ٢٣٥٦-٨٣٥٦

التواصل عبر الإيميل

jsre.journal@gmail.com

استقبال الأبحاث عبر الموقع الإلكتروني للمجلة

<https://jsre.journals.ekb.eg>

فهرسة المجلة وتصنيفها

١- الكشاف العربي للاستشهادات المرجعية

The Arabic Citation Index -ARCI

٢- Publons

٣- Index Copernicus International

Indexed in the ICI Journals Master List

٤- دار المنظومة - شعبة

تقييم المجلس الأعلى للجامعات

حصلت المجلة على (٧ درجات) أعلى درجة في تقييم
المجلس الأعلى للجامعات قطاع الدراسات التربوية.

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

د. أسماء توفيق مبروك مصطفى**

د. منال منصور على الحملاوي *

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى بحث العلاقة السببية بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات وإستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط، والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء المراهقين، وهدفت أيضاً إلى التنبؤ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء من خلال صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، وإستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦٥) أمًا، وقد بلغ المتوسط الحسابي لأعمارهن (٤٤,٩) والانحراف المعياري (٥,٩)، وأبناؤهن من طلاب المرحلة الإعدادية بمتوسط عمر زمني (١٣,٥٩) وانحراف معياري (٠,٩١)، واستخدمت الباحثتان مقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات كما تدرجه الأمهات، ومقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء كما يدرجها الأبناء، ومقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية كما يدرجها الأبناء، ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء تتوسط العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء، وأنه أمكن التنبؤ بالكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء من خلال بعد واحد من أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات وهو (صعوبات استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال)، وأيضاً من خلال بعض إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (وهي الأساليب المتمركزة حول الانفعال، والتجاهل، واللوم)، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية وفي إستراتيجيات إدارة الانفعالات.

ويعد تنظيم الانفعالات أمراً بالغ الأهمية لتعزيز الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين، وتلعب الأمهات دوراً بارزاً في كيفية تطوير تنظيم الانفعالات لدى أطفالهن من خلال إستراتيجيات إدارة الانفعال.

الكلمات المفتاحية: صعوبات تنظيم الانفعال، إستراتيجيات إدارة الانفعالات، الكفاءة الانفعالية الاجتماعية.

*أستاذ مساعد بقسم علم النفس الإرشادي - كلية الدراسات العليا للتربية - جامعة القاهرة - جمهورية مصر العربية

**أستاذ مساعد بقسم علم النفس التربوي كلية الدراسات العليا للتربية - جامعة القاهرة - جمهورية مصر العربية

البريد الإلكتروني: manalehamlaway@yahoo.com

مقدمة

على الرغم من أن مفهوم الانفعال مفهوم قديم نسبياً إلا أن تنظيم الانفعال من المفاهيم الهامة التي يجب الاهتمام بها ودراستها خاصة في الآونة الأخيرة في ظل زيادة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية والتكنولوجية، فكل هذه الضغوط التي يمر بها الفرد تدعونا إلى الاهتمام بالأفراد وتنظيم انفعالاتهم بما يساعدهم على تخطي عقبات ما يواجهونه والتعامل مع ضغوط الحياة بشكل إيجابي، وتعرّف الآثار المترتبة على صعوبات تنظيم الانفعال لديهم خاصة في نطاق الأسرة لأنها لا تترك آثاراً على الوالدين فحسب، وإنما تمتد هذه الآثار إلى الأبناء أيضاً.

وقد لاحظت الباحثتان أن هناك قصوراً في الدراسات العربية التي اهتمت بدراسة تنظيم الانفعال لدى الآباء والأبناء؛ حيث إن معظم البحوث التي اهتمت بدراسة صعوبات تنظيم الانفعال قد تناولته لدى الأطفال والراشدين، ولا يزال هناك نقص في البحوث التي أجريت على المراهقين في هذا المجال وخاصة في نطاق الأسرة.

والأسرة لها دور كبير في التنشئة الاجتماعية والانفعالية للأبناء خاصة في مرحلة الطفولة والمراهقة، فهي التي تشكل شخصية الأبناء، فيصرون إما أبناء متوافقين نفسياً قادرين على التعامل مع صعوبات الحياة أو أبناء مضطربين نفسياً عاجزين عن التعامل مع مواقف الحياة الضاغطة.

ولذلك فإن الصحة النفسية للوالدين، ومهارتهم الوالدية، ومهارتهم في تنظيم انفعالاتهم تجعلهم يتسمون بالكفاءة الوالدية التي تؤثر على سلوكياتهم وممارساتهم وأساليب تنشئتهم للأبناء وأساليب تعاملهم مع الأبناء انفعالياً واجتماعياً، وهذا بدوره يؤثر في تشكيل سلوك الأبناء وفي تطورهم من الناحيتين الانفعالية والاجتماعية. كما أن الأمهات لهن دور كبير في تنظيم انفعالات الأبناء، وقد يرجع ذلك إلى طبيعتهن الانفعالية التي تؤثر في شخصيتهن وفي إدارتهن لانفعالات أبنائهن. وقد أشارت نتائج دراسة سابقة في هذا النطاق إلى أن إستراتيجيات تنظيم الانفعال في مرحلة الطفولة المتوسطة والمراهقة كانت أكثر ارتباطاً بتنظيم الانفعالات لدى الأمهات أكثر من الآباء، وقد يرجع ذلك إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية للانفعالات في هذه المرحلة. (Bariola; Hughes& Gullone, 2012)

كما أشارت نتائج دراسة (Seddon; Abdel-Baki ;Feige & Thomassin, 2020) إلى أن الأمهات كن أكثر تأثيراً على أطفالهن من الآباء في ممارسات التنشئة الاجتماعية الانفعالية الوالدية غير الداعمة والتي ارتبطت بزيادة صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء في مرحلة الطفولة، كما أن "قصور تنظيم الانفعالات لدى الأمهات خلال فترة المراهقة المبكرة يؤدي إلى أساليب معاملة والدية غير تكيفية مما يؤدي إلى مشكلات سلوكية للمراهقين (Crandall ; Ghazarian, ; Day & Riley 2016). كما أظهرت نتائج دراسة (Cheung, 2020) أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات يرتبط بصعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء والمراهقين، وكشفت نتائج دراسة (Danli; Dongping; Nini Wu& Zhenhong Wang, 2019) أن ردود أفعال الأم غير الداعمة وردود أفعال الأب الداعم في التعامل مع انفعالات الأبناء السلبية تتوسط العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات وتنظيم الانفعالات لدى الأبناء.

ونظرًا لأهمية دور الأمهات المؤثر في تنظيم انفعالات الأبناء، ولتعاونهن مع الباحثين في تطبيق هذا البحث فقد اقتصر البحث الحالي على الأمهات وأبنائهن.

مشكلة البحث

مما لا شك فيه أن للوالدين الدور الأكبر في تنشئة الأبناء، وأن قدرة الآباء على تنظيم انفعالاتهم يؤثر تأثيرًا كبيرًا في تنشئة الأبناء انفعاليًا. فالآباء الذين يتسمون بالاتزان الانفعالي ولديهم القدرة على التحكم في انفعالاتهم سوف يتعاملون مع انفعالات أبنائهم بشكل يختلف عن الآباء الذين يفقدون القدرة على التحكم في انفعالاتهم، ويعد تنظيم الانفعالات أمرًا بالغ الأهمية لتعزيز الصحة الاجتماعية والانفعالية بين الأطفال والمراهقين، ويلعب الآباء دورًا بارزًا في كيفية تطوير تنظيم الانفعالات لدى أطفالهم.

فإكساب الآباء مهارات تنظيم الانفعال يؤدي إلى تحسن العلاقة بين الوالدين والأبناء، ويؤدي أيضًا إلى الصحة النفسية للآباء (Wolford , 2019)، وهذا بدوره ينعكس على سلوك الأبناء.

واقترح (Morris ; Criss ; Jennifer; Silk & Houlberg (2017) نموذجًا ثلاثيًا يشير من خلاله إلى أن الآباء يؤثرون على تنظيم الانفعال للأطفال من خلال ثلاث آليات، وهي: ملاحظة ومراقبة الأطفال لتنظيم انفعالات الوالدين (النمذجة)، وممارسات الآباء المتعلقة بالانفعالات (ردود فعل الآباء تجاه الانفعالات)، والمناخ الانفعالي والوجداني للأسرة (العلاقات الأسرية- التعلق- التعبير الانفعالي – الأساليب الوالدية).

وهذا النموذج يدعم انتقال تنظيم الانفعال من الآباء إلى الأبناء عن طريق النمذجة وممارسات الآباء في التعامل مع انفعالات الأبناء والمناخ الوجداني للأسرة مما يسهم بشكل كبير في تشكيل انفعالات الأبناء على النحو الذي ينتهجه الآباء سواء بالنمذجة أو بأساليب تعامل الآباء مع انفعالات الأبناء.

كما أن المعتقدات والإدراكات الخاصة بانفعالات الآباء أنفسهم وفهمها وتقبلها يرتبط بالتنشئة الاجتماعية الانفعالية للأبناء ودورها في العمليات التي تشكل الأطفال انفعاليًا (Meyer, ; Raikes ; Virmani ; Waters & Thompson , 2014)

أما الوالدان اللذان يعانيان من نقص في مهارات تنظيم الانفعال أو لديهما صعوبات في تنظيم انفعالاتهما وتوفير بيئة داعمة للأبناء فإن ذلك سيؤدي إلى ممارسات أساليب والدية غير فعالة؛ مثل: النقد والتفاعل القاسي مما يزيد من خطر تعرض الطفل لانفعالات حادة وتعرضه لسوء التوافق في المستقبل؛ فهناك آباء يمارسون قمع الانفعالات أو تجاهلها أو التعامل بشكل غير داعم مع انفعالات الأبناء السلبية مما يزيد من انفعالات الأبناء السلبية ويؤثر على توافقهم النفسي وصحتهم النفسية. فكما أن هناك تنشئة اجتماعية للأبناء هناك أيضًا تنشئة انفعالية، وهي تتمثل في ممارسات الآباء في تعاملهم مع تنظيم انفعالاتهم ومع إدارة انفعالات أبنائهم.

وترى الباحثتان أن الأمهات اللاتي يعانين من قصور في تنظيم انفعالاتهن أو من صعوبات في تنظيم الانفعال من المحتمل أن يؤثر ذلك سلبيًا على قدرة أبنائهن على تنظيم انفعالاتهم، وعلى العكس من ذلك فقد يؤدي قصور تنظيم الانفعالات لدى الأمهات إلى توليد رغبة لدى الأبناء في الاختلاف عنهن نتيجة لرفض

تلك الصعوبات التي تعاني منها أمهاتهم، لذا تبحث هذه الدراسة صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات وعلاقتها بالكفاءة الانفعالية الاجتماعية لدى الأبناء.

وهناك نتائج لبعض الدراسات تدعم وجود علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للآباء مما يؤدي إلى ممارستهم لإستراتيجيات قاسية في التعامل مع انفعالات أبنائهم، وهذا بدوره يؤدي إلى وجود صعوبات في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لدى الأبناء"، فالآباء الذين يعانون من الضغط والإجهاد والضيق والذين يستخدمون أساليب تعامل حادة وقاسية في استجاباتهم مع انفعالات الأطفال السلبية لديهم أطفال يعبرون عن انفعالاتهم بطرق تتسم بالحدة والشدة، وهؤلاء الأطفال يجدون صعوبة في الكفاءة الاجتماعية" (Fabes, R ; Leonard,S; Kupanoff, K & Martin,L.C (2001)

ويؤدي "قصور تنظيم الانفعالات لدى الأمهات خلال فترة المراهقة المبكرة إلى أساليب معاملة والدية غير تكيفية، مما يؤدي إلى مشكلات سلوكية للمراهقين" (Crandall, 2016)

كما أوضحت نتائج دراسة (Suveg & Morelen , Shaffer, 2016) أن "صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات ارتبطت إيجابياً بالإستراتيجيات الوالدية غير الداعمة وبصعوبات تنظيم الانفعال للأطفال، وارتبط سلبياً بتوافق الأطفال في تنظيم انفعالاتهم"، وتقدم هذه الدراسة دعماً جزئياً لدور الوسيط للسلوكيات الوالدية في إدارة الانفعالات؛ حيث تشير إلى أن السلوكيات الوالدية الانفعالية تتوسط العلاقة بين تنظيم الانفعال لدى الأمهات وتنظيم الانفعال للأطفال.

وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات ترتبط وتؤثر على صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء والمراهقين، كما أن صعوبات تنظيم الانفعال للمراهقين تُنبئ بالمشكلات الداخلية للمراهقين (Cheung, 2020)

في حين أشارت نتائج بعض الدراسات الأخرى إلى عدم وجود علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعالات لدى الآباء وصعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء؛ حيث أشارت نتائج دراسة (Woodward 2016) إلى أنه "لا توجد علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء كما يدركها الأبناء وصعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء"؛ حيث إن الأبناء لديهم القدرة على التغلب على صعوبات تنظيم الانفعال خاصة إذا كانت لديهم تصورات سلبية عن قصور آبائهم في تنظيم انفعالاتهم، وكانت لديهم الرغبة في تنظيم انفعالاتهم بطريقة مختلفة عن آبائهم.

وهناك بعض الدراسات الأجنبية التي اهتمت بدراسة المتغيرات الوسيطة التي تتوسط هذه العلاقة، ومن أهم هذه المتغيرات أساليب التعامل مع انفعالات الأبناء أو إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء، فقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن "استخدام الآباء لإستراتيجيات تنظيم الانفعال يتوقف على نوعية هذه الإستراتيجيات، فالإستراتيجيات الداعمة تخفض من الانفعالات السلبية، في حين أن استخدامهم لإستراتيجيات غير داعمة يزيد من انفعالات الأبناء السلبية" ; (Fabes et al, 2002 ; Rittenhouse, 2015 & Danli Li et al, 2019)

كما أشارت نتائج دراسة أخرى إلى أن استخدام الآباء للإستراتيجيات الإيجابية تسهم في تغيير الانفعالات السلبية وفي خفض الإجهاد النفسي للأبناء، وأن الإستراتيجيات السلبية مثل التهويل والعقاب تزيد من الانفعالات السلبية (La Bass, 2016).

وأسفرت نتائج دراسة (Mcewen & Flouri, 2009) عن أن "صعوبات تنظيم الانفعال لدى المراهقين تتوسط العلاقة بين الضبط النفسي من الوالدين وبين الأعراض الانفعالية لدى المراهقين".

وقد دفع هذا الأمر الباحثين إلى تعرّف:

إلى أيّ مدى تؤثر صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات على إدارة انفعالات أبنائهم السلبية؟ ومن ثمّ ما مدى تأثيرها على الكفاءة الانفعالية الاجتماعية لهؤلاء الأبناء؟

ومما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

- ١- ما العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء؟
- ٢- ما العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات وإستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء؟
- ٣- ما العلاقة بين إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء؟
- ٤- ما الفروق بين أفراد العينة ذكور و إناث على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية؟
- ٥- ما الفروق بين أفراد العينة من الأبناء (ذكور- إناث) في إستراتيجيات إدارة الانفعالات؟
- ٦- ما الفروق بين منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات على الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء؟
- ٧- ما الفروق بين منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات على الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء؟
- ٨- إلى أي مدى يمكن التنبؤ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء من خلال صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، وإستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء؟
- ٩- هل تتوسط إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء؟

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى:

- تعرّف العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات وبين كلّ من الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء، وإستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء؟

- استكشاف دور إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط في العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء.
- تعرّف الفروق بين الذكور والإناث من أبناء الأمهات ذوات صعوبات تنظيم الانفعال في إستراتيجيات إدارة الانفعالات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية لديهم.
- التنبؤ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء من خلال صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، وإستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء.

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث الحالي في الكشف عن أهمية ودور إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء خاصةً مع الأمهات ذوات صعوبات تنظيم الانفعال في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لأبنائهن، وهذا بدوره يمكن أن يساعد الباحثين في إعداد برامج إرشادية للوالدين ذوي صعوبات تنظيم الانفعال تهدف إلى تدريبهم على إستراتيجيات إدارة انفعال أبنائهم وتحسين الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لهؤلاء الأبناء.

كذلك إلقاء الضوء على الآباء ذوي صعوبات تنظيم الانفعال وتوجيههم إلى مدى تأثير هذه الصعوبات التي يعانون منها على أبنائهم واحتمالية انتقالها إلى هؤلاء الأبناء من خلال عملية التنشئة الانفعالية لهم، وكذلك الكشف عن أهمية ودور التنشئة الانفعالية للأبناء في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لهم.

كما يضيف البحث الحالي إلى المكتبة العربية مقاييس تناسب البيئة العربية، خاصةً أن أغلب المقاييس المستخدمة في الدراسات العربية هي مقاييس أجنبية تم تقنينها على البيئة العربية؛ حيث تم إعداد مقياس صعوبات تنظيم الانفعال، ومقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء، ومقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء.

ومما يزيد من أهمية البحث الحالي أيضاً هو طبيعة المرحلة النمائية للأبناء وهي مرحلة المراهقة، ولا شك أن هذه المرحلة لها أهمية خاصة، لا سيما عند دراسة متغيرات تتعلق بالعلاقة بين الآباء والأبناء، وكذلك دراسة التنشئة الانفعالية من خلال إدارة الآباء لانفعالات أبنائهم، ومدى تأثير ذلك على الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين.

مصطلحات البحث:

• صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات: difficulties of mothers' emotional regulation

يقصد بها في إطار البحث الحالي "التحديات التي تواجه الأمهات في التعامل مع انفعالاتهن وفي القدرة على فهمها وتقبلها، وضعف التحكم في السلوكيات الاندفاعية، وعدم القدرة على استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعالات بطريقة مناسبة للتحكم في الاستجابات الانفعالية من أجل تحقيق أهدافهن"، وتشمل هذه الصعوبات عدة أبعاد، هي:

صعوبات الوعي الانفعالي: Emotion Awareness Difficulties

ويقصد بها "نقص إدراك الأمهات لانفعالاتهن الداخلية، وعدم الانتباه إليها، وضعف قدرتهن على التعبير عنها، وصعوبة فهمن وتقبلهن لانفعالات الآخرين، وكذلك ضعف قدرتهن على تنظيم العمليات الداخلية المسؤولة عن مراقبة وتعديل وتنظيم الانفعال."

صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية Difficulties of acceptance of Emotional Responses :

ويقصد بها "رفض الأمهات لاستجاباتهن الانفعالية في المواقف المختلفة، وعدم رضاهن عن استجاباتهن الانفعالية، وعدم تقبلهن لانفعالاتهن السلبية."

صعوبات ضبط الانفعال (الاندفاعية) Difficulties of controlling emotion (impulsivity)

ويقصد بها: "عدم قدرة الأمهات على التحكم في السلوكيات الاندفاعية، والتصرف وفقاً للأهداف المرغوبة عندما تعاني الأمهات من المشاعر السلبية."

صعوبات استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال: Difficulties of emotion regulation strategies

ويقصد بها "الصعوبات التي تواجه الأمهات في الوصول إلى إستراتيجيات مناسبة لتنظيم انفعالاتهن بمرونة، وتعديل الاستجابات الانفعالية من أجل تحقيق الأهداف."

صعوبات التركيز على الهدف: Difficulties of focusing on the Goal

يقصد بها "عدم قدرة الأمهات على المشاركة بإجراءات عملية في شكل سلوكيات فعلية لتحقيق الهدف الذي يسعين إليه."

إستراتيجيات إدارة الانفعال كما يدركها الأبناء: Emotion management strategies as perceived by sons

يقصد بها الأساليب التي تستخدمها الأمهات في التعامل مع انفعالات الأبناء السلبية كما يدركها الأبناء، وقد تكون هذه الأساليب داعمة أو غير داعمة.

وتتضمن إستراتيجيات إدارة الانفعال كما يدركها الأبناء عدة أبعاد، هي:

أولاً: الإستراتيجيات الداعمة (الإيجابية): وتظهر في التعامل مع انفعالات الأبناء السلبية، مثل:

- ١- إستراتيجيات تشجيعية.
- ٢- إستراتيجيات التهدئة والتهوين.
- ٣- إستراتيجيات ممرضة حول حل المشكلة.

- ٤- إستراتيجيات ممرضة حول الانفعال.
- ٥- إستراتيجيات تجاوز الانفعالات السلبية بأساليب إيجابية.
- ثانياً: الإستراتيجيات غير الداعمة (السلبية): وتظهر الأساليب غير الداعمة أو الأساليب السلبية فيما يلي:
 - ٦- إستراتيجيات عقابية.
 - ٧- إستراتيجيات الإجهاد واللوم.
 - ٨- إستراتيجيات التهويل والتضخيم.
 - ٩- إستراتيجيات التجاهل.

إستراتيجيات تشجيعية (تشجيع التعبير عن الانفعالات السلبية) Encouragement Strategies

يقصد بها "ردود أفعال الأمهات التشجيعية والمعززة كما يدركها الأبناء التي تتيح للابن أن يعبر عن انفعالاته السلبية وينفس عما يشعر به عن طريق إتاحة الفرصة والثقة للأبناء ليعبروا عن انفعالاتهم، وأن يتقبلوها ويفهموها، ويضعوا في الحسبان وجهة نظر الآخرين."

إستراتيجيات التهدئة والتهوين (التقليل من حجم الانفعالات السلبية) Strategies for minimization

يقصد به "ردود أفعال الأمهات بالمشاركة الوجدانية لتفهم الانفعالات السلبية وتهدئتها باستخدام أسلوب التهوين والتقليل من حجم وشدة ودرجة الانفعالات السلبية، وإدراك أن العواقب المترتبة على هذا الأمر لا تستدعي الانفعال السلبي الشديد كما يدركها الأبناء."

إستراتيجيات متمركزة حول المشكلة: Problem-centered strategies

ويُقصد بها: "إدراك الأبناء لردود أفعال أمهاتهم التي تعتمد على إستراتيجيات حل المشكلة والتفكير العقلاني وإعادة البناء المعرفي للمشكلة."

إستراتيجيات متمركزة حول الانفعال: Emotion-centered strategies

ويُقصد بها: "إدراك الأبناء لمشاركة أمهاتهم لانفعالاتهم واحتوائها وتقبلها وتفهمها، ومحاولة الأمهات وضع أنفسهن في موضع الابن حتى يتمكن من تفهم الموقف الذي أدى إلى الانفعال لتحفيز الابن على تغيير وتعديل استجابته الانفعالية."

إستراتيجيات تجاوز الانفعالات السلبية بأساليب إيجابية: Strategies to overcome negative emotions in positive ways

ويقصد بها: "ردود فعل الأمهات التي تتخطى الانفعال السلبي بإستراتيجيات فعالة للتغلب على الانفعال السلبي والتخفيف منه، مثل الإستراتيجيات الترفيهية أو الدينية أو الدعم الاجتماعي كما يدركها الأبناء."

إستراتيجيات عقابية_Punitive Strategies

يقصد بها "إدراك الأبناء لاستخدام الأمهات ردود أفعال غير محببة بالنسبة لهم، وممارستهن لأساليب عقاب مع انفعالات الأبناء السلبية مثل الرفض أو الإهانة أو الحرمان والتخويف عند إظهار الأبناء شكلاً من أشكال الانفعال السلبية.".

إستراتيجيات الإجهاد واللوم_distress and blame strategies

ويُقصد بها: "إدراك الأبناء أساليب اللوم أو النقد أو السخرية التي تستخدمها الأمهات في التعامل مع انفعالات أبنائها السلبية مما يؤدي إلى شعورهم بالذنب لإحساسهم بأنهم يمثلون ضغطاً وعبئاً على أسرهم.".

إستراتيجيات التهويل والتضخيم_Maximization Strategies

ويُقصد بها: "إدراك الأبناء لردود فعل الأمهات التي تتسم بالمبالغة في تضخيم حجم الانفعال والنتائج المترتبة عليه لدرجة أن ردود أفعالهن تكون أقوى من الانفعال نفسه.".

إستراتيجيات التجاهل والإهمال: Ignoring and Neglecting Strategies

ويُقصد بها: "إدراك الأبناء لردود فعل الأمهات التي تعتمد على التجاهل وإهمال الانفعالات السلبية للابن ومعاملته على أنه شيء لا يستحق الاهتمام بشخصه أو بانفعالاته.".

• الكفاءة الانفعالية الاجتماعية: Social Emotional Competence

يقصد بها "إدراك المراهق لذاته الانفعالية والاجتماعية، ووعيه بهما، وقدرته على إدارتهما، والتحكم فيهما بما يساعده على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي"،

وتتضمن الكفاءة الانفعالية الاجتماعية الأبعاد التالية:

١- الوعي بالانفعالات: Emotional awareness

ويقصد به: "قدرة المراهق على ملاحظة وإدراك انفعالاته وانفعالات الآخرين، واهتمامه بإظهار تلك الانفعالات بأسلوب يتناسب مع الموقف، وإيمانه بأن إظهار الانفعالات يمثل جزءاً هاماً في التفاعل بين الأفراد".

٢- إدارة الذات الانفعالية: Emotional self-management

ويقصد بها: "قدرة الفرد على ضبط انفعالاته والسيطرة عليها بحيث تتناسب مع طبيعة الموقف الذي يمر به وانفعالات المحيطين به، واهتمامه بالأثر تؤثر انفعالاته في قراراته".

٣- الوعي الاجتماعي: Social awareness

ويُقصد به: "قدرة الفرد على إدراك وفهم مشاعر زملائه، والتعاطف معهم، ومراعاة حقوقهم، وتقديم المساعدة والدعم لهم، والتوافق مع قيم وأعراف المجتمع السائدة."

٤- إدارة الذات الاجتماعية: Social self-management

وتتضمن "قدرة الفرد على المبادرة في تكوين العلاقات مع الآخرين، والتوافق معهم، والتدخل لمنع الصراعات بينهم، ومشاركتهم مواقف الفرح والحزن، وتشجيعهم على المشاركة في الأنشطة المختلفة."

٥- توكيد الذات: Self-assertion

وتتضمن "قدرة الفرد على الدفاع عن حقوقه، والمطالبة بها، ومواجهة ضغوط الآخرين، وحرية التعبير عن مشاعره وآرائه دون التقيّد بآراء الآخرين."

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: صعوبات تنظيم الانفعالات Emotion dysregulation:

يمر الفرد في حياته اليومية بمواقف مختلفة تولد لديه أشكالاً عديدة من الانفعالات، بعضها يأخذ الشكل الإيجابي؛ كالحب والفخر والسعادة والامتنان، والبعض الآخر يأخذ الشكل السلبي؛ كالخوف والغضب والحزن والملل، وعليه أن يكون قادراً على التعامل مع كافة هذه الانفعالات بكفاءة وبطريقة فعالة.

وتعد قدرة الفرد على تنظيم انفعالاته بشكليها السلبي والإيجابي تبعاً لأهدافه والوسط المحيط به مهارة ارتقائية تنمو بتقدمه في العمر، ويتوقف على مدى وعيه وفهمه لتلك الانفعالات تحسُّن دوافعه وسماته الشخصية، كما أن تلك المهارة تمكنه من التعامل بشكل أكثر كفاءة مع أحداث الحياة التي يمر بها (Valiente, Swanson, & Eisenberg, 2012).

ولعل أهمية مفهوم تنظيم الانفعالات ترجع إلى أنه من خلاله يمكننا تفسير استجابات الفرد الانفعالية؛ حيث يتوقف هذا التنظيم على ما لدى الفرد من خبرات ومهارات معرفية وسلوكية، كما يتوقف على مدى وعيه بانفعالاته وقدرته على التحكم فيها، وهو ما يظهر لنا من خلال الاستجابات الانفعالية التي يُظهرها الفرد في المواقف المختلفة.

مفهوم تنظيم الانفعالات: يعد مفهوم تنظيم الانفعالات من المفاهيم الحديثة نسبياً، حيث إنه لم يظهر بشكل واضح في الدراسات النفسية إلا منذ تسعينيات القرن الماضي، أما الدراسات التي سبقت ذلك في مجال الانفعالات فقد تناول معظمها دراسة العديد من الانفعالات كالقلق والضغوط والمواجهة والتعلق (Gross, 2014).

ويشير (Gross, 1998) إلى أن تنظيم الانفعال يتضمن العمليات التي يستطيع من خلالها الفرد أن يتحكم في الانفعالات التي يشعر بها، والوقت الذي تُحدث فيه، وكيفية التعبير عنها، ويضيف (Gross,)

(John, 2003) أن الفرد من خلال تنظيم انفعالاته يقوم باستخدام عدة إستراتيجيات للتأثير على استجاباته الانفعالية والتحكم فيها.

ويعرف (Gratz & Roemer, 2004) تنظيم الانفعال بأنه "وعي الفرد وفهمه لانفعالاته وتقبلها، وقدرته على ضبط سلوكه الاندفاعي والتصرف وفقاً للأهداف التي يرغب في تحقيقها عندما يمر بخبرة انفعالات سلبية، كما يتضمن تنظيم الانفعال قدرة الفرد على استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال الملائمة للموقف بمرونة، من أجل تعديل الاستجابات الانفعالية بما يتضمن تحقيق أهدافه ومتطلبات الموقف الذي يمر به، كما يشير إلى أن غياب هذه القدرات أو بعضها يؤدي إلى وجود صعوبات في تنظيم الانفعال لدى الفرد".

ويذكر (Hayes, Luoma, Bond, Masuda & Lillis, 2006) أن تنظيم الانفعال يتمثل في "قدرة الفرد على التحكم في مشاعره وانفعالاته السلبية، وعدم إظهارها أو تحويلها إلى مشاعر إيجابية".

ويُعرّف عراقي (٢٠١٤) تنظيم الانفعال بأنه "تلك العملية المتصلة بالتعديل والتأثير على متى وكيف يتم التعبير عن الانفعالات الخاصة، وكيف يتم معاشية تلك الانفعالات، ويشمل ذلك الانفعالات الشعورية واللاشعورية السلبية والإيجابية كلها على حد سواء".

كما يرى (Kuo, Fitzpatrick, Metcalfe & McMMain, 2016) أن تنظيم الانفعال يتضمن مجموعة من المهارات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تنظم الخبرات والمواقف الناتجة عن تفاعل الفرد مع بيئته وتتحكم فيها.

ويشير (Garrido-Rojas, Guzmán-González, Mendoza-Llanos, Rivera-Ottenberger, & Contreras-Garay, 2021) إلى أن التنظيم الانفعالي يتضمن عددًا من الأساليب المقصودة التي يستخدمها الفرد للتحكم في استجاباته الانفعالية، ومن هذه الأساليب التركيز على الأفكار والمشاعر وتوجيه الانتباه والتفكير في الخبرات الإيجابية الخاصة بالموقف الانفعالي الذي يمر الفرد به.

ويتضح من التعريفات السابقة أن مفهوم التنظيم الانفعالي يتضمن مجموعة من العمليات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي يقوم بها الفرد لإدارة انفعالاته وضبطها والتحكم فيها، لا سيما الانفعالات السلبية التي يستجيب بها الفرد غالبًا في المواقف الحياتية الصعبة أو الضاغطة، كما يتضح أيضًا أن هذه العمليات تتوقف على مهارات الفرد المعرفية والسلوكية؛ كوعيه بتلك الانفعالات وفهمه لها ومعرفته بطرق التعبير عنها، ويتضح كذلك أن هذه العمليات يتم استخدامها من قِبَل الفرد بشكلٍ واعٍ ومقصود بهدف تحقيق أهداف يسعى هو إلى تحقيقها، وإذا لم تتم هذه العمليات بكفاءة فإن ذلك يتسبب فيما يسمى بـ"صعوبات تنظيم الانفعال".

وتظهر صعوبات التنظيم الانفعالي عندما يمر الفرد بخبرة أو موقف يتطلب إدارة وتنظيم انفعالاته بشكل أكبر مما يستطيع، فتصبح هناك فجوة بين ما يريد تحقيقه من أهداف وما يقوم به من استجابات وبين طريقتة في التعبير عن مشاعره وانفعالاته (Bardeen, Fergus, & Orcutt, 2012; Bardeen & Fergus, 2014) مما يعكس بشكل سلبي على صحته النفسية وعدم الرضا عن الحياة، فتبدأ أعراض بعض المشكلات النفسية في الظهور على سلوكياته؛ مثل القلق والاكتئاب.

وتظهر صعوبات التنظيم الانفعالي عادةً في عدم قدرة الفرد على ضبط انفعالاته والتحكم فيها، وتتمثل في شكل تعبيرات وجه أو سلوكيات انفعالية غير مناسبة للموقف الذي يمر به الفرد، كما تتضح صعوبات التنظيم الانفعالي في زيادة الانفعالات السلبية، وتَجَنُّب الأساليب الإيجابية عند مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة، وغالبًا ما يرجع ذلك إلى نقص الفهم والوعي الانفعالي لدى الفرد (Rellini, 2010).

ويذكر (Gratz & Roemer, 2004) أن صعوبات تنظيم الانفعال "تتضمن الصعوبات أو التحديات التي تواجه القدرة على فهم الانفعالات وتقبلها، وعدم القدرة على التحكم في السلوكيات الاندفاعية والتصرف تبعًا لها من أجل تحقيق الأهداف المرجوة عند المرور بمواقف انفعالات سلبية، وعدم القدرة على استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال بالمرونة المناسبة للتحكم في الاستجابات الانفعالية من أجل تحقيق أهداف الفرد والمتطلبات الموقفية".

ويعتبر أي ضعف أو نقص في هذه الأبعاد أو في أيٍّ منها السبب الرئيسي في معاناة الفرد من صعوبة في التنظيم الانفعالي، ويترتب على هذه الصعوبة ما يعانیه هذا الفرد من مشكلات في الصحة النفسية، كما يعد تحقق هذه الأبعاد أحد العوامل المسببة للرفاه النفسي (Cengiz, Gurelk, 2020).

ويتفق مع ذلك (Gross, John, 2003) حيث أشارا إلى أن صعوبات تنظيم الانفعال تؤثر في مستوى الصحة النفسية للفرد، ويشير (Saxena, Dubey, & Pandey, 2011) إلى أن صعوبات تنظيم الانفعال بشكل عام ترتبط بضعف الصحة النفسية، وانخفاض مستوى السعادة والرضا عن الحياة لدى الفرد، وكذلك بنقص الشعور بالرفاه الشخصي.

وفي دراسة أخرى يذكر (Neumann, van Lier, Gratz, & Koot, 2010) أن معظم الأمراض النفسية ربما ترجع إلى صعوبات التنظيم الانفعالي، وأن السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الأطفال يرتبط بالقدرة على تنظيم الانفعالات بشكلٍ إيجابي، كما يوضح (صفي، ٢٠٢١) أن الخوف من استقبال التعاطف من الآخرين كان أحد العوامل المسهمة في التنبؤ بصعوبات التنظيم الانفعالي. وكذلك أشار (فتح الله، ٢٠٢٠) إلى أن هناك علاقة سلبية دالة بين التعاطف الذاتي وبين صعوبة تنظيم الانفعالات، وأن صعوبات تنظيم الانفعالات لها دور سلبي وسيط بين اليقظة العقلية والمرونة الأكاديمية لدى الطلاب.

ويذكر (Girouard, et al 2021) أن المراهقين الذين يتعرضون للتنمر والإيذاء النفسي يمرون بأشكال مختلفة من المشاعر السلبية، ويعانون من صعوبات تنظيم الانفعال، وينخفض لديهم مستوى الرفاهية النفسية بشكل أكبر من المراهقين الذين لم يتعرضوا لذلك.

كما يشير كلٌّ من (Neumann, van Lier, Gratz, & Koot, 2010) إلى أن القدرة على تنظيم الانفعال ترتبط إيجابيًا بالسلوك الاجتماعي السوي لدى الأطفال، في حين تتسبب صعوبات تنظيم الانفعال في العديد من السلوكيات السلبية وغير السوية، إلا أن معظم البحوث التي اهتمت بدراسة صعوبات تنظيم الانفعال قد تناولته لدى الأطفال والراشدين، ولا يزال هناك نقص في البحوث التي أجريت على المراهقين في هذا المجال، وربما يرجع هذا النقص إلى نقص عدد المقاييس المعدة لقياس تنظيم الانفعال لدى المراهقين.

ويوضح (Gratz, Roemer, 2004) أن هناك ست صعوبات يمكن أن تؤثر على تنظيم الفرد لانفعالاته، وهذه الصعوبات هي: عدم قبول الاستجابة الانفعالية، وصعوبة الانخراط في السلوك الموجه

للهدف، وصعوبات ضبط الاندفاع، وهي: نقص الوعي الانفعالي، ومحدودية الوصول إلى إستراتيجيات تنظيم الانفعال، ونقص الوضوح الانفعالي.

