

استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل

Cognitive emotional regulation strategies among students of Mosul University

Faten Younis Bektesh

فاتن يونس بكتش سليمان

Suleiman

د. صبيحة ياسر مكطوف

Dr. Sabiha Yasser Maktouf

أستاذ مساعد

Assistant Professor

University of Mosul - College

جامعة الموصل - كلية التربية للعلوم

of Education for Human

الانسانية - قسم العلوم التربوية والنفسية

Sciences - Department of

Educational and Psychological

Sciences

[Faten.younis95@gmail.com](mailto:Faten.younis95@gmail.com)

تاريخ القبول

تاريخ الاستلام

٢٠٢٢/٩/٢٩

٢٠٢٢/٨/٢٨

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التنظيم، الانفعالي المعرفي، التنظيم الانفعالي

Keywords: Cognitive emotional. regulation strategies. emotional regulation

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على:

١. مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل.
٢. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى افراد عينة البحث تبعاً لمتغير؛ النوع الاجتماعي (ذكور.اناث)، الصف (الثاني.الرابع)، التخصص (علمي.انساني).

تم اعتماد المنهج الوصفي وتكون مجتمع البحث من (٢٣٠٥١) طالباً وطالبة للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢١) وتم اختيار عينة عشوائية طبقية بواقع (٩٢٠) طالباً وطالبة ونسبة ٤ %، تم بناء مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي والذي يشمل نوعين من الاستراتيجيات (استراتيجيات التركيز المسبق - استراتيجيات التركيز على الاستجابة) من نوع موافق، وتم استخراج الصدق الظاهري وبذلك عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في العلوم التربوية والنفسية، وصدق البناء، اما القوة التمييزية للفقرات فتراوحت القيم التائية المحسوبة ما بين (٢,١٥٣-٦,١٢١) وهي اكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) وبهذا تكون جميع الفقرات مميزة، وكذلك تم استخراج الثبات بطرق (الاختبار واعادة الاختبار وبلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٣)، ومعادلة الفا وبلغت (٠,٨١)، حتى اصبح عدد فقرات المقياس بصيغته

النهائية (٣٠) فقرة، وتمت معالجة بيانات البحث بالوسائل الاحصائية (الاختبار التائي لعينة واحدة. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين. معامل ارتباط بيرسون، معادلة الفا كرونباخ) عن طريق الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وتوصل البحث الى النتائج الآتية:

١. ان مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل ضمن المستوى المتوسط.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور - اناث)، و متغير الصف (الثاني - الرابع)، و متغير التخصص (العلمي - الانساني) في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل.
- وبناءً على النتائج التي تم التوصل اليها توصي الباحثة بما يأتي:
  ١. ان تعمل وزارة التعليم العالي على تضمين المناهج الدراسية المتعلقة باستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي.
  ٢. حث اساتذة الجامعة الطلبة على استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي في تعاملهم مع الاخرين.
- اسفرت النتائج عن عدد من المقترحات منها اجراء دراسة عن :
  ١. استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقتها بالكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة.
  ٢. اثر برنامج تدريبي لتنمية استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة الجامعة.

**Abstract**

The research aims to identify:

- 1- The level of cognitive emotional regulation strategies among the students of the University of Mosul.
- 2- The statistically significant differences in the cognitive emotional regulation strategies among the research sample members according to a variable; Gender (males. females). grade (second. fourth). specialization (scientific. human).

The descriptive approach was adopted. and the research community consisted of (23051) male and female students for the academic year (2021-2022). and a stratified random sample was selected of (920) male and female students. at a rate of 4%. The cognitive emotional regulation strategies scale was built. which includes two types of strategies (pre-focus strategies - focus response strategies) of the type of items. For the purpose of extracting the psychometric properties. the scale was presented in its initial form to experts in educational and psychological sciences to extract the apparent validity. and the structural validity of the scale was extracted. and calculating the discriminatory power of the items. so the calculated T values ranged between (2.153-6.121). which is greater than the tabular value of (1.96). and thus all the items of the scale are distinguished. The stability was also extracted by methods (test and re-test. and the value of the correlation coefficient was (0.83). And the alpha was (0.81). Until the number of items of the scale in its final form became (30). and the research data was processed by statistical means (one-sample t-test. two independent samples t-test. Pearson correlation coefficient. Cronbach's alpha equation) by means of the statistical package for social sciences (SPSS).

The research reached the following results:

- 1- The level of cognitive emotional regulation strategies among Mosul University students is within the average level.
- 2- There are no statistically significant differences according to the gender variable (male - female). the grade variable (second - fourth). and the specialization variable (scientific - human) in the level of cognitive emotional regulation strategies among the students of the University of Mosul.

Based on the results that have been reached. the researcher recommends the following:

- 1- The Ministry of Higher Education should work to include the curricula related to cognitive emotional regulation strategies.
- 2- University's professors encourage students to use cognitive emotional regulation strategies in their dealings with others.

The results resulted in several suggestions. including conducting a study on:

- 1- Cognitive emotional regulation strategies and their relationship to the emotional efficiency of university students.
- 2- The effect of a training program on developing cognitive emotional regulation strategies among university students.

