



عنوان البحث: برنامج تدريبي لخفض صعوبات المعالجة  
الانفعالية لدى طلاب كلية التربية

الباحثة: هناء محمد عثمان محمد



كلية التربية  
قسم علم النفس

## برنامج تدريبي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية

بحث مستل من رسالة مقدمة استكمالاً لمتطلبات الحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة في التربية  
"تخصص صحة نفسية"

إعداد الباحثة

هناء محمد عثمان محمد

إشراف

أ.د / فاروق السيد عثمان

أستاذ علم نفس التربوي

كلية التربية – جامعة مدينة السادات

١٤٤٥هـ – ٢٠٢٤م

### مستخلص البحث باللغة العربية

هدف البحث الحالي إلي التحقق من برنامج تدريبي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية لدي عينة مكونة من (٤٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس وتكونت من (٢٠) طلاب كمجموعة تجريبية ,و(٢٠) طلاب كمجموعة ضابطة وهم من مرتفعي صعوبات المعالجة الانفعالية , وتم استخدام المنهج شبه التجريبي حيث أنه.واستخدمت الباحثة مقياس المعالجة الانفعالية(بيكر ٢٠٠٧) والبرنامج التدريبي (إعداد الباحثة) كما أستخدمت الأساليب الإحصائية المناسبة مثل اختبار "ت" للعينات المرتبطة والمستقلة ,مربع إيتا لحساب حجم التأثير, واسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج التدريبي المستخدم في خفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدي من طلاب كلية التربية.

**الكلمات المفتاحية:**

البرنامج التدريبي- المعالجة الانفعالية - طلاب الجامعة.

### مستخلص البحث باللغة الانجليزية

#### Abstract

The current research aimed at verify a training program to reduce the difficulties of emotional processing among students of the Faculty of Education. I have a sample consisting of (40) male and female students from the Faculty of Education, Ain Shams University and it consisted of (20) students as an experimental group, and (20) Students as a control group who have high difficulties in emotional processing, and the semi-experimental approach was used as it is the most appropriate for the objectives of the study. The researcher used the Becker Emotional Processing Scale 2007 and the training program (prepared by the researcher). She also used appropriate statistical methods such as the "T" test. For the related and independent samples, the Eta square was used to calculate the effect size. The results of the study revealed the effectiveness of the training program used to reduce the difficulties of emotional processing among a sample of students from the College of Education.

Keywords:

Training program - Emotional treatment- University student.

## مقدمة:

تعد فترة الدراسة الجامعية من أهم المراحل في حياة الشباب، حيث تشهد تطوراً كبيراً على الصعيدين الأكاديمي والشخصي. ومع ذلك، يواجه العديد من الطلاب تحديات نفسية وعاطفية تؤثر على قدرتهم على التعامل مع الضغوط والمواقف المختلفة. من بين هذه التحديات، تأتي صعوبة المعالجة الانفعالية كأحد العوامل الرئيسية التي تؤثر سلباً على الصحة النفسية والأداء الأكاديمي. تتطلب هذه المرحلة الحرجة اهتماماً خاصاً لتعزيز قدرات الطلاب في التعامل مع مشاعرهم وانفعالاتهم بشكل أكثر فعالية. في هذا السياق، يصبح من الضروري تبني استراتيجيات وبرامج تهدف إلى تخفيف حدة صعوبة المعالجة الانفعالية بين الطلاب الجامعيين، وذلك من خلال توفير الدعم النفسي المناسب وتطوير مهاراتهم في التعامل مع الضغوط اليومية (Eisenberg, 2001).

تظهر صعوبة المعالجة الانفعالية وما ينتج عنها من معرفة عاطفية اكتسبت في الآونة الأخيرة أهمية بارزة في مجال علم النفس الإكلينيكي لأنها تؤدي إلى تدريب الأفراد على أساليب التعامل مع الانفعالات والحالات المزاجية السلبية والتخلص من آثارها باعتبارها أحد أسباب النجاح في الحياة، والتغلب عليها. العقبات، وحل المشكلات في المواقف والسياقات الاجتماعية. وبشكل عام، ولأهمية هذه المعالجة الانفعالية، فإن صعوبة المعالجة الانفعالية غير السليمة في التعامل مع الحياة والمواقف الشخصية من شأنها أن تزيد من معاناة الأفراد ومشاكلهم. مثل إعادة النظر في المشاعر السلبية، والتنقيح المباشر عن المشاعر المكبوتة .

(Cabello Berking, atc el,2013).

## مشكلة البحث:

تعد صعوبات المعالجة الانفعالية واحدة من التحديات الرئيسية التي يواجهها العديد من طلاب الجامعة، هذه الصعوبات تتجلى في عدم القدرة على فهم أو تنظيم أو التعبير عن الانفعالات بشكل صحيح، مما يؤثر سلباً على العديد من جوانب حياتهم. ينتج عن هذه الصعوبات آثار سلبية تتراوح بين تدني الأداء الأكاديمي، وزيادة مستويات التوتر والقلق، وصعوبات في التكيف الاجتماعي، مما ينعكس سلباً على الصحة النفسية العامة للطلاب، تعتبر هذه المشكلة معقدة بسبب تداخل العوامل الأكاديمية والنفسية

والاجتماعية، وتتطلب تدخلاً شاملاً ومتكاملاً.

الأداء الأكاديمي: يعاني الطلاب الذين يواجهون صعوبات في معالجة الانفعالات من انخفاض في مستوى التحصيل الأكاديمي نتيجة للقلق المتزايد والاضطرابات العاطفية التي تؤثر على قدرتهم وعلى التركيز والدراسة بفعالية.

الصحة النفسية : تزيد هذه الصعوبات من خطر الإصابة بأمراض نفسية مثل الاكتئاب والقلق، مما يتطلب تدخلاً علاجياً قد يكون معقداً ومكلفاً.

التكيف الاجتماعي: تؤثر صعوبات المعالجة الانفعالية على العلاقات الاجتماعية للطلاب، مما يؤدي إلى الشعور بالعزلة والوحدة ويؤثر على بناء شبكة دعم اجتماعية فعالة داخل الجامعة وهذا ما أكدته العديد من الدراسات التي اجريت علي الطلاب ومنها دراسة

(Ninivaggi, 2017) و (Durlak, 2011) و (Reyes, M. R., & Salovey, P. (2012) و (Tracy, 2014).

ويمكن صياغة مشكلة البحث في السؤال التالي:

- ما البرنامج التدريبي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية؟

#### أهداف البحث:

- 1\_ التعرف على برنامج التدريبي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية.
- 2\_ الكشف عن استمرارية البرنامج التدريبي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية.

#### أهمية البحث:

#### الأهمية النظرية :

- تطوير و دراسة البرنامج التدريبي العلاجي الانفعالي لدي طلاب كلية التربية .

#### الاهمية التطبيقية:

- في ضوء ما تسفر عنه الدراسة من نتائج يمكن الاستفادة من تطبيق برنامج تدريبي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدي طلاب كلية تربية.
- تزويد الأخصائين والمرشدين والمعالجين النفسيين بمجموعة من المقاييس النفسية المناسبة لفهم الطلبة وتشخيص مشكلاتهم واضطراباتهم.