ويعد النموذج الذي قدمه (Gratz, Roemer, 2004) من أشهر النماذج التي توضح معنى التنظيم الانفعالي ومكوناته، ويتكون هذا النموذج من أربعة أبعاد، هي (الوعي بالانفعالات، تقبل الانفعالات، القدرة على ضبط السلوكيات الاندفاعية، والقدرة على استخدام إستراتيجيات تنظيم انفعال مناسبة للموقف).

وتكمن خطورة صعوبات تنظيم الانفعال فيما ينتج عنه من اضطرابات ومشكلات نفسية؛ كالقلق والاكتئاب، والاضطرابات الوجدانية والإدمان، والتسرب من التعليم، والجنوح والجريمة (Nikmanesh, Kazemi & Khosravy, 2014)، في حين يؤدي التنظيم الجيد للانفعالات إلى زيادة مظاهر الصحة النفسية؛ حيث يسهم التنظيم الانفعالي في رفع قدرة الفرد على مواجهة المواقف الضاغطة والمؤلمة). (Morvaridi, Mashhadi, Shamloo, & Leahy, 2019) ، كما يؤدي تنظيم الانفعال أيضاً دوراً مهماً في تحقيق النمو الانفعالي السوي للفرد؛ حيث يزيد من قدرته على التحكم في سلوكه وإدارة انفعالاته في المواقف والأحداث المختلفة، فيصبح أكثر مرونةً في استجاباته نحو المواقف والأحداث البيئية الضاغطة أو المؤلمة التي تحدث من حوله، مما يكون له دور كبير في تحقيق التوافق النفسي وتكوين العلاقات الاجتماعية الجيدة (عبد العظيم، ٢٠٠٧).

دور الأسرة في مواجهة صعوبات تنظيم الانفعالات لدى الأبناء :

يشير (Besharat, 2014) إلى أن الأشخاص الذين لم يتم التعامل بشكل جيد مع انفعالاتهم والذين تم إجبارهم على كبت هذه الانفعالات أثناء طفولتهم غالباً ما يعانون من صعوبات في تنظيم انفعالاتهم عندما يكبرون.

ويتفق مع ذلك (Monteparocci, Codispoti, Baldaro & Rossi, 2004)؛ حيث يشيرون إلى أن التربية غير السوية للأطفال تؤدي إلى ظهور أنماط تعلق غير آمنة لديهم، وهذه الأنماط غير الآمنة من شأنها إعاقة نمو مهارات التنظيم الانفعالي الفعّال لدى هؤلاء الأطفال.

فالبينة الأسرية للطفل تلعب دوراً هاماً في تشجيعه على التعبير عن انفعالاته بطريقة مناسبة؛ أما البيئة الأسرية غير السوية التي لا تسمح لأبنائها بالتعبير عن انفعالاتهم بحرية فإنها تُخرج أبناء غير قادرين على مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة، كما أنهم لا يستطيعون التفاعل الجيد مع الآخرين؛ إذ يصعب عليهم قراءة انفعالاتهم وإظهار الاستجابات السلوكية المناسبة لتلك الاستجابات. ومع بداية مرحلة المراهقة – والتي تنتمي إليها عينة البحث الحالي- يبدأ دور الوالدين والأسرة في التأثير على الأبناء في التناقص ليحل محله دور الأقران وجماعات الرفاق؛ حيث تصبح مرجعية المراهق لتلك الجماعات ذات شأن أكبر من الأسرة، وتتأثر انفعالاته بتفاعله معهم بشكل واضح. وفي هذا الصدد يشير عراقي (٢٠١٢) إلى أن النماذج التعبيرية التي يستخدمها الوالدان والتي قد تتضمن كبت أو قمع أو تقليل أو عدم الإفصاح عن الانفعالات المختلفة وإظهارها قد تشجع الطفل على الاعتماد على طرق قمع الانفعال، الأمر الذي يؤدي إلى صعوبة في تنظيم الانفعال، مما يترتب عليه اضطرابات ومشكلات نفسية لاحقة.

وهكذا يتضح الدور الأساسي والمهم الذي يؤديه الوالدان في مساعدة أبنائهم على إدارة انفعالاتهم والتحكم فيها، وأن هذا الدور يتناقص في مرحلة المراهقة والرشد؛ حيث يبدأ الفرد في الاعتماد على نفسه والاستقلال في إدارة انفعالاته وتنظيمها، وبذلك تتضح أهمية الدور الذي يؤديه الوالدان في ضبط انفعالات أبنائهم وتشجيعهم على إدارتها بشكل جيد خلال مرحلة الطفولة؛ فعندما نحكم على مدى سواء الفرد في مراحل نموه المختلفة تظل الكلمة الأولى والأخيرة لما كانت عليه براعمه في الصغر (رمضان، ٢٠١٧).

النظريات والنماذج المفسرة لصعوبات تنظيم الانفعال:

تعددت المحاولات النظرية لتفسير صعوبات تنظيم الانفعال تبعاً لاختلاف التوجهات النظرية لأصحاب تلك المحاولات؛ حيث قدمت مدارس علم النفس تفسيرات متعددة لتلك الصعوبات، ومنها نظرية التحليل النفسي، والنظريات السلوكية، والنظريات المعرفية، والنظريات الاجتماعية، كما ظهرت أيضاً عدة نماذج لتفسير هذه الصعوبات، ومنها نموذج (Thompson, 1994)، ونموذج (Gross, 1998)، وتتفق هذه النظريات والنماذج على أن صعوبات تنظيم الانفعال ترجع إلى عدة أسباب، منها على سبيل المثال: إهمال الوالدين للطفل، والإساءة الجسدية أو الجنسية أو الانفعالية له، حيث تؤدي ضغوط ما بعد الصدمة الناتجة عن تلك الخبرات المؤلمة إلى القصور في تنظيم الانفعالات، وكلما ازدادت حدة الموقف الضاغط قلت كفاءة الفرد في تنظيم انفعالاته (Putnam & Slik, 2005).

ويشير (Grosse, 1999) إلى أن نظرية التحليل النفسي تعتبر من أولى النظريات التي اهتمت بتفسير تنظيم الانفعال وصعوباته، خاصةً انفعال القلق؛ حيث اعتبر فرويد أن القلق مصطلح يجمع بين كل الانفعالات السلبية، وأشار فرويد في البداية إلى أن القلق يتولد نتيجة لمنع التعبير عن الدوافع الشهوانية، ويتم قمع هذه الدوافع فيتولد القلق لدى الفرد، ويمكن اعتبار دفاعات الأنا وفقاً لتفسير فرويد محاولات لتنظيم انفعال القلق.

أما النظريات السلوكية فإنها تفسر صعوبات تنظيم الانفعال وفقاً لقوة المثير وسرعة الاستجابة التي يصدرها الفرد ونوعها، كما تشير أيضاً إلى دور عمليات التعزيز التي تساعد على تشكيل وتعديل سلوك الفرد (Grosse, 1999)، فبحسب وجهة نظر أصحاب المدرسة السلوكية يمكن لعملية التعزيز أن تؤدي إلى تقوية السلوك، وبالتالي يمكن أن تُعالج صعوبات تنظيم الانفعال عند الأفراد باستخدام أساليب التعزيز المختلفة.

وتختلف وجهة نظر أصحاب النظرية المعرفية في تفسير صعوبات تنظيم الفرد لانفعالاته؛ حيث تشير هذه النظرية إلى أن تنظيم الانفعال عملية معقدة تشمل العديد من العمليات المعرفية المرتبطة؛ مثل الوعي والتذكر والإدراك والانتباه، فعند قيام الفرد باستجابة انفعالية فإن هناك ما يدفعه إلى الانتباه إلى معلومات معينة، كما أن الذكريات والخبرات الماضية كلها تمثل مخططات معرفية تؤثر في السلوك الانفعالي للفرد (Philippot & Feldman, 2004).

أما النظرية الاجتماعية فتفسر قدرة الفرد على تنظيم انفعالاته في ضوء التفاعل بين الأفراد، ومدى توافر النموذج أو القدوة التي يحاكيها الفرد في تنظيم انفعالاته، فهي تعتبر أن تنظيم الانفعال مهارة يمكن إكسابها للطفل من خلال تفاعله مع الآخرين خاصةً خلال مراحل الطفولة المتوسطة والمتأخرة والمراهقة؛ إذ إن هذا التفاعل يولد لدى الفرد العديد من الانفعالات الإيجابية والسلبية، وعليه أن يضبط تلك الانفعالات

ويتحكم فيها من أجل نجاح علاقاته الاجتماعية (Warfield, 2012)، ولعل هذا التفسير يلقي الضوء على أهمية دور الوالدين في إكساب أبنائهم مهارة التنظيم الانفعالي، فمن خلال ممارسة الآباء لتلك المهارة يمكن للأبناء اكتسابها عن طريق عملية النمذجة التي تشير إليها النظرية الاجتماعية.

كما أشار جولمان (Goleman, 1995) في نظريته عن الذكاء الوجداني إلى مفهوم إدارة الانفعالات واعتبرها أحد المكونات الأساسية للذكاء الوجداني؛ ويرى جولمان أن الذكاء الوجداني يعبر عن مدى معرفة الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين، ومن ثم إدارة تلك الانفعالات وتنظيمها، كما يوضح أن تنظيم الفرد لانفعالاته يعتبر من المكونات الأساسية للذكاء الوجداني؛ إذ يتضمن الذكاء الوجداني مجموعة من القدرات التي تساعد على إحداث هذا التنظيم (Goleman, 1996; Goleman, 2012).

وكذلك يوضح (Thompson, 1994) من خلال النموذج الذي قدمه لتنظيم الانفعالات أن عملية تنظيم الانفعالات تتضمن تقوية الانفعال أو إضعافه ومنعه، ويشير إلى أن هناك عدة مهارات من الضروري توافرها لدى الفرد حتى يصبح قادرًا على تنظيم انفعالاته، وهذه المهارات تتأثر بالآخرين، كما أنها تنمو وتتطور من خلال علاقته بهم، فعلى سبيل المثال تنمو انفعالات الفرد في مرحلة الطفولة من خلال علاقته بالديه؛ حيث يبذل الآباء جهدًا كبيرًا في ملاحظة وتفسير وتغيير انفعالات أبنائهم الصغار، وهم بذلك يقومون بتنظيم انفعالات هؤلاء الأبناء، ومع تقدم الأبناء في العمر وزيادة نضجهم يبدأ الآباء في استخدام أسلوب التدخل المباشر وغير المباشر بهدف الحفاظ على صحة أبنائهم الانفعالية من ناحية، ومن ناحية أخرى بهدف تعديل تلك الانفعالات بما يتوافق مع البيئة الثقافية التي ينتمون إليها، فعلاقة الوالدين بأبنائهم وكذلك العلاقات الاجتماعية مع الأشخاص المقربين تؤثر على قدرة هؤلاء الأبناء على تنظيم انفعالاتهم وعلى الإستراتيجيات التي يكتسبونها من خلال تلك العلاقات، وعادةً ما يستخدم الآباء والمربون أساليب معينة للتحكم في انفعالات الصغار، منها: التعاطف، والتقليل من حجم المشكلة، واستخدام أسلوب الفكاهة في المواقف الصعبة.

كما يعد نموذج (Gross,1998) أيضًا من النماذج الحديثة التي تناولت صعوبات تنظيم الانفعال؛ حيث يشير جروس إلى أن تنظيم الانفعال يرتبط بشكل مباشر بسلوك الفرد واستجاباته، وهو يفسر طريقة تنظيم الفرد لانفعالاته من خلال ربط الإستراتيجيات التي يستخدمها الفرد في تنظيم انفعالاته بوقت إنتاج تلك الانفعالات، وأشار (Gross,2008) إلى أن عملية تنظيم الانفعال تتضمن جانبين رئيسيين، هما:

الجانب الأول: يشمل عمليات تنظيم الانفعال، وتتضمن:

- اختيار الموقف: حيث يختار الفرد الموقف الذي يرتبط بانفعالات محددة لديه، فهو يميل إلى المواقف التي يشعر أنها ستؤدي به إلى انفعالات سارة، ويتجنب المواقف التي يشعر أنها ستؤدي به إلى انفعالات غير سارة.
- تعديل الموقف: نظرًا لعدم قدرة الفرد أحيانًا على تجنب المواقف التي تجلب له الانفعالات غير السارة فإنه يحاول تعديل تلك المواقف وفقًا لحاجاته ومتطلباته بما يساعده على تقليل الآثار السلبية لها.

- تحويل الانتباه: فإذا لم ينجح الفرد في تعديل المواقف التي تجلب له انفعالات غير سارة فإنه يصبح مشتتاً، وعليه أن يعمل على تغيير مركز انتباهه بحيث لا يركز على الجوانب التي تثير انفعالاته، فيركز على نشاط بديل غير انفعالي.

- التغيير المعرفي: حيث يغير الفرد طريقة تفكيره في الموقف من أجل التحكم فيما يولده من انفعالات.

أما الجانب الثاني فيشمل:

- تعديل الاستجابة: حيث يلجأ الفرد إلى تعديل استجابته للموقف إذا ما فشلت الطرق السابقة في توليد انفعالات سارة؛ فمن خلال عملية التغيير المعرفي يمكن للفرد أن يختار من بين عدة بدائل من الاستجابات السلوكية الاستجابة الأفضل للموقف الراهن (Gross, 1999).

ويذكر (Gross & John, 2003) أن تنظيم الانفعالات في هذا النموذج يتضمن إستراتيجيتين أساسيتين، هما:

- إستراتيجية إعادة التقييم المعرفي: وهذه الإستراتيجية تحدث في بداية توليد الانفعال عندما يفكر الفرد في الموقف بطريقة مختلفة من أجل التحكم فيما يولده من انفعالات، فهذه الإستراتيجية تتضمن إعادة التشكيل المعرفي للموقف الانفعالي من أجل تقليل تأثير الانفعالات السلبية التي قد تتولد عنه.

- إستراتيجية قمع التعبير الانفعالي: وهذه الإستراتيجية تقوم على أساس التحكم في الانفعالات وعدم التعبير عنها؛ حيث يتم من خلاله منع الاستجابات التي تعبر عن الانفعالات، وهي تحدث في وقت متأخر بالنسبة لعملية توليد الانفعال؛ حيث لا تحدث إلا بعد تنشيط الانفعال.

ومن خلال العرض السابق للنظريات والنماذج التي تفسر تنظيم الانفعالات ترى الباحثتان أن هناك نماذج وتفسيرات متنوعة لتنظيم الانفعال تختلف تبعاً لاهتمام أصحابها، فبينما يركز أصحاب نظرية التحليل النفسي على دور الأنا وتفاعلاتها في تكوين الانفعالات يركز أصحاب النظريات السلوكية على المثيرات التي تولد الانفعالات واختلاف استجابات الأشخاص لها، وهم يؤكدون كذلك على مبدأ التعزيز في تقوية الانفعالات أو إضعافها، في حين يؤكد المعرفيون على دور العمليات المعرفية كالوعي والانتباه والإدراك في توليد الانفعالات وتنظيمها، أما أصحاب النظريات الاجتماعية فقد بنوا تفسيرهم لتنظيم الفرد لانفعالاته على أساس علاقاته الاجتماعية ومدى توافر قدوة أو نموذج يمكن أن يقتدي به، أما جولمان فقد فسّر تنظيم الانفعالات في ضوء مفهوم الذكاء الوجداني وأبعاده؛ ومن أهم هذه النماذج النموذج الذي قدمه (Thompson, 1994) والذي وضح من خلاله أن الفرد يكتسب القدرة على تنظيم انفعالاته من خلال تفاعله مع الآخرين، لا سيما الآباء والأشخاص المقربين؛ حيث يكتسب الفرد إستراتيجيات التعامل مع الانفعالات من خلال هذه العلاقات، كما قدم (Gross, 1998) نموذجاً آخر يعد من أهم النماذج التي توضح الطرق التي يستخدمها الفرد في تنظيم انفعالاته، وقد حدد فيه مجالين رئيسيين لتنظيم الانفعال وربطهما بتوقيت حدوث الانفعال، وهما: المجال الأول: يحدث قبل توليد الانفعال، ويطلق عليه جروس "سوابق الانفعال"؛ حيث يستخدم الفرد عدة طرق بهدف تنظيم انفعاله، منها اختيار وتعديل الموقف، وتغيير الانتباه، والتغيير المعرفي، وهذه الطرق إذا لم تنجح في توليد انفعال سار لدى الفرد فإن المجال الرئيسي الثاني يبدأ

في الظهور، ويتمثل في محاولة الفرد لتغيير الاستجابة، أي أن المجال الثاني يحدث بعد توليد الانفعال، ولذا يطلق عليه جروس لواحق الانفعال.

ثانياً: إستراتيجيات إدارة الانفعال: Emotional management strategies

تعد إستراتيجيات تنظيم الانفعال هي العنصر الأهم في عملية التنظيم الانفعالي، وكما يتضح من عرض نموذج (Gross,1998) فإن الإستراتيجيات أو الطرق التي يستخدمها الفرد في تنظيم انفعالاته السلبية أو الإيجابية هي التي يتوقف عليها بشكل كبير نجاحه في تنظيم تلك الانفعالات في المواقف الحياتية المختلفة، كما يتضح أن عدم قدرته على استخدام الإستراتيجيات المناسبة يؤدي به إلى صعوبات تنظيم الانفعال، ويذكر (Gratz, Roemer, 2004) أن استخدام إستراتيجية غير ملائمة للموقف يعد أحد الأسباب التي تؤدي إلى صعوبات في تنظيم الانفعال.

ويذكر (الخولي، ٢٠١٥) أن إستراتيجيات تنظيم الانفعال تتمثل في "الإستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد لتغيير الخبرة التي يمرون بها والتي يستخدمونها للتعبير عن انفعالاتهم من حيث القدرة والشدة، وهي تتضمن إستراتيجيات إيجابية تهدف إلى زيادة أو الحفاظ على المشاعر الإيجابية كإستراتيجية إعادة التقييم المعرفي، وأخرى سلبية تتمركز حول الاستجابة وترتبط بقلّة الخبرة وضعف تعرف وتمييز المشاعر الإيجابية أو التعبير عنها".

ويوضح (Vahedi, Badri Gargari & Gholami, 2016) أن هناك العديد من الإستراتيجيات التي يمكن أن يستخدمها الفرد من أجل تنظيم انفعالاته أثناء المواقف المختلفة بهدف التصدي للانفعالات السلبية التي تثيرها الضغوط الحياتية، ويمكن تقسيم هذه الإستراتيجيات إلى فئتين:

- فئة الإستراتيجيات التوافقية: ومنها إستراتيجية التقبل، وإستراتيجية إعادة التركيز الإيجابي، وإستراتيجية إعادة التقدير الإيجابي.
- فئة الإستراتيجيات غير التوافقية: ومنها إستراتيجية التفكير الكارثي، وإستراتيجية لوم الذات، وإستراتيجية التفكير الاجتراري.

وتندرج الفئة الثانية التي تضم الإستراتيجيات غير التوافقية ضمن صعوبات تنظيم الانفعال.

ويتفق معه في ذلك (Garnefski & Kraaij, 2007)؛ حيث حددا تسع إستراتيجيات يستخدمها الفرد في تنظيم انفعالاته، وهذه الإستراتيجيات يمكن تقسيمها إلى مجموعتين:

المجموعة الأولى: تضم إستراتيجيات إيجابية تساعد الفرد على التكيف؛ وهي:

- إستراتيجية التقبل **Acceptance**: وهذه الإستراتيجية تتعلق بالأفكار ذات العلاقة بالخبرات والأحداث السلبية؛ حيث يبدي الفرد تقبلاً ملحوظاً لتلك الأحداث السلبية، ويظهر تعايشه معها، أو استسلامه لها.
- إستراتيجية إعادة التركيز الإيجابي **Positive Refocusing**: وتهدف هذه الإستراتيجية إلى التقليل من التفكير في الموقف الضاغط الذي يمر به الفرد من أجل تقليل الانفعالات السالبة التي تتولد لديه نتيجةً

للتفكير في هذه المواقف، حيث يركز تفكيره على التجارب الإيجابية والمواقف السارة بدلاً من التفكير في المواقف الضاغطة.

– إستراتيجية إعادة التركيز على التخطيط **Refocus on planning**: وتتعلق هذه الإستراتيجية بتفكير الفرد فيما يجب أن يقوم به للتعامل مع الظروف الضاغطة التي يمر بها، وتحديد خطوات عملية لمواجهتها والتقليل من أثارها السلبية، وهذه الإستراتيجية تتطلب عدة قدرات يجب أن تتوفر لدى الفرد حتى يستطيع القيام بها، فهي تحتاج إلى قدرات عقلية مرتفعة، وكذلك قدرة على الفهم الجيد، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات.

– إستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي **Positive Reappraisal**: وتهدف هذه الإستراتيجية إلى محاولة إعادة تقييم الموقف الضاغط بحثاً عن معانٍ إيجابية به، وأيضاً محاولة التعلم والاستفادة من ذلك الموقف في تحقيق النمو الشخصي للفرد ومساعدته على التكيف مع مستجدات الحياة وضغوطها.

– إستراتيجية وضع الأمور في وضعها الصحيح **Putting into Perspective**: وتشير هذه الإستراتيجية إلى قيام الفرد بالنظر إلى الأمور بموضوعية ووضعها في حجمها الحقيقي، واعتقاده في عدم خطورة المواقف الضاغطة، وعدم إعطائها أهمية، والتفكير في مواقف أخرى أكثر خطورةً من الموقف الذي يتعرض له، وذلك بهدف تقليل الانفعالات السلبية التي تتولد نتيجة للشعور بخطورة الموقف.

المجموعة الثانية: تضم إستراتيجيات سلبية تؤثر سلباً على تكيف الفرد، وهي:

– إستراتيجية لوم الذات **Self-Blame**: وتتعلق هذه الإستراتيجية بأفكار الفرد واعتقاده بأنه مسئول تمام المسؤولية عن الظروف الصعبة والمواقف الضاغطة التي مر بها، ويؤدي ذلك إلى شعوره الدائم بالذنب مما يؤثر سلباً على صحته النفسية.

– إستراتيجية الاجترار **Rumination**: وترتبط هذه الإستراتيجية بتركيز الفرد بشكل مستمر على الأفكار والمشاعر الحزينة التي ترتبط بالأحداث السلبية، ويؤدي انخراط الفرد في التفكير في تلك المشاعر السلبية إلى العديد من المشكلات النفسية، ويلاحظ أن هذه الإستراتيجية على العكس تماماً من إستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي.

– إستراتيجية التهويل أو التفكير الكارثي **Catastrophizing**: وتعتمد هذه الإستراتيجية على اعتقاد الفرد في الأفكار التي تميل إلى تضخيم الأمور، والمبالغة في خطورتها، وتصوير الأمر على أنه كارثة، وتوقع نتائج مفرعة دائماً؛ حيث يرى الفرد الموقف كمصدر للتهديد، ويتوقع حدوث أضرار جسيمة، ويصبح الموقف من وجهة نظره مصدرًا للخطر.

– إستراتيجية لوم الآخرين **Others Blaming**: ترتبط هذه الإستراتيجية بأفكار الفرد التي تضع اللوم على ما حدث له من مواقف غير سارة وأحداث مؤسفة على البيئة والآخرين من حوله، فيرى نفسه دائماً ضحية ما سببه له من مواقف مؤلمة لم يكن له يد بها، وعادةً ما يضر هذا التصور بعلاقاته بالآخرين ويؤثر على الجوانب الاجتماعية في حياة الفرد.

ومن خلال العرض السابق يتضح أن هناك إستراتيجيات عديدة يمكن استخدامها بهدف تنظيم الانفعالات لدى الفرد، وأن هذه الإستراتيجيات بعضها إيجابي يؤدي إلى تكيف الفرد وتوافق مع من حوله، والبعض الآخر يمثل إستراتيجيات سلبية تؤدي إلى عدم قدرة الفرد على التكيف أو التوافق سواءً مع ذاته أو

مع الآخرين من حوله، وترى الباحثتان أن استخدام الفرد لأيٍ من هذه الإستراتيجيات يرتبط بسمات شخصية الفرد، ونوعية الموقف الذي يمر به، كما قد تختلف الإستراتيجية التي يستخدمها الفرد في تنظيم انفعالاته من موقف إلى آخر.

ويشير كلٌّ من (Lopes, Salovey, Côté, Beers & Petty, 2005) إلى أن الفروق الفردية بين الأفراد وكذلك داخل الفرد تلعب دورًا مهمًا ومؤثرًا في قدرة الفرد على استخدام تلك الإستراتيجيات، فهي تختلف من فرد إلى آخر في الموقف نفسه، وكذلك تختلف لدى الفرد نفسه من موقف إلى آخر، وهذا الاختلاف يخضع لعدة عوامل، منها: شدة الموقف، ودرجة توافق الإستراتيجية مع الموقف الانفعالي الذي يمر به الفرد، وسهولة استخدام الإستراتيجية، فقد يقوم الفرد في موقف ما باستخدام إستراتيجية الإلهاء، في حين يلجأ في موقف آخر إلى استخدام إستراتيجية إعادة التقييم، وقد أوضحت نتائج الدراسة التي قام بها (Scherer, Wrantik, Sangsue, Tran & Scherer, 2004) أنه في مواقف الشدة الانفعالية المرتفعة يميل الأفراد إلى استخدام إستراتيجية الإلهاء عن استخدام إستراتيجية إعادة التقييم، وأن هذا الاختيار قد يختلف مع اختلاف درجة شدة الانفعال في الموقف. أما بين الأفراد فإننا نجد أنه إزاء نفس الموقف الانفعالي يميل بعض الأفراد إلى استخدام إستراتيجيات توافقية مثل إعادة التركيز الإيجابي، بينما نجد آخرين يميلون إلى استخدام إستراتيجيات غير توافقية مثل لوم الذات.

ويوضح (Rugancı & Gençöz, 2010) أن إستراتيجيات تنظيم الانفعال تنمو لدى الفرد منذ مراحل الطفولة المبكرة من خلال علاقاته التفاعلية مع والديه أو مع القائمين على رعايته، وقد تتحسن تلك الإستراتيجيات أو تتدهور تبعًا للمحيط الاجتماعي الذي يعيش وينمو فيه، وأنه يمكن الاستدلال على وجود مشكلة في هذه الإستراتيجيات من خلال ظهور بعض السلوكيات غير المتوافقة، وكذلك بعض مظاهر اضطرابات الشخصية؛ فهناك علاقة ارتباطية سالبة بين القدرة على كبت الانفعالات السلبية وصحة الفرد النفسية والفسولوجية، كما أن محاولات تنظيم الفرد لانفعالاته وخصوصًا السلبية يؤدي إلى الوصول إلى سلوك متوافق اجتماعيًا.

وقد قام العديد من الباحثين بإجراء دراسات تناولت صعوبات تنظيم الانفعال لدى الوالدين وعلاقتها بإستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء، وفيما يلي تقوم الباحثتان بعرض بعض هذه الدراسات:

دراسات تناولت العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال وإستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء:

قام (Biesecker (2002 بدراسةٍ هدفت إلى تعرّف العلاقة بين التعلّق بالوالدين والأقران وبين تنظيم الانفعالات لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من ٦٩ من المراهقين، واستخدم الباحث مقياس التعلّق بالوالدين والأقران، ومقياس أساليب مواجهة المشكلات السلوكية، ومقياس تنظيم الانفعال، وقد أظهرت نتائج الدراسة إمكانية التنبؤ بالتنظيم الانفعالي من خلال مستوى التعلّق بالأمهات والآباء والأقران، وخاصةً التعلّق بالآباء والأقران. وتؤكد هذه الدراسة على أن التعلّق الآمن بالوالدين أحد العوامل الهامة في النمو الاجتماعي الانفعالي السوي للأبناء.

كما قام (Enebrink, Björnsdotter & Ghaderi (2013 بدراسةٍ هدفت إلى حساب الاتساق الداخلي لمقياس التنظيم الانفعالي، وبحثت الدراسة العلاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال والدفع الأسري،

والصراع والرضا الزوجي وإستراتيجيات الانضباط الوالدي، وتم اختيار عينة عشوائية من آباء ١٤٣٣ طفلاً تتراوح أعمارهم بين ١٠-١٣ سنة وتم استخدام أدوات مقياس الأداء الوظيفي الأسري، وتنظيم الانفعال، والتوافق الزوجي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين إعادة التقييم المعرفي كإستراتيجية من إستراتيجيات تنظيم الانفعال والتوافق الزوجي، والدفء الأسري، وأساليب الانضباط المناسبة، وارتباط سلبي بأساليب الانضباط القاسية، كما ارتبط القمع التعبيري سلبياً بالرضا الزوجي، والدفء الأسري، وإيجابياً بأساليب الانضباط القاسية، وأوضحت الدراسة أيضاً صدق وثبات مقياس تنظيم الانفعال.

وقام (Kullik & Peterman 2013) بدراسة لتعرف تنظيم الانفعالات كعامل وسيط في العلاقة بين التعلق والاكنتاب لدى المراهقين، وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٤٨ من المراهقين، واستخدمت الدراسة مقياس التعلق بالآباء والمراهقين ومقياسي التنظيم الانفعالي والاكنتاب، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن هناك علاقة إيجابية بين التعلق بالوالدين والأقران وتنظيم الانفعال الداخلي والخارجي، وأن صعوبات تنظيم الانفعال تتوسط العلاقة بين التعلق بالوالدين والاكنتاب.

وقام أيضاً (Rittenhouse 2015) بدراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال لدى الآباء وأساليب المعاملة الوالدية والتنظيم الانفعالي لدى المراهقين والمشكلات السلوكية والنفسية لديهم، وتكونت العينة من ٢٧ من الأمهات اللاتي أُجبن على عدة مقاييس (أساليب المعاملة الوالدية، وإستراتيجيات التنظيم الانفعالي لديهن، والأداء الوظيفي النفسي الاجتماعي لدى أبنائهن المراهقين)، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفي (إعادة التقييم المعرفي) لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفية لدى أبنائهن المراهقين، كما أوضحت النتائج أن أساليب المعاملة الوالدية لا تتوسط هذه العلاقة، كما أوضحت أيضاً أنه لا توجد علاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية (قمع التعبير الانفعالي) لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية لدى أبنائهن المراهقين.

كذلك قام (LaBass 2016) بدراسة سعت إلى الإجابة على السؤال التالي: هل يغير تعلم الوالدين إستراتيجيات تنظيم الانفعال من انفعالات أطفالهم السلبية؟ وقد هدفت الدراسة إلى اكتشاف مدى تغير إدراك الوالدين لانفعالات الأطفال السلبية بعد مشاركتهم في برامج الوالدية. وقد تم إشراك الوالدين في برنامج التربية الوالدية، وطبق عليهم مقياس التعامل مع الانفعالات السلبية للأطفال، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن الآباء أصبحوا أكثر تشجيعاً لأطفالهم على التعبير عن انفعالاتهم السلبية. وأن تدريبهم على استخدام إستراتيجيات لضبط الانفعال ساهم في خفض الإجهاد النفسي لديهم، وأن استجابات التهويل والعقاب مع الانفعالات السلبية للأطفال تزيد من الانفعالات السلبية للأطفال.

كما قام (Danli Li et al 2019) بدراسة هدفت إلى بحث ما إذا كانت صعوبات تنظيم الانفعال تنتقل من الآباء إلى أطفالهم بشكل غير مباشر من خلال ردود فعل الآباء تجاه انفعالات الأطفال السلبية، وكان المشاركون ١١٨ زوجاً من أسر لديها طفل واحد على الأقل في سن المدرسة جنوب الصين، وكشفت النتائج عن وجود تأثيرات فعالة ومهمة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأب والأم وردود أفعالهم تجاه انفعالات أبنائهم السلبية. حيث أوضحت النتائج آلية انتقال تنظيم الانفعال بين الأجيال من الآباء إلى الأبناء، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأم أو الأب ومدى قدرة الآباء على

تنظيم انفعالات الأطفال والتحكم فيها، وأن ردود فعل الأم غير الداعمة وردود فعل الأب الداعمة في التعامل مع انفعالات الأبناء السلبية تتوسط العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات وتنظيم الانفعالات لدى الأبناء، أما عن العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأب وتنظيم انفعالات الأبناء فتتوسطها ردود فعل وأساليب داعمة من الآباء. وربما يرجع ذلك إلى أن الطبيعة الانفعالية للأمهات تؤثر في إدارتها لانفعالات أبنائها.

ثالثاً: الكفاءة الانفعالية الاجتماعية : Emotional-Social Competence

تعتبر الكفاءة الانفعالية الاجتماعية من أهم العوامل التي تسهم في قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، كما تعد دليلاً واضحاً على مدى التوافق الانفعالي والاجتماعي الذي يتمتع به الفرد.

فمجتمع اليوم يحتاج إلى فرد يتمتع بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية حتى يستطيع التواصل والتكيف مع أفراد الجماعة التي ينتمي إليها ومن ثم فإن دراسة السلوك الانفعالي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية من أهم الموضوعات التي تستحق الدراسة؛ حيث يرتبط هذا السلوك بحياتهم المستقبلية بوجه عام، وحياتهم الدراسية بصفة خاصة نظراً لأهمية هذه المرحلة في اكتساب المهارات والعادات السلوكية والاتجاهات والقيم اللازمة لنجاح الفرد مستقبلاً (عبد الواحد، ٢٠١١).

تعد الكفاءة الانفعالية الاجتماعية بناءً متعدد الأبعاد وضرورياً للنجاح في المدرسة والحياة لجميع الأطفال، بما في ذلك الأطفال الذين يعانون من أخطار بسبب الحرمان الاقتصادي، أو وضع الأقلية، أو المشاكل العاطفية أو السلوكية المبكرة.

وتعد الكفاءة الانفعالية الاجتماعية عاملاً حاسماً في التدخلات الوقائية الشاملة التي يتم إجراؤها في المدارس؛ حيث يترتب على الاهتمام بها وتطويرها نتائج اجتماعية وسلوكية وأكاديمية مهمة للنمو الصحي، كما يمكن بناءً على تطورها التنبؤ بنتائج مهمة في الحياة، خاصةً في مرحلة البلوغ، كما أنه من الممكن تحسينها بتدخلات مجدية وفعالة وغير مكلفة؛ بالإضافة إلى أنها تلعب دوراً حاسماً في عملية تغيير السلوك. (Domitrovich, Durlak, Staley & Weissberg 2017)

فمن خلال الكفاءة الانفعالية الاجتماعية يكتسب الأطفال والشباب المهارات اللازمة لفهم وإدارة العواطف، ووضع وتحقيق أهداف إيجابية، كما يتعلمون كيف يُظهرون التعاطف مع الآخرين، وكيف يؤسسون ويحافظون على علاقات إيجابية مع الآخرين، وكيف يتخذون قرارات مسؤولة (Weissberg, Durlak, Domitrovich, & Gullotta, 2015).

ويوضح (عبد الواحد، ٢٠١٥) أن الكفاءة الاجتماعية الانفعالية تمثل مجموعة من القدرات والمهارات الاجتماعية والانفعالية التي تساعد الفرد على إقامة علاقات اجتماعية مدرسية جيدة، وتكوين الصداقات، والتفاعل الاجتماعي، وتساعد أيضاً على فهم مشاعره وانفعالاته، والسيطرة عليها، وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معهم، إضافة إلى قدرته على استغلال انفعالاته في الأداء الجيد، وتشمل الكفاءة الاجتماعية الانفعالية: الوعي بالذات، وضبط الاندفاع أو التهور، والعمل التعاوني، وحب وتقدير الآخرين، ومراعاة آرائهم وأفكارهم ومعتقداتهم والتعاطف معهم.

وتتفق دراسة إبراهيم (٢٠١٥) مع ذلك؛ حيث تشير إلى أن "الكفاءة الاجتماعية الانفعالية تعني قدرة المتعلم على فهم وإدارة والتعبير عن الأبعاد أو الجوانب الاجتماعية والانفعالية لحياته بطرق تمكنه من التعامل الناجح مع مهام الحياة الأساسية مثل: التعلم، وتكوين الأصدقاء، وحل مشكلات الحياة اليومية، والتوافق مع متطلبات الحياة، وتشمل الكفاءة الاجتماعية الانفعالية: الوعي بالذات، وضبط الاندفاع أو التهور، والعمل التعاوني، وحب وتقدير الآخرين، ومراعاة آرائهم وأفكارهم ومعتقداتهم والتعاطف معهم.