## التعريف بالبحث

## مشكلة البحث:

إن عدم القدرة على تنظيم الانفعالات واختيار الاستراتيجية الملائمة للموقف يجعل الأفراد عرضة للمشكلات النفسية حيث يؤثر القصور في التنظيم الانفعالي في العديد من الجوانب الفسيولوجية والعقلية والصحية (حرب ٢٠٢٠:١٣١). وبينت دراسة شميدت وآخرون Schmidt. et al. (٢٠١٠) أن المستويات المرتفعة من مشاعر الاحباط و العجز، ارتبطت مع استراتيجيتي الكبت الاجترار؛ وذلك لوجود علاقة بين هذه الانفعالات وأساليب تنظيمها والمشكلات التي سيعاني منها الطالب، وان المستويات المرتفعة من القلق والخوف، ارتبطت مع استراتيجيتي التركيز على المشكلة وتعاطي المخدرات و أن بعض استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي تلعب دوراً مهماً في المشكلات النفسية والسلوكية التي يتعرض لها الطالب. (سلوم ٢٠١٥:٤)، وتنقسم الاستراتيجيات إلى نوعين: استراتيجيات توافقية تعمل على ضبط الانفعال بطرق متعددة ومتفاوتة من شخص إلى آخر بل ولدى الشخص نفسه باختلاف المواقف الانفعالية المثيرة للانفعالات، ومن مرحلة عمرية إلى أخرى، وان الاستراتيجيات غير التوافقية لا تساعد الشخص على الوصول إلى درجة التوافق المطلوبة، وترتبط غالباً هذه الاستراتيجيات الأخيرة بعوامل عدم التوافق الشخصي والاجتماعي، وكلا النوعين قد يفشل في تنظيم الانفعال، وقد يتكرر الفشل مما يؤدي إلى صعوبات في تنظيم الانفعال، وتتضمن الاستراتيجيات غير التوافقية (الكارثية) وتعبر عن التهويل والمبالغة في التعبير عن الانفعالات؛ و(لوم الآخرين) ويشير إلى إلقاء اللوم المستمر على الآخرين في المواقف الانفعالية؛ و(لوم الذات) وتعني إقبال الشخص على إلقاء اللوم على ذاته في مواجهة المواقف الانفعالية المتضمنة للتهديد؛ و(الاجترار) ويشير إلى انسياق الشخص وراء الأفكار السلبية المتعلقة بالأحداث الانفعالية؛ (مطاوع ٢٠٢١:٢٣٢). وبناءً على ذلك استشعرت الباحثتان مشكلة البحث من خلال تعاملهما مع الطلبة وان بعض الطلاب لديهم القدرة على تنظيم انفعالهم بسهولة عكس كثير من زملائهم الامر الذي دفع الباحثتان للتساؤل عن مدى تمتع طلبة جامعة الموصل بأستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي ؟.

## اهمية البحث:

ان الانفعال لايرتبط بالموقف في حد ذاته. وانما بادراك الفرد للموقف. وبالتالي فتقييم الموقف هو الذي يحدد الانفعال. ومن هنا يتضح أن تغيير الادراك يسمح بتغيير الانفعال. وتشير استراتيجية إعادة التقييم المعرفي الى سياق معرفي. والذي يتم من خلاله تقييم الموقف من اجل التخفيف او الزيادة في طبيعته الانفعالية. فهي استراتيجية متمركزة على سوابق الاستجابة الانفعالية. حيث تظهر وتتدخل قبل انشاء اتجاهات الاستجابة. وهي تسمح بالتخفيض من الانفعالات السلبية. والرفع من الايجابية. وكذلك الرفاهية النفسية التي يسببها الموقف. وهنا يقترب اعادة التقييم المعرفي من مفهوم اعادة التقييم الايجابي. الناتج عن القراءات حول المقاومة والتفاوض والتي تتمثل في تحديد الجوانب الايجابية للموقف اثناء توقع العواقب ( Christophe et all.2009:60) في حين يعمل القمع التعبيري على تنظيم مظاهر الانفعال الظاهرة. كتعابير الوجه. وضعية الجسم. والصوت. وهي استراتيجية غير وظيفية. فحذف المكون التعبيري في الانفعال لا يغير شيئاً في المكونات الاخرى حيث أن شدة الانفعال لا تتخفف. وفي الحقيقة التنشيط الفسيولوجي في هذه الحالة يزيد. هذا من جهة ومن جهة اخرى. الانفعالات الظاهرة غالباً ما يُشعر بها كما هي من طرف شركاء التفاعل الاجتماعي. ونظراً الى أن عدداً معيناً من الانفعالات لا يمكن التعبير عنها. فإنه على الفرد استخدام أسلوب اخر لتنظيم الانفعالات. كاعادة التقييم المعرفي للموقف (Mikolajczat. 2009: 187). وتبرز أهمية استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي في انها تعزز الصحة النفسية للفرد وتساعد على التغلب على الصعاب والمشكلات وتعمل على تحويل الانفعالات من سلبية إلى إيجابية والتغلب على المواقف الحياتية الضاغطة و زيادة القدرة على التفكير الإبداعي وحل المشكلات و تؤثر استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي في التذكر طويل الأمد، كما ترتبط ارتباطاً قوياً بالذاكرة الدلالية (عبد الحميد ٢٠٢٢: ٢٥١).

ووفقاً لذلك فإن اهمية البحث تكمن في الاتي:

- ١- **الاهمية النظرية:** وتشمل عرض المفاهيم الخاصة بموضوع استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي والدراسات السابقة المحلية والعربية والاجنبية التي تخص الموضوع
- ٢- **الاهمية التطبيقية:** وتتمثل في اعداد استبانة خاصة عن طلبة الجامعة والاستفادة من النتائج التي ستظهر بعد تطبيق الاستبانة.

## اهداف البحث

- يهدف البحث الى التعرف على:

١. مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل.
٢. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى افراد عينة البحث تبعاً لمتغير؛ النوع الاجتماعي (ذكور.اناث)، الصف الدراسي (الثاني.الرابع)، التخصص (علمي.انساني).

## حدود البحث

- الحدود المكانية : جامعة الموصل.
- الحدود الزمانية : ٢٠٢١-٢٠٢٢
- الحدود البشرية : طلبة جامعة الموصل.
- الحدود المعرفية : متغير استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي.