## مصطلحات ومفاهيم البحث:

### البرنامج التدريبي Training program:

يعرف البرنامج التدريبي في البحث الحالي بأنه مجموعة من الأنشطة والمهارات المختلفة التي تناسب أفراد العينة من طلاب الجامعة ، والتي من خلالها يتم تشجيعهم للتخلص من الأفكار السلبية والإنهازية ، والسلوكيات والمعتقدات الخاطئة ، والتخلص من المشاعر السلبية ، وتحسين ومعالجة تعاملهم مع نظرتهم للأشياء، وخلق طاقة إيجابية بداخلهم ما يجعلهم قادرين على مواجهة الضغوط والتغلب على مشكلات الحياة المختلفة ، وهذا البرنامج له مدة زمنية محددة وتتم بخطوات محدد مع استخدام مجموعة من الفنيات مثل ( التعزيز الايجابي - والنمذجة - والحوار والمناقشة - والمحاضرة -العصف الذهني- والتصور الايجابي ،.....) وذلك لتخفيف من صعوبات المعالجة الانفعالية لديهم.

### صعوبة المعالجة الانفعالية Difficulty in emotional processing:

أنها مجموعة من التحديات والاضطرابات التي يعاني منها الأفراد في فهم وتنظيم وتعديل وتعبير انفعالاتهم بشكل مناسب. تشمل هذه الصعوبات عدم القدرة على التعرف على الانفعالات الشخصية وفهمها، وعدم القدرة على التعامل مع الانفعالات بشكل صحي وفعال، مما يؤدي إلى استجابات انفعالية غير متكيفة قد تؤثر سلباً على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية والأداء الأكاديمي والمهني. (صلاح عراقي، ٢٠١٦).

### حدود البحث :

تحدد الدراسة الحالية بما يلي :

١- الحدود بموضوع البحث :

يتمثل موضوع الدراسة الحالية في الكشف عن برنامج تدريبي لخفض صعوبات المعالجة الأنفعالية لدى طلاب كلية التربية.

٢- الحدود البشرية :

تم تطبيق مقياس المعالجة الانفعالية على عينة قوامها (٥٠) طالب من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس ، والعينة الاساسية (٤٠) طالبا من تم تقسيمهم (٢٠) طلاب كمجموعة ضابطة و(٢٠) طلاب كمجموعة تجريبية .

### ٣- الحدود المكانية:

تم تطبيق مقياس المعالجة الانفعالية , والبرنامج التدريبي للمعالجة الانفعالية بكلية التربية جامعة عين شمس.

### ٤- الحدود الزمانية:

تم تطبيق أدوات البحث للعام الدراسي ٢٠٢٣ بمعدل (٢٦) جلسة (٣) جلسات في الاسبوع بداية من نصف شهر (١٠) لآخر شهر (١٢) والتتبعي في نصف شهر (٢) (٢٠٢٤).

### أدوات البحث :

١- مقياس المعالجة الأنفعالية بيكر ٢٠٠٧ ترجمة د. صلاح الدين عراقي.

٢- برنامج تدريبي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدي طلاب كلية التربية.

### الإطار النظري للبحث :

### صعوبة المعالجة الانفعالية:

وتتضح مدى أهمية صعوبة معالجة الانفعالية في مجالات الحياة المختلفة ، حيث يمكن الفرد عدم النجاح في شتى مجالات الحياة وخاصة الاجتماعية منها، كما أنه يعد عاملا مهما للحفاظ على عدم السلامة النفسية وعدم تحقيق النجاح في الحياة ، حيث يلعب دورا غير حيوي في تأقلم الفرد وتكيفه مع ظروف الحياة المتنوعة وتؤثر على جودة حياته ولكي يكون الفرد غير قادرا على الاستمرار في حياته اليومية فإنه لا يسعى لفهم كيفية تعامله مع المواقف الانفعالية التي يواجهها وايصال مشاعره من خلال عدم تنظيم الانفعالات التي يشعر بها ويخبرها، ويحاول التأثير في تلك الخبرات الانفعالية وتوقيت حدوثها والطرق لمعايشتها والتعبير عنها (Mauss et al,2007)

### تعريف صعوبة المعالجة الانفعالية:

ويعرف (محمد عبد ربه ٢٠١٩ ، ٣٢١) بأنه: "الآلية التي يستخدمها الفرد لعدم معالجة المعلومات المتضمنة في الأحداث الانفعالية التي تصادفه بهدف التحكم فيها ومعها من التأثير على ادائه لمهامه الاعتيادية، وتختلف كفاءتها من فرد إلى آخر وفقا لمستوى اكتمالها وسرعتها ودرجة صعوباتها عليه".

## مكونات صعوبة المعالجة الانفعالية :

### صعوبة المعالجة الانفعالية لها ثلاث مكونات هي (يعقوب، ٢٠١١)

أ- مكونات الذات: وتتألف من التجارب الشعورية والعناصر المعرفية. ويقصد بالتجارب الشعورية تلك المشاعر التي يشعر بها الشخص المنفعل ويستطيع التعبير عنها بعد تأملها أو استبطانها من قبل أن يصف حالته في اثناء الفرح بالدفء والتهيج والانتشراح. أما العناصر المعرفية فهي مجمل تلك الأفكار عند الشخص المنفعل والمتصلة بالموضوع الذي أثار إنفعاله إلى جانب إدراكه للتغيرات المختلفة التي تحدث له وتحليلها لتلك المشاعر التي يشعر بها و فهمه لها.

ب- المكونات الفيزيولوجية: ويقصد بها التغيرات الفيزيولوجية التي تحدث خلال الحالة الانفعالية ويمكن الكشف عنها بواسطة أجهزة معينة مثل أجهزة ضغط الدم، معدل ضربات القلب، توصيلة الجلد، معدل التنفس حرارة الجسم، التغيرات الكيميائية في الدم، التوتر العضلي. ويمكن للشخص المنفعل أن يشعر ببعضها مثل خفقان القلب أو جفاف الفم أو التعرق وتوتر الجسم.

ج- المكونات الخارجية التعبيرية: وهي مختلف التعبيرات الوجهية والإيماءات والإشارات غير اللفظية التي تبدو على وجوه الأشخاص أثناء إنفعالهم فضلاً عن الحركات والأوضاع البدنية والألفاظ التي تصدر عنهم.

### ب العوامل المساهمة في تكوين وتطور صعوبة المعالجة الانفعالية .

#### (١) إسهام العوامل الشخصية في تكوين صعوبة المعالجة الانفعالية :

هناك عدم قدرات وسمات شخصية تساهم في عدم تكوين المعالجة الانفعالية، ومنها القدرات المعرفية مثل: مهارات اللغة، وقدراتهم اللغوية التي تسمح بعدم فهم عالمهم الاجتماعي، وتساعدهم في وصف قدراتهم وإنفعالاتهم الداخلية بدقة ووصف السلوك الاجتماعي، ومن جانب آخر تساعدهم القدرات اللفظية على عدم التواصل الأفضل مع الآخرين، و عدم التفاهم من خلال وصف مشاعر الفرد، وعدم فهم أفضل للعلاقات، وعدم فهم الإنفعالات التي تختلف لنفس الموقف، والقدرات اللفظية تمكن الفرد عن عدم السؤال عن نفسه كثيراً، وعدم السؤال عن الآخرين، والقدرة على عدم التعبير الإنفعالي الجيد من خلال اللغة السليمة الجيدة، وعدم القدرات والعوامل الشخصية أيضاً: عدم القدرة على التنظيم الإنفعالي ، والتي لا تساعد الفرد على تنظيم الخبرات الانفعالية بدقة وفاعلية وقدرات الفرد في التركيز والانتباه والمرونة في

التفكير حول إنفعالات الفرد وانفعالات الآخرين، وعدم التقنيات الشخصية في التعامل المثمر في المواقف الإنفعالية (Denham, et al ,2007).