كما يرى (Domitrovich, Durlak., Staley & Weissberg, 2017) أن الكفاءة الانفعالية الاجتماعية تتضمن مجموعة من المهارات الشخصية؛ مثل: تحديد أهداف واقعية، والتفكير بإيجابية، والتحكم في النفس، وتنظيم الانفعالات، وإستراتيجيات المواجهة، وهي المهارات التي يحتاجها الفرد لأداء فعال في حياته بوجه عام، كما تتضمن مهارات التعامل مع الآخرين (مثل: الاستماع، التواصل، وضع أنفسنا موضع الآخرين، التفاوض، وحل المشكلات الاجتماعية)، وهي المهارات المطلوبة للتفاعل بنجاح مع الآخرين.

وفيما يلي تلقي الباحثتان الضوء على مفهوم الكفاءة الانفعالية، والكفاءة الاجتماعية:

أ- الكفاءة الانفعالية: Emotional Competence

يستخدم الباحثون مصطلح "الكفاءة الانفعالية" بدلاً من مصطلح الذكاء الانفعالي Emotional Intelligent (EI)؛ حيث يشير مصطلح الكفاءة الانفعالية إلى المهارات الانفعالية التي تنسم بأنها قابلة للتعديل والتغيير، وبناءً على ذلك فإن الكفاءة الانفعالية يمكن تنميتها وتطويرها، ويشير (Goleman, 2001) إلى أن الفرق بين الذكاء الانفعالي والكفاءة الانفعالية يتمثل في أن الذكاء الانفعالي يتكون من مجموعة من القدرات الانفعالية؛ وهذه القدرات هي التي تساعد الأفراد في تعلم المهارات الانفعالية، بينما تعد الكفاءة الانفعالية مهارات يمكن أن يتعلمها الفرد من خلال البيئة المحيطة، كما يعتبر الذكاء الانفعالي ضرورياً للكفاءة الانفعالية ولكنه غير كافٍ، فهو يمثل جزءاً من الكفاءة الانفعالية، كما يوضح أهمية أن يكون لدى الفرد كفاءات أو قدرات انفعالية emotional or ability competences؛ حيث تؤدي هذه القدرات إلى تحقيق النجاح في كافة نواحي الحياة، فالأفراد الذين يعرفون مشاعرهم ويفهمونها جيداً ويفهمون مشاعر الآخرين ويتفاعلون معها عادةً ما يتميزون في معظم مجالات الحياة. (Goleman, 2001)

تعريف الكفاءة الانفعالية:

وضع الباحثون عدة تعريفات لمفهوم الكفاءة الانفعالية، فقد عرفها (Salovey & Mayer, 1990) بأنها "قدرة الفرد على مراقبة انفعالاته وانفعالات الآخرين والتمييز بينهما، وقدرته على استخدام المعلومات الانفعالية في توجيه تفكيره وأفعاله، كما عرفها (Goleman, 1998) بأنها "مهارة مكتسبة تعتمد على مستوى الذكاء الانفعالي لدى الفرد، وتظهر نتائجها بوضوح في أداء الفرد في المواقف المختلفة"، وترى (Saarni, 1999) أن مصطلح الكفاءة الانفعالية يكافئ مصطلح النضج الاجتماعي، وتعرفها بأنها "إظهار الكفاءة الذاتية في الأداءات الاجتماعية التي تولد الانفعالات"، كما تُعرف أيضاً بأنها مجموعة من المهارات المرتبطة فيما بينها، وهي: (الوعي بالذات، وتنظيم الذات، ودافعية الذات، والوعي الاجتماعي، والمهارات الاجتماعية) وهي تُستخدم في إدراك وتنظيم المعلومات الانفعالية تجاه الذات وتجاه الآخرين (سرور،

المنشاوي، ٢٠١٠)، ويعرفها (Naveen, 2011) بأنها "قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره بالطريقة التي تحقق له أعلى درجات التوافق النفسي والاجتماعي".

ومن خلال التعريفات السابقة يتضح أن معظم تلك التعريفات قد تناول الكفاءة الانفعالية من خلال أبعادها والتي يتفق معظمها على أنها تتضمن وعي الفرد بانفعالاته، وانفعالات الآخرين، وكذلك قدرته على فهم تلك الانفعالات والتعبير عنها بصورة تحقق له التوافق النفسي والانفعالي، كما يضيف (Goleman, 1998) في تعريفه أن الكفاءة الانفعالية تتوقف على ما لدى الفرد من ذكاء انفعالي.

النماذج النظرية لتفسير الكفاءة الانفعالية:

هناك العديد من النماذج النظرية التي تفسر الكفاءة الانفعالية في ضوء المكونات والأبعاد التي تتضمنها، ومنها:

النموذج الذي تقترحه (Saarni, 1999) للكفاءة الانفعالية والذي يتكون من عدة أبعاد أساسية تتمثل في:

- وعي الفرد بحالته الانفعالية.
- قدرة الفرد على تعرّف انفعالات الآخرين.
- قدرة الفرد على التعبير الجيد عن انفعالاته باستخدام المفردات والألفاظ الشائعة في ثقافته.
- قدرة الفرد على التعاطف مع انفعالات الآخرين.
- قدرة الفرد على إدراك أن التعبيرات الانفعالية الخارجية قد لا تتشابه مع الحالة الانفعالية الداخلية للفرد.
- قدرة الفرد على التكيف مع الانفعالات المنفرة أو المتناقضة التي قد يتعرض لها باستخدام إستراتيجيات تنظيمية تخفف من شدة هذه الحالة الانفعالية أو من مدة شعوره بها، وهو ما يُعرّف بالصلابة النفسية.
- قدرة الفرد على إدراك أن العلاقات الاجتماعية الجيدة مع الآخرين تعتمد على التواصل الانفعالي الجيد معهم.
- قدرة الفرد على تقبل انفعالاته الذاتية سواءً كانت مرغوبة أو غير مرغوبة ممن حوله.

كما قدم (Goleman, 2001) نموذجًا للكفاءة الانفعالية قام بإعداده في ضوء القائمة التي أعدها لقياس الكفاءة الانفعالية وهي أول قائمة تُعد لهذا الغرض، ويتضمن هذا النموذج مكونين أساسيين هما: (الكفاءة الاجتماعية، والكفاءة الشخصية، ويندرج تحت كل مكون منهما بعدان فرعيان، هما: الوعي بالذات، وإدارة الذات).

وكذلك اقترح (Wolmarans & Martins 2001) نموذجًا آخر للكفاءة الانفعالية بناءً على قياس الكفاءة الانفعالية لدى عدد كبير من الأفراد أيضًا، حيث توصلوا إلى أن هناك سبعة مجالات للكفاءة الانفعالية تتمثل في:

- الوعي العاطفي: ويقصد به مدى معرفة الفرد وفهمه لما يشعر به، وكذلك إدراك وفهم مشاعر الآخرين من حوله.
- تقدير الذات: والذي يجب أن يعتمد على تقييمات واقعية وموضوعية، وتعتبر جرأة الفرد في سلوكياته دليلاً على تقديره لذاته.
- إدارة الذات: وتعني قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته وضبطها، وقدرته على تحمل ضغوط العمل، وخلق حالة من التوازن الصحي بين الروح والعقل والجسد.
- دافعية الذات: وتعني قدرة الفرد على تحفيز ذاته وخلق حالة من التحدي من أجل الحفاظ على أدائه نشطاً وفعالاً.
- المرونة في التغيير: وتعني قدرة الفرد على التكيف مع الأفكار الجديدة، والبقاء مرناً ومنفتحاً في المواقف التي تتضمن أشخاصاً جُددًا، أو أفكاراً جديدة بما تحتويه تلك المواقف من انفعالات.
- العلاقات بين الأشخاص: وتعني قدرة الفرد على إقامة روابط عاطفية مع الآخرين قائمة على الثقة والولاء، وهذه العلاقات تقوم في الأساس على الفهم الحديسي والدعم النفسي والعاطفي للآخرين.
- توحيد العقل مع القلب: وتعني قدرة الفرد على التفكير بعقله وقلبه معاً، وألا يترك مجالاً لأيهما ليطغى على الآخر، إذ عليه عند اتخاذ القرارات أو حل المشكلات أن يراعي الحقائق والمشاعر دون فصل بينهما.

وقد قدم (Mayer & Salovey, 2004) نموذجاً في الكفاءة الانفعالية يعرف بالنموذج الرباعي، ويتكون من أربعة أبعاد للكفاءة الانفعالية هي: الوعي الانفعالي بالذات - Emotional Self Awareness، ودافعية الذات Self-motivation، ومعالجة الانفعالات Handling emotion، والتعاطف Empathy.

ويتضح من خلال العرض السابق للنماذج المختلفة التي قُدمت لتفسير الكفاءة الانفعالية أن بينها بعض الأبعاد المشتركة، كوعي الفرد بانفعالاته، وقدرته على إدارة هذه الانفعالات، في حين قدمت بعض النماذج تفصيلاً لهذين البعدين؛ مثل نموذج (Saarni, 1999)، ونموذج (Wolmarans & Martins 2001)، كما أضافت بعض النماذج أبعاداً أخرى للكفاءة الانفعالية؛ مثل: دافعية الذات، ومعالجة الانفعالات، ومنها نموذج (Mayer & Salovey, 2004).

العوامل المؤثرة في الكفاءة الانفعالية:

يتأثر تكوين الكفاءة الانفعالية وتطورها بعدة عوامل، بعضها يرتبط بالفرد نفسه، وبعضها يرتبط بالوسط الثقافي والاجتماعي الذي يوجد به، ويحدد (Denham, 2007) هذه العوامل فيما يلي:

- ١- **العوامل الشخصية:** فسمات الفرد الشخصية، وقدراته تسهم بشكل كبير في تكوين كفاءته الانفعالية، فقدرة الفرد اللغوية على سبيل المثال تُمكن الفرد من التعبير عن انفعالاته، كما تساعده على فهم مشاعر الآخرين، كما أن قدرة الفرد على تنظيم انفعالاته تساعده على التواصل الجيد والتحكم في انفعالاته وتساعده أيضاً على التعاطف مع من حوله، كما أن قدرة الفرد على الانتباه ودقة الملاحظة تساعده على الانتباه إلى الانفعالات التي قد يظهرها الآخرون بشكل غير لفظي.

٢- العلاقات بين الأشخاص: وهي ما يعرف بالعوامل الـ"بين شخصية"، فعلاقة الفرد بأفراد أسرته وأصدقائه وزملائه، وعملية التنشئة الاجتماعية التي يمر بها تسهم في تكوين انفعالات الطفل إيجاباً أو سلباً. كما أن القيم والمعتقدات الثقافية التي تسود المجتمع تحدد الطرق الانفعالية التي يتعامل بها الفرد مع الآخرين.

٣- البيئة الاجتماعية: ويقصد بها الوسط الاجتماعي الذي يحدث فيه التفاعل، وما يسود هذا الوسط من علاقات اجتماعية مثل: التعاطف مع الآخرين، والقيم السائدة، ومدى مراعاة الفرد لمشاعر الآخرين.

الكفاءة الانفعالية للمراهقين:

تتطور الكفاءة الانفعالية للمراهقين نتيجة تطور وازدهار النمو العقلي في مرحلة المراهقة؛ حيث يحدث تنوع وتمايز في القدرات العقلية في المراهقة مما يترتب عليه وعي المراهق بانفعالاته الإيجابية والسلبية، ويكون المراهق قادراً على تحديدها وتقييمها إلا أنه يعاني من بعض الصراعات التي تجعل النمو الانفعالي في هذه المرحلة له طبيعة خاصة، حيث تنسم الحياة الانفعالية للمراهق ببعض الخصائص، ومن أهمها: عدم الثبات الانفعالي؛ حيث إن انفعالاته تميل إلى الحدة والتقلب الانفعالي، وتظهر لديه مشاعر الرومانسية، وتكون لديه عاطفة الحب التي تنصب على أفراد الجنس الآخر.

"وتتسم مرحلة المراهقة بالعديد من الصراعات الداخلية، وتنتج هذه الصراعات عن رغبة المراهق في الاستقلال عن والديه، وفي نفس الوقت حاجته إليهما، كما تنتج عن دوافعه الجنسية التي تتطلب الإشباع في الوقت الذي لا يتاح له هذا الإشباع، كما يتولد الصراع بين رغبته في الانطلاق والتحرر وبين ضرورة خضوعه للمجتمع بقيمه ونظمه، كما يظهر الصراع الخارجي مع السلطة الوالدية" (كفافي، ١٩٩٧)

فهذه المرحلة يمر فيها المراهقون بالعديد من الصعوبات، ويعانون من الصراعات والقلق، وقد ينحرفون إذا لم يجدوا من يمد لهم يد العون ليتخطوا هذه العقبات.

دور الأسرة في التنشئة الانفعالية للأبناء

من خلال العوامل المؤثرة في تكوين وتطور الكفاءة الانفعالية ترى الباحثتان أن المناخ الانفعالي الوجداني للأسرة له دور كبير في تنشئة الأبناء انفعاليًا فكلما كان المناخ الوجداني مستقرًا هادئًا يسوده الحب والتقبل والدعم والمساندة، وكانت العلاقات الأسرية سوية ومستقرة، وأنماط التعلق آمنة، والمناخ يتيح الفرص للأبناء للتعبير عن انفعالاتهم، والأساليب والممارسات الوالدية داعمة ساعد ذلك على تنشئة الأبناء تنشئة انفعالية سوية.

ويشير (Denham, 2007) إلى أن عملية التنشئة الاجتماعية وتربية الأبناء تسهم في إنشاء جيل ذي خصائص انفعالية إيجابية، وأن العديد من الدراسات توصلت إلى أن أساليب التنشئة التي يستخدمها الوالدان تؤثر في تنمية الكفاءة الانفعالية لأبنائهم، ومن الممكن التنبؤ بالكفاءة الانفعالية من خلال الأساليب التي يستخدمها الوالدان، وأيضًا من خلال سلوكهم الانفعالي والاجتماعي؛ حيث يقوم الأبناء بنمذجة الممارسات الانفعالية والاجتماعية التي يقوم بها الآباء.

ب- الكفاءة الاجتماعية Social Competence :

يُعد مفهوم الكفاءة الاجتماعية من المفاهيم السيكولوجية التي تعبر عن توافق الفرد ونجاحه في التعامل الجيد مع من حوله، وقد نال هذا المجال - منذ فترة طويلة - اهتمام كثير من الباحثين والمهتمين في مجال العلاقات الاجتماعية.

وتذكر (Wendy, 1999) أن الكفاءة الاجتماعية تعد مظلة لجميع المهارات الاجتماعية التي يحتاجها الفرد لكي ينجح في حياته وعلاقاته الاجتماعية؛ فالشخص ذو الكفاءة الاجتماعية يستطيع أن ينجح في اختيار المهارات المناسبة لكل موقف، ويستخدم تلك المهارات بطرق تؤدي إلى نواتج إيجابية.

ويشير (Semrud, 2007) إلى أن الكفاءة الاجتماعية تعكس قدرة الفرد على اتخاذ وجهة نظر الآخر في المواقف المختلفة، والاستفادة من خبرات الماضي، وتطبيق ما تعلمه حديثاً بهدف إحداث تغييرات في التفاعلات الاجتماعية التي تحدث مع الآخرين في المستقبل، ويتضمن مفهوم الكفاءة الاجتماعية عدة أبعاد، وهي: التواصل بين الأشخاص، والمهارات الاجتماعية، والتواصل الاجتماعي.

كما أن الأفراد الذين يتمتعون بالكفاءة الاجتماعية يعرفون كيف يتحكمون في مشاعرهم جيداً، وهم الذين يقرءون بكفاءة مشاعر الناس الآخرين ويحسنون التعامل معها، ويكون لهم السبق والتفوق في أي مجال من مجالات الحياة ابتداءً من مجال العلاقات العاطفية والحميمة إلى الالتزام بالقواعد غير المكتوبة التي تحكم النجاح في أي مؤسسة، والقدرة على إنشاء العلاقات وتنميتها والحفاظ عليها ليست مهارة للنجاح فقط، ولكنها مهارة ضرورية لارتباطها بالصحة الجسمية والصحة النفسية" (الأعصر، و كفاي، ٢٠٠٠).

تعريف الكفاءة الاجتماعية

تعرف الكفاءة الاجتماعية بأنها "بعد وجداني يتمثل في التعاطف والتواصل مع الآخرين والفهم المتبادل للمشاعر الوجدانية، وتكوين العلاقات الشخصية المُرضية معهم بحيث يكون الفرد مستمعاً جيداً لهم وقادراً على تعرّف اهتماماتهم وتقدير مشاعرهم وتفهمها" (جابر ، وكفاي ١٩٩٣).

وترى (Wendy, 1999) أن الكفاءة الاجتماعية تعني إجادة مهارات اجتماعية تسهل وتيسر التفاعل الاجتماعي، وفهم عواطف الفرد وعواطف الآخرين وإدراكها، ومعرفة المفاهيم الدقيقة للموقف لنتمكن من التفسير الصحيح للسلوكيات الاجتماعية والاستجابات الملائمة لها، وفهم الأحداث الشخصية والتنبؤ بها.

كما يعرف (Welsh & Bierman, 2003) "الكفاءة الاجتماعية بأنها المهارات الاجتماعية والوجدانية والمعرفية والسلوكيات التي يحتاج الأفراد إليها من أجل تكيفهم الاجتماعي الناجح".

ويضيف (جابر، ٢٠٠٤) أن الكفاءة الاجتماعية تمثل "قدرة الفرد على فهم الجوانب الاجتماعية والوجدانية في حياته والتصرف فيها والتعبير عنها على نحو يمكنه من الإدارة الناجحة لمهام حياته كالتعلم، وتكوين العلاقات، وحل المشكلات الحياتية اليومية، والتكيف مع مطالب النمو المعقدة، وهي تضم الوعي بالذات، وضبط الاندفاعية، والعمل تعاونياً، ورعاية الذات والآخرين". كما يعرفها (المغازي، ٢٠٠٤) بأنها "الشعور بالارتياح في المواقف الاجتماعية وبذل الجهد لتحقيق الرضا في العلاقات الاجتماعية والشعور

بالثقة تجاه السلوك الاجتماعي، وتحقيق التوازن المستمر بين الفرد وبيئته لإشباع الحاجات الشخصية والاجتماعية للفرد منها". بينما يذكر (Jackson, & Cunningham, 2015) أن الكفاءة الاجتماعية تعني " قدرة الفرد على ضبط سلوكياته وتصرفاته الشخصية وممارسة السلوكيات الاجتماعية المناسبة التي تساعده في الحفاظ على النجاح في التفاعل مع الآخرين وفي استمرار علاقاته الاجتماعية في البيئة المحيطة به".

ومن خلال ما سبق يتضح أن هناك تعريفات مختلفة لمفهوم الكفاءة الاجتماعية؛ حيث يشير (جابر ، وكفافي ، ١٩٩٣) إلى أنها بعد وجداني، ثم يضيف (جابر ، ٢٠٠٤) أنها تمثل قدرة، ويتفق معه في ذلك (Jackson, & Cunningham, 2015) ، بينما ترى (Wendy, 1999) أنها تمثل إجابة مجموعة من المهارات، ويتفق معها في ذلك (Welsh & Bierman, 2003)؛ كما تتفق معظم التعريفات السابقة على أن الكفاءة الاجتماعية تتضمن مجموعة من المهارات وإن اختلفت تلك المهارات من تعريف إلى آخر، ومنها على سبيل المثال: التعاطف، والتواصل، والفهم المتبادل للمشاعر، وتكوين العلاقات، وحل المشكلات الحياتية اليومية، والتكيف مع مطالب النمو المعقدة، والوعي بالذات، وضبط الاندفاعية، والعمل التعاوني، ورعاية الذات والآخرين.

وتعرفها الباحثتان في إطار الدراسة الحالية بأنها " وعي الفرد بعلاقاته مع الآخرين، وقدرته على إدارة ذاته الاجتماعية، وتوكيده لذاته، ويتضمن ذلك قدرته على تحديد مشاعر الآخرين، والتواصل الجيد والتعاطف معهم، والمبادرة في تكوين الصداقات، ومراعاة حقوق الآخرين، والعمل على تقديم الدعم والمساعدة لهم، وتبني القيم والأعراف الاجتماعية السائدة في المجتمع، والتكيف معهم، ومنع حدوث صراعات بينهم، ومشاركتهم مواقفهم السعيدة والحزينة، وقدرته على التعبير عن المشاعر والآراء والدفاع عن الحقوق ، ومواجهة ضغوط الآخرين " .

وتشير دراسة (المغازي، ٢٠٠٤) إلى أن اهتمام الباحثين بدراسة الكفاءة الاجتماعية يرجع إلى تأثيرها على قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي، وكذلك على قدرته على مواجهة الضغوط الحياتية التي تواجهه؛ حيث يعد إعداد فرد ذي كفاءة اجتماعية وانفعالية لديه قدرة على التكيف والتواصل مع الآخرين أحد العوامل الهامة التي يحتاج إليها المجتمع اليوم، كما أن التنبؤ بنجاح الفرد في علاقاته الاجتماعية يتوقف في المقام الأول على ما يتوفر لدينا من معلومات عن مختلف جوانب شخصيته؛ خصوصاً المتعلقة بسلوكه الاجتماعي.

ويوضح (Garfield, Peterson, & Perry 2001) أن اللغة تعتبر من أهم عناصر الكفاءة الاجتماعية، فسهولة اللغة والقدرة على إجراء المحادثات مع الآخرين تساعد الفرد على تكوين علاقات اجتماعية جيدة. كما أن القدرة على فهم العالم من وجهة نظر الآخرين تعتمد على اكتساب اللغة، وبشكل عام فإن النمو الاجتماعي للطفل يتطور من خلال المحادثة والتفاعل مع الآخرين.

مهارات الكفاءة الاجتماعية:

بالنظر إلى التعريفات التي تم عرضها ترى الباحثتان أن مهارات الكفاءة الاجتماعية التي أشار إليها معظم المنظرون السابقون تتشابه إلى حد كبير، فعلى الرغم من اختلاف مسمياتها إلا أنها جميعاً ترتبط

بقدره الفرد على التعبير عن ذاته وتوكيدها، وفهم الآخرين والتواصل والتفاعل معهم، والاشتراك في الأنشطة الاجتماعية.

ويشير (Kazdin, 2000) إلى أن الكفاءة الاجتماعية تتكون من مجموعة مهارات، وهي:

- مهارة توكيد الذات: وتتضمن قدرة الفرد على التعبير عن متطلباته وانفعالاته بحرية والمطالبة بحقوقه والتصدي للآخرين.
- مهارات المواجهة: وتشمل قدرة الفرد على مواجهة الصعوبات والمشكلات التي تقابله في حياته اليومية.
- مهارات التواصل: وهي تضم مهارات تحقيق التفاعل والتواصل مع الآخرين بشكل فعال.
- مهارات تنظيم المعرفة والمشاعر: وتتضمن قدرة الفرد على ضبط النواحي المعرفية والوجدانية والتحكم فيها.

في حين يوضح (طريف، ٢٠٠٢) أن الكفاءة الاجتماعية تتكون من أربع مهارات، وهي:

- مهارات توكيد الذات: والتي تظهر في قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وآرائه، والدفاع عن حقوقه، ومواجهة ضغوط الآخرين.
- مهارات وجدانية: وهي تظهر في قدرة الفرد على إقامة علاقات وثيقة وودودة مع الآخرين بسهولة ويسر، وكذلك في قدرته على التفاعل معهم بالشكل الذي يساعد على الاقتراب منهم وتعريفهم، وهذه المهارات تتضمن التعاطف والمشاركة الوجدانية.
- مهارات الاتصال: وتتضمن قدرة الفرد على توصيل المعلومات للآخرين بشكل لفظي أو غير لفظي، وكذلك استقبال وفهم رسائل الآخرين اللفظية وغير اللفظية من الآخرين.
- مهارات الضبط والمرونة الاجتماعية والانفعالية: وتشمل قدرة الفرد على التحكم بمرونة في سلوكه الانفعالي سواء اللفظي أو غير اللفظي، وخاصة في المواقف التي تتضمن تفاعلاً مع الآخرين، كما تشمل أيضاً تعديل هذا السلوك تبعاً لما قد يحدث من تغيرات في مواقف التفاعل.

بينما يرى (حبيب، ٢٠٠٣) أن مكونات الكفاءة الاجتماعية تشمل خمسة عناصر تتضمن (القدرة على تأكيد الذات، والإفصاح عن الذات، ومشاركة الآخرين في نشاطات اجتماعية، وإظهار الاهتمام بالآخرين).

وتعد نظرية التعلم الاجتماعي Learning Social theory من أهم النظريات التي قدمت تفسيراً للكفاءة الاجتماعية، ويطلق على نظرية التعلم الاجتماعي عدة مسميات، منها: نظرية التعلم بالملاحظة والتقليد Limiting & observing by Learning ، ونظرية التعلم بالتمذجة Modeling by Learning.

وتمثل نظرية التعلم الاجتماعي حلقة وصل بين النظريات المعرفية والنظريات السلوكية؛ حيث أشارت إلى أن الفرد يكتسب المهارات الاجتماعية ويطورها من خلال أساليب متعددة، ومن أهم هذه

الأساليب التعلم من خلال ملاحظة النماذج، أو ما يسمى بالتعلم بالقوة، ويرجع الفضل في تطوير الكثير من أفكار هذه النظرية إلى عالمي النفس (ألبرت باندورا، وولترز - Walters & Bandura) ، وفيها يؤكدان أن مبدأ الحتمية التبادلية في عملية التعلم من حيث التفاعل بين ثلاثة مكونات رئيسية هي: السلوك، والمحددات المرتبطة بالشخص، والمحددات البيئية، وتنطلق هذه النظرية من أساس رئيسي مفاده أن الإنسان كائن اجتماعي يعيش ضمن مجموعات من الأفراد ويتفاعل معها ويؤثر ويتأثر فيها، وبذلك فإنه يلاحظ سلوكيات وعادات واتجاهات الأفراد الآخرين ويعمل على تعلمها من خلال الملاحظة والتقليد، وترى هذه النظرية أن هناك عمليات معرفية معينة تتوسط بين الملاحظة للأنماط السلوكية التي تؤديها النماذج وتنفيذها من قبل الشخص الملاحظ (منوخ، ٢٠١٥)

وقد قدم (Cavell, 1990) نموذجًا هرميًا ثلاثي الأبعاد للكفاءة الاجتماعية؛ حيث يقع في قمة هذا الهرم التكيف الاجتماعي، (ويقصد به تحقيق الفرد لأهداف مقبولة اجتماعيًا)، وفي الدرجة التي تليه يأتي الأداء الاجتماعي (ويُعنى استجابة الفرد للمواقف الاجتماعية بطريقة تتسجم مع المعايير المقبولة اجتماعيًا، ثم تأتي في الدرجة التالية المهارات الاجتماعية (وتتضمن قدرات محددة كضبط الانفعالات، والسلوك الخارجي الظاهر، والمهارات المعرفية الاجتماعية التي تؤدي إلى الأداء الكفء في المواقف الاجتماعية).

كما قدم (Felner, Lease, & Phillips, 1990) نموذجًا آخر للكفاءة الاجتماعية يختلف عن النموذج الذي قدمه (Cavell, 1990)؛ حيث تكوّن هذا النموذج من أربعة أبعاد تمثل أربع مجموعات فرعية من المهارات والقدرات، وهي :

- **المهارات الانفعالية:** وتتضمن تنظيم الانفعالات، والطاقات الانفعالية اللازمة لتسهيل الاستجابة الاجتماعية التي توصف بالكفاءة، بالإضافة إلى تشكيل العلاقات.
- **المهارات المعرفية:** وتتضمن اكتساب ومعالجة المعلومات الاجتماعية الثقافية التي يحتاجها الفرد حتى يؤدي بشكل فعال في المواقف الحياتية المختلفة، مثل: اتخاذ القرار، والمهارات الأكاديمية والمهنية.
- **المهارات السلوكية:** وتتضمن تعرّف الاستجابات السلوكية والقدرة على تنفيذها، مثل: مهارات المحادثة، ومهارات التفاوض، والشعور بفعالية الذات، والسلوك المتوافق مع المجتمع، كما تضم التطور الأخلاقي.

الكفاءة الاجتماعية للمراهقين :

خلال فترة المراهقة تطرأ العديد من التغيرات النمائية الاجتماعية للمراهق؛ حيث يحدث ارتقاء واضح في النمو الاجتماعي للمراهقين، فيسعى المراهقون إلى تحقيق المزيد من الاستقلال الاجتماعي ويزداد لديهم الوعي الاجتماعي، ويكون لدى المراهق رغبة في تأكيد ذاته، " ويسعى إلى تحقيق ذاته من خلال تنمية الشعور بالألفة، والشعور بالمسؤولية الاجتماعية، ومناقشة المشكلات الاجتماعية، والتعاون والتشاور مع الزملاء، واحترام الواجبات الاجتماعية " (زهرا، ١٩٩٠)

كما يتسم المراهق بالنقد والتمرد على السلطة، فتكون لديه الرغبة في مقاومة السلطة والتحرر من قيودها سواء السلطة الوالدية أو أية سلطة تفرض قيودًا على المراهق.

وكذلك من مظاهر التقدم الاجتماعي في مرحلة المراهقة "نمو الذكاء الاجتماعي، والذكاء الاجتماعي هو توظيف القدرة العقلية في المجال الاجتماعي، وتتمثل هذه القدرة في التمكن من إنشاء علاقات اجتماعية مع الآخرين، والتصرف المناسب في المواقف الاجتماعية المختلفة، وتقدير الظروف الاجتماعية للزملاء" (كفافي، ١٩٩٧).

ولا زالت كتب علم النفس النمائي تركز على دور الآباء في نمذجة الطفل وتشكيله كما لو كان الطفل قطعة من الصلصال القابلة لأي شيء، ويكون عمل الآباء ومهمتهم هي تنشئة الأطفال اجتماعياً وتطبيعهم بطابع الثقافة التي يعيشون في كنفها، وذلك عن طريق تشكيل سلوك الطفل حتى يوافق توقعات المجتمع ومتطلبات الثقافة، ولكن بعد أن ظهرت نظرية الأنساق أصبح هناك مدخل جديد يوضح أن هناك عوامل عديدة وأنساقاً متعددة تسهم في النمو الاجتماعي للمراهقين" (كفافي، ١٩٩٧).

دور الأسرة في التنشئة الاجتماعية للأبناء:

تعد الأسرة الإطار الاجتماعي للتفاعل بين أفرادها، فهي التي تصبغ سلوك الطفل بصبغة اجتماعية، وتسهم في نموه الاجتماعي، ويتحقق هذا الهدف عن طريق التفاعل الإيجابي بين أفرادها والذي يلعب دوراً هاماً في تحديد وتكوين شخصية الطفل (كواسه، السيد، ٢٠١١)

وبينت نتائج دراسة (Schonrock, Bell, Sun, & Avery, 1999) أن المتغيرات الأسرية ارتبطت بدرجة قوية بالكفاءة الاجتماعية لدى الطلاب في مرحلة المراهقة، وأن الدعم الأسري تنبأ بقوة بالكفاءة الاجتماعية. كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إيجابية دالة بين الدعم الأسري والتشجيع على الاستقلالية من جهة، والكفاءة الاجتماعية لدى الذكور من جهة أخرى، بينما ارتبط الدعم الأسري فقط بالكفاءة الاجتماعية لدى الإناث. كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سلبية دالة بين الصراع الأسري والكفاءة الاجتماعية لدى الإناث، في حين ارتبط الصراع الأسري بالكفاءة الاجتماعية لدى الذكور ارتباطاً إيجابياً.

كما يلعب أسلوب المعاملة الوالدية دوراً كبيراً في تطور الطفل من الناحية الانفعالية والاجتماعية، حيث تحدد الممارسات والأداءات الوالدية درجة الكفاءة الاجتماعية التي يمكن أن يصل إليها الطفل، ويذكر (Baumrind, 1991; Weiss & Schwartz, 1996) أن الدراسات التي اعتمدت على إجراء مقابلات مع الوالدين وعلى التقارير الذاتية للطفل تشير إلى أن الآباء الذين يمارسون أسلوب المعاملة الوالدية الحازم الديمقراطي كان أبنائهم اجتماعيين ومشاركين بشكل واضح في مرحلتهم الطفولة والمراهقة بشكل أكبر من أقرانهم الذين يستخدم آباؤهم معهم أساليب معاملة سلبية مثل الإهمال أو التساهل أو التسلط.

ويذكر (Baumrind, 1991) "أن أساليب التنشئة الاجتماعية التي يمارسها الوالدان في تربية أبنائهم تؤثر في تطور الكفاءة الاجتماعية للأبناء، فالمساندة، والدفع، والتعاطف والدعم الوالدي، والضبط الوالدي، كل ذلك يسهم بدور فعال في تحسين أداء الطفل في الكفاءة الاجتماعية والأكاديمية والنمو النفسي وحل المشكلة، كما أن ضبط الوالدين لسلوك أبنائهم وفقاً للأنماط الوالدية المختلفة وأساليب التنشئة الوالدية جميعها تسهم في الكفاءة الاجتماعية للأبناء".

كما تشير نتائج العديد من البحوث إلى أن الآباء المتسلطين يميلون إلى القسوة في تنشئة أولادهم، وإلى أن يشب أولادهم تسلطيين مثلهم" (زهران، ١٩٩٠).

وقد تناولت العديد من الدراسات العلاقة بين إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء، وفيما يلي تعرض الباحثان بعضاً من هذه الدراسات.

دراسات سابقة عن العلاقة بين إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء:

أجرى (Fabes et al,2001) دراسة عن أساليب التعامل الوالدي مع الانفعالات السلبية للأطفال وعلاقتها باستجابات الأطفال الانفعالية والاجتماعية، وتبحث هذه الدراسة في ردود أفعال الوالدين تجاه الانفعالات السلبية للأطفال والكفاءة الاجتماعية، ودور الآباء الذين يعانون من صعوبات انفعالية في التنشئة الاجتماعية والانفعالية لأطفالهم، وقد تم تعرّف الاستجابات الانفعالية لـ (٥٧) طفلاً من أطفال ما قبل المدرسة تمت ملاحظتهم أثناء اللعب الحر. وقد أجاب آباؤهم - ومعظمهم من الأمهات - على استبيانات تقيس استجاباتهم في التعامل مع المشاعر السلبية لأطفالهم، والكفاءة الاجتماعية للأطفال والتي تمت ملاحظتها من جانب المعلمين، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة بين إستراتيجيات التعامل الوالدي القاسية والاستجابات الانفعالية للأطفال التي توسطت الضيق والإجهاد الوالدي. هذا بالإضافة إلى وجود علاقة بين أساليب التعامل الوالدي والكفاءة الاجتماعية للأطفال التي توسطت مستوى شدة الانفعالات لدى الأطفال في العلاقة بين تعامل الوالدين الذين يشعرون بالضيق والإجهاد والكفاءة الاجتماعية للأطفال، فالآباء الذين يعانون من الضغط والإجهاد والضيق والذين يستخدمون أساليب تعامل حادة وقاسية في استجاباتهم مع انفعالات الأطفال السلبية لديهم أطفال يعبرون عن انفعالاتهم بطرق تتسم بالحدة والشدة، وهؤلاء الأطفال يجدون صعوبة في الكفاءة الاجتماعية.

كما قام (Fabes et al(2002) بدراسة عن أساليب التعامل مع انفعالات الأطفال السلبية، وقد تضمنت الدراسة الخصائص السيكومترية لمقياس (CCNES)، والعلاقة مع الكفاءة الانفعالية للأطفال.

وقد تم تطبيق هذه الدراسة على (٣٦) من الأمهات وأطفالهن في مرحلة ما قبل المدرسة، وتم تطبيق مقياس أساليب التعامل مع انفعالات الأطفال السلبية على الأمهات، أما الكفاءة الانفعالية فقد تم قياسها من خلال التعبيرات الانفعالية للأطفال.

وكشفت هذه الدراسة عن صلاحية مقياس أساليب التعامل مع انفعالات الأطفال السلبية، وتمتعه بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات، كما كشفت النتائج عن أن الآباء عندما يستجيبون بطرق وأساليب داعمة مع انفعالات الأطفال السلبية تكون الكفاءة الانفعالية للأطفال مرتفعة؛ حيث تتاح الظروف للأطفال لتحديد انفعالاتهم والتعبير عنها بشكل جيد أكثر من آباء الأطفال الذين يستخدمون أساليب غير داعمة في التعامل مع انفعالات الأطفال السلبية، كما أوضحت النتائج وجود علاقة بين الدعم الانفعالي الوالدي والتعاطف والتفهم مع الأطفال، وكذلك وجود علاقة ارتباطية بين أساليب الوالدين القاسية وممارسة الأطفال لقمع انفعالاتهم، وأن الكفاءة الانفعالية للأطفال والتعبير الانفعالي يرتبط إيجابياً بالأساليب الداعمة للوالدين خاصةً الأساليب التشجيعية، وترتبط عكسياً بأساليب الوالدين غير الداعمة.