## تحديد المصطلحات

## اولاً: التنظيم الانفعالي

وعرفه كلاً من :

١. ثومبسون (2011) **Thompson**: " انه يتضمن جميع العمليات الداخلية والخارجية المسؤولة عن المراقبة والتقييم وتعديل الاستجابات الانفعالية الشديدة منها والمؤقتة بغرض تحقيق اهداف الفرد." (Thompson 2011: 53-61)
٢. مورلين وآخرون(2012) **Morelen et al..** : " أن تنظيم الانفعالات ليست فقط قمع التعبيرات السلبية أو السيطرة على الانفعالات بل هي عملية دينامية نشطة وضرورية لسير العمل التكيفي في بيئة متغيرة باستمرار." (عفيفي ٢٠١٦:٥٤٤)

٣. كومبير وآخرون (2014) **Compare et al..**

" انه مجموعة من العمليات المعرفية التي تؤثر في نوع الاستجابة الانفعالية.والكيفية التي يعبر بها الافراد عن انفعالاتهم .وبناءً عليه يمكن القول ان التنظيم الانفعالي يشير الى العمليات الفسيولوجية .والاجتماعية والسلوكية والمعرفية التي يمكن بواسطتها ادارة الانفعالات الناشئة عن الاحداث الصاغطة." (Compare.et al.. 2014:1-10)

ثانياً: استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي

وعرفها كل من :

١. مورفي Murphy (٢٠١٣): " العمليات المعرفية والسلوكية التي تستخدم لتعديل أو تغيير الحالة الانفعالية." (Murphy.٢٠١٣:٧)
٢. هولجادو - تيلو (٢٠١٨) Holgado-Tello: " وهي مجموعة من الاستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد في معالجة المعلومات التي تتيح للشخص تنظيم معايير مختلفة لردود أفعالهم الانفعالية." (Holgado-Tello 458:2018)
٣. السيد (٢٠١٩): " هي الاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد لملاحظة خبراته الانفعالية. ومحاولة التحكم فيها وضبطها. وتتكون من استراتيجيات تكيفية ولا تكيفية ". (السيد ٢٠١٩ : ٨٢)
٤. التعريف النظري : تبنت الباحثة التعريف التالي:  
- كروس (١٩٩٨) Gross: هي العمليات التي من خلالها يستطيع الفرد ضبط انفعالاته ويحدد متى يشعر بها؟ وكيف يكتسبها؟ وكيف يعبر عنها؟ وقد تكون شعورية او لاشعورية و ترتبط بسلوك الفرد واستجاباته بصورة مباشرة، (Gross. ١٩٩٨. ٢٧٥).
- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي المستخدم في البحث.

دراسات سابقة:

١. دراسة بروكمان وآخرون (٢٠١٦) Brockman .at el (المشاعر-استراليا)  
(استراتيجيات تنظيم الانفعال في الحياة اليومية: اليقظة وإعادة التقييم المعرفي وجمع المشاعر-استراليا)  
هدفت الدراسة الى الكشف عن استراتيجيات تنظيم الانفعال في الحياة اليومية: اليقظة وإعادة التقييم المعرفي وجمع المشاعر وتكونت العينة من ١٨٧ طالباً جامعياً وقد توصلت الدراسة إلى وجود تأثير موجب دال إحصائياً لاستراتيجيات تنظيم الانفعال على الرفاه الانفعالي، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين استراتيجية إعادة التقييم المعرفي والوجدان الموجب، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين استراتيجية تثبيط التعبير الانفعالي والوجدان السالب، وأن تثبيط التعبير يرتبط إيجاباً بالوجدان السلبي وسلباً بإعادة التقييم المعرفي اليومي. (Brockman .at el (٢٠١٦)).



## ٢. دراسة حميد ٢٠١٩

(التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقته مع التحيزات المعرفية لدى طلبة الجامعة جامعة تكريت) هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين التنظيم الانفعالي المعرفي والتحيزات المعرفية ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بإعداد مقياس البحث (التنظيم الانفعالي المعرفي والتحيزات المعرفية) واستخراج خصائصها السايكومترية (من صدق وثبات وتحليل عاملي)، وتطبيق هذين المقياسين على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة، وبعد التحليل الاحصائي للبيانات اظهرت النتائج ما يلي: ان عينة البحث تتمتع بالتنظيم الانفعالي المعرفي. ان عينة البحث لا تمتلك تحيزاً معرفياً. وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة احصائية بين التنظيم الانفعالي المعرفي والتحيزات المعرفية. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين التنظيم الانفعالي المعرفي والتحيزات المعرفية تبعاً لمتغيري النوع (ذكر، انثى) والتخصص (علمي، انساني). (حميد ٢٠١٩).

## ٣. دراسة البلاح ٢٠٢٠

(استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقتها بالاستئارة الفائقة والذكاء الروحي لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية- السعودية)

هدفت الدراسة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي والاستئارة الانفعالية الفائقة والذكاء الروحي، وكذلك التعرف على طبيعة الفروق بين الذكور والإناث في تلك المتغيرات تكونت عينة البحث من (٦٠) طالب وطالبة من الموهوبين في المرحلة الثانوية، تراوحت أعمارهم بين (١٥-١٨) عاماً، تم تطبيق مقياس جارنفسكي وكراياج (٢٠٠٧) (Garnefski & Kraaij) تعريب الباحث، ومقياس الاستئارة الفائقة اعداد Falk et.al.(1999) ومقياس الذكاء الروحي اعداد Amram & Dryer (2008) وبينت نتائج البحث وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والاستئارة الفائقة، والذكاء الروحي. كما تبين وجود فروق بين الذكور والإناث في أبعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي في اتجاه الذكور في (لوم الذات ورؤية الموضوع من منظور آخر) وفي اتجاه الإناث في استراتيجيات (اجترار الأفكار، والتهويل، ولوم الآخرين)، والاستئارة الفائقة في اتجاه الذكور في أبعاد الاستئارة (الفسحركية والتخيلية)، وفي اتجاه الإناث في بعدي (الاستئارة الحسية والانفعالية)، والذكاء الروحي في اتجاه الذكور في بعدي (الوعي، والحقيقة)، ولم توجد فروق في بعدي التفوق والمعنى. (البلاح ٢٠٢٠).