(٢) إسهام العوامل البين شخصية في تكوين صعوبة المعالجة الإنفعالية :

العوامل البين شخصية التي تنشأ من عدم التفاعل ، وعدم الخبرات مع الآخرين ، وجماعة الأقران، والاعتبارات الأولية للتنشئة الاجتماعية ذات الطابع الإنفعالي، وذلك أثناء تربية الأبناء، أو تربية النشئ؛ فالتنشئة الاجتماعية جزء هام من الثقافة التربوية في إنشاء وإخراج أجيال ذات خصائص إنفعالية سلبية، والتأثير في تفكيرهم، واستغلال خبراتهم في عدم التعامل مع الآخرين والمعتقدات والقيم التي تتولد كل يوم تجعل لدينا قدرات إنفعالية تجعلنا نتعامل بغير فاعلية مع الآخرين، وأثبتت العديد من الدراسات أن أسلوب الوالدين يؤثر في تنمية المعالجة الإنفعالية لدى أبنائهم ، ومن الممكن التنبؤ بالمعالجة الإنفعالية من خلال أساليب الوالدين وممارساتهم الإنفعالية والاجتماعية وأهدافهم وقيمهم، من خلال نمذجة التعبير الإنفعالي الذي يمارسه الوالدين (Denham, et al ,2006).

ج - مهارات صعوبة المعالجة الإنفعالية :

تتطوى صعوبة المعالجة الإنفعالية على مهارات ترتبط بالدلالات الشخصية وكيفية قراءتها وعدم حل المشكلات وتنفيذ السلوك الموجه في المواقف الشخصية، واعتبار الخيارات السلوكية لها دور فعال في وجهات النظر السلوكية، وتلك المهارات هي عمليات غير تطويرية، يمكن تطويرها مع الوقت (Luby,2006).

وتلك المهارات هي :عدم الوعي بالمشاعر الإنفعالية، والقدرة علي عدم إدراك إنفعالات الآخرين، والقدرة علي عدم إستخدام المصطلحات والتعبيرات الإنفعاليه، والقدرة علي التعاطف والمشاركة في تجارب وخبرات غير عاطفيه وإنفعالية، والقدرة علي عدم إدراك الحالة الإنفعالية الداخلية والقدرة علي عدم التأقلم والتكيف مع الإنفعالات والوعي بأن طبيعة وبناء العلاقات ترتبط بكيفية عمل الإنفعالات، واخيراً لا قدره علي عدم فهم الإنفعالات والكفاءة الذاتية للإنفعالات .

دور الأسرة في معالجة صعوبة الإنفعال لدى الأبناء :

تشجع بيئة الأسرة السوية على التعبير عن إنفعالاته؛ بينما البيئة غير السوية التي لا تشجعه على التعبير عن إنفعالاته يكون لديه صعوبه في التعرف إلى إنفعالات الآخرين حال مناقشاته وحواراته معهم، ويصبح أكثر حساسية وإستثاره إنفعالية، وغير قادر على معالجة إنفعالاته عند وقوعه تحت تأثير خبره ضاغطة وفي مرحلة الجامعة يصبح المراهق أكثر إعتماضية وإستقلالية على نفسه فيما يقوم به من تنظيم لإنفعالاته (Sim & Homan, 2009).

وبهذا يظهر حالياً دور الوالدين الأساسي في مساعدة أولادهم على التعامل مع إنفعالاتهم، ويقل هذا الدور في مرحلة المراهقة والرشد لتوجه الفرد إلى الإعتماذ على نفسه وإستقلالة عن أسرته (Easterbrook, Hollenstein & Flynn, 2104).

#### الدراسات السابقة:

دراسة (Laura, 2012). هدفت الدراسة إلى اكتشاف التأثير المحتمل للمعالجة الانفعالية في التحكم في الالام المزمنة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) مشارك تراوحت أعمارهم ما بين (٣٠-٣٥ عام)، وأشارت نتائج الدراسة أن الاختلال العاطفي يزيد من الالام المزمنة للمريض، ولكن المعالجة الانفعالية عملت على تنظيم الانفعالات والتحكم بها، ومن ثم خفض التأثير بالالام المزمنة.

- دراسة (Tracy, 2014). هدفت الدراسة إلى تنظيم الانفعالات الوجهية من خلال المعالجة الانفعالية عند التعرض لصور سلبية وذلك لدى عينة مكونة من (٧٣) مفحوص تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٢٠ عام). واشتمل التدريب على أنه يتم التحكم في انفعال الوجه عند استثارة الغضب، وأشارت نتائج الدراسة إلى أنه يمكن تنظيم الانفعالات الوجهية من خلال تدريبات المعالجة الانفعالية.

- دراسة (Kevin, 2014). وتهدف هذه الدراسة إلى عرض الكيفية التي تحدث بها المعالجة الانفعالية عند ظهور الصورة السلبية وتأثيرها على الفرد عند رويتها على شاشة الكمبيوتر، وذلك من أجل معرفة تأثير رؤية الصورة السلبية من بين مجموعة من الصور، ثم العمل على تغيير الانفعال عند رؤية تلك الصورة من خلال تدريبات المعالجة الانفعالية، على عينة مكونة من (٢٢) مفحوص تراوحت أعمارهم ما بين (١٨ - ٢٢ عام)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الاستجابات عند الضغط على زر الماوس ورؤية الصورة السلبية على شاشة الكمبيوتر له تأثير على معدل ضربات القلب، واستجابة الجلد، والاهتمام التلقائي، والاستثارة الفسيولوجية.

## فروض البحث:

يمكن تلخيص البحث علي النحو الاتي:

- ١- "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية) بعد تطبيق البرنامج على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية في اتجاه المجموعة التجريبية "
- ٢- "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في (القياس القبلي - القياس البعدي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية في اتجاه القياس البعدي " .
- ٣- " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في (القياس البعدي - القياس التتبعي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية " .

## أولاً: منهج وإجراءات البحث :

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي الذي يهدف إلى بحث أثر متغير تجريبي (المتغير المستقل) وهو البرنامج التدريبي (المتغير التابع) خفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية، وبالنسبة للتصميمات التجريبية، تم استخدام التصميم القائم على وجود مجموعتين ضابطة تستخدم كمعيار للمقارنة ومجموعة تجريبية (يطبق عليهم البرنامج التدريبي)، بثلاث قياسات (قبلي وبعدي وتتبعي)

## ثانياً: مجتمع وعينة الدراسة:

- ١- مجتمع الدراسة: طلاب كلية التربية، جامعة عين شمس، وكان عددهم (١٢٠) طالبًا وطالبة تراوحت عمرهم الزمني ما بين (١٨ - ٢٠) عام، بمتوسط عمري قدره (١٩,٢٢٠)، وانحراف معياري قدره (٠,٦٩٢).