وكذلك هدفت دراسة Mcewen & Flouri 2009 إلى تعرّف دور تنظيم الانفعال كعامل وسيط في العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية (الدفء، والضبط السلوكي، والضبط النفسي) وبين اضطرابات الأكل والاضطرابات الانفعالية لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٣) من المراهقين في المرحلة العمرية (١٧- ١٨ عاماً) من الأسر الفقيرة، وطبّق الباحث على العينة مقياس الاضطرابات الانفعالية، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية، ومقياس اضطرابات الأكل، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى المراهقين تتوسط العلاقة بين الضبط النفسي من جانب الوالدين وبين الأعراض الانفعالية لدى المراهقين، ولا تتوسط العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية واضطرابات الأكل، كما أن الأحداث الحياتية كانت أكثر ارتباطاً بصعوبات تنظيم الانفعال.

وقام أيضًا (Bariola; Hughes & Gullone (2012) بدراسة عن العلاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال لدى الأطفال ولدى الآباء، وقد بحثت هذه الدراسة العلاقات المباشرة بين استخدام إستراتيجية تنظيم الانفعالات لدى الأطفال ولدى الآباء خلال الفترات ما بين الطفولة المتوسطة وحتى المراهقة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٧٩) مشاركًا تتراوح أعمارهم ما بين ٩، و١٩ عامًا أجابوا على استبيان تنظيم الانفعال للأطفال والمراهقين، و(٣٥٨) من الأمهات، و(٢٧٢) من الآباء، حيث أجابوا على استبيان إستراتيجيات تنظيم الانفعال، وأظهرت النتائج أن استخدام الأمهات لإستراتيجية القمع التعبيري كإستراتيجية تنظيم الانفعال للأطفال تنبئ بشكل كبير باستخدام الأطفال لإستراتيجية القمع لتنظيم الانفعال، وأن إستراتيجيات تنظيم الانفعال في مرحلة الطفولة المتوسطة والمراهقة كانت أكثر ارتباطاً بتنظيم الانفعالات لدى الأمهات أكثر من الآباء، وقد يرجع ذلك إلى التنشئة الاجتماعية للانفعالات في هذه المرحلة.

كما قام (Mayer et al (2014) بدراسة عن تصورات وإدراكات الآباء للانفعال والتنشئة الاجتماعية لتنظيم الانفعال في الأسرة، وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تصورات وإدراكات وفهم وتقبل الأمهات للانفعال وبين إستراتيجيات الوالدين لإدارة انفعالات الأطفال السلبية وتنظيم الذات الانفعالية للأطفال، وقد تكونت عينة الدراسة من ٧٣ أمًا للأطفال تتراوح أعمارهم بين ٤، و٥ سنوات، وركزت الدراسة على جانبين من معتقدات الوالدين عن الانفعال، وهما: أهمية تقبل الاستجابات الانفعالية، وإدارة تنظيم الذات الانفعالية، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين إدراكات وتصورات الآباء عن الانفعال وتنظيم الانفعال عند الأطفال، كما أوضحت النتائج أن إستراتيجيات التنشئة الاجتماعية لإدارة الانفعال لعبت دور المتغير الوسيط بين معتقدات الآباء عن الانفعال وتنظيم الذات الانفعالية لدى الأطفال، ويرجع ذلك إلى أن المعتقدات والإدراكات الخاصة بانفعالات الآباء أنفسهم وفهمها وتقبلها يرتبط بالتنشئة الاجتماعية الانفعالية للأبناء ودورها في العمليات التي تشكل الأطفال انفعاليًا.

كما قام (Hurrell et al (2015) بدراسة عن استجابات الوالدين لانفعالات الأطفال السلبية وعلاقتها بتنظيم الانفعال للأطفال الذين يعانون من اضطراب القلق، وقد أكدت هذه الدراسة أن ردود أفعال الوالدين واستجاباتهم نحو انفعالات الأطفال السلبية تلعب دورًا مهمًا في تطوير تنظيم انفعالات الأطفال، وتهدف هذه الدراسة إلى مقارنة انفعالات الأطفال السلبية بين أسر الأطفال القلقين وأسرة الأطفال غير القلقين (تتراوح أعمار الأطفال ما بين ٧، و١٢ عامًا)، كما تهدف إلى دراسة العلاقة بين استجابات الوالدين وتنظيم الانفعال للأطفال. وقد أشارت النتائج إلى أن الأطفال الذين تم تشخيصهم باضطراب القلق لديهم صعوبة أكبر بكثير في تنظيم الانفعالات السلبية، وأن أمهات الأطفال القلقين يبتنون أنماطًا أقل دعمًا عند

الاستجابة لانفعالات الأطفال السلبية، وأن ردود أفعال الآباء تجاه انفعالات الأبناء السلبية تتعلق بمهارات تنظيم الانفعال مع ردود الأفعال غير الداعمة.

كما قام (Jones, 2015) بدراسة عن العلاقة بين استجابات الوالدين لإجهاد المراهقين وسلوك تعرض المراهقين للخطر، وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العوامل التي تنبئ بتعرض المراهقين للخطر، وبحث دور استجابات الوالدين الداعمة وغير الداعمة لانفعالات المراهقين السلبية التي تتعلق بتعرض المراهقين للخطر، مثل تعاطي المخدرات أو ممارسة السلوك الجنسي، وكذلك تعرّف العلاقة بين قمع الانفعالات وتعرض المراهق للخطر، وقد تكونت العينة من ١١٥ مراهقاً، و ١٠٩ من الأمهات، وأوضحت النتائج أن استجابات أمهات المراهقين غير الداعمة - خاصة ممارسة إستراتيجية قمع الانفعالات - ارتبطت بتعرض المراهق لخطر ممارسة السلوك الجنسي، وأن استجابات الأمهات الداعمة كما يدركها المراهقون ارتبطت سلبياً بتعاطي المراهق للمخدرات.

كذلك قام (Shorer, et al (2019) بدراسة عن المرح الوالدي، وتنظيم انفعالات الأطفال، وقد هدفت هذه الدراسة إلى بحث مدى تعزيز مرح الوالدين للمهارات الانفعالية للأطفال وعلاقته بتحسين تنظيم الانفعال وخفض القلق، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٣٧) من الوالدين لأطفال تتراوح أعمارهم بين ٢ ، و ٨ سنوات، وقد تم قياس مستويات المرح الأبوي وقدرة الوالدين على تنظيم الانفعالات، وأظهرت النتائج أهمية مرح الوالدين مع الأطفال في تعزيز مهارات الأطفال الانفعالية وتحسين العلاقة بين الوالدين والطفل، وأهمية استخدام الوالدين للمرح والدعابة مع الأبناء كإحدى إستراتيجيات إدارة الانفعال مع الأبناء، ومدى إسهام هذه الإستراتيجية في تحسين العلاقة بين الوالدين والطفل وتحسين مهارات الطفل الانفعالية.

وقام أيضاً (Seddon, et al (2020) بدراسة تبحث إلى أي مدى تؤثر صعوبات تنظيم الانفعال للوالدين من خلال التنشئة الاجتماعية للانفعال في تنظيم الانفعال للأطفال، وتمثلت العينة في ٧٠٥ من الأمهات ، والآباء لأطفال تتراوح أعمارهم بين ٨ ، و ١٢ عاماً، وتبين من خلال النتائج أن صعوبات تنظيم الانفعال لدي الوالدين تؤثر بالسلب على التنشئة الاجتماعية للانفعال عن طريق زيادة التنشئة الاجتماعية الانفعالية الوالدية غير الداعمة والممارسات التي تؤثر على تنمية مهارات تنظيم الانفعال لدى الأطفال، وأشارت النتائج إلى أن التنشئة الاجتماعية الانفعالية للآباء تلعب دوراً مهماً في انتقال سوء الأداء الوظيفي من الآباء إلى الأبناء، وبالتالي تنتقل صعوبات تنظيم الانفعال من الآباء إلى الأبناء، كما تشير النتائج إلى أن ممارسات التنشئة الاجتماعية الانفعالية الوالدية غير الداعمة لها علاقة بزيادة صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء، وأكدت النتائج هذا التأثير غير المباشر للآباء وأمهات الأطفال، في حين أن أساليب التنشئة الداعمة لم تتوسط هذه العلاقة، وأخيراً فإن الأمهات كن أكثر تأثيراً على أطفالهن من الآباء.

كما أجرى Shi & Wang (2021) دراسة عن تعامل المراهقين الصينيين مع (كوفيد ١٩)، بعنوان: استجابات الوالدين تجاه انفعالات الأبناء السلبية. وكان عدد المشاركين ٢١٣ مراهقاً صينياً، وقد أجابوا على استبيان قبل الموجة الأولى، ثم بعد خمسة أشهر من الموجة الثانية لـ (كوفيد ١٩) ، وأوضحت النتائج أنه تم التحكم والسيطرة على سوء التوافق الانفعالي للمراهقين في الموجة الأولى؛ حيث كانت ردود أفعال الآباء داعمة تجاه انفعالات المراهقين السلبية، وأظهرت الدراسة أيضاً أن ردود فعل الوالدين الداعمة تجاه انفعالات الأبناء السلبية تنبئ باستخدام المراهقين لأساليب مواجهة إيجابية في التعامل مع الموجة الأولى واستخدام أقل في أسلوب التجنب في التعامل مع الموجة الثانية والذي ارتبط بانخفاض سوء التوافق الانفعالي، وعلى

العكس من ذلك فإن استجابات الوالدين غير الداعمين ساعدت على زيادة استخدام المراهقين للتجنب في التعامل مع الموجة الثانية، وكان مرتبطاً بعدم التوافق الانفعالي.

وهناك العديد من الدراسات السابقة التي تدعم وجود هذه العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء، وفيما يلي عرضٌ لبعض هذه الدراسات:

دراسات سابقة عن العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء

قام Ramsden & Hubbard (2003) بدراسة عن التعبيرات الأسرية وتدريب الانفعال الوالدي، ودور الوالدين في تنظيم انفعالات الأطفال والعدوان، وقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التعبيرات الأسرية والتدريب على تنظيم الانفعال الوالدي وبين تنظيم انفعالات الأطفال وعدوانيتهم، وتكونت العينة من ١٢٠ تلميذاً بالصف الرابع الابتدائي وأمهاتهم؛ حيث أجابت الأمهات على مقياس لتنظيم الانفعال، واستبيان للتعبيرات الأسرية، ثم تم تدريب الوالدين على تنظيم الانفعال الوالدي، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن تدريب الانفعالات الوالدية لم يرتبط بشكل مباشر بعدوانية الأطفال، في حين أن تعبيرات الأسرة السلبية وعدم تقبل الأمهات للانفعالات السلبية للأطفال ارتبط بشكل مباشر بعدوانية الطفل خلال تنظيم الآباء لانفعالات أطفالهم.

وقام Shaffer et al (2012) بدراسة عن التنشئة الاجتماعية الانفعالية في سياق عوامل الخطر الأسرية وعلاقتها بتنظيم الانفعال للأطفال، وقد بحثت هذه الدراسة عوامل الخطر في سياق الأسرة مثل (الإجهاد النفسي الوالدي – الدخل- التحصيل العلمي- المؤهل الدراسي) وتأثير هذه العوامل على استجابات الوالدين لانفعالات الأطفال، وتكونت العينة من ٩٧ أمًا وأطفالهن، وتتراوح أعمار الأطفال بين ٧ و ١٢ عامًا، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة بين مؤشرات عوامل الخطر الأسرية ارتبطت بشكل إيجابي بصعوبات تنظيم الانفعال، وارتبطت سلبًا بانخفاض تنظيم الانفعالات للأبناء من خلال التأثيرات الوسيطة لاستجابات الأمهات غير الداعمة لانفعالات الأطفال السلبية، وأظهرت النتائج أن ردود الفعل الوالدية تتوسط العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعالات للآباء وتنظيم الانفعال للأطفال.

كما هدفت دراسة Woodward 2016 إلى تعرّف تأثير العوامل الشخصية في انتقال تنظيم الانفعال من الآباء إلى الأبناء الأكبر سنًا من خلال تقييم إدراك الأبناء لإستراتيجيات تنظيم الانفعال لدى الآباء وأثره على العلاقة بين تنظيم الانفعال لدى الآباء والأبناء، حيث أجاب الأبناء على مقياس تنظيم الوالدين لانفعالاتهم لتعرّف مدى إدراكهم لتنظيم الانفعالات للوالدين، ومقاييس التعلق بالوالدين والأقران، وصعوبات تنظيم الانفعال لديهم. وأسفرت نتائج الدراسة عن أنه لا توجد علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء كما يدركها الأبناء وصعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء؛ حيث إن الأبناء لديهم القدرة على التغلب على صعوبات تنظيم الانفعال خاصةً إذا كانت لديهم تصورات سلبية عن قصور آباءهم في تنظيم انفعالاتهم، وكانت لديهم الرغبة في تنظيم انفعالاتهم بطريقة مختلفة عن آباءهم.

وكذلك قام Crandall, et al 2016 بدراسة هدفت إلى تعرّف أثر صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات على سلوك الأبناء المراهقين، كما هدفت الدراسة إلى تعرّف دور الأداء الوظيفي الأسري، وأساليب المعاملة الوالدية كعوامل وسيطة في العلاقة بين تنظيم الانفعالات من جانب الأمهات وسلوك المراهقين،

وقد طُبِّقَ البحث على عينة عددها ٤٧٨ من المراهقين في المرحلة العمرية (١٠ - ١٣) عامًا وأمهاتهم، وأظهرت نتائج الدراسة أنه لا يمكن التنبؤ بشكل مباشر بسلوك المراهقين من خلال تنظيم الانفعالات لدى الأمهات وأساليب المعاملة الوالدية والأداء الوظيفي الأسري، كما أن الأداء الوظيفي الأسري يتوسط العلاقة بين التباعد الانفعالي من قبل الأم والسلوك العدواني، وبذلك فإن قصور تنظيم الانفعالات لدى الأمهات خلال فترة المراهقة المبكرة يؤدي إلى أساليب معاملة والدية غير تكيفية، ومن ثمَّ فإنها تؤدي إلى مشكلات سلوكية للمراهقين.

كما قام (Morelen, Shaffer&Suveg (2016 بدراسة عن تنظيم الانفعال لدى الأمهات، بعنوان: العلاقة بين الانفعالات الوالدية، وتنظيم انفعالات الأطفال، وقد بحثت هذه الدراسة العلاقة بين تنظيم الانفعالات لدى الأمهات وسلوك الانفعال الوالدي وتنظيم الانفعال للأطفال، وقد تكونت العينة من عدد (٦٤) من الأمهات، وتم تطبيق مقياس تنظيم الانفعال لدى الأمهات، وإستراتيجيات الانفعال الوالدية وتنظيم الانفعال للأطفال، وأشارت النتائج إلى أن تنظيم الانفعال لدى الأمهات يرتبط سلبياً بإستراتيجيات الانفعال الوالدية غير الداعمة، وصعوبات تنظيم انفعالات الأطفال، وأن صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات ارتبطت إيجابياً بإستراتيجيات الوالدية غير الداعمة وبصعوبات تنظيم الانفعال للأطفال.

وأجرى (Golan;Waldb& Yatzkarb (2017 دراسة عن أنماط تنظيم الانفعالات والسلوك المتمركز حول الانفعال بين آباء الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه وغير المصابين، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين آباء الأطفال المصابين بفرط الحركة ونقص الانتباه وآباء الأطفال العاديين غير المصابين بفرط الحركة في أنماط تنظيم الانفعالات، والسلوك المتعلق بالانفعال، ويعد تنظيم انفعالات الوالدين عاملاً حاسماً في توافق الأطفال، وقد فحصت هذه الدراسة أنماط تنظيم الانفعال، والعلاقة بين تنظيم الانفعال والسلوكيات المتعلقة بالانفعال لآباء الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، وطُبِّقَت الدراسة على عينة مكونة من (١٧٧) من الآباء المشاركين، وأشارت النتائج إلى أن آباء الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه استخدموا إستراتيجيات تنظيم الانفعالات أكثر من آباء الأطفال غير المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، وأن إعادة التقييم الإيجابي للوالدين ترتبط بشكل إيجابي بالسلوكيات الداعمة المتعلقة بانفعالات الآباء، ومرتبطة سلبياً بالسلوكيات غير الداعمة المتعلقة بانفعالات الوالدين، أما القمع الوالدي فقد ارتبط بشكل سلبى بالسلوكيات الداعمة المتعلقة بالانفعالات، وارتبط بشكل إيجابي بالسلوكيات غير الداعمة المتعلقة بانفعال الوالدين.

أيضاً قام (Wolford (2019 بدراسة عن عمليات تنظيم الانفعالات لدى الوالدين، وكان الغرض من هذه الدراسة هو تقييم تصورات الوالدين لفائدة مهارات تنظيم الانفعال، والآثار المترتبة على تضمين محتوى تنظيم الانفعال في التدخلات الأبوية، كما تهدف إلى تعزيز ممارسات الوالدية الإيجابية التي تسهم في الحد من أعراض الاضطرابات الانفعالية والسلوكية للأطفال، واختبار ما إذا كانت المهارات القائمة على السلوك أو المهارات القائمة على الانفعال أدت إلى نتائج إيجابية للوالدين، وتم جمع البيانات من (١٧) والدًا (٨ آباء، و٩ أمهات) بإجمالي ٣٤ مقابلة، وأوضحت النتائج أن الآباء تطور وعيهم بتنظيم الانفعالات، وأكد الآباء أهمية مهارات تنظيم الانفعالات في حياتهم الخاصة، وقد ساهم البرنامج في إكساب الآباء مهارات تنظيم الانفعال، وأدى ذلك إلى تحسين التفاعلات بين الوالدين والطفل، وتبين أن مهارات تنظيم الانفعال ارتبطت بشكل إيجابي مع التغييرات في الصحة النفسية، وأن صحة الوالدين النفسية تحسنت نتيجة مشاركة الوالدين

في البرامج الوالدية، وبذلك تؤكد نتائج الدراسة على ضرورة تضمين مهارات تنظيم الانفعال داخل برامج الوالدية الفعال.

كما تهدف دراسة (Rohrig 2019) إلى علاج التفاعل بين الوالدين والطفل مع إستراتيجيات تنظيم الانفعال من خلال العلاج السلوكي الجدلي، ولتحسين خلل التنظيم بين الوالدين والطفل تضمنت الخطة مرحلتين، هما: التفاعل الموجه للأطفال لتحسين العلاقات بين الوالدين والطفل، وتفاعل توجيه الوالدين لتعليم الوالدين إستراتيجيات تنظيم الانفعال القائمة على العلاج السلوكي الجدلي، وقد تكونت العينة من ستة آباء يعانون من صعوبات تنظيم الانفعال على المستوى الإكلينيكي وأطفالهم من ٣-٧ سنوات، وتعرض الآباء للبرنامج التدريبي، وأظهرت النتائج فعالية علاج التفاعل بين الوالدين والطفل المعزز بإستراتيجيات العلاج السلوكي الجدلي لتنظيم انفعال الوالدين، وأظهرت أن جميع الآباء كانوا أكثر فعالية في تفاعلاتهم مع أطفالهم وأقل نقدًا للأبناء، وأن تدريب الآباء ذوي صعوبات تنظيم الانفعال على إستراتيجيات تنظيم الانفعال يسهم في تحسين العلاقة بين الآباء والأبناء..

وأخيرًا قام (Cheung 2020) بدراسة عن صعوبات تنظيم الانفعال بين الأمهات والآباء والمراهقين، وعلاقتها بالمشكلات الداخلية للمراهقين، وهدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لأفراد الأسرة ومشكلات المراهقين، وقد طُبِّقت هذه الدراسة على (٣٨٦) من الأسر الصينية من هونج كونج تضم آباء وأمهات ومراهقين في المرحلة العمرية من ١٢-١٧ سنة، وأظهرت النتائج أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات يرتبط ويؤثر على صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء والمراهقين، وأن صعوبات تنظيم الانفعال للمراهقين تُنبئ بالمشكلات الداخلية للمراهقين، وتوصي الدراسة بضرورة التدخل بتعزيز الانفعال للوالدين لأنه يرتبط بمشكلات أقل للمراهقين.

تعقيب عام على الإطار النظري والدراسات السابقة:

من خلال العرض السابق للإطار النظري والدراسات السابقة اتضح أن هناك قصور في الدراسات العربية التي أهتمت بإستراتيجيات إدارة الانفعال للأبناء، وأن أغلب الدراسات العربية أقتصرت على أساليب التنشئة الاجتماعية ولم تحظى التنشئة الانفعالية بالأهتمام الكافي في الثقافة العربية خاصة مع المراهقين. كما اتضح أن هناك قصور في إعداد المقاييس التي تهتم بدراسة إستراتيجيات إدارة الانفعال، وصعوبات تنظيم الانفعال والتي تتناسب مع الثقافة العربية.

كما أوضحت نتائج الدراسات الأجنبية ضرورة إشراك الوالدين في برامج تدريبية لتدريبهم على التعامل مع إنفعالات الأبناء السلبية، وتدريبهم على استخدام الاستراتيجيات الداعمة التي تشجع الأبناء على التعبير عن إنفعالاتهم السلبية.

وأيضاً تناقضت نتائج بعض الدراسات الأجنبية حيث أشارت بعض الدراسات إلى أن صعوبات تنظيم الانفعال يمكن أن تنتقل من الآباء إلى الأبناء من خلال متغيرات وسيطة تتوسط هذه العلاقة ومن أهم هذه المتغيرات ردود فعل الآباء تجاه إنفعالات الأبناء السلبية، في حين أشارت نتائج دراسات أخرى إلى عدم وجود علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء وصعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء، وهذا التناقض في نتائج الدراسات السابقة دفع الباحثان إلى دراسة هذه العلاقة في الثقافة العربية.

وكذلك أكدت الدراسات على الاهتمام بالكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين لأهميتها فى النمو الصحى، وأن الأسرة لها دور كبير فى التنشئة الانفعالية الاجتماعية للأبناء بتوفير مناخ وجدانى يتيح للأبناء فرص التعبير عن إنفعالاتهم وبالممارسات والأساليب الوالدية الداعمة للأبناء، وأن الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء تتأثر بعوامل عديدة من أهمها أساليب تعامل الآباء مع إنفعالات الأبناء.

فروض البحث

- ١- توجد علاقة ارتباطية بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء.
- ٢- توجد علاقة ارتباطية بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء
- ٣- توجد علاقة ارتباطية بين إستراتيجيات إدارة إنفعالات الأبناء والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء.
- ٤- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد العينة وفقاً للنوع (ذكور- إناث) على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية
- ٥- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد العينة من الأبناء وفقاً للنوع (ذكور- إناث) فى إستراتيجيات إدارة الانفعالات
- ٦- توجد فروق دالة إحصائية بين منخفضى ومرتقى صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات على الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء
- ٧- توجد فروق دالة إحصائية بين منخفضى ومرتقى صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات على الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس إستراتيجيات إدارة الانفعال للأبناء
- ٨- يمكن التنبؤ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء من خلال صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، و استراتيجيات ادارة الانفعالات السلبية للأبناء.
- ٩- تتوسط استراتيجيات ادارة الانفعالات السلبية للأبناء العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء

إجراءات البحث:

المنهج:

تم استخدام المنهج الوصفى بشقيه الارتباطى والمقارن حيث يكشف عن علاقات ارتباطية بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الامهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية لدى الابناء وكذلك الكشف عن دور استراتيجيات إدارة الانفعال كمتغير وسيط يتوسط هذه العلاقة، بالإضافة إلي التعرف على الفروق بين منخفضى ومرتقى صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات فى كلٍ من الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء، إستراتيجيات إدارة الانفعال للأبناء.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من طلاب المرحلة الإعدادية، من ذوي المستوى الاجتماعي الاقتصادي المتوسط بمحافظة الجيزة، وأمهاتهم .

العينة:

تكونت عينة البحث الحالي من (٢٦٥) طالبًا من طلاب المرحلة الإعدادية (١١٠ ذكور – ١٥٥ إناث)، بمتوسط عمر قدره (١٣,٥٩) و انحراف معياري (٠,٩١) من مستوى إجتماعى اقتصادى متوسط، كما تكونت العينة من (٢٦٥) أم هم أمهات الطلاب أفراد العينة، وقد بلغ المتوسط الحسابى لأعمارهن (٤٤,٩) والانحراف المعياري (٥,٩).

الأدوات:

- استمارة جمع بيانات.
- مقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات كما تدرسه الامهات (إعداد الباحثان)
- مقياس استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء كما يدركها الأبناء (إعداد الباحثان)
- مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية كما يدركها الأبناء (إعداد الباحثان)
- مقياس المستوى الاجتماعى الاقتصادى للأسرة (إعداد عبد العزيز الشخص، ٢٠١٣)

وفيما يلي عرض لهذه الأدوات:

● مقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات: هدف المقياس

يهدف هذا المقياس إلى قياس صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات من خلال تعرف على صعوبات الوعى الانفعالى، صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية، صعوبات الضبط الانفعال/الاندفاعية، صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال، صعوبات التركيز على الهدف.
مبررات إعداد المقياس

تم الاطلاع على التراث النظرى والدراسات السابقة لتحديد صعوبات تنظيم الانفعال للوالدين، كما تم الاطلاع على المقاييس التى هدفت لقياس تنظيم الانفعال او صعوبات تنظيم الانفعال.

وقد دعت الضرورة لإعداد مقياس عن تنظيم الانفعال يناسب البيئة العربية خاصة أن أغلب المقاييس المستخدمة فى الدراسات العربية هى مقاييس أجنبية قد تم تقنينها على البيئة المصرية وعلى الرغم من أهمية هذه المقاييس إلا أن تصميم مقياس يتناسب مع البيئة العربية من بدايته هو أمر فى غاية الأهمية وقد تم الاطلاع على مقاييس تنظيم الانفعال ومقاييس لصعوبات تنظيم الانفعال مثل:

- مقاييس تنظيم الانفعال مقياس Gratz & Romer 2004.
- ومقياس Bjureberg et al 2016 الذي يعد صورة مختصرة من مقياس التنظيم الانفعالى الذي أعده Gratz & Romer 2004.
- مقياس Hofman, Carpenter & Curtiss 2016 interpersonal emotion regulation
- مقياس صعوبات تنظيم الانفعال إعداد Victor & Klonsky 2016

- مقياس (P E R S) Pereira et al 2017

واعتماداً على المصادر السابقة توصلت الباحثتان إلى إعداد مقياس يتكون من خمسة أبعاد لقياس صعوبات تنظيم الانفعال لدى الامهات، و تم عرض المقياس على السادة المحكمين للتأكد من صدق المقياس وانه يقيس ماوضع لقياسه، وتم عمل التعديلات اللازمة في صياغة بعض العبارات، ثم تم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس.

وصف مقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات:

يتكون هذا المقياس من خمسة أبعاد، وهم صعوبات الوعي الانفعالي، صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية، صعوبات الضبط الانفعال/الاندفاعية، صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال، صعوبات التركيز على الهدف. ويتكون المقياس من ٥٥ بند موزعة على الخمس أبعاد، ويطبق هذا المقياس على الامهات، و تكون الدرجة المرتفعة على المقياس لصالح صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، أما الدرجة المنخفضة على المقياس فتعنى إنخفاض صعوبات تنظيم الانفعال لدى الامهات.

ويطلب من الامهات قراءة العبارة جيدا ثم وضع علامة في المستوى الذي ينطبق عليها حيث ان المقياس مقسم إلى ثلاث مستويات متدرجة وهي (تنطبق تماما ، إلى حد ما ، ولا تنطبق إطلاقاً) وتصحح كالتالي تنطبق تماما تأخذ ثلاث درجات ، وإلى حد ما درجتين ، ولاتنطبق إطلاقاً تأخذ درجة واحدة و جميع عبارات المقياس سلبية وتدل على صعوبات تنظيم الانفعال فيماعد العبارات أرقام (١٠ ، ١٤ ، ١٥ ، ٣٣ ، ٣٤ ، ٣٥) هي عبارات إيجابية تدل على عدم وجود صعوبات، وتصحح بطريقة عكسية.

الخصائص السيكومترية لمقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات

تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية من الأمهات للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات: تكونت العينة الاستطلاعية من (٢٩٢) أم من أمهات طلاب بالمرحلة الإعدادية وقد بلغ المتوسط الحسابي لأعمارهن (٤٣،٨٤) و الانحراف المعياري (٦،٢٣) .

الصدق: تم حساب صدق المقياس عن طريق:

١- صدق المحكمين

قامت الباحثتان بالتأكد من صدق محتوى المقياس من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين من المتخصصين في مجال علم النفس والارشاد النفسي وعددهم (٨ من الاساتذة المتخصصين في المجال)، وتم حذف العبارات التي لم تحقق نسبة إتفاق ٩٠٪ ، كما تم تعديل صياغة بعض البنود وفقاً لتوجيهات السادة المحكمين.

٢- صدق البنية لمقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات:

تحققت الباحثتان من صدق البنية لمقياس صعوبات تنظيم الانفعال وأنه يتكون من خمس أبعاد وذلك باستخدام التحليل العاملي التوكيدي ، والجدول (١) يوضح مؤشرات حسن المطابقة لبنية صعوبات تنظيم الانفعال .

جدول (١) مؤشرات حسن المطابقة لبنية مقياس صعوبات تنظيم الانفعال (ن = ٢٩٢)

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة	المدى المثالي للمؤشر
٢ كا	٨,٩٧	أن تكون غير دالة إحصائياً
درجات الحرية	٥	
النسبة بين كا ^٢ ودرجات حريتها	١,٧٩	المدى المثالي من صفر إلى ٥
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر حسن المطابقة المعدل (AGFI)	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٦	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة المعيارى (NFI)	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة التزايدى (IFI)	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
جذر متوسط مربع التقريب (RMSEA)	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من الجدول (١) وجود مطابقة جيدة لبنية صعوبات تنظيم الانفعال مع بيانات عينة الدراسة، حيث أن مقياس صعوبات تنظيم الانفعال يتكون من خمس أبعاد وكانت غالبية مؤشرات حسن المطابقة في مداها المثالي، ويوضح الجدول التالي الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية للنموذج العاملي على النحو التالي:

جدول (٢) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية والخطأ المعياري والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة للنموذج العامل لبنية صعوبات تنظيم الانفعال

أبعاد مقياس صعوبات تنظيم الانفعال	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
صعوبات الوعي الانفعالي	٠,٨٣	١	-	-	-
صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية	٠,٧٩	٠,٧٨	٠,٠٥	١٤,٨٨	دالة عند ٠,٠١
صعوبات الضبط الانفعالي/الاندفاعية	٠,٩٢	٠,٩	٠,٠٥	١٨,٧١	دالة عند ٠,٠١
صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال	٠,٨١	٠,٨٨	٠,٠٦	١٥,٦١	دالة عند ٠,٠١
صعوبات التركيز على الهدف	٠,٨٢	١	٠,٠٦	١٥,٨٦	دالة عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق تحقق صدق النموذج العامل لبنية صعوبات تنظيم الانفعال لدى أفراد عينة الدراسة، فقد كانت جميع الأوزان الانحدارية للأبعاد دالة إحصائياً (عند مستوى ٠,٠١)، وهذه النتائج تؤكد صدق المقياس و يمكن توضيح البنية العاملة لمقياس صعوبات تنظيم الانفعال من خلال الشكل التالي



شكل (١) البناء العامل لمقياس صعوبات تنظيم الانفعال

ثبات مقياس صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات

قامت الباحثتان بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما : طريقة ألفا كرونباخ و طريقة التجزئة النصفية لأبعاد المقياس و المقياس ككل و الجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول (٣) معاملات الثبات لأبعاد مقياس صعوبات تنظيم الانفعال والمقياس ككل

التجزئة النصفية (سبيرمان براون)	معامل ألفا كرونباخ	البعد
٠,٨١	٠,٨٢	صعوبات الوعي الانفعالي
٠,٧٤	٠,٧٧	صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية
٠,٨٤	٠,٨٥	صعوبات الضبط الانفعالي/الاندفاعية
٠,٧٩	٠,٨٠	صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال
٠,٨٢	٠,٨٣	صعوبات التركيز على الهدف
٠,٨٦	٠,٨٨	المقياس ككل

يتضح من الجدول السابق (٣) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس صعوبات تنظيم الانفعال وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

الاتساق الداخلي لمقياس صعوبات تنظيم الانفعال:

تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل بند من بنود كل بعد بالدرجة الكلية لهذا البعد ، والتي نتجت من تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية. ويمكن توضيح النتائج من خلال الجدول التالي:

جدول (٤)

يوضح معاملات الارتباط بين درجات كل بند ومجموع درجات البعد الذي ينتمي إليه (ن=٢٩٢)

صعوبات التركيز على الهدف		صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال		صعوبات الضبط الانفعالي		صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية		صعوبات الوعي الانفعالي	
معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
٠,٤٠	٤٦	٠,٦٣	٣٦	٠,٥٦**	٢٦	**٠,٤٥	١٦	**٠,٥٠	١
٠,٤٦	٤٧	٠,٧٣	٣٧	٠,٦٧**	٢٧	**٠,٧٢	١٧	**٠,٨٤	٢
٠,٤٨	٤٨	٠,٦٣	٣٨	٠,٦٥**	٢٨	**٠,٧٢	١٨	**٠,٧١	٣
٠,٦٧	٤٩	٠,٥٧	٣٩	٠,٥٠**	٢٩	**٠,٥١	١٩	**٠,٧٨	٤
٠,٦٤	٥٠	٠,٦٩	٤٠	٠,٦٣**	٣٠	**٠,٦٩	٢٠	**٠,٧٥	٥
٠,٧١	٥١	٠,٧٣	٤١	٠,٦٦**	٣١	**٠,٦١	٢١	**٠,٦٩	٦
٠,٧٣	٥٢	٠,٧٢	٤٢	٠,٦٣**	٣٢	**٠,٧٨	٢٢	**٠,٦٦	٧
٠,٦٨	٥٣	٠,٥٨	٤٣	٠,٥١**	٣٣	**٠,٦٣	٢٣	**٠,٧١	٨
٠,٤٢	٥٤	٠,٦٦	٤٤	٠,٥٨**	٣٤	**٠,٦٩	٢٤	**٠,٤٢	٩
٠,٥٢	٥٥	٠,٧٢	٤٥	٠,٦٥**	٣٥	**٠,٤٨	٢٥	**٠,٨١	١٠
								**٠,٧٤	١١
								**٠,٧٦	١٢
								**٠,٦٥	١٣
								**٠,٥٠	١٤
								**٠,٥٧	١٥

**** دال عند مستوى دلالة ٠,٠١**

يتضح من جدول (٤) أن جميع مفردات أبعاد المقياس ترتبط ايجابياً بالبعد الذي تنتمي إليه بشكل دال حيث بلغ مستوى الدلالة (٠,٠١) ، مما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس و كانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	البعد
**٠,٧٩	صعوبات الوعي الانفعالي
**٠,٨٢	صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية
**٠,٨١	صعوبات الضبط الانفعالي/الاندفاعية
**٠,٧٦	صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال
**٠,٨٥	صعوبات التركيز على الهدف

**** دال عند ٠,٠١**

يتضح من جدول (٥) أن جميع أبعاد المقياس الفرعية ترتبط ايجابياً بالدرجة الكلية للمقياس بشكل دال حيث بلغ مستوى الدلالة (٠,٠١) ، مما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس.

● مقياس استراتيجيات إدارة إنفعالات الأبناء : هدف المقياس

هدف هذا المقياس إلى قياس أساليب تعامل الأمهات مع إنفعالات الأبناء أو استراتيجيات إدارة الامهات لإنفعالات الأبناء من خلال إدراك الأبناء لهذه الاستراتيجيات، وتنقسم الى استراتيجيات إدارة إنفعالات الابناء الداعمة (الإيجابية) كما يدركها الأبناء وهي: أساليب تشجيعية، التهئية والتهوين، أساليب متمركزة المشكلة، أساليب متمركزة حول الانفعال، أساليب تجاوز الانفعالات السلبية. واستراتيجيات إدارة إنفعالات الابناء الغير داعمة (السلبية) كما يدركها الأبناء وهي: العقاب، اللوم، التجاهل، التهويل

مبررات إعداد المقياس

إعداد أداة مقننة لقياس استراتيجيات إدارة إنفعالات الأبناء نظراً لأهمية هذا المتغير بالنسبة للأبناء في مرحلة المراهقة، وقد تم مراعاة وضع عبارات ملائمة للثقافة المصرية. فضلاً عن أن المقاييس الحالية التي تم الاطلاع عليها هي في الأساس مقاييس أجنبية، تم ترجمتها إلى العربية وتم تقنينها، ولا يوجد بالمكتبة العربية السيكولوجية – في حدود علم الباحثان- مقياس بالعربية يهدف إلى قياس أساليب التعامل مع إنفعالات الابناء ولاسيما في مرحلة المراهقة.