## اجراءات البحث

وتشمل المنهج المعتمد ومجتمع البحث وعيناته والادوات المستخدمة ومؤشرات الصدق والثبات والوسائل الاحصائية المستخدمة لمعالجة البيانات احصائياً وعلى النحو الاتي:

## اولاً: منهجية البحث

تعرف بأنها مجموعة الخطوات التي يتبناها الباحث لتفسير ظاهرة ما، كما أنها مجموعة المناهج والمفاهيم والادوات التي تتضافر فيما بينها، حيث تقدم للباحث دليلاً يتبعه لإدراك الظواهر المختلفة والتعامل معها وسبر إغوارها (عمار وآخرون ١٢: ٢٠١٩).

## ثانياً : مجتمع البحث :

تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطلبة جامعة الموصل للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢) والبالغ عددهم (٢٣٠٥١). فقد بلغ عدد الطلبة في الصف الثاني (١١٩٧٣) طالباً وطالبة بواقع (٦٤٦٧) ذكوراً و (٥٥٠٦) اناثاً و (١١٠٧٨) طالباً وطالبة في الصف الرابع بواقع (٦٣٠٣) و (٤٧٧٥) اناثاً.

## ثالثاً : عينات البحث

## أ. العينة الاستطلاعية

وتمثل التطبيق الاولي لادوات البحث وتأتي هذه الخطوة مساندة لنصائح الخبراء والتحليل المنطقي. ويترتب على الباحث ان يختار عينة من الاشخاص من المجتمع نفسه الذي سوف تسحب منه عينة الدراسة فيما بعد (ميخائيل ٢٠١٦: ١٠٦). تم اختيار عينة استطلاعية مكونة من ٤٠ طالباً وطالبة من خارج عينة البحث الاساسية.

## ب. عينة التحليل الاحصائي

تم سحب عينة عشوائية طبقية متساوية بلغت (٣٦٠) طالباً وطالبة من الصف الثاني والرابع من طلبة جامعة الموصل كما موضح في الجدول (١).

## الجدول (١)

عينة التحليل الاحصائي موزعة على الكليات حسب النوع الاجتماعي والصف والتخصص

المجموع الكلي	الصف الرابع		الصف الثاني		التخصص	الكلية	ت
	اناث	ذكور	اناث	ذكور			
٣٦	٩	٩	٩	٩	العلمي	كلية الصيدلة	١
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية طب الاسنان	٢
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية التمريض	٣
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية الهندسة	٤
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية علوم الحاسوب	٥
٣٦	٩	٩	٩	٩	الانساني	كلية التربية الانسانية	٦
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية الاداب	٧
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية الفنون الجميلة	٨
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية الحقوق	٩
٣٦	٩	٩	٩	٩		كلية العلوم السياسية	١٠
٣٦٠	٩٠	٩٠	٩٠	٩٠		المجموع	

## ج. عينة الثبات

لغرض استخراج ثبات أداة البحث (مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي) وذلك بطريقة التطبيق واعادة التطبيق ومعادلة الفاكرونباخ أُختيرت عينة الثبات وبلغت (٦٠) طالباً وطالبة من كلية الهندسة قسم هندسة الحاسبات وكلية الاداب قسم علم الاجتماع للصفين الثاني والرابع وتم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية، كما موضح في الجدول (٢).

## الجدول (٢)

عينة الثبات موزعة على الكليات حسب النوع الاجتماعي والصف والتخصص

المجموع الكلي	الصف الرابع		الصف الثاني		التخصص	الكلية	ت
	اناث	ذكور	اناث	ذكور			
٣٠	٧	٨	٨	٧	العلمي	الهندسة	١
٣٠	٧	٨	٨	٧	الانساني	الاداب	٢
٦٠	١٥	١٥	١٥	١٥		المجموع	

## ج. عينة التطبيق النهائي

بعد أن تم تحديد مجتمع البحث والبالغ عددهم (٢٣٠٥١) طالباً وطالبة و تم سحب عينة عشوائية طبقية لان المجتمع غير متجانس اي انه متكون من عدة طبقات تتصف كل منها ببعض الخواص والصفات والتي تميزها بعضها عن البعض الاخر(حمودي ٢٠٠٩:٨١) وسحبت عينة عشوائية طبقية مكونة من (٩٢٠) طالباً وطالبة من (١٤) كلية لتمثل عينة التطبيق النهائي بواقع (٧) كليات علمية و (٧) كليات انسانية من كليات جامعة الموصل من الصفيين الثاني والرابع.

## رابعاً : اداة البحث

ولغرض تحقيق اهداف البحث تم استخدام ادوات القياس النفسي والمتمثلة بمقياس (استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي) لدى طلبة جامعة الموصل.

## ١. اجراءات بناء مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي

لغرض التعرف على مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل. تم اعداد مقياس يتلاءم مع عينة البحث من طلبة الجامعة. ومرت عملية اعداد المقياس بالمرحل الاتية:

١. الاطلاع على الادبيات والمقاييس العربية والاجنبية الخاصة بموضوع استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي والاستفادة من هذه المقاييس في التعرف على الفقرات المناسبة في تصميم مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي.