## ٢- عينة الدراسة.

### أ- عينة حساب الخصائص السيكومترية

تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية من (٥٠) طالبًا وطالبة، تراوحت عمرهم الزمني ما بين (١٨ - ٢٠) عامًا، بمتوسط عمري قدره (١٩,١٤٨) عامًا، وانحراف معياري قدره (٠,١٥٩)، تم تطبيق مقاييس الدراسة عليهم للتأكد من حساب الخصائص السيكومترية لها.

### ب- عينة الدراسة الأساسية

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٠) طالبًا وطالبة، من كلية التربية، جامعة عين شمس ، يعانون من خفض صعوبات المعالجة الانفعالية ، تراوح عمرهم الزمني ما بين (١٨ - ٢٠) عامًا، تم تقسيمهم كمجموعتين ضابطة وتجريبية، المجموعة الضابطة (٢٠) طالبًا وطالبة تعتبر ومجموعة تجريبية (٢٠)

طالبًا وطالبة يطبق عليها البرنامج التدريبي القائم على المعالجة الانفعالية ( ٨ ذكور ، ١٢ إناث) بمتوسط عمري قدره (١٩,٠٠) سنةً وانحراف معياري قدره  $(\pm ٠,٧٩٤)$ ،

لاشتقاق عينة الدراسة قامت الباحثة بالخطوات الآتية:

تكافؤ العينات الضابطة والتجريبية

قامت الباحثة بالتحقق من تكافؤ أفراد عينة الدراسة (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية) في العمر الزمني والمعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) في القياس القبلي باستخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة.

### جدول ( ١ )

قيمة ت ودلالاتها للفروق بين متوسطي درجات (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية)

في العمر الزمني والمعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العمر	الضابطة	٢٠	١٨,٨٥	٠,٨١٢	٠,٥٩٠	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	١٩,٠٠	٠,٧٩٤			
القمع	الضابطة	٢٠	٢٢,٩٠	١,٥٥	٠,٣١٤	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٢٣,٠٥	١,٤٦			
علامات الانفعال غير المعالج	الضابطة	٢٠	٢٣,٨٠	١,٦٤	٠,١٩٠	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٢٣,٩٠	١,٦٨			
الانفعال غير المنتظم	الضابطة	٢٠	٢١,٢٠	١,٩٣	٠,٠٠٠	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٢١,٢٠	٢,٠٥			
التجنب	الضابطة	٢٠	٢٣,٩٥	١,٧٦	٠,٠٨٩	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٢٣,٠٠	١,٨٠			
خبرة انفعالية فقيرة	الضابطة	٢٠	٢١,٣٠	١,٨٣	٠,٢٤٨	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٢١,٤٥	١,٩٨			

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	الضابطة	٢٠	١١٢,١٠	١,٧٧	٠,٧٠٩	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	١١٢,٥٠	١,٧٩			

يتضح من جدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في القياس القبلي، أي لا توجد فروق حقيقية بين درجات أفراد الدراسة من حيث العمر الزمني والمعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)؛ حيث كانت قيم "ت" غير دالة إحصائياً، وهذا يدل على تكافؤ المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج.

#### ثالثاً: أدوات الدراسة:

تتضمن أدوات الدراسة ما يلي:-

- ١- مقياس المعالجة الانفعالية (إعداد بيكر ٢٠٠٧) ترجمة صلاح الدين عراقي (٢٠١٦).
- ٢- البرنامج التدريبي القائم على صعوبة المعالجة الانفعالية. (إعداد / الباحثة).  
وفيما يلي وصف لكل أداة على حدة:

- ١- مقياس المعالجة الانفعالية (إعداد/بيكر, ٢٠٠٧) ترجمة صلاح الدين عراقي (٢٠١٦)..
- هدف المقياس

يهدف المقياس إلى قياس أساليب وأشكال ضعف المعالجة الانفعالية، والتنبؤ بدور المعالجة الانفعالية في الاضطراب النفسي والجسمي، وقياس التغيرات في الانفعال أثناء العلاج، وتقديم إطار لتصنيف المرضى للبحث والعلاج، ومساعدة المعالجين علي تحديد مشكلات المرضى، ويعد من أحدث المقاييس التي تستخدم لقياس صعوبات ومعوقات التجهيز الانفعالي.

#### ▪ وصف المقياس وطريقة تقدير درجاته

ويتكون المقياس من (٢٥) مفردة موزعة على خمسة أبعاد رئيسية بواقع خمس مفردات لكل بعد منهم، ويوضح جدول (٢) توزيع مفردات المقياس علي الأبعاد الخمسة المكونة له:

#### جدول (٢)

توزيع مفردات مقياس صعوبات التجهيز الانفعالي علي أبعاد المقياس الخمسة.

أبعاد المقياس	أرقام المفردات التي تتضمن البعد	عدد المفردات
١- القمع أو الكبت	٢١-١٦-١١-٦-١	٥
٢- الانفعال غير المعالج	٢٢-١٧-١٢-٧-٢	٥

٥	٢٣-١٨-١٣-٨-٣	٣- الانفعال غير المنظم
٥	٢٤-١٩-١٤-٩-٤	٤- التجنب
٥	٢٥-٢٠-١٥-١٠-٥	٥- الخبرة الانفعالية الفقيرة

ويتم تقدير استجابة الفرد علي المقياس وفقاً لتدرج خماسي باستخدام نظام ليكرت يتراوح ما بين (٥) للاستجابة أوافق تماماً، و(١) للاستجابة لا أوافق تماماً، وتتراوح الدرجات الكلية التي يحصل عليها الفرد علي المقياس ما بين (٢٥)، إلى (١٢٥)، ويشير ارتفاع الدرجة علي المقياس إلى المعالجة الانفعالية الفقيرة، والعكس صحيح، وحدد معرب المقياس الدرجة (١١٠) فأكثر تشير إلى المعالجة الانفعالية الفقيرة، والدرجة (٨٠) تشير إلى المعالجة الفعالة والقوية.

### حساب الخصائص السيكومترية للمقياس

يقيس علامات المعالجة الانفعالية الفقيرة وله معامل ثبات ٠.٩ بطريقة ألفا كرونباخ وللأبعاد ٧, ٠ - ٨ , وبطريقة اعادة التطبيق بعد ٤ - ٦ أسابيع كان معامل الثبات ٠.٧٤ وللأبعاد تراوح معامل الثبات من ٠,٤٨ - ٠,٨٤ في مجتمعات مختلفة ( Baker, ٢٠٠٩, ٢٠٠٧) ويهدف مقياس المعالجة الانفعالية إلى قياس أساليب وأشكال ضعف المعالجة الانفعالية، والتنبؤ بدور المعالجة الانفعالية في الاضطراب النفسي والجسمي، وقياس التغيرات في الانفعال أثناء العلاج، وتقديم إطاراً لتصنيف المرضى للبحث والعلاج، وكأداة بحث عامة الدراسة الانفعالات ولمساعدة المعالجون على تحديد مشكلات المرضى.