كما لم تجد الباحثان- في حدود علمهما- مقاييس عربية تهتم بقياس أساليب التعامل مع انفعالات الابناء السلبية خاصة مع انفعالات المراهقين

خطوات إعداد المقياس

قامت الباحثتان بإعداد هذا المقياس من خلال الرجوع إلى الإطار النظري والدراسات السابقة، والاطلاع على بعض المقاييس السابقة عن أساليب التعامل مع إنفعالات الأبناء مثل

2001) et, al Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES; Fabes Garnefski, et al (2007). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire- kids (CERQ-K).

واعتماداً على المصادر السابقة توصلت الباحثتان إلى إعداد مقياس يتضمن ٩ إستراتيجيات لإدارة إنفعالات الأبناء، وقد راعت الباحثتان في الصياغة دقة وسهولة ووضوح العبارات بما يتناسب مع مرحلة المراهقة المبكرة.

ثم تم عرض المقياس على السادة المحكمين للتأكد من صدق المقياس وانه يقيس ماوضع لقياسه، وتم عمل التعديلات اللازمة في صياغة بعض العبارات، ثم تم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس

وصف المقياس:

يتكون المقياس من ٩٠ بند موزعين على ٩ أبعاد (٥ أبعاد إيجابية، ٤ أبعاد سلبية) يمثلون إستراتيجيات إدارة الانفعال للأبناء حيث كانت الأبعاد الخمسة الإيجابية هي إستراتيجيات إدارة إنفعالات الأبناء الداعمة كما يدركها الأبناء وهي: أساليب تشجيعية، التهدئة والتهوين، أساليب متمركزة حول المشكلة، أساليب متمركزة حول الانفعال، أساليب تجاوز الانفعالات السلبية.

والدرجة المرتفعة على الأبعاد الخمسة الإيجابية السابقة تعنى إستراتيجيات إدارة إنفعالات الأبناء الداعمة كما يدركها الأبناء، وتمثل الأربع أبعاد السلبية هي إستراتيجيات إدارة إنفعالات الأبناء الغير داعمة كما يدركها الأبناء وهي: العقاب، اللوم، التجاهل، التهويل، والدرجة المرتفعة على هذه الأبعاد الأربعة تعنى إستراتيجيات إدارة الانفعال الغير داعمة، وتم تطبيق هذا المقياس على الأبناء، وتمثلت طريقة الإجابة على عبارات المقياس في ثلاثة مستويات هي تنطبق دائماً، تنطبق بدرجة متوسطة، لا تنطبق تماماً، وتحسب الدرجة ٣-٢-١ باستثناء العبارات العكسية.

الخصائص السيكومترية لمقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء

تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية من الأبناء من طلاب المرحلة الاعدادية للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء: تكونت العينة من الأبناء وكان عددهم ٢٩٢ (١٢٧ ذكور - ١٦٥ إناث) بمتوسط عمرى قدره (١٣,٦٧) و انحراف معيارى (٠,٩٦).

الصدق: تم حساب صدق المقياس عن طريق:

١- صدق المحكمين:

قامت الباحثتان بالتأكد من صدق محتوى المقياس من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين من المتخصصين في مجال علم النفس والارشاد النفسى، وتم حذف العبارات التي أشار المحكمون إليها لعدم

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

تمثيلها للبعد وكذلك تم حذف العبارات التي لم تحقق نسبة إتفاق ٩٠٪ ، كما تم تعديل صياغة بعض البنود لتبسيطها ليتمكن أفراد العينة من فهمها.

٢- صدق البنية لمقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات:

تحققت الباحثتان من صدق البنية لمقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات وأنه يتكون من تسعة أبعاد وذلك باستخدام التحليل العاملي التوكيدي ، والجدول (٦) يوضح مؤشرات حسن المطابقة لبنية إستراتيجيات إدارة الانفعالات.

جدول (٦) مؤشرات حسن المطابقة لبنية مقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات (ن= ٢٩٢)

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة	المدى المثالي للمؤشر
كا ^٢	٣٧,٨٦ غير دالة إحصائياً	أن تكون غير دالة إحصائياً
درجات الحرية	٢٧	
النسبة بين كا ^٢ ودرجات حريتها	١,٤٠	المدى المثالي من صفر إلى ٥
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩٨	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر حسن المطابقة المعدل (AGFI)	٠,٩٢	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٩٠	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٩٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة التزايدى (IFI)	٠,٩٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
جذر متوسط مربع التقريب (RMSEA)	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

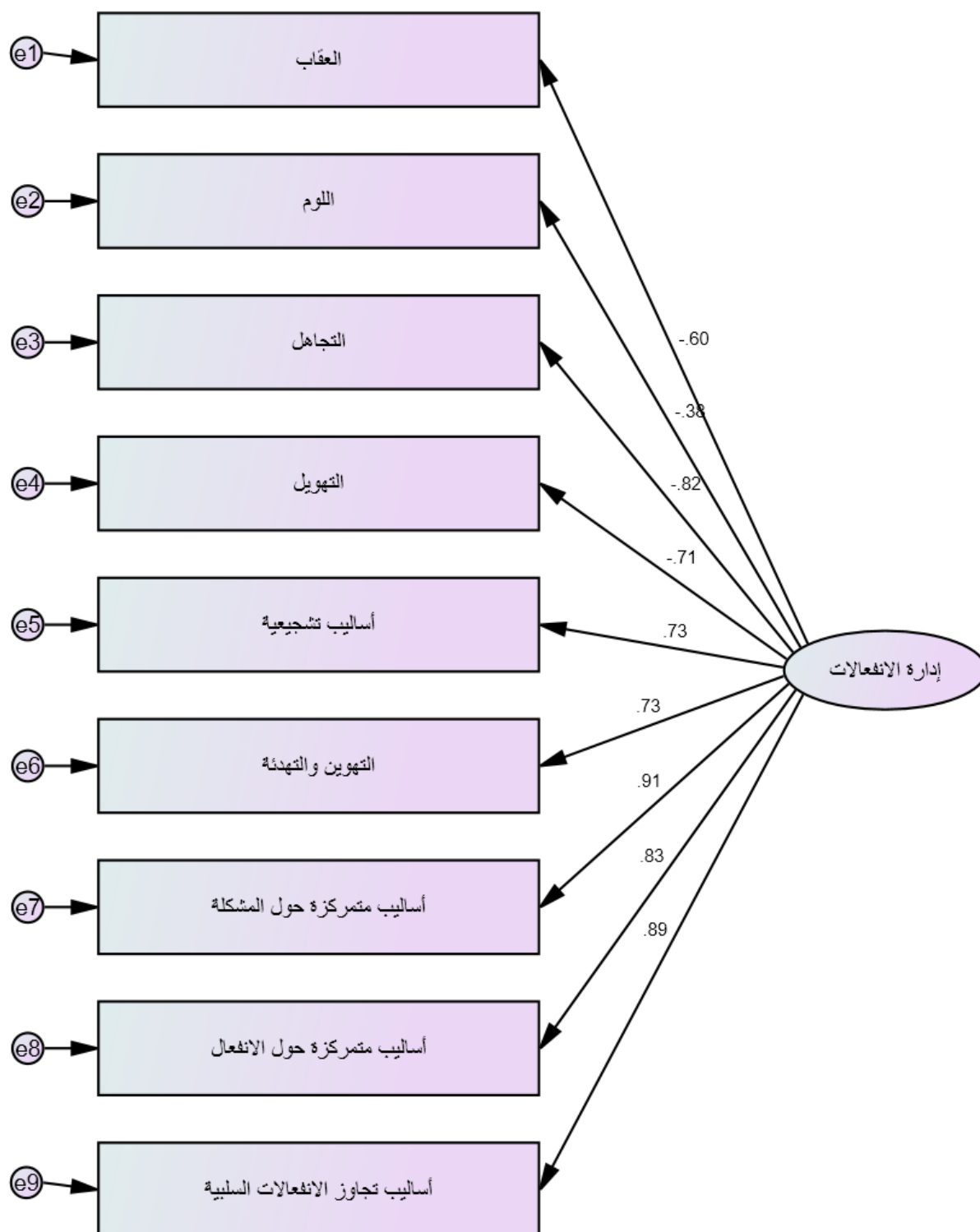
يتضح من الجدول (٦) وجود مطابقة جيدة لبنية إستراتيجيات إدارة الانفعالات مع بيانات عينة الدراسة، حيث أن مقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات يتكون من تسعة أبعاد وكانت غالبية مؤشرات حسن المطابقة في مداها المثالي، ويوضح الجدول التالي الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية للنموذج العاملي على النحو التالي:

جدول (٧)

الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية والخطأ المعياري والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة للنموذج العاملي لبنية استراتيجيات إدارة الانفعالات

الأبعاد المقاسة	الوزن الانحداري المعيارى	الوزن الانحداري غير المعيارى	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
العقاب	٠,٦-	٠,٥٥-	٠,٠٥	١١,٠٧-	دالة عند ٠,٠١
اللوم	٠,٣٨-	٠,٣٣-	٠,٠٥	٦,٤١-	دالة عند ٠,٠١
التجاهل	٠,٨٢-	٠,٧٨-	٠,٠٤	١٨-	دالة عند ٠,٠١
التحويل	٠,٧١-	٠,٦٨-	٠,٠٥	١٣,٩٢-	دالة عند ٠,٠١
أساليب تشجيعية	٠,٧٣	٠,٨٩	٠,٠٦	١٤,٧٣	دالة عند ٠,٠١
التهوين والتهدة	٠,٧٣	٠,٨٦	٠,٠٦	١٤,٥٤	دالة عند ٠,٠١
أساليب متمركزة حول المشكلة	٠,٩١	١,٠٥	٠,٠٥	٢٢,٣	دالة عند ٠,٠١
أساليب متمركزة حول الانفعال	٠,٨٣	٠,٨٣	٠,٠٥	١٨,٣٦	دالة عند ٠,٠١
أساليب تجاوز الانفعالات السلبية	٠,٨٩	١	-	-	-

ويتضح من الجدول السابق تحقق صدق النموذج العاملي لبنية استراتيجيات إدارة الانفعالات لدى أفراد عينة الدراسة، فقد كانت جميع الأوزان الانحدارية للأبعاد دالة إحصائياً (عند مستوى ٠,٠١)، وهذه النتائج تؤكد صدق المقياس و يمكن توضيح البنية العاملة لمقياس استراتيجيات إدارة الانفعالات من خلال الشكل التالي :



شكل (٢) البناء العاملي لمقياس استراتيجيات إدارة الانفعالات

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

ثبات مقياس إستراتيجيات إدارة الانفعال:

قامت الباحثتان بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما : طريقة ألفا كرونباخ و طريقة التجزئة النصفية لأبعاد المقياس و الجدول التالي يوضح معاملات الثبات :

جدول (٨) معاملات الثبات لمقياس مقياس إستراتيجيات إدارة الانفعالات

التجزئة النصفية (سبيرمان براون)	معامل ألفا كرونباخ	البعد
٧٥,٠	٨٠,٠	العقاب
٠,٧٣	٧٩,٠	اللوم
٠,٧٣	٨٦,٠	التجاهل
٠,٨٠	٨٨,٠	التحويل
٠,٨٩	٠,٩٠	استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية ككل
٨١,٠	٨٥,٠	أساليب تشجيعية
٨٣,٠	٨٥,٠	التحويل والتهدئة
٧٦,٠	٧٩,٠	أساليب متركزة حول المشكلة
٨٢,٠	٨٦,٠	أساليب متركزة حول الانفعال
٧٩,٠	٨١,٠	أساليب تجاوز الانفعالات السلبية
٨٨,٠	٩١,٠	استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية ككل

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات مرتفعة و مما يؤكد ثبات المقياس

الاتساق الداخلي لمقياس إستراتيجيات إدارة الانفعال

تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل بند من بنود المقياس وبين درجة البعد الذي ينتمي إليه هذا البند ، ويمكن توضيح النتائج من خلال الجدول التالي:

جدول (٩) معاملات الارتباط لكل بند والبعد الذي ينتمي إليه (ن=٢٩٢)

الاستراتيجيات السلبية لإدارة انفعالات الأبناء							
التحويل		التجاهل		اللوم		العقاب	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٠,٤٦	٣١	**٠,٤٣	٢١	**٠,٥٦	١١	**٠,٤٥	١
**٠,٥٣	٣٢	**٠,٦٣	٢٢	**٠,٥٨	١٢	**٠,٧٢	٢
**٠,٥٧	٣٣	**٠,٦٠	٢٣	**٠,٤٦	١٣	**٠,٦٣	٣
**٠,٥٩	٣٤	**٠,٥٣	٢٤	**٠,٥٣	١٤	**٠,٥١	٤
**٠,٦٤	٣٥	**٠,٥٥	٢٥	**٠,٥٨	١٥	**٠,٦٩	٥
**٠,٦٢	٣٦	**٠,٥٩	٢٦	**٠,٥٩	١٦	**٠,٦١	٦
**٠,٧٠	٣٧	**٠,٥٨	٢٧	**٠,٥٣	١٧	**٠,٥٣	٧

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأهت والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

	٠,٥٤**	٣٨	٠,٤٧**	٢٨	**٠,٦٣	١٨	**٠,٨١	٨	
	٠,٥١**	٣٩	٠,٤٢**	٢٩	**٠,٨٥	١٩	**٠,٦٥	٩	
	٠,٦٣**	٤٠	٠,٥١**	٣٠	**٠,٦٠	٢٠	**٠,٥٥	١٠	
الاستراتيجيات الايجابية لإدارة انفعالات الأبناء									
أساليب تتجاوز الانفعالات السلبية		أساليب متمركزة حول الانفعال		أساليب متمركزة حول المشكلة		التهوين والتهدة		أساليب تشجيعية	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٠,٥٠	٨١	**٠,٦٥	٧١	**٠,٦٣	٦١	**٠,٥٢	٥١	**٠,٤٠	٤١
**٠,٤٩	٨٢	**٠,٥٢	٧٢	**٠,٦٤	٦٢	**٠,٦٣	٥٢	**٠,٤٦	٤٢
٠,٦٠**	٨٣	**٠,٧٣	٧٣	**٠,٥١	٦٣	**٠,٥٨	٥٣	**٠,٤٨	٤٣
٠,٦٦**	٨٤	**٠,٧٨	٧٤	**٠,٦٢	٦٤	**٠,٤٨	٥٤	**٠,٦٧	٤٤
٠,٦٧**	٨٥	**٠,٦٣	٧٥	**٠,٥٢	٦٥	**٠,٥٣	٥٥	**٠,٦٤	٤٥
٠,٦٧**	٨٦	**٠,٥٩	٧٦	**٠,٦١	٦٦	**٠,٦١	٥٦	**٠,٧١	٤٦
٠,٥٩**	٨٧	**٠,٦٨	٧٧	**٠,٤١	٦٧	**٠,٥٤	٥٧	**٠,٥٥	٤٧
٠,٤٥**	٨٨	**٠,٦٦	٧٨	٠,٦١**	٦٨	**٠,٦٠	٥٨	**٠,٥٣	٤٨
٠,٧٢	٨٩	**٠,٥٩	٧٩	٠,٦٤	٦٩	**٠,٤٤	٥٩	**٠,٤٩	٤٩
٠,٦١	٩٠	**٠,٥٦	٨٠	٠,٥٨	٧٠	**٠,٥٧	٦٠	**٠,٤٤	٥٠

** دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

يتضح من جدول (٩) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى (٠,٠١) ، و الذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الاستراتيجيات الفرعية و الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية والاستراتيجيات الايجابية و كانت النتائج كما بالجدولين التاليين:

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين البعد والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البُعد
**٠,٨٧	العقاب
**٠,٨٣	اللوم
**٠,٦٩	التجاهل
**٠,٧٩	التهويل

** دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق جميع معاملات الارتباط بين كل استراتيجية من الاستراتيجيات السلبية و الدرجة الكلية لهذه الاستراتيجيات دالة عند مستوى (٠,٠١).

جدول (١١) معاملات الارتباط بين استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية و الدرجة الكلية لهذه الاستراتيجيات

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البُعد
**٠,٧٩	أساليب تشجيعية
**٠,٨١	التهوين والتهدئة
**٠,٨٣	أساليب متركزة حول المشكلة
**٠,٧٦	أساليب متركزة حول الانفعال
**٨٢,٠	أساليب تجاوز الانفعالات السلبية

** دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق جميع معاملات الارتباط بين كل استراتيجيات من الاستراتيجيات الايجابية و الدرجة الكلية لهذه الاستراتيجيات دالة عند مستوى (٠,٠١).

• مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء كما يدركها الأبناء.
هدف المقياس

يهدف المقياس إلى قياس درجة الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لدى الابناء المراهقين وذلك من خلال تعرف على الوعي الانفعالي، وإدارة الذات الانفعالية، والوعي الاجتماعي، وإدارة الذات الاجتماعية ، والتوكيدية لدى هؤلاء المراهقين.

مبررات إعداد مقياس

ومن أجل بناء مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية قامت الباحثتان بمراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة للكفاءة الانفعالية و الاجتماعية، كما تم الاطلاع على بعض مقاييس الكفاءة الانفعالية، و الكفاءة الاجتماعية، ومنها:

- مقياس مجدي حبيب (٢٠٠٣) وقد صمم هذا الاختبار Sarason, Sarason, Hacker & Basham وأعدّه للبيئة المصرية مجدى عبد الكريم حبيب،(٢٠٠٣)
- ومقياس زكريا عبد احمد, & آمال جدوع أحمد (٢٠١٥)
- ومقياس صبري محمود عبد الفتاح، ٢٠١٦ والذي يقيس الكفاءة الاجتماعية من خلال بعدين هما التوجه الاجتماعي الايجابي ، المبادرة الاجتماعية وهو ترجمة وتعديل لمقياس (Rydell & Hagekull, 2012)
- مقياس Employee Emotional Competence (EEC) والذي أعده Delcourt, Gremler, van Riel, & Van Birgelen (2016)
- مقياس الكفاءة الانفعالية والذي أعده حسين جعفر محسن (٢٠٢١).

وقد لاحظت الباحثتان أن هناك عدد من المقاييس التي اهتمت بقياس الكفاءة الاجتماعية أو بمفردها ولكن هناك قصور في الدراسات العربية - في حدود علم الباحثتان- التي اهتمت بقياس الكفاءة الانفعالية

وخاصة في مرحلة المراهقة مما دعا الباحثان لإعداد مقياس يجمع الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين لإرتباطهما معا وتأثير كلا منهما في الأخرى.

وقد قامت الباحثان بإعداد مقياس يتكون من خمسة أبعاد لقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء المراهقين، وقد راعت الباحثان في الصياغة دقة وسهولة ووضوح العبارات بما يتناسب مع مرحلة المراهقة المبكرة. ثم تم عرض المقياس على السادة المحكمين للتأكد من صدق المقياس وانه يقيس ماوضع لقياسه، وتم عمل التعديلات اللازمة في صياغة بعض العبارات، ثم تم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس.

وصف المقياس

يتكون المقياس من ٥٠ بند تم توزيعهم على خمسة أبعاد تقيس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين وهم الوعي الانفعالي، وإدارة الذات الانفعالية، والوعي الاجتماعي، وإدارة الذات الاجتماعية، والتوكيدية، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا المقياس إلى الكفاءة الانفعالية الاجتماعية المرتفعة، ويجب على هذا المقياس الأبناء المراهقين حيث يطلب منهم أن يضعوا علامة في المستوى الذي ينطبق عليهم ويتم الاجابة على بنود المقياس من خلال ثلاث مستويات متدرجة وهي (تنطبق تماما، إلى حد ما، ولا تنطبق إطلاقاً) وفي تصحيح المقياس تنطبق تماما تأخذ ثلاث درجات، وإلى حد ما درجتين، ولا تنطبق إطلاقاً تأخذ درجة واحدة، وجميع عبارات هذا المقياس ايجابية لصالح الكفاءة الانفعالية الاجتماعية ماعدا العبارات الآتية فهي عبارات سالبة (١٣، ١٢، ١٧، ١٥، ١٤، ١٨، ٤٤، ٤٦، ٤٧، ٤٩) يتم تصحيحها بطريقة عكسية.

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء:

تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية من الأبناء من طلاب المرحلة الاعدادية للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء: تكونت العينة من الأبناء وكان عددهم ٢٩٢ (١٢٧ ذكور - ١٦٥ إناث) بمتوسط عمري قدره (١٣,٦٧) و انحراف معيارى (٠,٩٦)،

الصدق: تم حساب الصدق عن طريق:

١- صدق المحكمين:

قامت الباحثان بالتأكد من صدق محتوى المقياس من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين من المتخصصين في مجال علم النفس والإرشاد النفسي، وتم حذف العبارات التي أشار المحكمون إليها لعدم تمثيلها للبعد وكذلك تم حذف العبارات التي لم تحقق نسبة إتفاق ٩٠٪، كما تم تعديل صياغة بعض البنود وفقاً لتعديلات السادة المحكمين.

صدق البنية لمقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية:

تحققت الباحثة من صدق البنية لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية وأنه يتكون من خمس أبعاد وذلك باستخدام التحليل العامل التوكيدي، والجدول (١٢) يوضح مؤشرات حسن المطابقة لبنية الكفاءة الانفعالية والاجتماعية.

جدول (١٢) مؤشرات حسن المطابقة لبنية مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية (ن = ٢٩٢)

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة	المدى المثالي للمؤشر
كا ^٢	٩,٠٥ غير دالة إحصائياً	أن تكون غير دالة إحصائياً
درجات الحرية	٥	
النسبة بين كا ^٢ ودرجات حريتها	١,٨١	المدى المثالي من صفر إلى ٥
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩٧	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر حسن المطابقة المعدل (AGFI)	٠,٩٦	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٥	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٩٦	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
مؤشر المطابقة التزايدى (IFI)	٠,٩٤	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
جذر متوسط مربع التقريب (RMSEA)	٠,٠٨	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

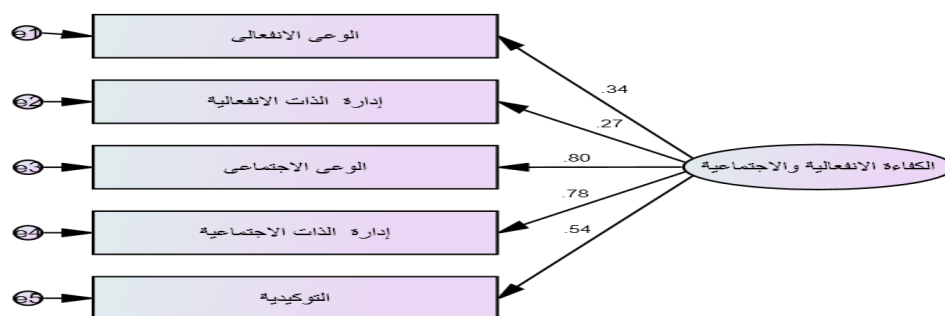
يتضح من الجدول (١٢) وجود مطابقة جيدة لبنية الكفاءة الانفعالية والاجتماعية مع بيانات عينة الدراسة، حيث أن مقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية يتكون من خمس أبعاد وكانت غالبية مؤشرات حسن المطابقة في مداها المثالي، ويوضح الجدول التالي الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية للنموذج العاملي على النحو التالي:

جدول (١٣)

الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية والخطأ المعياري والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة للنموذج العاملى لبنية الكفاءة الانفعالية والاجتماعية

الأبعاد المقاسة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
الوعى الانفعالى	٠,٣٤	١	-	-	-
إدارة الذات الانفعالية	٠,٢٧	٠,٧١	٠,٢٢	٣,٢٥	دالة عند ٠,٠١
الوعى الاجتماعى	٠,٨	٢,١٩	٠,٤٤	٤,٩٦	دالة عند ٠,٠١
إدارة الذات الاجتماعية	٠,٧٨	٢,٢٨	٠,٤٦	٤,٩٦	دالة عند ٠,٠١
التوكيدية	٠,٥٤	١,٢٨	٠,٢٨	٤,٥٨	دالة عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق تحقق صدق النموذج العاملى لبنية الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لدى أفراد عينة الدراسة، فقد كانت جميع الأوزان الانحدارية للأبعاد دالة إحصائياً (عند مستوى ٠,٠١)، وهذه النتائج تؤكد صدق المقياس و يمكن توضيح البنية العاملة لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية من خلال الشكل التالى :



شكل (٢) البناء العاملى لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية

ثبات مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية :

قامت الباحثتان بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما : طريقة ألفا كرونباخ و طريقة التجزئة النصفية لأبعاد المقياس و المقياس ككل و الجدول التالى يوضح معاملات الثبات:

جدول (١٤) معاملات الثبات لأبعاد مقياس الكفاءة الانفعالية لاجتماعية والمقياس ككل

التجزئة النصفية (سبيرمان براون)	معامل ألفا كرونباخ	البعد
٠,٨٥	٠,٨٦	الوعي الانفعالي
٠,٨٦	٠,٨٨	إدارة الذات الانفعالية
٠,٨٢	٠,٨٦	الوعي الاجتماعي
٠,٨٠	٠,٨٢	إدارة الذات الاجتماعية
٠,٨٣	٠,٨٨	التوكيدية
٠,٩١	٠,٩٣	المقياس ككل

يتضح من الجدول السابق (١٤) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها عملياً.

• الاتساق الداخلي لمقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية:

تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل بند من بنود المقياس والبعد الذي ينتمي إليه هذا البند؟، ثم تم حساب معامل الارتباط بين كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، والتي نتجت من تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية، ويمكن توضيح النتائج من خلال الجدول التالي:

جدول (١٥)

يوضح الاتساق الداخلي لكل بعد على مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية (ن=٢٩٢)

التوكيدية		إدارة الذات الاجتماعية		الوعي الاجتماعي		إدارة الذات الانفعالية		الوعي الانفعالي	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٠,٦٤	٤١	**٠,٦٦	٣١	**٠,٤٨	٢١	**٠,٧٧	١١	**٠,٦٨	١
**٠,٥٨	٤٢	**٠,٦٣	٣٢	**٠,٥٨	٢٢	**٠,٥٩	١٢	**٠,٦٤	٢
**٠,٥٩	٤٣	**٠,٦٨	٣٣	**٠,٤٨	٢٣	**٠,٧٠	١٣	**٠,٦٨	٣
**٠,٦١	٤٤	**٠,٧٠	٣٤	**٠,٥٢	٢٤	**٠,٤٩	١٤	**٠,٧٠	٤
**٠,٥٨	٤٥	**٠,٦٨	٣٥	**٠,٥٠	٢٥	**٠,٥٦	١٥	**٠,٥٦	٥
**٠,٦١	٤٦	**٠,٥٠	٣٦	**٠,٨٤	٢٦	**٠,٥١	١٦	**٠,٤٧	٦
**٠,٥١	٤٧	**٠,٦٣	٣٧	**٠,٧١	٢٧	**٠,٦٩	١٧	**٠,٤٨	٧
**٠,٥٧	٤٨	**٠,٤٩	٣٨	**٠,٧٨	٢٨	**٠,٦١	١٨	**٠,٥٣	٨
**٠,٥٨	٤٩	**٠,٥٤	٣٩	**٠,٥٢	٢٩	**٠,٦٥	١٩	**٠,٦٦	٩
**٠,٦١	٥٠	**٠,٤٧	٤٠	**٠,٥٥	٣٠	**٠,٥١	٢٠	**٠,٧٦	١٠

** دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

يتضح من جدول (١٥) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى ٠,٠١ ، و الذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس و كانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٦) معاملات الثبات لأبعاد مقياس الكفاءة الانفعالية الاجتماعية والمقياس ككل

البعاد	معامل الارتباط
الوعي الانفعالي	٠,٧٦**
إدارة الذات الانفعالية	٠,٨٥**
الوعي الاجتماعي	٠,٧٩**
إدارة الذات الاجتماعية	**٠,٨٢
التوكيدية	٠,٧٥**

** دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين كل بُعد من الأبعاد الفرعية و الدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

• **مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (٢٠١٣) "إعداد عبد العزيز الشخص"**
تم استخدام هذا المقياس بهدف التأكد من ان جميع أفراد العينة من متوسطي المستوى الاجتماعي الاقتصادي.

وصف المقياس: يهدف المقياس إلي تحديد المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة من خلال خمسة أبعاد وهي (وظيفة رب الأسرة أو مهنته، مستوى تعليم رب الأسرة، وظيفة ربة الأسرة أو مهنتها، مستوى تعليم ربة الأسرة، متوسط دخل الفرد)، ويتم حسابه من خلال معادلة الانحدار البنائية التالية:

$$(ص - ٠,٠٧٣ + ٠,٢٦٤ x س١ + ٠,٢٨٤ x س٢ + ٠,١٠٢ x س٣ + ٠,١٦٠ x س٤ + ٠,١٢٥ x س٥)$$

حيث س١ = متوسط دخل الفرد في الشهر

س٢ = وظيفة رب الأسرة

س٣ = مستوى تعليم رب الأسرة

س٤ = وظيفة ربة الأسرة

س٥ = مستوى تعليم ربة الأسرة

وتكون الدرجة المحددة للمستوى الاجتماعي الاقتصادي تمثل متصل من ١٠ إلى ٧٧.

الأساليب الإحصائية:

استخدمت الباحثتان الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسطات و الانحرافات المعيارية
- معاملات الارتباط
- أختبارات
- تحليل الانحدار
- نموذج المعادلة البنائية

نتائج البحث:

١- نتائج الفرض الأول: والذي ينص على أنه " توجد علاقة ارتباطية بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء".

وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثتان بحساب معاملات الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين درجات صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات ودرجات الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء على النحو التالي

جدول (١٧) معاملات الارتباط بين درجات صعوبات تنظيم الانفعال ودرجات الكفاءة الانفعالية والاجتماعية (ن = ٢٦٥)

الدرجة الكلية	التوكيدية	إدارة الذات الاجتماعية	الوعي الاجتماعي	إدارة الذات الانفعالية	الوعي الانفعالي	الكفاءة الانفعالية والاجتماعية صعوبات تنظيم الانفعال
**٠,٣٩-	**٠,٢٥-	**٠,٢٧-	**٠,٣١-	**٠,٢-	**٠,٢٨-	صعوبات الوعي الانفعالي
**٠,٣٤-	**٠,١٨-	**٠,٢٧-	**٠,٣٧-	*٠,١٢-	**٠,٢-	صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية
**٠,٣٦-	**٠,٢٦-	**٠,٢٥-	**٠,٣٤-	*٠,١٣-	**٠,٢٤-	صعوبات الضبط الانفعالي
**٠,٤٣-	**٠,٣٨-	**٠,٢٥-	**٠,٣٢-	**٠,٢٢-	**٠,٢٩-	صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال
**٠,٣٨-	**٠,٢٩-	**٠,٢٨-	**٠,٣-	**٠,١٥-	**٠,٢٥-	صعوبات التركيز على الهدف
**٠,٤٤-	**٠,٣٢-	**٠,٣-	**٠,٣٧-	**٠,١٩-	**٠,٣-	الدرجة الكلية

* دال عند ٠,٠٥ ، **دالة عند مستوى ٠,٠١.

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة ارتباطية دالة و سالبة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات وأبعاد الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء وكانت جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠,٠٥ ، ٠,٠١.

تفسير نتيجة الفرض الأول:

تشير نتيجة هذا الفرض إلى وجود علاقة ارتباطية دالة عكسية بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء، وهذا يعني أن الأمهات اللاتي يعانين من صعوبات في تنظيم انفعالاتهن يكون لدى أبنائهن قصور في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية.

فالأمهات اللاتي لديهن صعوبات في الوعي الانفعالي، وصعوبات في فهم انفعالاتهن والتعبير عنها، وصعوبة تقبل انفعالاتهن وانفعالات الآخرين، وصعوبة في ضبط انفعالاتهن والتحكم فيها، ويفتقدن مهارة

استخدام إستراتيجيات داعمة لضبط انفعالاتهن وتعديل استجاباتهن الانفعالية مما يترتب عليه صعوبات في الوصول إلى الهدف سوف ينعكس ذلك على ردود أفعالهن واستجاباتهن في التعامل مع الأبناء.

فالأبناء يراقبون ويلاحظون سلوك الأمهات واستجاباتهن الانفعالية في المواقف الحياتية المختلفة، ومن الطبيعي أن الطفل يكتسب ويتعلم بالنمذجة، فيستجيب مثل استجابة الأم، كما أن الأمهات اللاتي يعانين من صعوبات الانفعال يؤثر ذلك على تعبيراتهن الانفعالية في ممارساتهن السلوكية مع الأبناء وفي التنشئة الانفعالية للأبناء، وينعكس ذلك على ردود أفعالهن وطرق تعاملهن مع انفعالات الأبناء، وهذا بدوره يجعل المناخ الوجداني السائد في الأسرة مناخًا مضطربًا انفعاليًا ويؤثر على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لدى المراهقين، ويدعم ذلك دراسة (Morris et al (2017 التي أكدت أهمية دور الآباء في تنظيم الانفعالات لأبنائهم؛ حيث أشارت إلى أن الآباء يؤثرون على تنظيم الانفعال لدى الأطفال من خلال ثلاث آليات، وهي: النمذجة، وهي تظهر من خلال ملاحظة الأطفال لتنظيم انفعالات الوالدين، وممارسات وردود فعل الآباء تجاه الانفعالات، والمناخ الانفعالي والوجداني للأسرة متمثلًا في العلاقات الأسرية، وأنماط التعلق، والتعبير الانفعالي، والأساليب الوالدية، مما يظهر تأثير الوالدية على الدوائر العصبية الخاصة بالانفعال.

كما أن مرحلة المراهقة مرحلة لها طبيعة خاصة؛ حيث يعاني المراهق من العديد من الصراعات النفسية، ويحتاج إلى الاحتواء من الأسرة لتفهم ما يمر به من صراعات وأزمات نفسية تؤدي إلى حدة انفعالاته وتقلب مزاجه، وعندما تكون لدى الأمهات صعوبات في تنظيم انفعالاتهن سوف يؤثر ذلك على احتوائهن وتفهمهن لطبيعة انفعالات المراهق وما يمر به من صراعات أو أزمات انفعالية، مما يؤثر على كفاءته الانفعالية الاجتماعية.

وتؤكد نتائج دراسة Mcewen & Flouri 2009 أن صعوبات تنظيم الانفعالات للمراهقين تتوسط العلاقة بين الضبط النفسي من جانب الوالدين والأعراض الانفعالية للمراهقين.

وأظهرت نتائج دراسة (Cheung, 2020) أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات ترتبط وتؤثر سلبًا على تنظيم الانفعال لدى الآباء والمراهقين. وأن صعوبات تنظيم الانفعال للمراهقين تُنبئ بالمشكلات الداخلية للمراهقين، وأن "المعتقدات والإدراكات الخاصة بانفعالات الآباء أنفسهم وفهمها وتقبلها يرتبط بالتنشئة الاجتماعية الانفعالية للأبناء ويؤثر في العمليات التي تشكل الأطفال انفعاليًا" (Mayer et al, 2014).

كما أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات ارتبطت بشكل إيجابي بصعوبات تنظيم انفعالات الأطفال، أي أن السلوك الوالدي في إدارة انفعالات الأبناء يتوسط العلاقة بين تنظيم الانفعال لدى الأمهات وتنظيم الانفعال للأطفال. (Suveg, & Morelen, Shaffer 2016)

ويمكن توضيح هذه العلاقة في ضوء أبعاد الكفاءة الانفعالية الاجتماعية

الوعي الانفعالي للمراهقين:

حيث تشمل مرحلة المراهقة ارتقاءً في جميع جوانب النمو، فيحدث ارتقاء في الجانب الانفعالي، ويكون المراهق على وعي بانفعالاته الإيجابية والسلبية وقادرًا على تحديدها وتقييمها، كما أنه يكون على

وعى تام بانفعالات والديه وقادرًا على تقييمها وتقبلها أو رفضها، ولذلك فإنه يعي تمامًا صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات، وهذا يؤثر على كفاءته الانفعالية الاجتماعية.