٢. تحديد المفهوم النظري لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي واستناداً على نظرية (Gross 1998) والذي يرى انها العمليات التي من خلالها يستطيع الفرد ضبط انفعالاته ويحدد متى يشعر بها؟ وكيف يكتسبها؟ وكيف يعبر عنها؟ وقد تكون شعورية او لاشعورية و ترتبط بسلوك الفرد واستجاباته بصورة مباشرة، و تم تحديد نوعين من استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وهي :

- استراتيجيات التركيز المسبق وهي الاستراتيجيات التي يلجأ إليها الفرد في حالة الاستعداد للاستجابة قبل أن يكون متفاعلاً بشكل كلي مع مثير الموقف الانفعالي ويميز فيه بين أربعة أنواع يمكن أن تطبق في مواقف مختلفة من عملية حدوث الانفعال وهي اختيار الموقف . تعديل الموقف . توزيع او نشر الانتباه . التغيير المعرفي.
- استراتيجية التركيز على الاستجابة وفيها يكون الفرد متفاعلاً مع الحالة الانفعالية، والانفعال قائم بشكل اعتيادي و لهذه الاستراتيجية نوع واحد يسميه كروس تعديل الاستجابة وتطبق بعد حدوث الاستجابة الانفعالية، ويدعى أيضاً بكبت التعبير/القمع التعبيري ، وفيها يكف الفرد عن المضي في التعبير عن انفعالاته في الموقف أو يخفي

علامات التعبير الانفعالي. في كثير من الأحيان، تكون الغاية من هذه الاستراتيجية المسايرة الاجتماعية والخضوع لأوامر الجماعة أو الإنصياع للموقف.

٣. جمع الفقرات الخام من المصادر الآتية:

#### أ. العينة الاستطلاعية

تم جمع الفقرات الخام من العينة الاستطلاعية من خلال توجيه سؤال مفتوح حول الاستراتيجيات التي يستخدمها الطالب اثناء مروره بمواقف انفعالية.

#### ب. الخبراء

تم اجراء عملية تحليل لمفهوم استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي مع. فضلاً عن الخبراء في الاختصاصات التربوية والنفسية في تشخيص مفهوم استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي.

٤. الاطلاع على النظريات النفسية التي فسرت استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي.

٥. تم الاعتماد في صياغة الفقرات على اسلوب المواقف وكل موقف له بديلان للجاباة على شكل عبارات ترتبط به يعبر كل منها عن نوع معين من الاستراتيجية المستخدمة وقد روعي بأن تكون قصيرة وذات لغة واضحة و مفهومة لعينة البحث .

٦. بلغ عدد فقرات المقياس بصورته الاولية (٣٤) فقرة منها ١٩ فقرة للاستراتيجية الاولى و ١٥ فقرة للاستراتيجية الثانية. و تم تحديد بديلين من نوع مواقف.

#### ١- الصدق:

ان صدق الاختبار يتعلق بالهدف الذي يبني الاختبار من أجله، وبالقرار الذي يتخذ استناداً إلى درجاته، فدرجات الاختبار تستخدم عادة في التوصل إلى استدلالات معينة. (علام ٢٠٠٠: ١٨٦)، وتم التحقق من نوعين من صدق الاداة وكالاتي :

#### أ. الصدق الظاهري

ان معامل الصدق يتم التوصل اليه من خلال حكم المختص على درجة الاختبار للسمة المقاسة وبما أن حكم المختص يتصف بالذاتية لهذا يعطي الاختبار للمحكمين، ويمكن تقييم درجته - الصدق الظاهري - من خلال التوافق بين تقديرات المحكمين. فعلى حسب توافق تقديرات المحكمين يكون مؤشر ضعف أو صدق الاختبار. (مجيد ٢٠١٤ : ٤٨). وقد تم عرض مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء والمحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (٢٦) خبيراً وتم اعتماد نسبة اتفاق (٧٥%) فما فوق معياراً للدلالة على الصدق الظاهري ويشير بلوم ان المقياس اذا حصل على نسبة اتفاق (٧٥) او اكثر يمكننا الشعور بالارتياح (بلوم ١٩٨٣ : ١٢٦)، وبعد

الاطلاع على آراء الخبراء حذفت فقرة واحدة من فقرات استراتيجية التركيز المسبق وبذلك بلغ عدد الفقرات (٣٣) فقرة.

### ب. الصدق البنائي

يبين هذا النوع من الصدق مدى العلاقة بين الأساس النظري للاختبار وبين فقرات الاختبار، أو بمعنى آخر إلى أي مدى يقيس الاختبار الفرضيات النظرية التي يبني عليها الاختبار (أبو الديار ٢٠١٢: ٣٣).

### القوة التمييزية

لغرض حساب قوة تمييز الفقرات لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي تم اجراء الخطوات الاتية:

١. تم سحب عينة عشوائية من خارج عينة البحث الاساسية من طلبة جامعة الموصل وطبق المقياس المكون من (٣٣) فقرة على عينة التحليل الاحصائي (التمييز) المؤلفة من (٣٦٠) طالباً وطالبة موزعين على التخصصين العلمي والانساني للصفين الثاني والرابع. (ولكون طلبة الصف الرابع -كلية التربية للعلوم الانسانية- كانوا في فترة التطبيق فقد تم عمل رابط الكتروني لهم)،

٢. تم تصحيح استمارات المقياس ورتبت الدرجات ترتيباً تنازلياً ثم سحب نسبة (٢٧%) من الدرجات العليا ليمثل المجموعة العليا وقد بلغت (٩٧) استمارة، وأدنى (٢٧%) من الدرجات الدنيا ليمثل المجموعة الدنيا. اذ ترى (Anastasi) ان النسبة المثلى هي (٢٧%) (Anastasi.1988;23) كما يشير (Kelly) الى ان هذه النسبة تجعل المجموعتين في افضل ما يكون في الحجم والتباين (Kelly.1993;488). وقد بلغت (٩٧) استمارة، ثم المقارنة بينهما باستخدام الاختبارات الإحصائية للتعرف عن الدلالة الإحصائية.

٣. بعد تحديد حجم المجموعتين (العليا والدنيا) حسبت القوة التمييزية للفقرات باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وبناءً على ذلك تم حذف الفقرات (١ . ٧) التابعة للاستراتيجية الاولى (التركيز المسبق) والفقرة (١٩) التابعة للاستراتيجية الثانية التركيز على الاستجابة لان القيم التائية المحسوبة لهذه الفقرات اقل من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية قدرها (١٩٢).