وقد قام الباحث بترجمة المقياس إلى اللغة العربية واستخدامه في دراسته الحالية لعدم توفر أدوات تقيس المعالجة الانفعالية في البيئة المصرية في حدود علم الباحث .

### حساب الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

#### ١- الصدق:

قامت الباحثة بحساب صدق المقياس عن طريق صدق المفردات بحساب معامل الارتباط بين المفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف قيمة المفردة، وجدول (٣) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

#### جدول (٣)

#### معاملات ارتباط صدق المفردات لمقياس المعالجة الانفعالية بعد حذف قيمة المفردة

معامل الارتباط مع البعد الثالث	رقم العبارة	معامل الارتباط مع البعد الثاني	رقم العبارة	معامل الارتباط مع البعد الأول	رقم العبارة
**٠,٦٢٥	٣	**٠,٧١٧	٢	**٠,٧٢٤	١

معامل الارتباط مع البعد الثالث	رقم العبارة	معامل الارتباط مع البعد الثاني	رقم العبارة	معامل الارتباط مع البعد الأول	رقم العبارة
** ٠,٧٤١	٨	** ٠,٨٠١	٧	** ٠,٦٤٣	٦
** ٠,٧٦٢	١٣	** ٠,٧٢٢	١٢	** ٠,٧١٧	١١
** ٠,٨٠٣	١٨	** ٠,٧٣٤	١٧	** ٠,٧٢٨	١٦
** ٠,٧١٥	٢٣	** ٠,٧٠٧	٢٢	** ٠,٧٣٥	٢١
معامل الارتباط مع البعد الخامس	رقم العبارة	معامل الارتباط مع البعد الرابع	رقم العبارة	معامل الارتباط مع البعد الرابع	رقم العبارة
** ٠,٧٢٠	٥	** ٠,٦٢٤	٤	** ٠,٦٢٤	٤
** ٠,٦٠٦	١٠	** ٠,٥٢٢	٩	** ٠,٥٢٢	٩
** ٠,٧١٨	١٥	** ٠,٥١٣	١٤	** ٠,٥١٣	١٤
** ٠,٧١١	٢٠	** ٠,٥٢٧	١٩	** ٠,٥٢٧	١٩
** ٠,٧٢١	٢٥	** ٠,٦٨٢	٢٤	** ٠,٦٨٢	٢٤

(\*\*) دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول ( ٣ ) أن صدق المفردات بين عبارات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف قيمة المفردة مرتفع ودال، ويشير إلى صدق المقياس في الدراسة الحالية.  
الثبات:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس على (عينة الخصائص السيكومترية ن=٥٠) بطريقة: إعادة التطبيق بفواصل زمني قدره (١٥) يوماً بحساب معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني وجدول ( ٤ ) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

#### جدول ( ٤ )

قيم معاملات الارتباط (الثبات) لأبعاد مقياس المعالجة الانفعالية.

إعادة التطبيق (معاملات الارتباط)	الأبعاد
٠,٨١٥	القمع
٠,٨٢١	علامات الانفعال غير المعالج

٠,٨٤٥	الانفعال غير المنظم
٠,٨٦٣	التجنب
٠,٨٣٠	الخبرة الانفعالية الفقيرة
٠,٨٨٧	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٤) إن جميع قيم معاملات الارتباط (الثبات) سواءً للأبعاد الفرعية للمقياس أو الدرجة الكلية موجبة ومرتفعة مما يشير إلى ثبات الدرجة في المقياس في الدراسة الحالية.

### البرنامج القائم على المعالجة الانفعالية (إعداد/ الباحثة)

#### -المرحلة التمهيديّة:

قامت الباحثة في تلك المرحلة بجميع المادة النظرية العلمية والاطلاع المستفيض عليها، من أجل تحديد شكل الجلسات وعددها، وتحديد الأهداف العامة والإجرائية لكل جلسة من الجلسات، وتحديد الأنشطة الملائمة للجلسات والتعارف بين الطلاب بعضهم البعض، وبينهم وبين الباحثة.

#### مرحلة التطبيق:

سوف تقوم الباحثة أولاً بالاتفاق مع الطلاب على المواعيد التي تناسبهم، وارتباطاتهم الشخصية والدراسية، وسوف يتم الاتفاق علي التطبيق .

#### - البرنامج التدريبي ( إعداد الباحثة ) :

يعرف البرنامج التدريبي في البحث الحالي بأنه :

مجموعة من الأنشطة والمهارات المختلفة التي تناسب أفراد العينة من طلاب الجامعة ، والتي من خلالها يتم تشجيعهم للتخلص من الأفكار السلبية والإنهزامية ، والسلوكيات والمعتقدات الخاطئة ، والتخلص من المشاعر السلبية ، وتحسين ومعالجة تعاملهم مع نظرتهم للأشياء، وخلق طاقة إيجابية بداخلهم ما يجعلهم قادرين على مواجهة الضغوط والتغلب على مشكلات الحياة المختلفة ، وهذا البرنامج له مدة زمنية محددة وتتم بخطوات محده مع استخدام مجموعة من الفنيات مثل ( التعزيز الايجابي - والنمذجة - والحوار والمناقشة - والمحاضرة -العصف الذهني- والتصور الايجابي ..... ) وذلك لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لديهم.

#### -الاهداف العامة:

- يهدف البرنامج الحالي لخفض صعوبات المعالجة الانفعالية لدى مجموعة من طلاب كلية التربية.
- التأكد من اشتمال أهداف الجلسات للمجالات الثلاث مهارية، وجدانية ومعرفية.
- طلاب كلية التربية في أمس الحاجة إلى أن نقدم لهم المساعدة في تحقيق توافقهم الشخصي والاجتماعي.

- يؤكد البرنامج الحالي على ضرورة تكوين علاقة طيبة بين المرشد والمسترشدين حتى تتم العملية في جو يسوده الحب والثقة المتبادلة.

- الإطار النظري والاسس التي يقوم عليها البرنامج:

إن الأساس النظري للبرنامج الحالي مستمد من المعالجة الانفعالية وتعتبر المعالجة الانفعالية اتجاهاً حديثاً نسبياً ويعتمد إلى التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد إذ يتعامل معها انفعالياً وسلوكياً ووجدانياً.

يقوم البرنامج على خفض صعوبات المعالجة الانفعالية حيث يتم توضيح الاستراتيجيات التكيفية للطلاب و التدريب عليها والاستماع إلى مشكلات الطلاب و توجيههم إلى استخدام الاستراتيجيات التكيفية للتغلب على تلك المشكلات وتجنب ، وسرد قصص واقعية لزرع قيم التفاؤل والأمل والمثابرة لدى الطلاب، وكذلك الاستماع إلى العقبات التي قد تعوق الطلاب أثناء تطبيق تلك الاستراتيجيات وتوجيههم إلى تذليل تلك العقبات .

مراحل تطبيق جلسات البرنامج:

يتكون البرنامج من (٢٦) جلسة موزعة علي(١٠) أسابيع بمعدا ثلاث جلسات أسبوعياً ومدو كل جلسة من (٤٥-٦٠) دقيقة وتم تطبيق البرنامج في نصف شهر ١٠ لآخر شهر ١٢ والتتبعي في نصف شهر (٢٠٢٤)٢.

