



الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH

مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية

مجلة علمية دورية محكمة

العدد الرابع عشر - الجزء الثاني
ذو القعدة 1444 هـ - يونيو 2023 م

معلومات الإيداع في مكتبة الملك فهد الوطنية

النسخة الورقية :

رقم الإيداع: 1441/7131

تاريخ الإيداع: 1441/06/18

رقم ردمد : 1658-8509

النسخة الإلكترونية :

رقم الإيداع: 1441/7129

تاريخ الإيداع: 1441/06/18

رقم ردمد : 1658-8495

الموقع الإلكتروني للمجلة :

<https://journals.iu.edu.sa/ESS>



البريد الإلكتروني للمجلة :

ترسل البحوث باسم رئيس تحرير المجلة

iujournal4@iu.edu.sa





الجامعة الإسلامية بمكة المكرمة
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH

البحوث المنشورة في المجلة
تعبر عن آراء الباحثين ولا تعبر
بالضرورة عن رأي المجلة

جميع حقوق الطبع محفوظة
للجامعة الإسلامية



قواعد وضوابط النشر في المجلة

أن يتسم البحث بالأمانة والجدية والإبتكار والإضافة المعرفية في التخصص.

لم يسبق للباحث نشر بحثه.

أن لا يكون مستلماً من رسالة علمية (ماجستير/دكتوراة) أو بحوث سبق نشرها للباحث.

أن يلتزم الباحث بالأمانة العلمية.

أن تراعى فيه منهجية البحث العلمي وقواعده.

أن لا تتجاوز نسبة الاقتباس في البحث المقدم (25%).

أن لا يتجاوز مجموع كلمات البحث (12000) كلمة بما في ذلك الملخصين العربي والإنجليزي وقائمة المراجع.

لا يحق للباحث إعادة نشر بحثه المقبول للنشر في المجلة إلا بعد إذن كتابي من رئيس هيئة تحرير المجلة.

أسلوب التوثيق المعتمد في المجلة هو نظام جمعية علم النفس الأمريكية (APA) الإصدار السابع، وفي الدراسات التاريخية نظام شيكاغو.

أن يشتمل البحث على : صفحة عنوان البحث ، ومستخلص باللغتين العربية والإنجليزية، ومقدمة ، وصلب البحث ، وخاتمة تتضمن النتائج والتوصيات ، وثبت المصادر والمراجع ، والملاحق اللازمة مثل: أدوات البحث، والموافقات للتطبيق على العينات وغيرها؛ إن وجدت.

يلتزم الباحث بترجمة المصادر العربية إلى اللغة الإنجليزية.

يرسل الباحث بحثه إلى المجلة إلكترونياً ، بصيغة (WORD) وبصيغة (PDF) ويرفق تعهداً خطياً بأن البحث لم يسبق نشره ، وأنه غير مقدم للنشر، ولن يقدم للنشر في جهة أخرى حتى تنتهي إجراءات تحكيمه في المجلة.

المجلة لا تفرض رسوماً للنشر.



الهيئة الاستشارية :

معالي أ.د. : محمد بن عبدالله آل ناجي

رئيس جامعة حفر الباطن سابقاً

معالي أ.د. : سعيد بن عمر آل عمر

رئيس جامعة الحدود الشمالية سابقاً

معالي د. : حسام بن عبدالوهاب زمان

رئيس هيئة تقويم التعليم والتدريب سابقاً

أ. د. : سليمان بن محمد البلوشي

عميد كلية التربية بجامعة السلطان قابوس سابقاً

أ. د. : خالد بن حامد الحازمي

أستاذ التربية الإسلامية بالجامعة الإسلامية سابقاً

أ. د. : سعيد بن فالح المغامسي

أستاذ الإدارة التربوية بالجامعة الإسلامية سابقاً

أ. د. : عبدالله بن ناصر الوليعي

أستاذ الجغرافيا بجامعة الملك سعود

أ.د. محمد بن يوسف عفيفي

أستاذ أصول التربية بالجامعة الإسلامية سابقاً



هيئة التحرير :

رئيس التحرير :

أ.د. : عبدالرحمن بن علي الجهني

أستاذ أصول التربية بالجامعة الإسلامية

مدير التحرير :

أ.د. : محمد بن جزاء بجاد الحربي

أستاذ أصول التربية بالجامعة الإسلامية

أعضاء التحرير :

معالي أ.د. : راتب بن سلامة السعود

وزير التعليم العالي الأردني سابقا
وأستاذ السياسات والقيادة التربوية بالجامعة الأردنية