### ٢- الثبات

تم استخراج الثبات بطريقة اعادة التطبيق. وجرى تطبيق المقياس للمرة الاولى على عينة عددها (٦٠) طالباً و طالبة وذلك بتاريخ (٢٠٢٢/٤/٤) واعيد تطبيق الاختبار للمرة الثانية على نفس العينة بتاريخ (٢٠٢٢/٤/١٨) اي بفواصل زمني قدره ١٤ يوماً. وتم حساب

درجات التطبيقين باستخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة مستوى الاتساق بين التطبيقين وقد اظهرت النتائج ان معامل الثبات قد بلغ (٠,٨٣) وهو مستوى جيد للثبات. وهذا ما اشار اليه عيسوي بان نسبة الثبات الجيدة تتراوح بين (٧٠ و ٩٠) (عيسوي ١٩٩٩:٥٨) اي ان المقياس يتمتع بمستوى ثبات مقبول. ومن ثم استخراج معامل الثبات بطريقة الفاكرونباخ وبلغ معامل الثبات للمقياس بهذه الطريقة (٠,٨١). وبذلك اصبح المقياس جاهزاً للتطبيق.

#### خامساً: التطبيق النهائي للمقياس

بعد التحقق من الصدق الظاهري والذاتي والقوة التمييزية والثبات لأداة البحث، تم تطبيق مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي الذي تألف من (٣٠) فقرة على عينة البحث والبالغ عددها (٩٢٠) طالباً و طالبة من طلبة جامعة الموصل وقد بدأ التطبيق بتاريخ (٢٠٢٢/٤/١٩) واستمر لغاية (٢٠٢٢/٥/١٨)، تم تطبيق المقياس مع الايضاح في بداية اللقاء مع كل مجموعة من أفراد العينة الغرض من تطبيق هذا المقياس، وضرورة الإجابة عن كل الفقرات وعدم ترك أية فقرة من دون إجابة وأهمية تثبيت المعلومات المتعلقة ب(النوع الاجتماعي و الصف و التخصص) والتأكيد على سرية المعلومات الواردة في الإجابات ، ويطلب منهم عدم ذكر الاسم لمنح المستجيبين الحرية في التعبير بدقة وموضوعية.

#### سادساً : تصحيح اداة البحث

#### استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي

تكون المقياس من (٣٠) فقرة من نوع مواقف ولكل فقرة بدليلين واعطيت الاوزان الاتية (٢. ١) وكانت اعلى درجة للمقياس (٦٠) واقل درجة (٣٠) بمتوسط افتراضي قدره (٤٥).

#### سابعاً : الوسائل الاحصائية المستخدمة

لاجل معالجة البيانات الواردة في البحث. تم الاستعانة ببرنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وهو برنامج حاسوبي ظهرت اول نسخة منه عام ١٩٦٨ ويعتبر من اكثر البرامج استخداماً لتحليل المعلومات الاحصائية (الراوي ٢٠١٥:٤)، وتمت المعالجة باستخدام الوسائل الاحصائية الاتية (معادلة الصدق الظاهري، الاختبار التائي لعينة واحدة ، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، الاختبار التائي لدلالة معامل الارتباط، معادلة الفاكرونباخ).

## عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول: التعرف على مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل

لأجل تحقيق هذا الهدف تم تحليل إجابات عينة البحث والبالغ عددهم (٩٢٠) طالباً و طالبة، اذ بلغ المتوسط الحسابي (٥٠,٠٥٧٦) و بانحراف معياري قدره (٣,٥٧٢٠٤)، وعندمقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الافتراضي للمقياس البالغ (٤٥) تبين ان المتوسط الحسابي اكبر من المتوسط الفرضي. ومن أجل التعرف على دلالة الفرق بين المتوسطين (الحسابي ، الافتراضي) ، طبقت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة (-one sample T-test) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٤٢,٩٤٦) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩١٩) تبين أن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية، كما موضح في الجدول (٣).

## الجدول (٣)

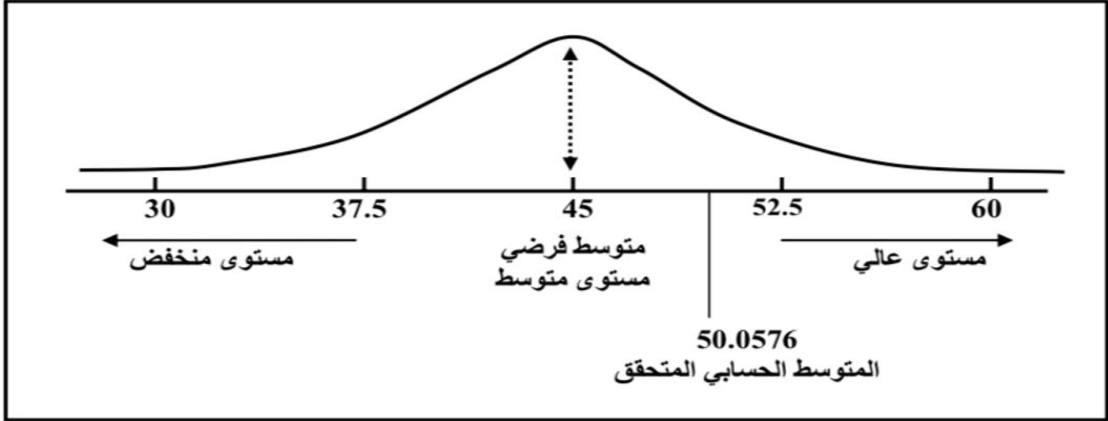
نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي

## للعينة الكلية

الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الافتراضي	المتوسط الحسابي	العدد
	الجدولية	المحسوبة				
يوجد فرق دال	١,٩٦٠ (٠,٠٥)(٩١٩)	٤٢,٩٤٦	٣,٥٧٢٠٤	٤٥	٥٠,٠٥٧٦	٩٢٠



وأوضح أن درجات أفراد العينة وقعت ضمن المستوى المتوسط كما في الشكل (١)



الشكل (١)

مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وفق المنحنى الاعتيادي.