ويلاحظ أن هؤلاء الأبناء هم أبناء أمهات يعانين من قصور في وعيهم الانفعالي، أي أن الأم التي تربي وتنشئ أبناءها تنشئة انفعالية يكون لديها قصور في مهارات تنظيم الانفعال، وصعوبة في التعبير عن انفعالاتها، كما أنها تفقد السيطرة والتحكم في انفعالاتها. وهذه الأم تكون هي المسؤولة عن التنشئة الاجتماعية والانفعالية بالدرجة الأولى. لذا أوضحت النتائج أن الأبناء المراهقين لديهم صعوبات في الوعي الانفعالي مثل أمهاتهم، فالتعلم بالنمذجة يكون له دور كبير في هذا الأمر.

وقد أشارت الدراسات إلى أن " تعبيرات الأسرة السلبية، وعدم تقبل الأمهات لانفعالات الأطفال السلبية يرتبط بعدوانية الأطفال (Ramsden & Hubbard,2003).

إدارة الذات الانفعالية:

كما أن هؤلاء المراهقين يلاحظون أمهاتهم وهن فاقدرات السيطرة والتحكم في انفعالاتهن، كما أنهن يستخدمن إستراتيجيات غير داعمة لتنظيم انفعالاتهن، وهذا بدوره سيؤدي إلى ممارسات حادة وأساليب تنشئة اجتماعية وانفعالية قاسية، مما يؤثر على قدرة المراهق على ضبط انفعالاته والسيطرة عليها بحيث تتناسب مع طبيعة الموقف الذي يمر به وعلى إدارته لذاته الانفعالية.

كما أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات تؤدي إلى أساليب معاملة والدية غير داعمة، مما يؤدي إلى وجود مشكلات سلوكية لدى المراهقين (Crandall, et al, 2016)، وكذلك أظهرت نتائج دراسة (Shaffer et al (2012 أن ردود الفعل الوالدية تتوسط العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعالات لدى الآباء وتنظيم الانفعال لدى الأطفال.

الوعي الاجتماعي:

يحدث في مرحلة المراهقة ارتقاء واضح في النمو الاجتماعي، فيزداد وعي المراهق الاجتماعي، ويتكون لديه شعور بالمسؤولية الاجتماعية، ويوظف قدراته العقلية في المجال الاجتماعي مما يكسبه العديد من المهارات الاجتماعية، ويتمكن من إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، كما أنه يسعى إلى تأكيد ذاته وتحقيق استقلالته، ووفي سبيل تحقيق الاستقلالية فإنه يسعى إلى التحرر من أية سلطة، وخاصةً السلطة الوالدية، فتظهر لديه مقاومة لها من خلال كثرة النقد والجدال مع الوالدين، ومع تطور هذا الوعي يجد المراهق نفسه في مناخ وجداني أسري غير مستقر؛ حيث تفتقد الأمهات طرق التعبير المناسبة عن انفعالاتهن، وتكون لديهن صعوبات في التحكم والسيطرة على انفعالاتهن، وبالتالي فإن وعي المراهق اجتماعيًا بهذا المناخ الأسري الذي يسوده الحدة والقسوة وعدم التعبير أو التحكم في الانفعال ينتج عنه مراهق يفتقد التفهم والتعاطف مع الآخرين، ويفتقد أساليب التواصل المناسبة، وهذا بدوره يؤدي إلى سوء إدارته لذاته الاجتماعية، وتشير دراسة (Golan, Waldb, & Yatzkarb(2017 إلى أن تنظيم انفعالات الوالدين يُعد عاملاً حاسماً في توافق الأطفال نفسيًا.

إدارة الذات الاجتماعية:

مما لا شك فيه أن الانفعال يؤثر في السلوك الاجتماعي، وأن ضعف إدارة الذات الانفعالية للمراهق يؤثر على إدارته لسلوكه الاجتماعي، كما أن الامهات عندما تكون غير قادرة على التحكم في انفعالاتهن سوف تتعامل بأساليب حادة مع أفراد الأسرة وينعكس ذلك على المراهق، فيفتقد الكثير من المهارات الاجتماعية والتي تنعكس على علاقاته الاجتماعية.

وتدعم نتائج هذا الفرض نتائج دراسة (Seddon, et al (2020) والتي أشارت إلى أن "صعوبات تنظيم الانفعال لدى الوالدين تؤثر بالسلب على التنشئة الاجتماعية للانفعال بسبب التنشئة الاجتماعية الانفعالية الوالدية غير الداعمة، وأشارت النتائج إلى أن التنشئة الاجتماعية الانفعالية للأباء تلعب دوراً مهماً في انتقال صعوبات تنظيم الانفعال من الآباء إلى الأبناء".

التوكيدية:

ويسعى المراهق إلى تأكيد ذاته وتحقيق استقلاله، ويظهر لديه ارتقاء واضح في النمو الاجتماعي، فيزداد وعيه الاجتماعي، ومن مظاهر هذا الارتقاء سعيه إلى الاستقلال والتحرر من السلطة الوالدية، فيظهر المراهق كثيراً من النقد والتمرد على السلطة الوالدية، وهذا يتطلب تفهماً واحتواءً من الأسرة نظراً لطبيعة هذه المرحلة، ولكن عندما تعاني الأمهات من صعوبات في تنظيم انفعالاتهن فسوف يترتب على ذلك صعوبات في التعامل مع المراهقين، وهذا المناخ يؤدي إلى صعوبات تواجه الأبناء في التعبير عن انفعالاتهم أو مطالبهم أو حقوقهم، ويجعلهم غير قادرين على مواجهة التحديات التي تواجههم، مما يؤثر على توكيديتهم.

وتؤكد دراسة (Wolford (2019) نتيجة هامة، وهي أن إكساب الآباء مهارات تنظيم الانفعال يؤدي إلى تحسن العلاقة بين الوالدين والطفل ويؤدي إلى الصحة النفسية للآباء، والحد من أعراض المشاكل النفسية والسلوكية للأطفال.

في حين اختلفت نتيجة البحث الحالي مع نتائج دراسة Woodward 2016؛ حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الامهات كما يدركها الأبناء وصعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء؛ حيث إن الأبناء لديهم القدرة على التغلب على صعوبات تنظيم الانفعال خاصة إذا كانت لديهم تصورات سلبية عن قصور امهاتهم في تنظيم انفعالاتهم وكانت لديهم رغبة في تنظيم انفعالاتهم بطريقة مختلفة عن آباءهم.

وربما يرجع هذا الاختلاف إلى أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء تم قياسها من وجهة نظر الأبناء، وكذلك صعوبات تنظيم الانفعال للأبناء تم قياسها من وجهة نظر الأبناء، لذلك أوضحت النتائج أن إدراك الأبناء لقصور آباءهم في تنظيم انفعالاتهم يجعلهم مستبصرين بالرغبة في تنظيم انفعالاتهم بطريقة مختلفة عن آباءهم، وهنا يظهر رفض الأبناء لنواحي القصور لدى آباءهم ورغبتهم في الاختلاف عنهم، ولكن قد تكون هناك رغبة في الاختلاف، ولكن الأبناء يكتسبون هذه الصعوبات دون الانتباه والوعي بذلك، كما أن هناك صعوبات في تنظيم الانفعال يصعب على الآخرين إدراكها؛ مثل صعوبات الوعي بالانفعال، والاختلاف هنا يرجع إلى أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الامهات تم قياسها في البحث الحالي من وجهة نظر الامهات.

٢ - نتائج الفرض الثاني: والذي ينص على " توجد علاقة ارتباطية بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء"

وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين درجات صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات ودرجات استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء على النحو التالي:

جدول (١٨) معاملات الارتباط بين درجات صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات ودرجات استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (ن = ٢٦٥)

الدرجة الكلية	صعوبات التركيز على الهدف	صعوبات استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعال	صعوبات الضبط الانفعالي	صعوبات تقبل الاستجابات الانفعالية	صعوبات الوعي الانفعالي	صعوبات تنظيم الانفعال استراتيجيات إدارة الانفعالات
**٠,٥١	**٠,٤	**٠,٣٧	**٠,٥١	**٠,٤٩	**٠,٤٣	العقاب
**٠,٤٩	**٠,٣٧	**٠,٣٨	**٠,٤٧	**٠,٤٩	**٠,٤١	اللوم
**٠,٥٤	**٠,٤٨	**٠,٤٨	**٠,٤٨	**٠,٤٤	**٠,٤٧	التجاهل
**٠,٥٥	**٠,٤٨	**٠,٤٥	**٠,٥١	**٠,٤٧	**٠,٤٥	التحويل
**٠,٦١	**٠,٥١	**٠,٥	**٠,٥٨	**٠,٥٥	**٠,٥٢	استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية ككل
**٠,٣٥-	**٠,٣٤-	**٠,٣٧-	**٠,٣٥-	**٠,٢-	**٠,٢٥-	أساليب تشجيعية
**٠,٣٧-	**٠,٣٤-	**٠,٣٦-	**٠,٣٤-	**٠,٢٥-	**٠,٣٢-	التهوين والتهدئة
**٠,٤٢-	**٠,٣٦-	**٠,٣٩-	**٠,٣٨-	**٠,٣٢-	**٠,٣٧-	أساليب متمركزة حول المشكلة
**٠,٥-	**٠,٤٤-	**٠,٤٤-	**٠,٤٤-	**٠,٤٤-	**٠,٤٢-	أساليب متمركزة حول الانفعال
**٠,٥١-	**٠,٤٥-	**٠,٤٤-	**٠,٤٤-	**٠,٤٤-	**٠,٤٥-	أساليب تجاوز الانفعالات السلبية
**٠,٤٩-	**٠,٤٤-	**٠,٤٦-	**٠,٤٤-	**٠,٣٧-	**٠,٤١-	استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية ككل

**دالة عند مستوى ٠,٠١.

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة ارتباطية دالة و موجبة بين صعوبات تنظيم الانفعال وأبعاد استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية و كانت جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠,٠١ ولكن توجد علاقة ارتباطية دالة و سالبة بين صعوبات تنظيم الانفعال وأبعاد استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية و كانت جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠,٠١ .

تفسير نتائج الفرض الثاني:

تشير هذه النتيجة إلى أن الأمهات اللاتي لديهن صعوبات تنظيم انفعال يستخدمن إستراتيجيات سلبية وغير داعمة في إدارة انفعالات أبنائهن، ولا يستخدمن إستراتيجيات إيجابية داعمة في التعامل مع انفعالات

الأبناء، حيث ظهر أن هؤلاء الأمهات يستخدمن إستراتيجيات العقاب واللوم والتجاهل والتهويل في التعامل مع انفعالات الأبناء المراهقين.

في حين تبيّن وجود علاقة عكسية في استخدام الأمهات ذوات صعوبات تنظيم الانفعال للإستراتيجيات الإيجابية في التعامل مع انفعالات الأبناء المراهقين في أساليب التشجيع، والتهئية، والأساليب المتمركزة حول الانفعال، والأساليب المتمركزة حول المشكلة، وأساليب تجاوز الانفعالات السلبية.

وتُعد هذه النتيجة منطقية إلى حد كبير؛ لأن الأمهات اللاتي يعانين من صعوبات الانفعالات، ولديهن صعوبات في ضبط انفعالاتهن، وفي استخدام إستراتيجيات مناسبة لتنظيم انفعالاتهن يفتقدن القدرة على استخدام إستراتيجيات داعمة مع أبنائهن، فالفرد الذي يفتقد القدرة على إدارة انفعالاته هو نفسه الذي يفتقد القدرة على إدارة انفعالات الآخرين، بالإضافة إلى أن هؤلاء الأمهات لديهن أدوار اجتماعية يقمن بها، ومن أهم هذه الأدوار دور الأم المسؤولة عن التنشئة الاجتماعية والانفعالية لأبنائها، وهذه الصعوبات في تنظيم الانفعال تنعكس على الأم في توافقها النفسي والاجتماعي؛ حيث إن " صعوبات تنظيم الانفعال بشكل عام ترتبط بضعف الصحة النفسية وانخفاض مستوى السعادة والرضا عن الحياة لدى الفرد، وكذلك بنقص الشعور بالرفاه الشخصي" (Saxena, Dubey, & Pandey, 2011)، وترتبط مهارات تنظيم الانفعال بشكل إيجابي مع التغيرات في الصحة النفسية، بينما تتحسن صحة الوالدين النفسية نتيجة مشاركة الوالدين في البرامج الوالدية (Wolford, 2019).

ولا شك أن وجود هذه الصعوبات وسوء التوافق لدى الأمهات ينعكس على أساليب تعاملهن مع انفعالات الأبناء وممارساتهن السلوكية غير المستقرة في تربية هؤلاء الأبناء.

وقد كشفت نتائج الدراسة الإكلينيكية التي قام بها (مظلوم، ٢٠١٧) عن أن "الوالدين عندما يكونان على وعي بانفعالاتهم ويكون لديهما القدرة على تمييز انفعالاتهما فإنهما يعرفان كيف يتعاملان مع مشاعر وانفعالات الأبناء، ويُعلّمان الأبناء كيف يصفون مشاعرهم، ويعلمان الأبناء إستراتيجيات إيجابية لتنظيم انفعالاتهم، وكذلك التحكم في انفعالاتهم وإدارة الانفعالات السلبية وتحويلها إلى إيجابية في مواقف التفاعل الاجتماعي. أما الأبوان اللذان لديهما صعوبة في تنظيم الانفعال فإنهما يجعلان الأبناء غير قادرين على التعبير عن انفعالاتهم، بل يقمعونها، وهذا يجعلهم عرضة للألكسيثيميا".

وتدعم نتائج الدراسات السابقة نتائج هذا الفرض؛ حيث أشارت إلى أن استخدام الأمهات ذوات صعوبات الانفعال لأساليب غير داعمة يؤثر في تنظيم انفعالات أبنائهن؛ فقد أكدت نتائج دراسة Danli Li et al (2019) انتقال تنظيم الانفعال من الآباء إلى الأبناء، وكشفت النتائج عن وجود علاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء، ومدى قدرة الآباء على تنظيم انفعالات الأطفال والتحكم فيها، وتوسطت أساليب الأم غير الداعمة العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأم وتنظيم الانفعال للأطفال.

كما أشارت دراسة Enebrink, Björnsdotter, & Ghaderi (2013) إلى أن الوالدين اللذين لديهما قدرة على تنظيم انفعالاتهما يستخدمان إعادة التقييم المعرفي كإستراتيجية من إستراتيجيات تنظيم الانفعال، ويرتبط استخدامهما هذه الإستراتيجية إيجابياً بالتوافق الزوجي، والدفء الأسري، وأساليب الانضباط المناسبة، وسلبياً بأساليب الانضباط القاسية.

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

وكذلك أشارت نتائج دراسة Rittenhouse 2015 إلى وجود علاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال (إعادة التقييم المعرفي) لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفية لدى أبنائهن المراهقين، وأنه لا توجد علاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية (قمع التعبير الانفعالي) لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية لدى أبنائهن المراهقين.

وأسفرت نتائج الدراسة (LaBass 2016) عن أن تعليم الوالدين إستراتيجيات تنظيم الانفعال يغير من انفعالات أطفالهم السلبية، وأن الآباء أصبحوا أكثر تشجيعاً لأطفالهم في التعبير عن انفعالاتهم السلبية، وأن تدريبهم على استخدام إستراتيجيات لضبط الانفعال ساهم في خفض الإجهاد النفسي لديهم، وأن استجابات التهويل والعقاب مع الانفعالات السلبية للأطفال تزيد من الانفعالات السلبية للأطفال.

٣ - نتائج الفرض الثالث: والذي ينص على أن "توجد علاقة ارتباطية بين إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء، والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء".

وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين درجات الكفاءة الانفعالية والاجتماعية ودرجات إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء على النحو التالي:

جدول (١٩) معاملات الارتباط بين درجات الكفاءة الانفعالية والاجتماعية ودرجات إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (ن = ٢٦٥)

الدرجة الكلية	التوكيدية	إدارة الذات الاجتماعية	الوعي الاجتماعي	إدارة الذات الانفعالية	الوعي الانفعالي	الكفاءة الانفعالية والاجتماعية إستراتيجيات إدارة الانفعالات
**٠,٣٩-	**٠,١٧-	**٠,٣-	**٠,٣٧-	**٠,١٧-	**٠,٢٨-	العقاب
**٠,٤-	*٠,١٤-	**٠,٣١-	**٠,٤٢-	*٠,١٢-	**٠,٣٣-	اللوم
**٠,٥٦-	**٠,٣٤-	**٠,٣٩-	**٠,٥-	**٠,٣١-	**٠,٣٣-	التجاهل
**٠,٤٩-	**٠,٣٣-	**٠,٣٦-	**٠,٤٣-	**٠,٢-	**٠,٣٤-	التهويل
**٠,٥٤-	**٠,٢٩-	**٠,٤-	**٠,٥-	**٠,٢٣-	**٠,٣٨-	إستراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية ككل
**٠,٣١	*٠,١٥	**٠,٢١	**٠,٢١	٠,٠٧	**٠,٣٩	أساليب تشجيعية
**٠,٣٢	*٠,١٦	**٠,١٨	**٠,٢١	*٠,١٤	**٠,٣٧	التهوين والتهنئة
**٠,٤٦	**٠,٢٦	**٠,٢٦	**٠,٣٧	**٠,٢٦	**٠,٣٨	أساليب متمركزة حول المشكلة
**٠,٥٩	**٠,٤٣	**٠,٤٤	**٠,٥١	**٠,٢٦	**٠,٣٦	أساليب متمركزة حول الانفعال
**٠,٥٥	**٠,٣٢	**٠,٣٩	**٠,٥٢	**٠,٢٥	**٠,٣٣	أساليب تجاوز الانفعالات السلبية
**٠,٥١	**٠,٣	**٠,٣٣	**٠,٤١	**٠,٢٢	**٠,٤٢	إستراتيجيات إدارة الانفعالات الإيجابية ككل

* دال عند ٠,٠٥ ، **دالة عند مستوى ٠,٠١.

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة ارتباطيه دالة و سالبة بين الكفاءة الانفعالية والاجتماعية وأبعاد استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية و كانت جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠,٠٥ ، ٠,٠١ ، ولكن توجد علاقة ارتباطيه دالة و موجبة بين الكفاءة الانفعالية والاجتماعية وأبعاد استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية و كانت جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠,٠٥ ، ٠,٠١ .

تفسير نتائج الفرض الثالث:

تشير هذه النتيجة إلى أن الإستراتيجيات الداعمة التي تمارسها الأمهات في إدارة انفعال أبنائهن كما يدركها الأبناء المتمثلة في (أساليب التشجيع، والتهئية، والأساليب المتمركزة حول الانفعال، والأساليب المتمركزة حول المشكلة وأساليب تجاوز الانفعال) ترتبط إيجابياً بالكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن استخدام الأمهات للإستراتيجيات الداعمة مع أبنائهن المراهقين يجعلهم يشعرون بالاحتواء والتفهم والتعاطف والمساندة والدعم من جانب الأمهات، وهذا يتيح لهم حرية التعبير عن انفعالاتهم دون وجود أية قيود، ويمنحهم الثقة والاستقلالية التي يبحثون عنها في مرحلة المراهقة المبكرة، مما يجعلهم قادرين على إدارة ذواتهم الانفعالية الاجتماعية ومؤكدين لذواتهم في المواقف المختلفة، مما يحسّن من كفاءتهم الانفعالية الاجتماعية.

في حين أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى أن الإستراتيجيات غير الداعمة أو السلبية التي تمارسها الأمهات في إدارة انفعال أبنائهن كما يدركها الأبناء والمتمثلة في (العقاب، واللوم، والتجاهل، والتهويل) ترتبط عكسياً بالكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء المراهقين، وقد يكون ذلك بسبب استخدام الأمهات لأساليب قاسية لقمع انفعالات الأبناء المراهقين، مما يؤدي إلى شعورهم بأنهم لا قيمة لهم؛ وإلى شعورهم بالذنب نتيجة اللوم الموجه لهم من قبل الأمهات، وقد يؤدي هذا إلى خوف المراهق من التعبير عن انفعالاته، ويُفقد الثقة في نفسه وفي الآخرين، وينعكس ذلك على إدارته لذاته الانفعالية الاجتماعية وتوكيد ذاته.

وهناك العديد من الدراسات الأجنبية التي دعمت نتائج هذه الدراسة والتي أكدت على أن استخدام الوالدين لإستراتيجيات داعمة يؤدي إلى تنظيم الأبناء لمهاراتهم الانفعالية ويحسن من كفاءتهم الانفعالية؛ وأن استخدام الوالدين للإستراتيجيات الإيجابية يسهم في تغيير الانفعالات السلبية وفي خفض الإجهاد النفسي للأبناء، وأن الإستراتيجيات السلبية مثل التهويل والعقاب تزيد من الانفعالات السلبية. وأن الآباء الذين يعانون من صعوبات انفعالية يستخدمون أساليب تعامل حادة وقاسية في استجاباتهم مع انفعالات الأطفال السلبية، مما يؤثر على أطفالهم؛ حيث يعبرون عن انفعالاتهم بطرق تتسم بالحدة والشدة، ومن ثمّ يجد هؤلاء الأطفال صعوبة في الكفاءة الاجتماعية (Fabes et al 2001; Fabes et al 2002 & Labaa 2016)

فالأمهات اللاتي يعانين من صعوبات تنظيم انفعالاتهن يصعب عليهن قراءة انفعالات أبنائهن وإظهار الاستجابات الانفعالية المناسبة أو تقبل استجابات أبنائهن الانفعالية السلبية، وبالتالي فإن هذا يؤثر بدوره على طرق وأساليب التعامل مع انفعالات الأبناء المراهقين، واستخدام الأمهات لإستراتيجيات غير داعمة يجعل الأبناء يشعرون بالذنب والخوف من أن يكونوا مصدرًا لإجهاد الأمهات، ومن المفترض أنه في مرحلة المراهقة يبدأ المراهق في الاستقلال بانفعالاته واعتماده على نفسه في تنظيم انفعالاته وإدارتها والتحكم فيها، إلا أن هؤلاء الأمهات لن يسمحن بهذه الاستقلالية والتحرر من قيود السلطة الوالدية، وممارستن

لإستراتيجيات غير داعمة في التعامل مع انفعالات المراهق يُصعّب على المراهق الاستقلال أو التحرر أو الاعتماد على ذاته في إدارة انفعالاته، كما أن ممارسة الأم لهذه الإستراتيجيات تشجع الأبناء على ممارسة نفس الإستراتيجيات في تنظيم انفعالاتهم، وبالتالي ينعكس ذلك على خفض الكفاءة الانفعالية الاجتماعية لديهم.

ويدعم هذا الأمر نتائج الدراسات السابقة؛ حيث تشير إلى أن استخدام الأمهات لإستراتيجية القمع التعبيري كإستراتيجية تنظيم الانفعال للأطفال تنبئ بشكل كبير باستخدام الأطفال لإستراتيجية القمع لتنظيم الانفعال، وأن إستراتيجيات تنظيم الانفعال في مرحلة الطفولة المتوسطة والمراهقة كانت أكثر ارتباطاً بتنظيم الانفعالات لدى الأمهات أكثر من الآباء (Bariola; Hughes,E & Gullone2012)

كما أوضحت نتائج دراسة (Jones, 2015) أن الاستجابات السلبية للأمهات المراهقين وغير الداعمة ترتبط بممارستهن لإستراتيجية قمع الانفعالات، وقد ارتبطت ممارسة الامهات لإستراتيجية القمع بتعرض المراهق لخطر ممارسة السلوك الجنسي، وبتعاطيه للمخدرات.

ومن الدراسات السابقة يتضح أن الإستراتيجيات الداعمة التي تستخدمها الأمهات ترتبط بالكفاءة الانفعالية للأبناء وبتنظيم مهارتهم الانفعالية وبمدى تحسن العلاقة بين الأمهات والأبناء، وأن استخدام الأمهات لإستراتيجيات غير داعمة يرتبط بانفعالات الأبناء وتعرضهم للخطر والمشكلات السلوكية.

في حين اختلفت نتائج دراسة Rittenhouse 2015 مع نتائج الدراسات السابقة حول استخدام الأمهات لإستراتيجية القمع؛ حيث أشارت نتائج هذه الدراسة إلى وجود علاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفية لدى أبنائهن المراهقين، وأنه لا توجد علاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية (قمع التعبير الانفعالي) لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية لدى أبنائهن المراهقين.

وأوضحت نتائج دراسة (Mayer et al (2014) أن إستراتيجيات التنشئة الاجتماعية لإدارة الانفعال لعبت دور المتغير الوسيط بين معتقدات الآباء عن الانفعال وتنظيم الذات الانفعالية لدى الأطفال.

ويرجع ذلك إلى أن المعتقدات والإدراكات الخاصة بانفعالات الآباء أنفسهم وفهمها وتقبلها يرتبط بالتنشئة الاجتماعية الانفعالية للأبناء ودورها في العمليات التي تشكل الأطفال انفعاليًا.

كما توصلت دراسة أخرى إلى أن ردود أفعال الوالدين واستجاباتهم نحو انفعالات الأطفال السلبية تلعب دورًا مهمًا في تطوير تنظيم انفعالات الأطفال، وأن الأطفال الذين تم تشخيصهم باضطراب القلق لديهم صعوبة أكبر بكثير في تنظيم الانفعالات السلبية، وأن أمهات الأطفال القلقين يتبنون أنماطًا أقل دعمًا عند الاستجابة لانفعالات الأطفال السلبية (Hurrell et al, 2015).

وكذلك تشير دراسة (Shorer, et al (2019) إلى أن استخدام الوالدين للمرح والدعابة مع الأبناء كإحدى إستراتيجيات إدارة الانفعال مع الأبناء يُسهم في تحسين العلاقة بين الوالدين والطفل ويعزز مهارات الطفل الانفعالية، ويحسن تنظيم الانفعال ويخفض القلق لدى أطفالهما.

كما أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى أن التنشئة الاجتماعية الانفعالية للأبناء تلعب دوراً مهماً في انتقال صعوبات تنظيم الانفعال من الآباء إلى الأبناء من خلال ممارسات التنشئة الاجتماعية الانفعالية الوالدية غير الداعمة، فتزيد من صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء (Seddon, et al, 2020).

وأظهرت نتائج دراسة zeyi Shi & Qian Wang (2021) أيضاً أن ردود فعل الوالدين الداعمة تجاه انفعالات الأبناء السلبية تنبئ باستخدام المراهقين لأساليب مواجهة إيجابية في التعامل مع الموجة الأولى (لـكوفيد ١٩)، واستخدام أقل في أسلوب التجنب في التعامل مع الموجة الثانية والذي يرتبط بانخفاض سوء التوافق الانفعالي.

٤ - نتائج الفرض الرابع: والذي ينص الفرض الرابع على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة وفقاً للنوع (ذكور- إناث) على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية .

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات و الانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لكل من الذكور و الإناث ، و كذلك حساب قيم " ت " و كانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٢٠) يوضح الفروق بين الذكور و الإناث في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية

البعد	النوع	ن	م	ع	قيمة ت	مستوى الدلالة
الوعي الانفعالي	ذكور	١١٠	٢٢,٨٤	٣,٦٠	٠,٥٧	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٣,١٢	٤,١٢		
إدارة الذات الانفعالية	ذكور	١١٠	١٩,٧٨	٣,١٢	١,٣٤	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٠,٣٦	٣,٦٧		
الوعي الاجتماعي	ذكور	١١٠	٢٤,٣٥	٣,٣٧	٠,٨٢	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٤,٧٣	٣,٨٥		
إدارة الذات الاجتماعية	ذكور	١١٠	٢٣,٢٣	٣,٥٦	١,٦١	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٤,٠١	٤,١٠		
التوكيدية	ذكور	١١٠	٢٣,٠٦	٣,١٠	٠,١٦	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٣,١٣	٣,٢٢		
الدرجة الكلية	ذكور	١١٠	١١٣,٢٦	١٠,٧٨	١,٣٧	غير دالة
	إناث	١٥٥	١١٥,٣٤	١٣,٠٢		

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جميع أبعاد الكفاءة الانفعالية والاجتماعية و الدرجة الكلية حيث كانت جميع قيم "ت" غير دالة إحصائياً .

تفسير نتائج الفرض الرابع:

تشير هذه النتيجة إلى أن الأبناء المراهقين سواء كانوا ذكوراً أم إناثاً للأمهات ذوات صعوبات تنظيم الانفعال لديهم كفاءة انفعالية اجتماعية منخفضة، وقد يرجع ذلك إلى أن الأمهات يستخدمن إستراتيجيات غير داعمة مع الأبناء من كلا النوعين ذكوراً وإناثاً، وبالتالي لا توجد فروق في الكفاءة الانفعالية الاجتماعية

لديهم. وقد أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في جميع أبعاد الكفاءة الانفعالية الاجتماعية (الوعي الانفعالي، وإدارة الذات الانفعالية، والوعي الاجتماعي، وإدارة الذات الاجتماعية، والتوكيدية)، وهذا يتفق مع الخصائص النمائية لمرحلة المراهقة المبكرة والتي أوضحت أنه لا توجد فروق بين الجنسين في الجانب الانفعالي في هذه المرحلة.

ويؤكد (كفاي، ١٩٩٧) أنه "لا توجد فروق كبيرة بين الجنسين في مرحلة المراهقة المبكرة في الجانب الانفعالي، غير أن سمة الرومانسية تكون أكثر وضوحاً لدى الإناث، وتكون الإناث أقل ميلاً إلى العنف والتمرد، وأكثر حرصاً على ضبط مشاعرهن والالتزام بالضوابط الاجتماعية".

في حين أظهرت نتائج أخرى لبعض الدراسات وجود فروق بين الجنسين في الكفاءة الذاتية الانفعالية والاجتماعية لصالح الإناث؛ حيث "أشارت نتائج إحدى الدراسات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث على بُعد الكفاءة الذاتية الانفعالية والاجتماعية في مرحلة المراهقة، ويرجع ذلك إلى أن المراهقات أكثر دافعية وأميل إلى تكوين علاقات اجتماعية" (الفريجات، ومصطفى، ٢٠١٨)

وقد يرجع هذا الاختلاف إلى أن الأبناء ذكوراً وإناً هم أبناء أمهات لديهن صعوبات تنظيم انفعال، وأنهن يستخدمن مع هؤلاء الأبناء إستراتيجيات غير داعمة، وبالتالي فإن هذا يؤدي إلى انخفاض الكفاءة لديهم.

وأشار Eisenberg وزملاؤه إلى أنه نظراً "لندرة الأبحاث ذات الصلة بالفروق بين الجنسين في الكفاءة الانفعالية الاجتماعية تمت ملاحظة هذه الفروق بين الجنسين للأبناء المراهقين من خلال ملاحظات الوالدين، حيث اتضح أن الآباء والأمهات يستخدمون ممارسات مختلفة للتنشئة الانفعالية الاجتماعية وفقاً للنوع والعمر، وأكد المراهقون أنهم يشعرون بأساليب تعامل مختلفة مع انفعالاتهم من قبل الوالدين، كما أفاد الآباء والأمهات أنهم بالفعل يستجيبون بشكل مختلف لكل من انفعالات الأبناء والبنات في سن ما قبل المدرسة، وبشكل عام تشير المؤشرات الأولية إلى أنه على الرغم من أن الأم تظهر كما لو كانت هي الحارس لانفعالات ومشاعر الأسرة إلا أن الأمهات يحتجن إلى إمداد الأبناء بتنشئة انفعالية اجتماعية أكثر دعماً، كما تشير بعض التقارير إلى أن هناك دوراً مميزاً للأم والابنة والأب والابن في التنشئة الاجتماعية للانفعال. أما فيما يخص مرحلة المراهقة فلم يتم التوصل إلى وجود اختلافات بين الذكور والإناث في الكفاءة الانفعالية الاجتماعية أو في تنشئة الوالدين الاجتماعية للانفعال" (Denham; Bassett & Wyatt, 2015).

وتُظهر الدراسات السابقة التي تتناول الفروق بين الجنسين في الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين نتائج متنوعة ومختلفة تبعاً لنوع الطفل ونوع الوالد، والكفاءة الانفعالية للوالدين، لذا فإن هذا الأمر يحتاج إلى المزيد من الدراسات.

٥ - نتائج الفرض الخامس: والذي ينص الفرض الخامس على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد العينة من الأبناء وفقاً للنوع (ذكور- إناث) في إستراتيجيات إدارة الانفعالات.

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثتان بحساب المتوسطات و الانحرافات المعيارية لإستراتيجيات إدارة الانفعالات لكل من الذكور و الإناث ، و كذلك حساب قيم " ت " و كانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٢١) يوضح الفروق بين الذكور و الإناث فى إستراتيجيات إدارة الانفعالات

البعد	النوع	ن	م	ع	قيمة ت	مستوى الدلالة
العقاب	ذكور	١١٠	١٥,٠٩	٤,٦٩	٠,٥٣	غير دالة
	إناث	١٥٥	١٥,٣٩	٤,٤٢		
اللوم	ذكور	١١٠	١٧,٢٥	٤,٥٥	٠,٥١	غير دالة
	إناث	١٥٥	١٧,٥٢	٣,٩٩		
التجاهل	ذكور	١١٠	١٤,٤٥	٤,٨٥	٠,٣٣	غير دالة
	إناث	١٥٥	١٤,٢٥	٤,٥٦		
التحويل	ذكور	١١٠	١٥,٤٩	٤,٧٤	٠,٢٨	غير دالة
	إناث	١٥٥	١٥,٣٢	٤,٧٠		
إستراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية ككل	ذكور	١١٠	٦٢,٢٨	١٥,٩٥	٠,١٠	غير دالة
	إناث	١٥٥	٦٢,٤٩	١٥,١٠		
أساليب تشجيعية	ذكور	١١٠	٢٤,٠٣	٥,٩٤	١,٠٧	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٣,٢٢	٦,٠٥		
التهوين والتهدئة	ذكور	١١٠	٢٤,٣٢	٥,٩٤	٠,٣٩	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٤,٠٣	٥,٨٠		
أساليب متركزة حول المشكلة	ذكور	١١٠	٢٣,٥١	٥,٩٤	٠,٤٩	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٣,٨٦	٥,٤٦		
أساليب متركزة حول الانفعال	ذكور	١١٠	٢٢,٤٩	٤,٥٤	١,٠٢	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٣,١٢	٥,٢١		
أساليب تجاوز الانفعالات السلبية	ذكور	١١٠	٢٣,٦٩	٥,٦٠	١,١٢	غير دالة
	إناث	١٥٥	٢٤,٤٦	٥,٥٠		
إستراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية ككل	ذكور	١١٠	١١٨,٠٤	٢٤,٩٣	٠,٢١	غير دالة
	إناث	١٥٥	١١٨,٧٠	٢٤,٠١		

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى جميع إستراتيجيات إدارة الانفعالات حيث كانت جميع قيم " ت " غير دالة إحصائياً.

تفسير نتائج الفرض الخامس:

لا توجد فروق بين الذكور والإناث فى إدراكهم للإستراتيجيات التي تستخدمها الأمهات معهم لتنظيم انفعالاتهم، وذلك لأن المراهقين والمراهقات أصبحوا فى فترة نمائية تجعلهم على وعي تام بانفعالاتهم وانفعالات أمهاتهم وأكثر استنبصاراً بطرق وأساليب التعامل التي تمارسها الأمهات معهم، وبالتالي يكون من السهل على المراهقين الذكور والإناث التمييز بين الإستراتيجيات الداعمة وغير الداعمة التي تستخدمها معهم الأمهات، ولا سيما عندما تكون الأمهات أنفسهن لديهن صعوبات فى تنظيم الانفعالات، وأوضحت النتائج أنهن يملن إلى استخدام إستراتيجيات غير داعمة (كممارسة العقاب، واللوم، والتجاهل، والتحويل)

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

في تنظيم انفعالات أبنائهن، فهؤلاء الأمهات لا يعرفن كيف يتعاملن مع انفعالاتهن أو انفعالات أبنائهن، فهن يفقدن إلى الطرق المناسبة في تنظيم الانفعالات، وبالتالي ينعكس ذلك بالسلب على الأبناء ذكوراً وإناً خاصةً حين يكون الأبناء في مرحلة المراهقة المبكرة، فهذه المرحلة - نظراً لطبيعتها الانفعالية الحساسة وما تمر به من انفعالات حادة وصراعات وأزمات نفسية، وما يعانیه هؤلاء المراهقون من تمرد على السلطة الوالدية - تجعلهم يسعون إلى التحرر والنقد والاستقلالية، كما أن لديهم من الارتقاء العقلي ما يجعلهم قادرين على تحديد وتمييز الإستراتيجيات غير الداعمة التي تمارسها الأمهات معهم، لذلك لا توجد فروق بين الذكور والإناث في إدراكهم للإستراتيجيات غير الداعمة التي تمارسها معهم أمهاتهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات السابقة التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور ومتوسطات درجات الإناث على مقياس تنظيم الانفعال (إعادة التقييم المعرفي، وقمع التعبير الانفعالي) (مظلوم، ٢٠١٧)، كما أشارت نتائج بعض الدراسات السابقة إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في إستراتيجيات تنظيم الانفعال" (يعقوب ٢٠١١، عبد الهادي ٢٠١٢، وحسيب ٢٠١٢).