أ.د. : عبدالرحمن بن يوسف شاهين

أستاذ المناهج وطرق التدريس بالجامعة الإسلامية

أ.د. : عبدالعزيز بن سليمان السلومي

أستاذ التاريخ الإسلامي بالجامعة الإسلامية سابقاً

أ.د. : عبدالله بن علي التمام

أستاذ الإدارة التربوية بالجامعة الإسلامية

أ.د. : محمد بن إبراهيم الدغيري

وكيل جامعة شقراء للدراسات العليا والبحث العلمي
وأستاذ الجغرافيا الاقتصادية بجامعة القصيم

أ.د. : علي بن حسن الأحمدي

أستاذ المناهج وطرق التدريس بالجامعة الإسلامية

د : رجاء بن عتيق المعيلي الحربي

أستاذ التاريخ الحديث والمعاصر المشارك بالجامعة الإسلامية

الإخراج والتنفيذ الفني:

م. محمد بن حسن الشريف

المنسق العلمي :

أ. محمد بن سعد الشال



الجامعة الإسلامية في المدينة المنورة
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH



فهرس المحتويات :

م	عنوان البحث	الصفحة
11	Teaching Perspective in Inclusive Classrooms for Students with Intellectual Disability in Sakaka Aljouf, Saudi Arabia: Qualitative Approach Dr. Khalid Habib Alshamri	1
23	فاعلية استراتيجية تنال القمر (POSSE) في تنمية كل من المفاهيم والاتجاهات المحية في مقرر المهارات الحياتية والأسرية لدى تلميذات الصف السادس الابتدائي بمدينة حائل في ضوء تقنية الإنفوجرافيك د. شيماء بنت نصر رحاب	2
73	الذكاء الاستراتيجي لرؤساء الأقسام الأكاديمية وعلاقته بتحقيق التميز التنظيمي من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس في جامعة حائل د. هبه بنت فرحان سلمان الرويلي	3
123	فعالية برنامج قائم على الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات في تحسين المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم أ. د. وليد بن السيد أحمد خليفة / د. أحمد بن غانم أحمد علي	4
189	أثر أنشطة التعلم في تنمية مهارات الفهم القرائي وعدادات العقل لدى طالبات الصف الأول الثانوي د. رسماء بنت عايض الحارثي	5
247	متطلبات تحقيق التربية النفسية للطفل وآليات تفعيلها في الأسرة ومعوقاتهما من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية في الجامعات السعودية د. فوزيه بنت مناحي ماجد اليعمي	6
293	دور تقنيات التعلم الرقمية في تعزيز الثقافة الإسلامية: دراسة نوعية لتصورات معلمي المرحلة الابتدائية د. فهد بن سليم سالم الحافظي	7
331	درجة ممارسة أعضاء هيئة التدريس لمهارات العلاقات الإنسانية من وجهة نظر طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة د. صالح بن سالم العمري	8
387	الذكاء المنظومي كمنبئاً بفاعلية الذات الإبداعية لدى عينة من طالبات جامعة القصيم د. لمياء بنت سليمان إبراهيم الفنيخ	9
431	الروايات التاريخية عن مكة في كتاب الفاموس المحيط للفيروآبادي (817هـ) دراسة تاريخية مقارنة د. شيخة بنت عبيد الحربي	10

* ترتيب الأبحاث حسب تاريخ ورودها للمجلة مع مراعاة تنوع التخصصات



الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH



**فعالية برنامج قائم على الاستراتيجيات
المعرفية لتنظيم الانفعالات في تحسين المناعة
النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى التلاميذ
الموهوبين ذوي صعوبات التعلم**

**Effectiveness of a program based on cognitive
emotion regulation strategies in developing
psychological immunity and emotional
reassurance among gifted with learning
disabilities**

إعداد

أ. د. وليد بن السيد أحمد خليفة

د. أحمد بن غانم أحمد علي
مدرس علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي
بجامعة الأزهر الشريف