وأظهرت هذه النتيجة وجود فرق ذي دلالة احصائية مما يعني تمتع طلبة جامعة الموصل بمستوى متوسط من استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وتفسر هذه النتيجة في ضوء خصائص الطالب الجامعي الذي يسعى الى ادارة وضبط حالاته الانفعالية بواسطة استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي للتفاعل مع البيئة الاكاديمية بفاعلية ومواجهة حالات الفشل والتغيير والاحباط التي قد تواجههم في حياتهم، (حميد ٢٠١٩: ٥١٩). اتفقت مع دراسة (عياش، فائق ٢٠١٥) و دراسة (حميد ٢٠١٩).

الهدف الثاني: التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى افراد عينة البحث تبعاً لمتغير:

أ. النوع الاجتماعي (ذكور . اناث): بلغ عدد الذكور (٤٦٦) طالباً بمتوسط حسابي (٥٠,٢٢٧٥) وبانحراف معياري قدره (٣,٤٧٧٠٨) اما الاناث فبلغ عددهن (٤٥٤) طالبة وبمتوسط حسابي (٤٩,٨٨٣٣) وبانحراف معياري قدره (٣,٦٦٢٥٩) واطهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة لمتغير النوع الاجتماعي هي (١,٤٦٢) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦٠) وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩١٨). وكما موضح في الجدول(٤).

#### الجدول(٤)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور . اناث)

الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	النوع الاجتماعي
	الجدولية	المحسوبة				
لا يوجد فرق دال	١,٩٦٠	١,٤٦٢	٣,٤٧٧٠٨	٥٠,٢٢٧٥	٤٦٦	ذكور
			٣,٦٦٢٥٩	٤٩,٨٨٣٣	٤٥٤	اناث

وتشير هذه النتيجة الى انه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور ، اناث) في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي. اتفقت الدراسة في هذه النتيجة مع دراسة (عياش، فائق، ٢٠١٥) و دراسة (حميد، ٢٠١٩).

ب. الصف (الثاني . الرابع): بلغ عدد الطلبة في الصف الثاني (٤٦٠) طالباً و طالبة. بمتوسط حسابي (٥٠,١٦٠٩) وبانحراف معياري (٣,٦٠٨٣٠). اما عدد الطلبة في الصف الرابع بلغ (٤٦٠) طالباً وطالبة . بمتوسط حسابي (٤٩,٩٥٤٣) وبانحراف معياري (٣,٥٣٦٣٢)، وقد اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (٠,٨٧٧) اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦٠) وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩١٨) وكما موضح في الجدول(٥).

## الجدول (٥)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي تبعاً لمتغير الصف (الثاني . الرابع)

الدالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الصف
	الجدولية	المحسوبة				
لا يوجد فرق دال	١,٩٦٠	٠,٨٧٧	٣,٦٠٨٣٠	٥٠,١٦٠٩	٤٦٠	الثاني
			٣,٥٣٦٣٢	٤٩,٩٥٤٣	٤٦٠	الرابع

وتشير هذه النتيجة الى انه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين افراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الصف (الثاني . الرابع) في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي. اتفقت الدراسة في هذه النتيجة مع دراسة (عياش، فائق، ٢٠١٥) و دراسة (سلوم ٢٠١٥).

ج. التخصص (علمي . انساني): بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (٤٦٠) طالباً و طالبة. وبلغ المتوسط حسابي (٥٠,١٠٨٧) وانحراف معياري (٣,٦٤٨٠٧)، اما عدد الطلبة في التخصص الانساني بلغ (٤٦٠) طالباً وطالبة، بمتوسط حسابي (٥٠,٠٠٦٥) وانحراف معياري (٣,٤٩٧٥٨)، وقد اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (٠,٤٣٤) اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦٠) وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩١٨). وكما موضح في الجدول (٦).

## الجدول (٦)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي تبعاً لمتغير التخصص (العلمي . الانساني)

الدالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	التخصص
	الجدولية	المحسوبة				
لا يوجد فرق دال	١,٩٦٠	٠,٤٣٤	٣,٦٤٨٠٧	٥٠,١٠٨٧	٤٦٠	علمي
			٣,٤٩٧٥٨	٥٠,٠٠٦٥	٤٦٠	انساني

وتشير هذه النتيجة الى انه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين افراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص (العلمي. الانساني) في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي. اتفقت الدراسة في هذه النتيجة مع دراسة (عياش، فائق ٢٠١٥) و دراسة(حميد ٢٠١٩).

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

أولاً: الاستنتاجات:

1. تتميز عينة البحث بمستوى متوسط من استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل.
2. التقارب النسبي في مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة جامعة الموصل تبعاً لمتغير؛ النوع الاجتماعي (الذكور - الاناث)، الصف (الثاني - الرابع)، التخصص (علمي - انساني).

ثانياً: التوصيات:

1. ان تعمل وزارة التعليم العالي على تضمين المناهج الدراسية المتعلقة باستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي.
2. حث اساتذة الجامعة الطلبة على استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي في تعاملهم مع الاخرين.
3. على اساتذة الجامعة الاهتمام باعداد الطلبة اعداداً فكرياً و مهنياً يتماشى مع طبيعة المستجدات الحياتية وبما ينسجم مع استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي.

ثالثاً: المقترحات:

تقترح الباحثة اجراء الدراسات الاتية:

1. استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي لدى طلبة الدراسات العليا.
2. استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقتها بالكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة.