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	زمن الجلسة
الجلسة الاولى	تمهيد وتعارف	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الثانية	التعرف علي المعالجة الانفعالية	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الثالثة	الإشارات الخارجية	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الرابعة	الانفعالات الداخلية	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الخامسة	الأفكار الداخلية	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة السادسة	التدريب	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة السابعة	التدريب	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الثامنة	الوعي الذاتي	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة التاسعة	الكلمات المحفزة	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة العاشرة	التحكم في الانفعالات	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الحادية عشر	التعاطف	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الثانية عشر	الصور الإيجابية	٤٥-٦٠ دقيقة

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	زمن الجلسة
الجلسة الثالثة عشر	التفكير المرن	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الرابعة عشر	مهارات متنوعة	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الخامسة عشر	اختيار الحل الايسر	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة السادسة عشر	الابتعاد عن المثيرات السلبية	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة السابعة عشر	اختيار هوايات البناءه	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الثامنة عشر	التدريب علي الايقاف	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة التاسعة عشر	قراءة المواضيع الإيجابية	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة العشرون	الاستماع للمشكلات	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الواحد والعشرون	المناقشة والاستماع	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الثانية والعشرون	المناقشة والاستماع	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الثالثة والعشرون	التسامح وقبول الآخر	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الرابعة والعشرون	التقرب من الصديق الأفضل	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة الخامسة والعشرون	الجلسة القبل الختامية	٤٥-٦٠ دقيقة
الجلسة السادسة والعشرون	الجلسة الختامية	٤٥-٦٠ دقيقة

### أولاً: نتائج فروض البحث

تم عرض لنتائج فروض الدراسة وتفسير ومناقشة هذه النتائج في ضوء فروض الدراسة والتصميم التجريبي لها.

أولاً: نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها:

١. نتائج الفرض الأول وتفسيرها ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية) بعد تطبيق البرنامج على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية في اتجاه المجموعة التجريبية "

لاختبار صحة الفرض الأول تم استخدام اختبار (ت) test "T"، لدلالة الفروق بين العينات المستقلة؛ وذلك لبحث دلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية) بعد

تطبيق البرنامج على مقياس المعالجة الانفعالية، وجدول (١) يبين النتائج التي تم التوصل إليها، كما يلي :

### جدول (١)

قيمة ت ودلالاتها للفروق بين متوسطي درجات طلاب (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية) في مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية

البعد	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة	حجم التأثير
القمع	الضابطة	٢٠	٢٢,٩٥	١,٥٣	٢٦,٢١٨	٣٨	٠,٠١	٠,٩٤٨
	التجريبية	٢٠	١١,٤٠	١,٢٣				
علامات الانفعال غير المعالج	الضابطة	٢٠	٢٣,٧٥	١,٦١	٣٠,٤٧٠	٣٨	٠,٠١	٠,٩٦١
	التجريبية	٢٠	١٢,١٠	٠,٥٥٢				
الانفعال غير المنتظم	الضابطة	٢٠	٢١,٣٠	١,٨٦	٢٠,٨٧١	٣٨	٠,٠١	٠,٩٢٠
	التجريبية	٢٠	١١,٧٠	٠,٨٦٤				
التجنب	الضابطة	٢٠	٢٣,٠٥	١,٧٦	٢٣,٦٩٣	٣٨	٠,٠١	٠,٩٣٧
	التجريبية	٢٠	١٢,٣٥	٠,٩٨٨				
خبرة انفعالية فقيرة	الضابطة	٢٠	٢١,٢٥	١,٨٠	١٨,٤١١	٣٨	٠,٠١	٠,٨٩٩
	التجريبية	٢٠	١٢,٧٠	١,٠٣				
الدرجة الكلية	الضابطة	٢٠	١١٢,٣٠	١,٨٩	٩٤,٠٨٤	٣٨	٠,٠١	٠,٩٩٦
	التجريبية	٢٠	٦٠,١٥	١,٥٩				

يتضح من جدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس المعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) في المجموعة الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج في اتجاه المجموعة التجريبية؛ حيث إن قيمة ت الخاصة بالمقارنة ٢٦,٢١٨ في بعد القمع، في بعد علامات الانفعال غير المعالج ٣٠,٤٧٠، في بعد الانفعال غير المنتظم ٢٠,٨٧١، في بعد التجنب ٢٣,٦٩٣، في بعد خبرة انفعالية فقيرة ١٨,٤١١ للأبعاد الفرعية على التوالي، وللدرجة الكلية للمعالجة الانفعالية بلغت قيمة ت (٩٤,٠٨٤)، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١. وكان حجم التأثير مربع eta الجزئي كالتالي:

$$\eta^2 = 0.01 \text{ يشير إلى تأثير صغير ؛ } \eta^2 = 0.06 \text{ يشير إلى تأثير متوسط ؛}$$

$\eta^2 = 0.14$  يشير إلى تأثير كبير. وهي قيمة مرتفعة تدل على التأثير القوي للبرنامج التدريبي لخفض المعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) لدى طلاب كلية التربية في المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج مقارنة بدرجات المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج التدريبي في المعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)، وتعني أن (٩٤,٨٪، ٩٦,١٪، ٩٢٪، ٩٣,٧٪، ٨٩,٩٪) من التأثير في الأبعاد الفرعية على الترتيب، و (٩٩,٦٪) من التأثير في قيمة المعالجة الانفعالية (الدرجة الكلية) لدى طلاب كلية التربية في المجموعة التجريبية ترجع إلى تأثير البرنامج التدريبي لخفض المعالجة الانفعالية السلبية لدى طلاب كلية التربية، مما يشير على قبول الفرض الأول. وتتفق هذه النتائج مع دراسات دراسة

( Laura, 2012 ) دراسة (Paul,2014) دراسة (زينب عبدالعليم, ٢٠١٢) (Robinson 2015).

وفد فسرت الباحثة باستخدام فنية المناقشة والاستماع المستفيض إلى أداء بعض الطلاب إلى البعض، والاستفادة من المناقشات مع الباحثة ساهم أيضا في الوصول إلى تلك النتيجة؛ حيث إن للمناقشة هي بوابة إلى ذهن الآخر، ومدخل إلى الاستفادة من خبراته. وفي الجلسة الأولى فان استخدام فنية تقديم الذات ساهم أيضا في كسر حاجز القلق ، وإذابة الثلج بين أفراد المجموعة، وإن خلق جو من الألفة بين الأفراد، ساهم في خلق بيئة شبه تعليمية تمهد للاستفادة كما سوف يتم في الجلسات.

## ٢. نتائج الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في (القياس القبلي - القياس البعدي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية في اتجاه القياس البعدي ".

لاختبار صحة الفرض الثاني تم استخدام اختبار (ت) test "T"، لدلالة الفروق بين العينات المرتبطة؛ وذلك لبحث دلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (في القياسين القبلي والبعدي) على مقياس المعالجة الانفعالية، وجدول (٢) يبين النتائج التي تم التوصل إليها.

### جدول (٢)

قيمة ت ودالاتها للفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (في القياسين القبلي والبعدي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية.