٦ - نتائج الفرض السادس: والذي ينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات على الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء ".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات و الانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء لكل من منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات، و كذلك حساب قيم " ت " و كانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٢٢) يوضح الفروق بين منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء

مستوى الدلالة	قيمة ت	ع	م	ن	صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات	البعد
دالة عند مستوى ٠,٠١	٤,٠٥	٤,٧١	٢٤,٧٠	٦٤	منخفض	الوعي الانفعالي
		٣,٨٩	٢١,٦١	٦٤	مرتفع	
دالة عند مستوى ٠,٠١	٢,٨١	٣,٤٢	٢٠,٧٧	٦٤	منخفض	إدارة الذات الانفعالية
		٤,٣٦	١٨,٨١	٦٤	مرتفع	
دالة عند مستوى ٠,٠١	٥,٨٢	٢,٣٥	٢٦,٧٢	٦٤	منخفض	الوعي الاجتماعي
		٤,٦٠	٢٢,٩٥	٦٤	مرتفع	
دالة عند مستوى ٠,٠١	٣,٩٨	٣,٨٧	٢٥,٠٨	٦٤	منخفض	إدارة الذات الاجتماعية
		٤,٠٧	٢٢,٢٨	٦٤	مرتفع	
دالة عند مستوى ٠,٠١	٤,٢٣	٣,٤١	٢٣,٨٤	٦٤	منخفض	التوكيدية
		٣,٣٢	٢١,٣٣	٦٤	مرتفع	
دالة عند مستوى ٠,٠١	٦,١٤	١٠,٧١	١٢١,١١	٦٤	منخفض	الدرجة الكلية
		١٤,٩٦	١٠٦,٩٨	٦٤	مرتفع	

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات في جميع أبعاد الكفاءة الانفعالية والاجتماعية والدرجة الكلية للأبناء حيث كانت جميع قيم "ت" دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لصالح منخفضي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات.

تفسير نتائج الفرض السادس:

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات في جميع أبعاد الكفاءة الانفعالية والاجتماعية والدرجة الكلية للأبناء؛ حيث كانت جميع قيم "ت" دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لصالح منخفضي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات، ويعني ذلك أن أبناء الأمهات اللاتي ترتفع قدرتهن على تنظيم الانفعال قد تفوقوا على أبناء الأمهات الأقل قدرةً على تنظيم الانفعال في الدرجة الكلية للكفاءة الانفعالية والاجتماعية، وكذلك في كلٍّ من (الوعي الانفعالي، وإدارة الذات الانفعالية، والوعي الاجتماعي، وإدارة الذات الاجتماعية، والتوكيدية)، فالأمهات اللاتي يعانين من صعوبة في تنظيم الانفعال يكون لديهن في الغالب ضعف في القدرة على التحكم في السلوكيات الاندفاعية، مما يترتب عليه صعوبات في الأبعاد المختلفة لتنظيم الانفعال، مما يؤثر بالسلب على انفعالات أبنائهن، وكذلك على قدرتهن الاجتماعية؛ حيث يظهر لدى تلك الأمهات ضعف في القدرة على التعبير عن انفعالاتهن، وكذلك ضعف في القدرة على فهم انفعالات الآخرين، كما تضعف لديهن القدرة على تنظيم العمليات الداخلية المسؤولة عن مراقبة وتعديل انفعالاتهن، علاوة على أنهن يكنّ رافضات لاستجاباتهن الانفعالية وغير راضيات عنها، كما يعانين من عدم القدرة على التحكم في سلوكياتهن الاندفاعية، بالإضافة إلى عدم قدرتهن على استخدام إستراتيجيات مناسبة لتنظيم انفعالاتهن بمرونة في المواقف المختلفة، ويترتب على كل تلك الصعوبات التي تعاني منها هؤلاء الأمهات تعاملهن مع أبنائهن بطرق سلبية تجعلهن ينفعلن عليهم بشكل مبالغ فيه نظراً لعدم قدرتهن على التحكم في انفعالاتهن، كما أنهن يفقدن التواصل الجيد مع أبنائهن نتيجةً لإخفاقهن في استخدام الإستراتيجيات المناسبة لمواقف التفاعل المختلفة التي يمررن بها معهم.

ونظراً لأن الأم تمثل القدوة أو النموذج لأغلب الأبناء فإن عدم قدرة الأم على تنظيم انفعالاتها يجعل الأبناء ينشئون غير قادرين على ذلك أيضاً، مما ينعكس على كفاءتهم الانفعالية والاجتماعية؛ فيصعب عليهم الوعي بانفعالاتهم، فيصبح الابن غير قادر على إدراك انفعالاته وانفعالات الآخرين، وغير مهتم بإظهار تلك الانفعالات بأسلوب مناسب للموقف الذي يمر به، مما ينعكس على تفاعله اجتماعياً مع من حوله، كما يصعب عليه ضبط انفعالاته وإظهار سلوكيات تتناسب مع انفعالات الآخرين في المواقف المختلفة، وعدم قدرته على التعاطف معهم؛ مما يترتب عليه مشكلات في التفاعل بينه وبين الآخرين، كما تؤدي الأساليب الحادة والقاسية التي تتعامل بها الأم مع الابن إلى عزوف الابن عن التواصل مع الآخرين؛ حيث يفقد الدافع في التعامل مع الآخرين أو مشاركتهم في الأنشطة المختلفة، كما تُعوق تلك الأساليب غير التكميلية التي تستخدمها الأمهات مع الأبناء - كاللوم والحدة والقسوة والإشعار الدائم بالذنب - نمو التوكيدية لدى الابن؛ حيث ينشأ الابن غير قادر على المطالبة بحقوقه أو الدفاع عنها، ويميل إلى سلوك المسابرة والخضوع؛ ويصبح غير قادر على التعبير عن مشاعره أو آرائه بحرية.

هذا على عكس ما تقوم به الأمهات اللاتي ترتفع لديهن القدرة على تنظيم الانفعالات؛ حيث تزيد قدرتهن على فهم انفعالاتهن، والتعبير السليم عنها، واختيار إستراتيجيات التعامل المناسبة في تنظيم انفعالاتهن وانفعالات أبنائهن مما ينعكس على القدرة الانفعالية لهؤلاء الأبناء ويؤثر على تفاعلهم اجتماعياً مع المحيطين

بهم، ونظرًا للدور الذي تلعبه الأم كقدوة لأبنائها فإنه من الطبيعي أنه عندما ترتفع قدرة الأم على تنظيم انفعالاتها يكتسب الأبناء أيضًا هذه السمة، مما ينعكس على كفاءتهم الانفعالية والاجتماعية؛ حيث يصبح الابن واعيًا بانفعالاته قادرًا على إدراك انفعالاته وانفعالات الآخرين، حريصًا على إظهار انفعالات مناسبة للمواقف التي يمر بها، ومتعاطفًا مع الآخرين، ولا شك أن ذلك ينعكس على تفاعله اجتماعيًا مع من حوله، فقدرته على ضبط انفعالاته وإظهار سلوكيات تتناسب مع انفعالات الآخرين في المواقف المختلفة وتعاطفه معهم يترتب عليه علاقات اجتماعية ناجحة مع من حوله. كما تؤدي الأساليب الداعمة التي تتعامل بها الأم مع الابن إلى اكتساب الثقة في الآخر، فينجح في التواصل مع الآخرين بشكل جيد، فيبادئ بتكوين علاقات مع الآخرين، ويسعى إلى مشاركتهم في الأنشطة المختلفة، كما أن تلك الأساليب الداعمة من شأنها تشجيع نمو التوكيدية لدى الابن؛ حيث ينشأ قادرًا على المطالبة بحقوقه والدفاع عنها، كما تجعله قادرًا على التعبير عن مشاعره وآرائه بحرية ودون تفيد بآراء الآخرين.

ولا شك أن قدرة الأم على تنظيم انفعالاتها يؤثر بشكل واضح في تنشئة أبنائها انفعاليًا؛ فعندما تتصف الأم بالاتزان الانفعالي ويكون لديها القدرة على التحكم في انفعالاتها فإنه من الطبيعي أنها سوف تتعامل مع انفعالات أبنائها بشكل يختلف عن الأم التي تفقد القدرة على التحكم في انفعالاتها، فتنظيم الأم لانفعالاتها أمر بالغ الأهمية لتعزيز الصحة الاجتماعية والانفعالية بين الأطفال والمراهقين.

ويوضح (Besharat, 2014) أن الأشخاص الذين لم يتم التعامل بشكل جيد مع انفعالاتهم أثناء مرحلة الطفولة والذين تم إجبارهم على كبت هذه الانفعالات غالبًا ما يعانون من صعوبات في تنظيم انفعالاتهم عندما يكبرون.

ويلاحظ من خلال ما أشار إليه (Besharat, 2014) من نتائج يتفق مع نتائج الفرض الحالي والتي توضح أن هناك فروقًا في الكفاءة الانفعالية الاجتماعية بين أبناء الأمهات اللاتي يمتلكن القدرة على تنظيم انفعالاتهن وأبناء الأمهات اللاتي يعانين من صعوبة في تنظيم انفعالاتهن لصالح أبناء الأمهات اللاتي لديهن القدرة على تنظيم انفعالاتهن بشكل جيد.

ويتفق مع ذلك (Monteparocci, Codispoti, Baldaro & Rossi, 2004)؛ حيث يشيرون إلى أن التربية غير السوية للأطفال تؤدي إلى ظهور أنماط تعلق غير آمنة لديهم، وهذه الأنماط غير الآمنة من شأنها إعاقة نمو مهارات التنظيم الانفعالي الفعال لدى هؤلاء الأطفال مما ينعكس على الجوانب الانفعالية والاجتماعية لديهم.

ويدعم ذلك تفسير النظرية الاجتماعية لقدرة الفرد على تنظيم انفعالاته في ضوء التفاعل بين الأفراد، ومدى توافر النموذج أو القدوة التي يحاكيها الفرد في تنظيم انفعالاته، فهي تعتبر أن تنظيم الانفعال مهارة يمكن إكسابها للطفل من خلال تفاعله مع الآخرين خاصةً خلال مراحل الطفولة المتوسطة والمتأخرة والمراهقة؛ إذ إن هذا التفاعل يؤدي لدى الفرد العديد من الانفعالات الإيجابية والسلبية، وعليه أن يضبط تلك الانفعالات ويتحكم فيها من أجل نجاح علاقاته الاجتماعية (Warfiled, 2012). ولعل هذا التفسير يدعم نتائج الفرض الحالي الذي يشير إلى أن الأمهات اللاتي يتمتعن بقدرة على تنظيم الانفعال يُنشئن أبناءً يتمتعون بكفاءة انفعالية اجتماعية تفوق كفاءة أقرانهم من أبناء الأمهات الأقل قدرةً على تنظيم الانفعال؛ حيث ينجح

في إكساب أبنائهم مهارة التنظيم الانفعالي من خلال ممارستهم لتلك المهارة والتي يكتسبها الأبناء عن طريق عملية النمذجة التي تشير إليها النظرية الاجتماعية.

كما أن الأفراد الذين يتمتعون بالكفاءة الاجتماعية يعرفون كيف يتحكمون في مشاعرهم جيدًا، وهم الذين يقرءون بكفاءة مشاعر الناس الآخرين ويحسنون التعامل معها، ويكون لهم سبق والتفوق في أي مجال من مجالات الحياة بدءًا من مجال العلاقات العاطفية والحميمة إلى الالتزام بالقواعد غير المكتوبة التي تحكم النجاح في أية مؤسسة، ولا تُعد القدرة على إنشاء العلاقات وتنميتها والحفاظ عليها مهارة لازمة للنجاح فقط، ولكنها مهارة ضرورية بوجه عامٍ نظرًا لارتباطها بالصحة الجسمية والصحة النفسية" (الأعصر، كفاي، ٢٠٠٠). ولا شك أن هذه المهارات هي المهارات التي يمكن أن يكتسبها الأبناء من أمهاتهم القادرات على التنظيم الانفعالي الجيد عن طريق النمذجة.

ويتفق مع ذلك (Rugancı & Gençöz, 2010) حيث يشير إلى أن إستراتيجيات تنظيم الانفعال تنمو لدى الفرد منذ مراحل الطفولة المبكرة من خلال علاقاته التفاعلية مع والديه أو مع القائمين على رعايته، وقد تتحسن تلك الإستراتيجيات أو تتدهور تبعًا للمحيط الاجتماعي الذي يعيش وينمو فيه، وأنه يمكن الاستدلال على وجود مشكلة في هذه الإستراتيجيات من خلال ظهور بعض السلوكيات غير المتوافقة، كما أن محاولات تنظيم الفرد لانفعالاته وخصوصًا السلبية يؤدي إلى الوصول إلى سلوك متوافق اجتماعيًا، ولا شك أن الأم تعد أهم عناصر المحيط الاجتماعي للفرد نظرًا لكونها أكثر تلك العناصر احتكاكًا وتأثيرًا في سلوك الأبناء.

فأسلوب المعاملة الوالدية يلعب دورًا كبيرًا في تطور الطفل من الناحية الانفعالية والاجتماعي؛ حيث تحدد الممارسات والأداءات الوالدية درجة الكفاءة الاجتماعية التي يمكن أن يصل إليها الطفل، ويذكر (Baumrind, 1991; Weiss & Schwartz, 1996) أن الدراسات التي اعتمدت على إجراء مقابلات مع الوالدين وعلى التقارير الذاتية للطفل تشير إلى أن الآباء الذين يمارسون أسلوب المعاملة الوالدية الحازم الديمقراطي كان أبنائهم اجتماعيين ومشاركين بشكل واضح في مرحلتهم الطفولة والمراهقة بشكل أكبر من أقرانهم الذين استخدم معهم آباؤهم أساليب معاملة سلبية مثل الإهمال أو التساهل أو التسلط.

كما يتفق مع ذلك (Baumrind, 1991)؛ حيث يذكر "أن أساليب التنشئة الاجتماعية التي يمارسها الوالدان في تربية أبنائهم تؤثر في تطور الكفاءة الاجتماعية للأبناء، فالمساندة والدفء والتعاطف والدعم الوالدي والضبط الوالدي تسهم بدور فعال في تحسين أداء الطفل وفي الكفاءة الاجتماعية والأكاديمية والنمو النفسي وحل المشكلة، كما أن ضبط الوالدين لسلوك أبنائهم وفقًا للأنماط الوالدية المختلفة وأساليب التنشئة الوالدية جميعها تسهم في الكفاءة الاجتماعية للأبناء".

٧ - نتائج الفرض السابع: والذي ينص الفرض السابع على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات في إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء".

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثتان بحساب المتوسطات و الانحرافات المعيارية لإستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء لكل من منخفضى ومرتفعى صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات ، و كذلك حساب قيم " ت " و كانت النتائج كما بالجدول التالى:

جدول (٢٣) يوضح الفروق بين منخفضى ومرتفعى صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات فى إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء

البعد	صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات	ن	م	ع	قيمة ت	مستوى الدلالة
العقاب	منخفض	٦٤	١١,٤٨	١,٧٩	١١,٩١	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٨,٨٨	٤,٦٣		
اللوم	منخفض	٦٤	١٣,٩١	٢,٨٩	٨,٠٣	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٩,٨٦	٥,١٧		
التجاهل	منخفض	٦٤	١١,١١	١,٥٤	١١,٨٣	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٩,٢٧	٥,٣٠		
التحويل	منخفض	٦٤	١١,٤٥	١,٧٠	١٢,٠٨	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٩,٥٦	٥,٠٩		
استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية ككل	منخفض	٦٤	٤٧,٩٥	٥,٨٥	١٣,٥	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	٧٧,٥٦	١٦,٥٤		
أساليب تشجيعية	منخفض	٦٤	٢٦,٣٤	٤,٥٢	٨,٢٨	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٨,٤٥	٦,١٥		
التهوين والتهدة	منخفض	٦٤	٢٧,٠٨	٦,٠٥	٧,٣٦	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٩,٨٠	٥,١٠		
أساليب متمركزة حول المشكلة	منخفض	٦٤	٢٧,١٩	٣,٥٠	٨,٩٣	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٩,٠٨	٦,٣٦		
أساليب متمركزة حول الانفعال	منخفض	٦٤	٢٧,٠٠	٣,٧٩	٩,٧٠	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٩,٤٨	٤,٩١		
أساليب تجاوز الانفعالات السلبية	منخفض	٦٤	٢٨,٠٦	٣,١١	١٠,٢	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	١٩,٣١	٦,١٢		
استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية ككل	منخفض	٦٤	١٣٥,٦٧	١٦,٠٩	١٠,٥٩	دالة عند مستوى ٠,٠١
	مرتفع	٦٤	٩٦,١٣	٢٥,١٦		

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضى ومرتفعى صعوبات تنظيم الانفعال من الأمهات فى إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء حيث كانت جميع قيم "ت" دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ لصالح الأمهات منخفضى صعوبات تنظيم الانفعال مع إستراتيجيات إدارة انفعالات الابناء

الإيجابية (الداعمة). في حين أن الفروق كانت لصالح الأمهات مرتفعى صعوبات الانفعال مع استراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء السلبية (غير الداعمة)

تفسير نتائج الفرض السابع

تشير هذه النتيجة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأمهات مرتفعت صعوبات تنظيم الانفعال والأمهات منخفضة صعوبات تنظيم الانفعال في استخدام إستراتيجيات إدارة الانفعالات، وبالرجوع إلى الجدول السابق يتضح أن الأمهات مرتفعت صعوبات تنظيم الانفعال كن أكثر استخداماً للإستراتيجيات السلبية لإدارة انفعالات أبنائهم، وهي إستراتيجيات (العقاب، اللوم، التجاهل، التهويل)، وكذلك في الدرجة الكلية للإستراتيجيات السلبية لإدارة الانفعالات، كما يتضح أيضاً أن الأمهات منخفضة صعوبات تنظيم الانفعال كن أكثر استخداماً للإستراتيجيات الإيجابية في إدارة انفعالات أبنائهم، وهي إستراتيجيات (الأساليب التشجيعية، والتهنئة، والأساليب المتمركزة حول المشكلة، والأساليب المتمركزة حول الانفعال، وأساليب تجاوز الانفعالات السلبية)، وكذلك في الدرجة الكلية للإستراتيجيات الإيجابية لإدارة الانفعالات.

وبذلك تكون الأمهات منخفضة صعوبات تنظيم الانفعال أكثر استخداماً للإستراتيجيات الإيجابية وأقل استخداماً للإستراتيجيات السلبية في إدارة انفعالات أبنائهم، في حين أن الأمهات مرتفعت صعوبات تنظيم الانفعال أكثر استخداماً للإستراتيجيات السلبية وأقل استخداماً للإستراتيجيات الإيجابية في إدارة انفعالات أبنائهم.

وترى الباحثتان أن تلك الفروق يمكن إرجاعها إلى اختلاف مستوى صعوبات تنظيم الانفعالات لدى الأمهات، فالأمهات اللاتي يعانين من درجة مرتفعة من صعوبات تنظيم الانفعال ويعانين بالتبعية من صعوبات في استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال قد يتجهن إلى استخدام بعض الإستراتيجيات السلبية كإستراتيجيات اللوم والتجاهل والتهويل، ومن ثم يتجه الأبناء إلى محاكاة أسلوب الأم فيستخدمون نفس الإستراتيجيات السلبية في إدارة انفعالاتهم، فالأم التي يتسم أسلوبها بالعصبية والتوتر والقلق الزائد في التعامل مع أبنائها غالباً ما تظهر في سلوكيات الأبناء أساليب مشابهة لتلك الأساليب التي تستخدمها الأم.

أما الأمهات اللاتي يمتلكن القدرة على تنظيم الانفعالات فإنهن يكن أكثر قدرة على استخدام إستراتيجيات مناسبة لتنظيم انفعالات أبنائهن وخاصةً مع الانفعالات السلبية؛ حيث تستخدم الأم أساليب تشجيعية وتحاول تهدئة أبنائها عند مواجهة أية مشكلات، وتعمل على التهوين من تلك المشكلات التي تقابلهم، وقد يكون في استخدامها لهذه الأساليب تدريب للأبناء على ممارسة أساليب مماثلة، حيث تشير نتائج الدراسات السابقة إلى أن النمو الانفعالي والاجتماعي يتأثر خلال السنوات الأولى من عمر الطفل بالجو الأسري العام، وكذلك بالعلاقات الاجتماعية داخل الأسرة وخارجها، كما يتأثر أيضاً باتجاهات الوالدين نحو الطفل وأساليب تنظيم الانفعالات التي يستخدمونها مع الأبناء. ويوضح ذلك (Thompson, 1994) من خلال النموذج الذي قدمه لتنظيم الانفعالات، فيشير إلى أن عملية تنظيم الانفعالات تتضمن تقوية الانفعال أو إضعافه ومنعه، وهناك عدة مهارات يجب توافرها لدى الفرد حتى يصبح قادراً على تنظيم انفعالاته، وهذه المهارات تتأثر بالآخرين، كما أنها تنمو وتتطور من خلال علاقته بهم، فعلى سبيل المثال: تنمو انفعالات الفرد في مرحلة الطفولة من خلال علاقته بوالديه؛ حيث يبذل الآباء جهداً كبيراً في ملاحظة وتفسير انفعالات أبنائهم الصغار، وهم بذلك يقومون بتنظيم انفعالات هؤلاء الأبناء، ومع تقدم الأبناء في العمر

وزيادة نضجهم يبدأ الآباء في استخدام أسلوب التدخل المباشر وغير المباشر بهدف الحفاظ على صحة أبنائهم الانفعالية من ناحية، ومن ناحية أخرى بهدف تعديل تلك الانفعالات بما يتوافق مع البيئة الثقافية التي ينتمون إليها، فعلاقة الوالدين بأبنائهم وكذلك العلاقات الاجتماعية مع الأشخاص المقربين تؤثر على قدرة هؤلاء الأبناء على تنظيم انفعالاتهم وعلى الإستراتيجيات التي يكتسبونها من خلال تلك العلاقات، وعادة ما يستخدم الآباء والمربون أساليب معينة للتحكم في انفعالات الصغار، ومنها التعاطف، والتقليل من حجم المشكلة، واستخدام أسلوب الفكاهة في المواقف الصعبة، ويتفق مع هذا ما أشار إليه Rugancı & (Gençöz, 2010) من أن إستراتيجيات تنظيم الانفعال تنمو لدى الفرد منذ مراحل الطفولة المبكرة من خلال علاقاته التفاعلية مع والديه أو مع القائمين على رعايته، وقد تتحسن تلك الإستراتيجيات أو تتدهور تبعاً للمحيط الاجتماعي الذي يعيش وينمو فيه.

ويدعم ذلك ما أظهرته نتائج دراسات (Rittenhouse, 2015؛ Eric LaBass, 2016؛ Danli؛ Li et al, 2019؛ Cheung, 2020) من أن صعوبات تنظيم الانفعال والتي تتضمن صعوبات استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال لدى الأمهات ترتبط وتؤثر على صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء ولدى الأبناء المراهقين.

٨ - نتائج الفرض الثامن: الذي ينص على أنه " يمكن التنبؤ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء من خلال صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء".
وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد بطريقة stepwise و الجداول التالية توضح ما توصل إليه الباحثان من نتائج :

يوضح الجدول التالي تحليل تباين الانحدار لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء) على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية:

جدول (٢٤) تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء) على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	R ²	نسبة التباين
الانحدار	١٦٨٦٥,٩٤	٤	٤٢١٦,٤٩	٤٩,٤٤	دالة عند ٠,٠١	٤٣٢,٠	٤٣,٢%
البواقي	٢٢١٧٤,١٩	٢٦٠	٨٥,٢٩				
الكل	٣٩٠٤٠,١٤	٢٦٤					

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الفائية لتحليل التباين للمتغيرات المستقلة (أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء) على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية كانت دالة عند ٠,٠١ . بإسهام نسبي لهذه المتغيرات بلغ ٤١,٣% ، ويوضح الجدول التالي مدى تأثير المتغيرات المستقلة على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية .

جدول (٢٥) يبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات و إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية)

المتغيرات	معاملات الانحدار B	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثابت	١١٣,٢٣	٦,٠١		١٨,٨٤	دالة عند ٠,٠١
أساليب متمركزة حول الانفعال	٠,٩	٠,١٦	٠,٣٦	٥,٧٨	دالة عند ٠,٠١
التجاهل	٠,٥١-	٠,١٨	٠,٢-	٢,٨٩-	دالة عند ٠,٠١
صعوبات استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال	٠,٢٩-	٠,١٢	٠,١٣-	٢,٣٩-	دالة عند ٠,٠١
اللوم	٠,٣٦-	٠,١٦	٠,١٣-	٢,٣-	دالة عند ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن بعض أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (صعوبات استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال) و إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء التي يمكن أن تتنبأ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية كانت (أساليب متمركزة حول الانفعال، والتجاهل، واللوم) ، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي

$$\text{الكفاءة الانفعالية والاجتماعية} = ٠,٩ \times (\text{أساليب متمركزة حول الانفعال}) - ٠,٥١ \times (\text{التجاهل}) - ٠,٢٩ \times (\text{صعوبات الاستخدام}) - ٠,٣٦ \times (\text{اللوم}) + ١١٣,٢٣.$$

تفسير نتائج الفرض الثامن

يتضح من الجدول السابق أن بعض أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (صعوبات استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال) وبعض إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (الإستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال، والتجاهل، واللوم) يمكن أن تُنبئ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء، وتشير نتائج هذا الفرض إلى أن جميع أبعاد صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات لم تنبئ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية باستثناء بُعد واحد هو صعوبة استخدام إستراتيجيات تنظيم الانفعال؛ حيث إن الصعوبات التي تواجه الأمهات في الوصول إلى إستراتيجيات مناسبة لتنظيم انفعالاتهن تنبئ بانخفاض الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للمراهقين، وقد يرجع ذلك إلى أن استخدام الأمهات لإستراتيجيات غير مناسبة في التعامل مع انفعالاتهن السلبية يؤثر على توافقهن النفسي وينعكس على أساليب تعاملهن مع انفعالات الأبناء، فهن يفقدن الإستراتيجيات المناسبة للتعامل مع تنظيم انفعالاتهن، لذلك من السهل عليهن استخدام نفس الأساليب والإستراتيجيات غير المناسبة في التعامل مع انفعالات أبنائهن السلبية.

وهذا ما أوضحه الجزء الثاني من نتائج هذا الفرض؛ حيث أشار إلى أن إستراتيجيات إدارة الانفعال على الرغم من ارتباطها بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء المراهقين إلا أنها لم تنبئ بالكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء باستثناء ثلاث إستراتيجيات وهي: (إستراتيجية التمركز حول الانفعال- التجاهل - اللوم)؛ حيث أشارت النتائج إلى أن إستراتيجية التمركز حول الانفعال تنبئ بارتفاع الكفاءة الانفعالية والاجتماعية

للأبناء المراهقين؛ في حين أن إستراتيجيتي التجاهل واللوم تنبئان بانخفاض الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للأبناء.

وقد يرجع ذلك إلى طبيعة مرحلة المراهقة وحساسية المراهق وارتقاء وعيه الانفعالي والاجتماعي الذي يجعله قادرًا على تقييم ونقد الطرق والإستراتيجيات التي تمارسها الأمهات مع انفعالاته السلبية، لذلك عندما تستخدم الأم إستراتيجيات غير داعمة أو سلبية مع انفعالات المراهق نجده يتقبل أو يرفض أساليب وطرق تعامل الأم معه إلا أن انفعالاته السلبية تجعله مستسلمًا ومضطربًا لقبول إستراتيجيات الأمهات في التعامل مع انفعالاته.

كما أن طبيعة مرحلة المراهقة وما يمر به المراهق من صراعات وأزمات نفسية تجعله يحتاج إلى من يشاركه ويفهم موقفه ويتقبل انفعالاته ويفهمها كما هي ويشجعه على التعبير عنها، لذا جاءت الإستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال منبئة بالكفاءة الانفعالية الاجتماعية، وممارسة هذه الإستراتيجيات مع الأبناء في مرحلة المراهقة تعطي لهم الثقة في التعبير بحرية عن انفعالاتهم حتى وإن كانت سلبية؛ لأنها ستجد من يحتويها ويفهمها، مما يسهم في تحسين توكيدية المراهقين.

أما إستراتيجيتا التجاهل واللوم فإنهما تنبئان بانخفاض الكفاءة الانفعالية الاجتماعية، وتعني (إستراتيجية التجاهل) إهمال انفعالات الابن ومعاملته على أنه لا يستحق الاهتمام بشخصه أو بانفعالاته، ويتم قياسها من خلال إدراك الأبناء لها، وهذا يعني أن الابن يشعر بهذا التجاهل والإهمال الذي تمارسه الأم معه، وتعني (إستراتيجية اللوم) استخدام أساليب التأنيب والنقد والسخرية في التعامل مع انفعالات الأبناء السلبية، ويتم قياسها أيضًا من خلال إدراك الأبناء لها، وهذا يعني شعور الأبناء بالذنب لإحساسهم بأنهم يمثلون ضغطًا وعبئًا على أسرهم، وهذه المشاعر تكفي لأن يقمع المراهق انفعالاته ولا يعبر عنها؛ لأنه لا يجد من يسمعه ويهتم به، أو لأنه سيجد من يوجه له اللوم الذي يُشعره بالذنب وأنه سبب في إجهاد الأسرة، وبالطبع فإن قمع هذه الانفعالات سوف يؤدي إلى عدم سيطرته أو إدارته انفعالاته وسوف يؤثر على توكيدته مما ينعكس على إدارته لذاته الاجتماعية وبالتالي يخفض من كفاءته الانفعالية الاجتماعية.

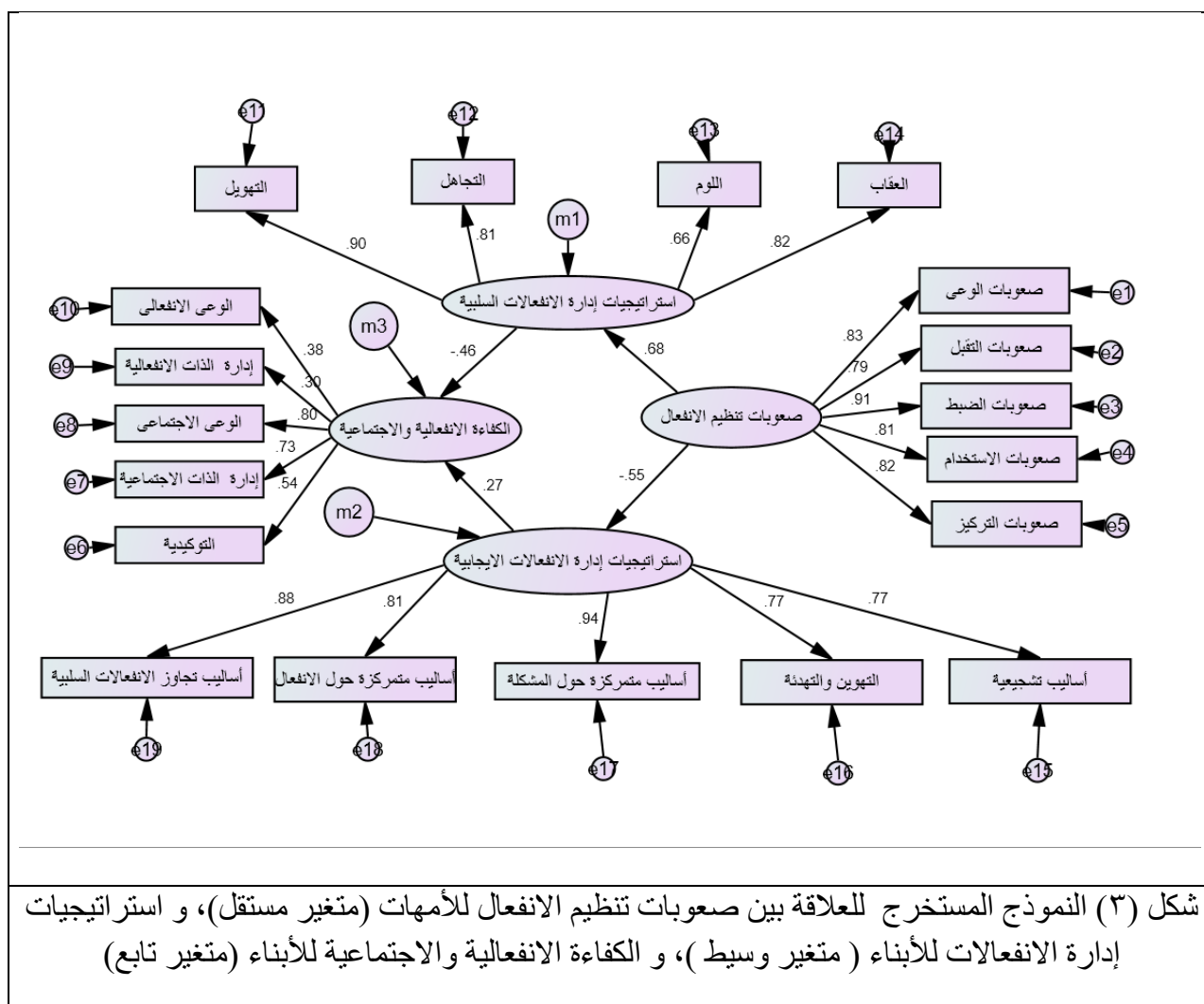
وقد دعمت نتائج الدراسات السابقة هذه النتيجة؛ حيث أشارت نتائج بعض الدراسات إلى وجود علاقة موجبة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفية لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفية لدى أبنائهن المراهقين، وأن الآباء أصبحوا أكثر تشجيعًا لأطفالهم على التعبير عن انفعالاتهم السلبية، وأن تدريبهم على استخدام إستراتيجيات لضبط الانفعال ساهم في خفض الإجهاد النفسي لديهم، وأن استجابات التهويل والعقاب مع الانفعالات السلبية للأطفال تزيد من الانفعالات السلبية للأطفال، كما أوضحت وجود علاقة بين الدعم الانفعالي الوالدي والتعاطف والتفهم مع الأطفال، وكذلك وجود علاقة ارتباطية بين أساليب الوالدين القاسية وممارسة الأطفال لقمع انفعالاتهم، وأن الكفاءة الانفعالية للأطفال والتعبير الانفعالي يرتبط إيجابيًا بالأساليب الداعمة للوالدين خاصةً الأساليب التشجيعية، ويرتبط عكسيًا بالأساليب الوالدين غير الداعمة (Fabes, Richar. et al 2002) (Rittenhouse 2015; Eric LaBass2016).

كما أكدت نتائج دراسة (Bariola,E ; Hughes,E & Gullone 2012) أن استخدام الأمهات لإستراتيجية القمع التعبيري كإستراتيجية تنظيم الانفعال للأطفال تنبئ بشكل كبير باستخدام الأبناء

إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

لإستراتيجية القمع لتنظيم الانفعال، وأن إستراتيجيات تنظيم الانفعال في مرحلة الطفولة المتوسطة والمراهقة كانت أكثر ارتباطاً بتنظيم الانفعالات لدى الأمهات.