## ثبت المصادر

## أولاً: المصادر العربية

- ❖ أبو الديار، مسعد نجاح (٢٠١٢) القياس والتشخيص لذوي صعوبات التعلم، مركز تقويم وتعليم الطفل، الكويت، ط١.
- ❖ البلاح، خالد عوض (٢٠٢٠) استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقتها بالاستثارة الفائقة والذكاء الروحي لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. كلية التربية- جامعة الملك فيصل [kaa201125@yahoo.com](mailto:kaa201125@yahoo.com)
- ❖ حرب. سامح حسن سعد الدين (٢٠٢٠) الاسهام النسبي للتفكير المغاير والتركيز التنظيمي والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال في اساليب اتخاذ القرار . كلية التربية. جامعة بنها.
- ❖ حميد، علا رافع (٢٠١٩) التنظيم الانفعالي المعرفي وعلاقته مع التحيزات المعرفية لدى طلبة الجامعة. كلية التربية للعلوم الإنسانية/قسم العلوم التربوية والنفسية /جامعة تكريت.
- ❖ الراوي، طارق (٢٠١٥) شرح برنامج التحليل الاحصائي SPSS.
- ❖ سلوم .هناء عباس (٢٠١٥) استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات "دراسة مقارنة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعية بمدينة دمشق". كلية التربية. جامعة دمشق.
- ❖ السيد .الحسين حسن محمد (٢٠١٩) الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال وعلاقتها بالهناء الذاتي الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. علم النفس الارشادي جامعة الملك سعود.
- ❖ عبد الحميد ، ميرفت حسن فتحي (٢٠٢٢) فاعلية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي (في ضوء نماذج ما بعد البنائية) في تنمية الابتكارية الانفعالية والتفكير المنفتح النشط لدى طلاب كلية التربية. كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد ٢ المجلد ٢٣، ٢٠٢٢ [jsre.journal@gmail.com](mailto:jsre.journal@gmail.com)
- ❖ عفيفي ، ريوان شكري (٢٠١٦). استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي المنبئة بالتذكر طويل الأمد. مجلة الإرشاد النفسي، ج(٢).
- ❖ علام.صلاح الدين محمود (٢٠٠٠) القياس والتقويم التربوي والنفسي اساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة. دار الفكر العربي. ط١.
- ❖ عمار. بوحوش (٢٠١٩) منهجية البحث العلمي وتقنياته في العلوم الاجتماعية. المركز الديمقراطي العربي برلين-المانيا.

- ❖ عيسوي. عبد الرحمن محمد (١٩٩٩) القياس والتجريب في علم النفس والتربية. دار المعرفة الجامعية.
- ❖ مجيد. سوسن شاكر (٢٠١٤) اسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية. مركز دبيونو لتعليم التفكير. ط٣.
- ❖ مطاوع، محمد مسعد عبد الواحد (٢٠٢١) نموذج بنائي للعلاقات بين تنظيم الانفعالات بين الشخصية (الميول والكفاءة) والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال (التوافقية واللاتوافقية) والازدهار النفسي لدى الطلاب الموهوبين والفاائقين دراسياً. مجلة البحث العلمي في التربية المجلد ٢٢ العدد الأول ٢٠٢١.
- ❖ ميخائيل. امطانيوس نايف (٢٠١٦) بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتقنيها. دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع. عمان - الاردن ط١.

#### ثانياً: المصادر الأجنبية

- ❖ Anastasi. Ann (1988) 'Psychological testing'. Macmillan publishing Co.Inc. New York. U.S.A.
- ❖ Bloom. Benjamin. et al. (1983) Synthesis and Formative Student Assessment. University of Chicago. McGudgill Publishing.
- ❖ Brockman. R.. Ciarrochi. J.. Parker. P.. & Kashdan. T. (2016). **Emotion regulation strategies in daily life: mindfulness, cognitive reappraisal and emotion suppression**. Cognitive Behavior Therapy. 1(1). 1-23. <http://dx.doi.org/10.1080/16506073.2016.1218926>
- ❖ Christophe. V..& Antoine .P.. &Tanguy L..& Gérald D..(2009). **Évaluation de deux stratégies de régulation émotionnelle**. la suppression expressive et la réévaluation cognitive Assessment of two emotional regulation processes. Expressive suppression and cognitive reevaluation. domaine universitaire du Pont-de-Bois. France. DOI:[10.1016/j.erap.2008.07.001](https://doi.org/10.1016/j.erap.2008.07.001)
- ❖ Compare. A.; Zabro. C.; Shonin. E.; Gordon. W. & Marconi. C. (2014). **Emotional Regulation and Depression: A Potential Mediator between Heart and Mind**. Cardiovascular Psychiatry and

Neurology. Article ID 324374. 1-10.

<http://dx.doi.org/10.1155/2014/324374>

- ❖ Gross. J. J.. (1998). **The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review**. Review of General Psychology. 2. 271-299.  
<http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- ❖ Holgado-Tello. F. P.. Amor. P. J.. Lasa-Aristu. A.. Domínguez-Sánchez. F. J.. & Delgado. B. (2018). **Two new brief versions of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire and its relationships with depression and anxiety**. Anales De Psicología/Annals of Psychology. UNED(Spain).
- ❖ Kelly. K.R. (1993)." The relation of gender and academic achievement to career self-efficacy and interests". **Journal of gifted child quarterly**. vol.34.no.2.pp.59-59.
- ❖ Mikolajczak (M) .(2009). **Les compétences émotionnelles** . Paris : Dunod.
- ❖ Murphy. R. J. (2013). **Identifying the role of emotion regulation strategies in predicting school adjustment in late childhood and adolescence. (Doctoral dissertation)**. University of Southampton
- ❖ Thompson .R. S. (2011).**Emotion and Emotion Regulation :Two Sides of the Developing Coin** .Emotion Review.