البعد	القياس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة	حجم التأثير
-------	--------	---	-----------------	-------------------	--------	-------------	---------------	-------------

البعء	القياس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة	حجم التأثير
القمع	القبلي	٢٠	٢٣,٠٥	١,٤٦	٢٤,٤١١	١٩	٠,٠١	٠,٩٥١
	البعدي	٢٠	١١,٤٠	١,٢٣				
علامات الانفعال غير المعالج	القبلي	٢٠	٢٣,٩٠	١,٦٨	٣٢,٧٩٤	١٩	٠,٠١	٠,٩٥٩
	البعدي	٢٠	١٢,١٠	٠,٥٥٢				
الانفعال غير المنتظم	القبلي	٢٠	٢١,٢٠	٢,٠٥	٢٤,٥٢٩	١٩	٠,٠١	٠,٩١٤
	البعدي	٢٠	١١,٧٠	٠,٨٦٤				
التجنب	القبلي	٢٠	٢٣,٠٠	١,٨٠	٢٤,٠٤٥	١٩	٠,٠١	٠,٩٣٤
	البعدي	٢٠	١٢,٣٥	٠,٩٨٨				
خبرة انفعالية فقيرة	القبلي	٢٠	٢١,٤٥	١,٩٨	٢٠,١٣٧	١٩	٠,٠١	٠,٨٨٩
	البعدي	٢٠	١٢,٧٠	١,٠٣				
الدرجة الكلية	القبلي	٢٠	١١٢,٥٠	١,٧٩	٨٩,٣١٤	١٩	٠,٠١	٠,٩٩٦

يتضح من جدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس المعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) في القياسين القبلي والبعدي في اتجاه القياس البعدي؛ حيث إن قيمة ت تبلغ في بعد القمع ٢٤,٤١١، في بعد علامات الانفعال غير المعالج ٣٢,٧٩٤، في بعد الانفعال غير منتظم ٢٤,٥٢٩ في بعد التجنب ٢٤,٠٤٥، في بعد خبرة انفعالية فقيرة ٢٠,١٣٧ في بعد للأبعاد الفرعية على التوالي، وللدرجة الكلية للمعالجة الانفعالية بلغت قيمة ت (٨٩,٣١٤)، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١.

وكان حجم التأثير مربع eta الجزئي كالتالي:

$$\eta^2 = 0.01 \text{ يشير إلى تأثير صغير ؛ } \eta^2 = 0.06 \text{ يشير إلى تأثير متوسط ؛}$$

$\eta^2 = 0.14$  يشير إلى تأثير كبير. وهي قيمة مرتفعة تدل على التأثير القوي للبرنامج التدريبي لخفض المعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) لدى طلاب كلية التربية في المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج مقارنة بدرجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج التدريبي في المعالجة الانفعالية (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)، وتعني أن (٩٥,١٪، ٩٥,٩٪، ٩١,٤٪، ٩٣,٤٪، ٨٨,٩٪) من التأثير في الأبعاد الفرعية على الترتيب، و (٩٩,٦٪) من التأثير في قيمة المعالجة الانفعالية (الدرجة الكلية) لدى طلاب كلية التربية ترجع إلى تأثير البرنامج التدريبي لخفض المعالجة

الانفعالية السلبية لدى طلاب كلية التربية، مما يشير على قبول الفرض الثاني. وتتفق هذه النتائج مع دراسات دراسة

(Florin, 2014) دراسة (Boruchovitch & Bortoletto 2013) دراسة (Kensinger, 2015).  
(Schmidt, et al, 2010)

قد فسرت الباحثة ان اكتساب مهارات الإنصات الفعال في الجلسة ساعد في الاستعادة الكبيرة عند ممارسة تدريبات المعالجة الانفعالية، وهو ما ساهم في الوصول إلى تلك النتيجة. والتدريب من تدريبات المعالجة الانفعالية وهو اختبار الكلمة الأفضل يعتمد على تدريب الطالب على أن ينتقى من الكلمات التي تكون هي أقرب إلى التوافقية والتفكير السوي.

### ٣. نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في (القياس البعدي - القياس التتبعي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية ".

لاختبار صحة الفرض الثالث تم استخدام اختبار (ت) test "T"، لدلالة الفروق بين العينات المرتبطة؛ وذلك لبحث دلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (في القياسين البعدي والتتبعي) على مقياس المعالجة الانفعالية، وجدول يبين النتائج التي تم التوصل إليها، كما يلي:

### جدول (٣)

قيمة ت ودلالاتها للفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (في القياسين البعدي والتتبعي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية.

البعدي	القياس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
القمع	البعدي	٢٠	١١,٤٠	١,٢٣	٠,١٦٠	١٩	٠,٨٧٤ غير دالة
	التتبعي	٢٠	١١,٤٥	١,٢٧			
علامات الانفعال غير المعالج	البعدي	٢٠	١٢,١٠	٠,٥٥٢	٠,٣٥٧	١٩	٠,٧٢٥ غير دالة
	التتبعي	٢٠	١٢,٢٠	١,١٠			
الانفعال غير المنتظم	البعدي	٢٠	١١,٧٠	٠,٨٦٤	٠,٦١٦	١٩	٠,٥٤٥ غير دالة
	التتبعي	٢٠	١١,٥٥	٠,٧٥٩			
التجنب	البعدي	٢٠	١٢,٣٥	٠,٩٨٨	١,٠٦٤	١٩	٠,٣٠١

البعد	القياس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	التتبعي	٢٠	١٢,٠٥	٠,٧٤٩			غير دالة
خبرة انفعالية فقيرة	البعدي	٢٠	١٢,٧٠	١,٠٣	٠,٤٩٧	١٩	٠,٦٢٥
	التتبعي	٢٠	١٢,٥٥	١,٥٣			غير دالة
الدرجة الكلية	البعدي	٢٠	٦٠,١٥	١,٥٩	٠,٩٤١	١٩	٠,٣٥٨
	التتبعي	٢٠	٥٩,٨٠	٢,٥٤			غير دالة

يتضح من جدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية (في القياسين البعدي والتتبعي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية، حيث بلغت قيمة (ت) الخاصة بالمقارنة في بعد القمع ٠,١٦٠، في بعدعلامات الانفعال غير معالج ٠,٣٥٧، في بعد الانفعال غير المنتظم ٠,٦١٦، في بعد التجنب ١,٠٦٤، في بعد خبرة انفعالية فقيرة ٠,٤٩٧، وللدرجة الكلية للمعالجة الانفعالية بلغت قيمة ت ٠,٩٤١ وهذا يشير الي استمرار فعالية البرنامج التدريبي لخفض المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية؛ مما يشير إلى قبول الفرض الثالث. وتتفق هذه النتائج مع دراسة (نهال حامد ٢٠١٣). وفسرت الباحثة بان يمكن وصف تلك الفنيات بانها أقرب إلى المسابقات التي يشغف بها الطلاب كثيرا، مثل: اختيار الوعي الذاتي، واختبار الكلمة الأفضل، والحل الأيسر والانفعالات الداخلية والأفكار الداخلية والتعاطف والتفكير المرن. كلها تدريبات تعتمد على جانبين هامين وهما جانب إعمال العقل في مجالات إيجابية، والجانب الثاني هو جانب التشويق، وهو ما ساهم في الوصول إلى تلك النتيجة.