٩ - نتائج الفرض التاسع: والذي ينص على "تتوسط استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء" أو بمعنى آخر توجد مطابقة للنموذج المقترح للعلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (متغير مستقل) و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (متغير وسيط)، و الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء (متغير تابع). وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام أسلوب نمذجة المعادلة البنائية باستخدام برنامج (AMOS 20) لنمذجة المدخلات أو (المتغيرات المستقلة) وهو صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (متغير مستقل)، و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (متغير وسيط)، و الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء (متغير تابع). ويمكن توضيح هذا النموذج من خلال الشكل التالي :



ويمكن توضيح نتائج النموذج كما يتضح في الجدول التالي والذي يلخص نتائج التحليل الإحصائي لهذا النموذج ومؤشرات حسن المطابقة :

جدول (٢٦) مؤشرات جودة المطابقة للنموذج

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة	المدى المثالي للمؤشر
كا ^٢	٢١٦,٣٩	
مستوى الدلالة	دالة عند ٠,٠١	
درجات الحرية	١٤٨	
النسبة بين كا ^٢ /درجات الحرية	١,٤٦	أقل من ٥
GFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
NFI	٠,٩٣	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
IFI	٠,٩٦	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
CFI	٠,٩٦	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
AGFI	٠,٩١	من (صفر) إلى (١): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى ١ صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج
RMSEA	٠,٠٧	من (صفر) إلى (٠,١): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج

يتضح من الجدول السابق تطابق النموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة، وكانت قيمة كا^٢=٢١٦,٣٩ بدرجات حرية =١٤٨ وهى دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وكانت النسبة بين قيمة كا^٢ / درجات الحرية =١,٤٦ > ٥، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة والتي كانت في مداها المثالي، وقد حسبت قيمة التأثيرات لمتغيرات الدراسة، ويتضح من الجدول التالي معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس للعلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (متغير مستقل)، و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (متغير وسيط)، و الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء (متغير تابع) :

جدول (٢٧) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس للعلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (متغير مستقل)، و استراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (متغير وسيط)، و الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء (متغير تابع)

علاقات المتغيرات	الوزن الانحداري المعيارية	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
صعوبات تنظيم الانفعال <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية	٠,٦٨	٠,٥٧	٠,٠٥	١١,٠٤	٠,٠١
صعوبات تنظيم الانفعال <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية	٠,٥٥-	٠,٥-	٠,٠٦	٨,١٦-	٠,٠١
استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية <--- الكفاءة الانفعالية والاجتماعية	٠,٤٦-	٠,١٩-	٠,٠٣	٥,٥١-	٠,٠١

استراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأهت والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين

مستوى الدلالة	النسبة الحرجة	خطأ القياس	الوزن الانحداري	الوزن المعياري	علاقات المتغيرات
٠,٠١	٣,٧٢	٠,٠٣	٠,١	٠,٢٧	استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية <--- الكفاءة الانفعالية والاجتماعية
-	-	-	١	٠,٨٣	صعوبات الوعى <--- صعوبات تنظيم الانفعال
٠,٠١	١٤,٩١	٠,٠٥	٠,٧٨	٠,٧٩	صعوبات التقبل <--- صعوبات تنظيم الانفعال
٠,٠١	١٨,٥٢	٠,٠٥	٠,٨٩	٠,٩١	صعوبات الضبط <--- صعوبات تنظيم الانفعال
٠,٠١	١٥,٦٣	٠,٠٦	٠,٨٨	٠,٨١	صعوبات الاستخدام <--- صعوبات تنظيم الانفعال
٠,٠١	١٥,٩١	٠,٠٦	١	٠,٨٢	صعوبات التركيز <--- صعوبات تنظيم الانفعال
-	-	-	١	٠,٥٤	التوكيدية <--- الكفاءة الانفعالية والاجتماعية
٠,٠١	٧,٧٢	٠,٢١	١,٦٤	٠,٧٣	إدارة الذات الاجتماعية <--- الكفاءة الانفعالية والاجتماعية
٠,٠١	٧,٩١	٠,٢١	١,٦٨	٠,٨	الوعى الاجتماعى <--- الكفاءة الانفعالية والاجتماعية
٠,٠١	٤,١	٠,١٥	٠,٦١	٠,٣	إدارة الذات الانفعالية <--- الكفاءة الانفعالية والاجتماعية
٠,٠١	٥,٠١	٠,١٧	٠,٨٧	٠,٣٨	الوعى الانفعالى <--- الكفاءة الانفعالية والاجتماعية
-	-	-	١	٠,٩	التحويل <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية
٠,٠١	١٦,٥٩	٠,٠٥	٠,٨٩	٠,٨١	التجاهل <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية
٠,٠١	١٢,١٧	٠,٠٥	٠,٦٦	٠,٦٦	اللوم <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية
٠,٠١	١٧,٠٥	٠,٠٥	٠,٨٨	٠,٨٢	العقاب <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات السلبية
-	-	-	١	٠,٧٧	أساليب تشجيعية <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية
٠,٠١	١٣,٤١	٠,٠٧	٠,٩٨	٠,٧٧	التهوين والتهدة <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية
٠,٠١	١٧,٠٣	٠,٠٧	١,١٥	٠,٩٤	أساليب متمركزة حول المشكلة <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية
٠,٠١	١٤,٢٨	٠,٠٦	٠,٨٧	٠,٨١	أساليب متمركزة حول الانفعال <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية
٠,٠١	١٥,٧٤	٠,٠٧	١,٠٥	٠,٨٨	أساليب تجاوز الانفعالات السلبية <--- استراتيجيات إدارة الانفعالات الايجابية

وتشير نتائج الجدول السابق إلى:

أولاً : بالنسبة للمسار من صعوبات تنظيم الانفعال للأهت (كمتغير مستقل) إلى الاستراتيجيات السلبية لإدارة الانفعالات للأبناء (كمتغير وسيط)

يوجد تأثير موجب دال إحصائياً لمتغير صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات على الاستراتيجيات السلبية لإدارة انفعالات الأبناء، حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى ٠,٦٨ وهو دال عند دالة عند ٠,٠١.

ثانياً : بالنسبة للمسار من صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (كمتغير مستقل) إلى الاستراتيجيات الإيجابية لإدارة الانفعالات للأبناء(كمتغير وسيط)

يوجد تأثير سالب دال إحصائياً لمتغير صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات على الاستراتيجيات الإيجابية لإدارة انفعالات الأبناء، حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى -٠,٥٥ وهو دال عند داله عند ٠,٠١.

ثالثاً : بالنسبة للمسار من الاستراتيجيات السلبية لإدارة انفعالات الأبناء (كمتغير وسيط) إلى الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء(كمتغير تابع)

يوجد تأثير سالب دال إحصائياً لمتغير الاستراتيجيات السلبية لإدارة الانفعالات على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء، حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى -٠,٤٦ وهو دال عند داله عند ٠,٠١.

رابعاً : بالنسبة للمسار من الاستراتيجيات الإيجابية لإدارة انفعالات الأبناء (كمتغير وسيط) إلى الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء (كمتغير تابع)

يوجد تأثير موجب دال إحصائياً لمتغير الاستراتيجيات الإيجابية لإدارة انفعالات الأبناء على الكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء، حيث بلغ الوزن الانحدارى المعيارى ٠,٢٧ وهو دال عند داله عند ٠,٠٥.

تفسير نتائج الفرض التاسع

تشير نتيجة الدراسة إلى أن إستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء تتوسط العلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء، أو بمعنى آخر: توجد مطابقة للنموذج المقترح للعلاقة بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات (كمتغير مستقل) وإستراتيجيات إدارة الانفعالات للأبناء (كمتغير وسيط)، والكفاءة الانفعالية والاجتماعية للأبناء (كمتغير تابع).

وتؤكد هذه النتيجة نتائج الفروض الثلاثة الأولى التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات، وإستراتيجيات إدارة الانفعال، والكفاءة الانفعالية والاجتماعية.

ويمكن تفسير ذلك بشكل عامّ بأن المناخ الانفعالي الأسري المليء بالحب والدفء النفسي والاحتواء والتفهم هو مناخ صحي يساعد في نمو أبناء أصحاب نفسياً، "فدرجة الحرارة الانفعالية تتطلب توازناً في حدود في المحيط البيئي الاجتماعي للفرد، وذلك حرصاً على صحة الفرد النفسية. إن برودة الطقس قد لا تؤثر في حياة الطفل بقدر ما تؤثر فيه برودة الانفعالات التي يستشعرها فيمن يعاملونه، وإذا انخفضت درجة حرارة الانفعالية بدرجة لا يتحملها الفرد فإنه قد يتبلد" (زهران، ١٩٩٠)، وكذلك فإن المناخ الانفعالي الأسري المليء بالصعوبات الانفعالية - خاصةً إذا كانت الأمهات هن اللاتي يعانين من صعوبات في الوعي أو التحكم في الانفعالات وصعوبات في استخدام الإستراتيجيات الداعمة التي تساعدن في إدارة انفعالات أبنائهن - سوف يؤثر على أساليب تعامل الأمهات مع انفعالات الأبناء، وسوف ينعكس ذلك على كفاءتهم الانفعالية والاجتماعية.

فالأمهات اللاتي يستخدمن إستراتيجيات غير داعمة أو تكيفية مع انفعالات أبنائهن السلبية ويصعب عليهن استخدام إستراتيجيات داعمة ينعكس ذلك على أبنائهن، فيستخدمون إستراتيجيات غير داعمة مع أنفسهم لتنظيم انفعالهم، وربما يرجع ذلك إلى أنهم لم يجدوا النموذج والقوة التي يتعلمون منها تنظيم انفعالهم، وإنما كانت الأمهات نموذجًا لتعلم صعوبات تنظيم الانفعال.

فعلى الرغم من أن مرحلة المراهقة حدث بها ارتفاع في النمو المعرفي انعكس على إدراكهم وتفكيرهم في أنفسهم وانفعالهم وفي انفعالات الآخرين ترتب عليه تطور في الكفاءة الانفعالية من وعي وفهم وتمييز وتقييم للحالات الانفعالية المختلفة إلا أن وجود صعوبات في تنظيم الانفعال لدى الأمهات جعل الأبناء على وعي وفهم وتقييم لهذه الصعوبات الانفعالية للأمهات، بل قد يتطور الأمر إلى نقد ورفض وتمرد على الأمهات وعلى ممارساتهن وإستراتيجياتهن الانفعالية، وهذا المناخ الانفعالي المليء بالصراعات الانفعالية يؤثر في إدارة المراهق لذاته الانفعالية والاجتماعية، وبالتالي فإنه يؤثر في كفاءته الانفعالية الاجتماعية.

وتدعم الدراسات السابقة نتيجة هذه الفرضية؛ حيث أشارت نتائج دراسة (Seddon, et al (2020) إلى أن صعوبات تنظيم الانفعال للوالدين هي التي تؤثر بالسلب على التنشئة الاجتماعية للانفعال عن طريق زيادة التنشئة الاجتماعية الانفعالية غير الداعمة، وتلعب التنشئة الاجتماعية الانفعالية للوالدين دورًا مهمًا في انتقال صعوبات تنظيم الانفعال من الآباء إلى الأبناء؛ حيث إن ممارسات التنشئة الاجتماعية الانفعالية الوالدية غير الداعمة لها علاقة بزيادة صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء.

وكذلك دراسة (Cheung.(2020) التي أظهرت نتائجها أن صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأمهات ترتبط وتؤثر على صعوبات تنظيم الانفعال لدى الآباء والمراهقين.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة قام بها (Fabes, Richar. et al (2002) ؛ حيث أشارت نتائجها إلى أن الآباء عندما يستجيبون بطرق وأساليب داعمة مع انفعالات الأطفال السلبية تكون الكفاءة الانفعالية للأطفال مرتفعة؛ حيث تتاح الظروف للأطفال لتحديد انفعالهم والتعبير عنها بشكل جيد أكثر من آباء الأطفال الذين يستخدمون أساليب غير داعمة في التعامل مع انفعالات الأطفال السلبية، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين أساليب الوالدين القاسية وممارسة الأطفال لقمع انفعالهم، وأن الكفاءة الانفعالية للأطفال والتعبير الانفعالي ترتبط إيجابيًا بالأساليب الداعمة للوالدين خاصة الأساليب التشجيعية، وترتبط عكسيًا بالأساليب الوالدية غير الداعمة.

في حين تتفق نتائج الدراسة الحالية جزئيًا مع نتائج دراسة (Rittenhouse (2015) والتي أظهرت وجود علاقة موجبة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفية لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال التكيفية لدى أبنائهن المراهقين، في حين اختلفت مع نتائجها في أنه لا توجد علاقة بين إستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية (قمع التعبير الانفعالي) لدى الأمهات وإستراتيجيات تنظيم الانفعال غير التكيفية لدى أبنائهن المراهقين، وقد يرجع هذا الاختلاف إلى أنه في الدراسة السابقة تم قياس إستراتيجيات تنظيم الانفعال للأمهات والمراهقين من وجهة نظر الأمهات، أما في الدراسة الحالية فقد تم قياسها من وجهة نظر المراهقين.

توصيات البحث:

- تقديم ورش عمل وندوات للأمهات لتدريبهن على كيفية تنظيم إنفعالاتهن والتعامل مع صعوبات تنظيم الانفعال.
- عمل ورش عمل للأمهات لتدريبهن على ممارسة الاستراتيجيات الداعمة في إدارة انفعالات الابناء.
- عمل ورش عمل للطلاب في مرحلة المراهقة لتدريبهم على تنظيم إنفعالاتهم بشكل جيد.
- عمل برامج تدريبية لتحسين الكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين.
- توجيه القائمين على مراكز الارشاد الأسرى لتوجيه برامج إرشادية للوالدين لكيفية تحسين الكفاءة الانفعالية الاجتماعية لأبنائهم المراهقين والتعامل مع صعوبات تنظيم الانفعال لديهم.

بحوث مقترحة:

- برنامج إرشادي لتحسين صعوبات تنظيم الانفعال لدي الأباء وأثره في تنظيم الإنفعال لدى الأبناء.
- برنامج إرشادي لتحسين إستراتيجيات إدارة الإنفعال لدي الأباء وأثره في الكفاءة الإنفعالية الإجتماعية للأبناء المراهقين .
- صعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء المراهقين وعلاقتها بالكفاءة الإنفعالية الاجتماعية لديهم.
- برنامج إرشادي لتحسين صعوبات تنظيم الانفعال لدي الأمهات وأثره في إستراتيجيات إدارة الانفعال لديهن
- برنامج إرشادي لتحسين صعوبات تنظيم الانفعال لدي المراهقين وأثره في الكفاءة الانفعالية الاجتماعية لديهم
- صعوبات تنظيم الانفعال لدي الوالدين وعلاقتها بصعوبات تنظيم الانفعال لدى الأبناء.

المراجع

- المغازى، إبراهيم (٢٠٠٤). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسى لدى طلاب كلية التربية، *دراسات نفسية*، ١٤ (٤). ٤٦٩-٤٩٣.
- الأعسر، صفاء و كفافى علاء (٢٠٠٠). *النكاء الوجدانى*، القاهرة: دار قباء.
- جابر، جابر عبد الحميد (٢٠٠٤). *نحو تعليم أفضل إنجاز أكاديمى و تعليم إجتماعى ونكاء وجدانى*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- جابر، جابر عبد الحميد و كفافى، علاء (١٩٩٣). *معجم علم النفس والطب النفسى*، ج٦، القاهرة: دار النهضة العربية.

- جاسر، محمد زكي. (٢٠١٨). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية. الجامعة الإسلامية بغزة.
- حسيب، عبد المنعم (٢٠١٢). الاستراتيجيات المعرفية في تنظيم الانفعالات وعلاقتها بأعراض القلق والاكتئاب لدى المراهقين والراشدين. *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر،* (١٥١)، ٦٦٢ - ٦٩٣.
- حسين جعفر محسن، & فاطمة ذياب السعدي. (٢٠٢١). الكفاءة الانفعالية لدى طلاب كلية الشرطة العراقية. *المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية،* (٢٤)، ٢٣٦-٢٥٣.
- الخولي، عبد الله محمد (٢٠١٥). استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية و معتقدات دمج الفكر و الكمالية كمنبئات باضطراب التشوه الجسمي لدى عينة من المراهقين. *مجلة كلية التربية، مج.* ٣١، ع. ٤، ١-٨٧.
- رمضان، مصطفى على. (2017). تنظيم الانفعال وعلاقته بالأليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة دراسة سيكومترية كLINIكية براسات عربية في التربية وعلم النفس. 82(82), 141-212, زكريا عبد احمد، & آمال جدوع أحمد. (٢٠١٥). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية،* ٢٢ (١١).
- زهران، حامد (١٩٩٠). *علم نفس النمو "الطفولة والمراهقة" ط٥. القاهرة. عالم الكتب.*
- زهران، حامد (٢٠٠٠). *علم النفس الاجتماعي. القاهرة: عالم الكتب.*
- سعيد عبد الغني سرور، عادل محمود المنشاوي (٢٠١٠): نموذج بنائي للابداع الانفعالي والكفاءة الانفعالية والتفكير الابداعي وأساليب مواجهة الضغوط الدراسية لدى المعلم. *مجلة كلية التربية بدمهور. جامعة الأسكندرية.* ٢(١). ٩٣-١٧٥.
- سليمان عبد الواحد. (٢٠١١). *المرجع في صعوبات التعلم النمائية والأكاديمية والاجتماعية والانفعالية ط١. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.*
- سليمان عبد الواحد. (٢٠١٥). أثر التدريب القائم على الكفاءة الاجتماعية - الانفعالية في خفض الألكسيثيميا والانفعالات الأكاديمية السلبية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس،* ٦١ (٢)، ١٣-٥٦.
- صفحي، محمد يحيى. (2021). *الخوف من استقبال التعاطف من الآخرين كمنبئ بصعوبات تنظيم الانفعال والأعراض الاكتئابية لدى طلبة الجامعة المكفوفين مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية.* (3)29،
- طريف، شوقي (٢٠٠٢). *المهارات الاجتماعية والاتصالية" دراسة وبحوث نفسي"ة، القاهرة: دار الغريب.*
- عبدالعظيم، طه. (2007). *استراتيجيات إدارة الغضب والعدوان. عمان: دار الفكر العربي.*

عبدالهادي، سامر وأبو جدي، أمجد (٢٠١٢). الاستراتيجيات المعرفية الشائعة لتنظيم الانفعالات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية في ضوء متغيرات النوع والجامعة والتخصص. *المجلة التربوية*، ٢(١٠٣)، ٣٠٥ - ٣٥٤.

عراقي، صلاح الدين. (٢٠١٤). فاعلية برنامج تدريبي للوالدين قائم علي تحليل السلوك التطبيقي في تحسين السلوك المشكل لأطفالهم. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٥١(٥١)، ٢١٥-١٨٥.

عراقي، صلاح الدين (٢٠١٢). التنشئة الاجتماعية الانفعالية الوالدية واضطراب القلق لدى الأطفال. *مجلة كلية التربية، جامعة طنطا*، ٤٧ (٣)، ٢٤٢ - ٢٧٧.

فتح الله، محمد محمد. (2020). الدور الوسيط المحتمل للتنظيم الذاتي في العلاقة بين اليقظة العقلية و الاداء الوظيفي والرضا الوظيفي لدى معلمي المرحلة الابتدائية *ALUSTATH JOURNAL FOR HUMAN AND SOCIAL SCIENCES*, 59(1), 24-50.

كفافي، علاء الدين (١٩٩٧). علم النفس الإرتقائي. سيكولوجية الطفولة والمراهقة. القاهرة. مؤسسة الأصالة.

كواسه، عزت عبد الله والسيد، خيرى حسان. (٢٠١١). المناخ الأسري كما يدركه الأبناء وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لدى عينة من طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، ١٤٥، ٥٥ - ٨٩.

حبيب، مجدى (٢٠٠٣). اختبار الكفاءة الاجتماعية. ط٢، القاهرة: دار النهضة المصرية. محمد، زينب منصور؛ أحمد ، أسماء فتحي & الشافعي، نهلة فرج (2021). صعوبات تنظيم الانفعال كمنبئ بالتسويق الأكاديمي لدى طلاب جامعة المنيا. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، 36-302 (1) 341.

مظلوم، مصطفى (٢٠١٧). "تنظيم الانفعال وعلاقته بالأليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة" دراسة سيكومترية - كLINIKية". *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*. رابطة التربويين العرب. السعودية. ١٤٣، ٨٢-٢١٢.

منوخ، صباح مرشود. (٢٠١٥). الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. *مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية*، ٢٢ (١٢). ٢٣٠ - ٣٠١.

نجلاء، عبدالله إبراهيم. (٢٠١٥). أثر تنمية الكفاءة الاجتماعية الانفعالية في خفض القلق الاجتماعي وتحسين الثقة بالذات لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٥ (٨٨)، ٣٩١-٤٢٧.

يعقوب، حيدر (٢٠١١). التنظيم الانفعالي للطلبة المتميزين في محافظة ديالى. المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين والمتفوقين بكلية التربية الأصمعي- جامعة ديالى بالعراق من ١٥-١٦ أكتوبر، ٤٥١-٤٦٧.

Bardeen, J. R., & Fergus, T. A. (2014). An examination of the incremental contribution of emotion regulation difficulties to health anxiety beyond specific emotion regulation strategies. *Journal of anxiety disorders*, 28(4), 394-401.

- Bardeen, J. R., Fergus, T. A., & Orcutt, H. K. (2012). An examination of the latent structure of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 34(3), 382-392.
- Bariola, E., Hughes, E.K., & Gullone, E. (2012). Relationships between parent and child emotion regulation strategy Use: A brief report. *Journal of Child and Family Studies*, 21, 443-448.
- Baumrind, D (1991): "The influence of parenting style on adolescent competence and substance use" *Journal of Early adolescence*. 11 : 56-95.
- Besharat, M. A., & Shahidi, V. (2014). Mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between attachment styles and alexithymia. *Europe's Journal of Psychology*, 10(2), 352-362.
- Biesecker, G. E. (2002). Attachment to parents and peers and emotion regulation in middle adolescence. PHD, tufts University.
- Campos, J. J., Frankel, C. B., & Camras, L. (2004). On the nature of emotion regulation. *Child development*, 75(2), 377-394.
- Cavell, T. A. (1990). Social adjustment, social performance, and social skills: A tri-component model of social competence. *Journal of clinical child psychology*, 19(2), 111-122.
- Cengiz, G. F., & Gürel, G. (2020). Difficulties in emotion regulation and quality of life in patients with acne. *Quality of Life Research*, 29(2), 431-438.
- Cheung R.Y.M., Chan L.Y., Chung K.K.H.(2020).Emotion dysregulation between mothers, fathers, and adolescents: Implications for adolescents' internalizing problems. *Journal of Adolescence*, Volume 83, Pages 62-71.
- Compare, A., Zarbo, C., Shonin, E., Van Gordon, W., & Marconi, C. (2014). Emotional regulation and depression: A potential mediator between heart and mind. *Cardiovascular psychiatry and neurology*, 2014.
- Crandall, A., Ghazarian, S. R., Day, R. D., & Riley, A. W. (2016). Maternal emotion regulation and adolescent behaviors: The mediating role of family functioning and parenting. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(11), 2321-2335.
- Danli Li; Dongping Li; Nini Wu& Zhenhong Wang.(2019). Intergenerational transmission of emotion regulation through parents' reactions to children's negative emotions: Tests of unique, actor, partner, and mediating effects,*Children and Youth Services Review*, Volume 101,P. 113-122,

- Delcourt, C., Gremler, D. D., van Riel, A. C., & Van Birgelen, M. J. (2016). Employee emotional competence: construct conceptualization and validation of a customer-based measure. *Journal of Service Research*, 19(1), 72-87.
- Denham, S. A. (2007). Dealing with feelings: How children negotiate the worlds of emotions and social relationships. *Cognition, Brain, Behavior*, 11(1), 1.
- Denham,S; Bassett ,H & Wyatt.T (2015). The Socialization of Emotional Competence.chapter 24, at: <https://www.researchgate.net/publication/232535707>
- Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Staley, K. C., & Weissberg, R. P. (2017). Social-emotional competence: An essential factor for promoting positive adjustment and reducing risk in school children. *Child development*, 88(2), 408-416.
- Enebrink, Björnsdotter, & Ghaderi(2013) The Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric Properties and Norms for Swedish Parents of Children Aged 10-13 Years. *Europe's Journal of Psychology*, Vol. 9(2), 289–303.
- Fabes, R; Poulin, R; Eisenberg, N & Derdich, M(2002).The Coping with Children's Negative Emotions Scale (CCNES):Psychometric Properties and Relations with Children's Emotional Competence. *Marriage & Family Review .The Haworth Press, Inc* Vol. 34(3/4). pp. 285-310.
- Fabes, R ; Leonard,S; Kupanoff, K & Martin,L.C (2001). Parental Coping with Children's Negative Emotions :Relations with Children's Emotional and Social Responding. *Journal of Child Development*, May/June, V 72, (3), P 907–920.
- Felner, R. D., Lease, A. M., & Phillips, R. S. C. (1990). Social competence and the language of adequacy as a subject matter for psychology: A quadripartite tri-level framework. *The development of social competence in adolescence*, 3.
- Garfield, J. L., Peterson, C. C., & Perry, T. (2001). Social cognition, language acquisition and the development of the theory of mind. *Mind & Language*, 16(5), 494-541.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European journal of psychological assessment*, 23(3), 141-149.
- Garrido-Rojas, L., Guzmán-González, M., Mendoza-Llanos, R., Rivera-Ottenberger, D., & Contreras-Garay, P. (2021). Emotional regulation and depression in a sample of separated and divorced Chilean adults. *Current Psychology*, 40(4), 1767-1778.
- Girouard, A., Dion, J., Bóthe, B., O'Sullivan, L., & Bergeron, S. (2021). Bullying victimization and sexual wellbeing in sexually active heterosexual, cisgender and sexual/gender minority adolescents: the mediating role of emotion regulation. *Journal of youth and adolescence*, 1-15.

- Golan, V ; Waldb, N & Yatzkarb(2017). Patterns of emotion regulation and emotion-related behaviors among parents of children with and without ADHD. *Psychiatry Research*. 258 .P. 494–500.
- Goleman, D (1998). *Working of: Emotional intelligence*. New York, Bantam.
- Goleman, D. (1996). Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ. *Learning*, 24(6), 49-50.
- Goleman, D. (2001). An EI-based theory of performance. *The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations*, 1(1), 27.
- Goleman, D. (2001). Emotional intelligence: Issues in paradigm building. *The emotionally intelligent workplace*, 13, 26. Goleman, D. (2012). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26(1), 41-54.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271-299.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & emotion*, 13(5), 551-573
- Gross, J. J. (2008). Emotion regulation. *Handbook of emotions*, 3(3), 497-513.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: conceptual and empirical foundations. In J. Groos, *Handbook of emotion regulation* (2ed., pp. 3-22). New York: The Guilford Press.
- 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.
- Gul, S., Arouj, K., & Khan, M. J. (2014). Emotional self regulation as the predictor of self esteem and life satisfaction among university students. *Pakistan Journal of Clinical Psychology*, 13, 2, 33-45.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy*, 44(1), 1-25.

- Hurrell,K; Hudson,J ; Schniering,C(2015). Parental reactions to children's negative emotions: Relationships with emotion regulation in children with an anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders* (29) 72–82.
- Jackson, S. L., & Cunningham, S. A. (2015). Social competence and obesity in elementary school. *American journal of public health*, 105(1), 153-158. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2014.302208>
- John, O. P., & Gross, J. J. (2007). Individual differences in emotion regulation. *Handbook of emotion regulation*, 351-372.
- Jones, D,J(2015).link between parental responses to adolescent distress and adolescent risk behaviour. The mediating role of thought/emotion suppression. PHD. University of Maryland .
- Kazdin, A. (0333). *Encyclopedia of psychology*, Oxford University Press.
- Kim L. Gratz^{2,3,4} and Lizabeth Roemer(2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation : Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, Vol. 26, (1).
- Kullik, A., & Petermann, F. (2013). Attachment to parents and peers as risk factor for adolescent depressive disorders: The mediating role of emotion regulation. *Child Psychiatry & Human Development*, 44(4), 537-548.
- Kuo, J. R., Fitzpatrick, S., Metcalfe, R. K., & McMMain, S. (2016). A multi-method laboratory investigation of emotional reactivity and emotion regulation abilities in borderline personality disorder. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 50, 52-60.
- La Bass, Eric (2016). Does Teaching Parents Emotion-Coaching Strategies Change Parental Perception of Children's Negative Emotions? PHD, Faculty of Antioch University.
- Lopes, P. N., Salovey, P., Côté, S., Beers, M., & Petty, R. E. (2005). Emotion regulation abilities and the quality of social interaction. *Emotion*, 5(1), 113.
- McEwen, C., & Flouri, E. (2009). Fathers' parenting, adverse life events and adolescents' emotional and eating disorder symptoms: the role of emotion regulation. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 18(4), 206-216.
- Meyer, S H; Raikes, A ; Virmani , E ;Waters ,S & Thompson ,R (2014). Parent emotion representations and the socialization of emotion regulation in the family. *International Journal of Behavioral Development* 38(2) 164–173.

- Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaro, B., & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual differences*, 36(3), 499-507.
- Morelen , Shaffer,& Suveg (2016). Maternal Emotion Regulation: links to Emotion Parenting and Child Emotion Regulation. *Journal of Family Issues*, Vol. 37(13) 1891–1916.
- Morris,A.S ; Criss,M ; Jennifer S. Silk,J.S & Houltberg ,B.J(2017). The Impact of Parenting on Emotion Regulation During Childhood and Adolescence. *Child Development Perspectives*, 11(4) P. 233–238.
- Morvaridi, M., Mashhadi, A., Shamloo, Z. S., & Leahy, R. L. (2019). The effectiveness of group emotional schema therapy on emotional regulation and social anxiety symptoms. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12(1), 16-24.
- Naveen, G. (2011): Emotional Competence of teacher educators working in self-financing B.Ed. colleges in state Haryana, *International Referred Research Journal*, 2(20), P.14-16.
- Neumann, A., van Lier, P. A., Gratz, K. L., & Koot, H. M. (2010). Multidimensional assessment of emotion regulation difficulties in adolescents using the difficulties in emotion regulation scale. *Assessment*, 17(1), 138-149.
- Nikmanesh, Z., Kazemi, Y., & Khosravy, M. (2014). Study role of different dimensions of emotional self-regulation on addiction potential. *Journal of family & reproductive health*, 8(2), 69.
- Pandey, R., Saxena, P., & Dubey, A. (2011). Emotion regulation difficulties in alexithymia and mental health. *Europe's Journal of Psychology*, 7(4), 604-623.
- Philippot, P., & Feldman, R. S. (2004). Positive emotion and the regulation of interpersonal relationships. In *The regulation of emotion* (pp. 142-171). Psychology Press.
- Pollatos, O., & Gramann, K. (2012). Attenuated modulation of brain activity accompanies emotion regulation deficits in alexithymia. *Psychophysiology*, 49(5), 651-658.
- Putnam, K. M., & Silk, K. R. (2005). Emotion dysregulation and the development of borderline personality disorder. *Development and psychopathology*, 17(4), 899-925.
- Ramsden,R,S & Hubbard,A,J.(2003). Family Expressiveness and Parental Emotion Coaching: Their Role in Children's Emotion Regulation and Aggression *Journal of Abnormal Child Psychology*, Vol 30(6):657-67DOI:10.1023/A:1020819915881.
- Rellini, A. H., Vujanovic, A. A., & Zvolensky, M. J. (2010). Emotional dysregulation: Concurrent relation to sexual problems among trauma-exposed adult cigarette smokers. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 36(2), 137-153.

- Rittenhouse-Young, N. (2015). Adolescent Emotion Regulation and Psychopathology: Does Parent Emotion Regulation and Parenting Style Play a Role? PHD, Kean University.
- Rohrig ,N,Stephanie (2019). Feasibility and Efficacy of parent-child interaction therapy enhanced with emotion regulation training for dysregulated parents. PHD. Hofstra University. Hempstead.
- Rugancı, R. N., & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 442-455.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211.
- Saxena, P., Dubey, A., & Pandey, R. (2011). Role of Emotion Regulation Difficulties in Predicting Mental Health and Well-being. *SIS Journal of Projective Psychology & Mental Health*, 18(2).
- Scherer, K. R., Wranik, T., Sangsue, J., Tran, V., & Scherer, U. (2004). Emotions in everyday life: Probability of occurrence, risk factors, appraisal and reaction patterns. *Social Science Information*, 43(4), 499-570.
- Schoenrock, C. J., Bell, N. J., Sun, S. W., & Avery, A. W. (1999). Family correlates of adolescent self-monitoring and social competence. *The Journal of Psychology*, 133(4), 377-393.
- Searni , C (1999) : *The development of emotional competence* . New York: Guilford Press.
- Seddon, J.A ; Abdel-Baki,R ; Feige,S & Thomassin,K(2020) The Cascade Effect of Parent Dysfunction: An Emotion Socialization Transmission Framework. *Frontiers in Psychology*. October 2020 | Volume 11 | Article 579519.
- Semrud-Clikeman, M. (2007). Social competence in children. In *Social competence in children* (pp. 1-9). Springer, Boston, MA.
- Shaffer,A; Suveg,C; Thomassin ,K &Bradbury,L(2012). Emotion Socialization in the Context of Family Risks:Links to Child Emotion Regulation. *Journal Child and Family Studies* 21:917–924
- Shannon ,M (2018). Measuring Emotion Regulation, psychological flexibility and valued living through the emotion efficacy scale:A validation study.PHD the Wright Institute Graduate School of Psychology.
- Shi, Z., & Wang, Q. (2021). Chinese Adolescents' Coping with COVID-19: Relationships with Emotional Maladjustment and Parental Reactions to Negative Emotions. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 645-656.

- Shorer, M., Swissa, O., Levavi, P., & Swissa, A. (2019). Parental playfulness and children's emotional regulation: the mediating role of parents' emotional regulation and the parent-child relationship. *Early Child Development and Care*.p. 210-220.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 25-52.
- Vahedi, S., Badri Gargari, R., & Gholami, S. (2016). Mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between the attachment styles and emotional problems: a path analysis. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 10(4).
- Valiente, C., Swanson, J., & Eisenberg, N. (2012). Linking students' emotions and academic achievement: When and why emotions matter. *Child development perspectives*, 6(2), 129-135.
- Warfiled, H. K. (2012). Child emotion regulation as a mediator of the association between maternal negative response to emotion and child problem behaviors. PHD. Oklahoma State University.
- Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., & Gullotta, T. P. (Eds.). (2015). Social and emotional learning: Past, present, and future. In J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg, & T. P. Gullotta (Eds.), *Handbook of social and emotional learning: Research and practice* (pp. 3-19). The Guilford Press.
- Welsh, J., Domitrovich, C. E., Bierman, K., & Lang, J. (2003). Promoting safe schools and healthy students in rural Pennsylvania. *Psychology in the Schools*, 40(5), 457-472.
- Wendy, S. (1999). Developing social competence in children. Teachers Collage, Columbia University.<http://iume.tic.columbia.edu/choices/briefs/choices03>
- Wolford, N. S. (2019). The emotion regulation process in parents: Responding to call for emotion regulation skills in parenting intervention. PHD. College of human sciences .Florida state university.
- Wolmarans, M., & Martins, N. (2001). The 360 degree emotional competency profiler. *Unpublished manual, Johannesburg: Organizational Diagnostics and Learning Link International*, 62.
- Woodward, E. C. (2016). Intergenerational emotion dysregulation: Older adolescent negative perception as a moderator, PHD, American University.
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2004). Emotional intelligence in the workplace: A critical review. *Applied Psychology*, 53(3), 371-399.

Strategies for Managing Adolescent's Emotions as An Intermediate Variable between the Emotion Dysregulation for Mothers and the Social-Emotional Competence of Adolescent

Dr. Manal Mansour Ali El Hamla

Assistant Professor of Counseling
Psychology
Faculty of Graduate Studies for Education
for Education- Cairo University

Dr. Asmaa Tawfik Mabrowk Mostafa

Assistant Professor Of Educational
Psychology
Faculty of Graduate Studies for Education for
Education- Cairo University

Abstract

The current study aims at examining the causative relationship between the emotional dysregulation of mothers, strategies for managing Adolescent's Emotions and adolescents as an intermediate variable and the social-emotional competence of adolescents. It also aims at predicting the social-emotional competence of adolescents through the mothers' emotional dysregulation and strategies for managing Adolescent's Emotions. The sample of the study consists of 265 mothers with mean ages (44,9), standard deviation (5,9), their adolescents were preparatory school students with an average age of (13, 59) standard deviation (0,91). Researchers use the "emotion dysregulation for mothers" scale as mothers perceived and the "strategies for managing Adolescent's Emotions" scale, "social-emotional competence" scale as adolescents perceived and "the socio-economic level" scale.

The results of the study reveal that the Strategies for Managing Adolescent's Emotions mediate the relationship between the Emotion dysregulation for Mothers and the adolescents social emotional competence as well as it was possible to predict the adolescents social emotional competence through one of the dimensions of mothers' emotional dysregulation (difficulties using emotion regulation strategies), also through some of the adolescents emotion management strategies (emotion centered strategies, ignoring and blaming). The results indicate that there were no statistically significant differences between males and females in social-emotional competence and in emotional management strategies.

Emotion regulation is considered an important role for enhancing adolescents' social emotional competence, mothers play a prominent role in how to develop emotional regulation in their adolescents through emotional management strategies.

KeyWords: Emotion Dysregulation , Strategies for managing Emotions, Social Emotional Competence

Received on:26 /12/2021 - Accepted for publication on:24 /1 /2022- E-published on:12/ 2021