### نتائج البحث:

مما سبق عرضه يمكن تلخيص نتائج الدراسة الحالية علي النحو الآتي:

- "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية) بعد تطبيق البرنامج على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية في اتجاه المجموعة التجريبية "

- "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في (القياس القبلي - القياس البعدي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية في اتجاه القياس البعدي."

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في (القياس البعدي - القياس التتبعي) على مقياس المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية " .

#### توصيات بحث:

في ضوء ما أسفر البحث من نتائج يمكن تقديم التوصيات المقترحات التالية:

- 1- أظهرت نتائج البحث فاعلية المعالجة الانفعالية لدى طلاب كلية التربية.
- 2- تصميم برامج إرشادية قائمة على المعالجة الانفعالية، واستغلال ذلك الأسلوب الإرشادي الجديد في علاج بعض الاضطرابات الأخرى مثل: اضطرابات النوم في الأكل ، والخوف الاجتماعي، والفوبيات المختلفة.

3- إعداد دورات وورش عمل للأخصائيين النفسيين لتدريبهم على أسلوب للمعالجة الانفعالية.

4- الاهتمام بمعالجة الأسباب لأن الوقاية خير من العلاج.

#### بحوث مقترحة:

- 1- برنامج تدريبي قائم على المعالجة الانفعالية للحد من القلق العام.
- 2- برنامج تدريبي قائم على المعالجة الانفعالية لخفض قلق العنوسة لدى الفتيات المتأخرات في الزواج.
- 3- برنامج تدريبي قائم على المعالجة الانفعالية لتنمية سلوك المبادأة عند الأطفال في مرحلة الطفولة الباكرة.
- 4- برنامج تدريبي قائم على المعالجة الانفعالية لتنمية الحب والألفة بين الأزواج.
- 5- برنامج تدريبي قائم على المعالجة الانفعالية لتنمية بعض الخصائص الإيجابية لدى المراهقين.
- 6- المقارنة بين أسلوبي المعالجة الانفعالية والإرشاد المعرفي السلوكي في خفض بعض الاضطرابات الوجدانية لدى عينة من الراشدين.

#### المراجع

حيدر مزهر يعقوب (٢٠١١) .التنظيم الانفعالي للطلبة المتميزين في محافظة ديالى، المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين، المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين والمتفوقين: "الموهبة والابداع مقتطفات هامة في حياة الشعوب ، من ١٥-١٦ أكتوبر، جامعة ديالى العراق، ص:٤٦٧-٤٥١.

- زينب عبد العليم بدوى (٢٠١١) . النموذج البنائي للعلاقات بين الإبداع الإنفعالي و بعض متغيرات تجهيز المعلومات الانفعالية دراسات تربوية ونفسية مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق ، ع (٧٢)، ١٦٧ - ٢٥٤.
- صلاح الدين عراقى محمد (٢٠١٦). أساليب المعالجة الانفعالية لدى طلاب الجامعة المكتتب وغير المكتتبين مجلة كلية التربية ، جامعة بنها.
- محمد عبد الرؤوف عبدربه (٢٠١٩) . التجهيز الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين مرتفعي ومنخفضي الإخفاق المعرفي المجلة التربوية كلية التربية جامعة سوهاج، (٦٥)، ٣٠٠ - ٣٩٥.
- نهال لطفي حامد(٢٠١٣). أثر برنامج قائم على العلاج بالقبول والالتزام في تنمية التجهيز الانفعالي لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه منشوره كليه التربيه بالأسماعليه، جامعه القناة السويس.
- Adrian, M., Zeman, J., Erdley, C., Lisa, L., Homan, K., & Sim, L.(2009). Social Contextual Link to Emotion Adolescent Psychiatric in Patient Population Symptomatology Matter? of Child: Psychology And Journal Psychiatry, 50 (11), 1428-1436.
- Bortoletto, D., & Boruchovitch, E (2013). Learning strategies and emotional regulation of pedagogy students. Paidéia (Ribeirão Preto), 23(55), 235-242.
- Cabello, R. Salguero, J. Fernandez- Berrocal, P. Gross, J (2013) AnSpanish Adaptation of the Emotion RegulationOF Questionnaire, European Journal Psychological Assessment, Vol. 29(4), 234-240.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. Child Development, 82 (1), 405-432.
- Eastabrook, J. M., Flynn, J.J., & Hollenstein, T. (2014). Internalizing Symptoms In female adolescents: Associations with emotional awareness and emotion regulation. Journal Of Child And Family Studies, 23(3), 487-496.
- Eisenberg, N (2001) The core and correlates of affective social competence. Social Development, 10(1), 120-124.
- Florin, D. (2014). Alterations of the emotional processing system.may underlie preserved rapid reaction time in tinnitus, Brain Research, 15, 67, 28-41.
- Joan L. Luby (2006); Preschool mental Healthy, Development disorders, and treatment, Gui Lford Press, New York.

- Kensinger, E. (2015). Processing emotional picture and words: Effects of Violence and arousal, *Cognitive, Affective & Behavioral Neuroscience*. 6, 2, 110-126.
- Kevin, W. (2014). The effect of user control on the cognitive and emotional processing of pictures, *Media Psychology*, 9, 4, 549-566.
- Laura, W. (2012). Emotional processing and its relationship to chronic low back pain, *Journal of Psychosomatic Research*, 68, 1, 83-68.
- Mauss, I. B., Bunge, S. A., & Gross, J. J (2007) Automatic emotion regulation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 146-147.
- Ninivaggi, Frank John (2017), Making Sense of Emotion: Innovating Emotional Intelligence, Justin's functional model for Emotional information Processing on Improving Social competence of first grade children with ADHD, Aress university.
- Paul, F. (2014). Psychopathy and the emotional processing, *Sciences of Behavior*. 2, 4, 21-37.
- Robinson, L. (2015). Emotional processing and psychosocial function in bipolar disorder, Doctor of Philosophy, Faculty of Medical sciences. Newcastle University.
- Richard, K. (2014). Emotional processing and psychopathic traits in male adolescent offenders. Master of Arts. Carleton University.
- Reyes, M. R., Brackett, M. A., Rivers, S. E., White, M., & Salovey, P. (2012). Classroom emotional climate, student engagement, and academic achievement. *Journal of Educational Psychology*, 104\*(3), 700-712.
- Schmidet, S. Tinti, C. Levine, L. Testa, S (2010) Appraisals, emotions and emotion regulation: An integrative approach. *Motiv Emot*, 34(1), 63-72.
- Silk, J, S., Shaw, D, S., Skuban, E, M., Su Sanne Denham, Hideko Hamada basset; todd wyatt (2007); *The Socialization of Emotional Competence*, mason university.
- Silk, J, S., Shaw, D, S., Skuban, E, M., Oland, A, A., and Kovacs (2006) Emotion regulation strategies in offspring of childhood- onset depressed mothers, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(1). 69-78.
- Tracy, D. (2014). Emotional face processing and emotion regulation, *HDEVN*, 34. 1, 20-44.