أستاذ التربية الخاصة
بجامعة الأزهر الشريف

Dr. Ahmed Ghanem Ahmed Ali

Prof. Walid El-Sayed Ahmed
Mohamed Khalifa

Professor of Special Education

Professor of Special Education

At Al-Azhar Al-Sharif University

At Al-Azhar Al-Sharif University

DOI:10.36046/2162-000-014-014

المستخلص

هدف البحث الحالي إلى التحقق من فعالية برنامج قائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) في تحسين المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، حيث تم تطبيق البحث على عينة مكونة من (١٩) تلميذاً بالصف الخامس الابتدائي من الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، بمدرستي القنطرة البيضاء الجديدة والقديمة، بمديرية التربية والتعليم بكفر الشيخ، مقسمين إلى مجموعتين (تجريبية وعددها ١١ تلميذاً)، بالمدرسة الجديدة، بمتوسط زمني (١٣٣,٧) شهراً، وانحراف معياري (٣,٤)، وضابطة وعددها (٨) تلاميذ بالمدرسة القديمة، بمتوسط زمني (١٣٣,٥) شهراً، وانحراف معياري (١,٤١)، وتم اتباع المنهج شبه التجريبي، كما تم تطبيق مقياسي المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية إعداد الباحثين، والبرنامج القائم على الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات والتي تمثلت في الاستراتيجيات الإيجابية المتمثلة وهي: التقبل، وإعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابي، ورؤية الموقف من منظور آخر، إعداد الباحثين، وعدد جلساته (١٩) جلسة، بواقع ثلاث جلسات في الأسبوع، وتم استخدام اختبار مان ويتني، واختبار فريدمان، ومعادلة ويلكوكسون، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لكل من المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتبعي) لكل من المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لصالح القياسين البعدي والتبعي، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والتبعي. الكلمات المفتاحية: الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات، المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية، الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

Abstract

The present research aimed to investigate the effectiveness of a program based on cognitive emotion regulation strategies in developing psychological immunity and emotional reassurance among gifted with learning disabilities. The research was applied to a sample of (19) gifted fifth-grade children with learning difficulties, divided into two groups; experimental group consisted of (11) pupils, and controlled one consisted of (8), the quasi-experimental design was used. Scales of psychological immunity, emotional reassurance and a program based on cognitive emotion regulation strategies represented in acceptance, positive refocusing, refocus on planning, positive reappraisal and putting into perspective were applied. Results revealed statistically significant differences between the experimental and controlled groups on post measurements of psychological immunity and emotional reassurance in favor of the experimental one. Moreover, there were statistically significant differences between the mean scores of the experimental group on pre-post measurements of psychological immunity and emotional reassurance in favor of the post one.

Keywords: Cognitive Emotion Regulation Strategies, Psychological Immunity, Emotional Reassurance, gifted with learning disabilities.

المقدمة

تعد فئة الموهوبين والمتفوقين الثروة الحقيقية للمجتمعات، كما أنهم هم كنوزها وأغنى مواردها، فعلى عقولهم، ومن خلال ابداعاتهم واختراعاتهم تُعقد الآمال في مواجهة تحديات المستقبل، وتُحل المشكلات التي قد تعترض المسيرة الوطنية في التنمية، كما أنهم مكون مهم وأساسي في تحديث المجتمعات، وتطويرها، وتحقيق تقدمها، وازدهارها، وبناء حضارتها، ومن ثم أصبح الاهتمام بهذه الفئة وتقديم الرعاية المتكاملة لهم ضرورة ملحة، من أجل تنمية استعداداتهم المتميزة، واستثمار طاقاتهم الفريدة إلى أقصى ما تسمح به قدراتهم، وذلك من خلال تدريب هؤلاء التلاميذ على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) للتحقق من فعالية ذلك في تحسين مناعتهم النفسية وطمأنينتهم الانفعالية باعتبارها مكونين أساسيين ومهمين في تحقيق التقدم والازدهار والنمو لدي هذه الفئة من التلاميذ.

و يمتلك التلاميذ (الموهوبون ذوي صعوبات التعلم) موهبة بارزة في أحد المجالات، ويُظهرون قدرات عقلية مرتفعة على اختبارات الذكاء، كما يتمتعون بتفكير إبداعي مرتفع، ولديهم قدرة عالية على النقد والتخيل، وابداء الرأي، وحل المشكلات، كما أن لديهم القدرة على الإنجاز، والأداء المتفرد، ومع ذلك، فهم في نفس الوقت يعانون من صعوبات تعلم نوعية، بحيث تجعل تحصيلهم الأكاديمي منخفضاً، ويضعف من قدرتهم على توظيف قدراتهم بأقصى حد تسمح به تلك القدرات (محمود، ٢٠٢١).

وعلى هذا الأساس فإن التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) فئة حقيقية موجودة بين التلاميذ، حيث أشار الإمام والجوالدة (٢٠١٠) إلى أن الصعوبات الأكاديمية، والتحصيل المنخفض، يعدان من المشكلات الشائعة لدى التلاميذ الموهوبين، حيث تتراوح نسبتهم ما بين (١٥ - ٥٠٪)، كما أن الصعوبة قد تكون في مادة دراسية واحدة، وقد تشمل جميع المواد، كما أضاف أبو جادو (٢٠١٣) أن صعوبات التعلم تنتشر بين الأفراد الموهوبين في المدارس بنسبة تتراوح ما بين (١٠ - ١٥ ٪).

وجدير بالذكر أن فئة (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) تعد من أكثر الفئات التي تحتاج إلى الدعم، كما تحتاج إلى استثمار إمكاناتهم، وتدعيم قدراتهم، ومن ثم تنمية قدرتهم على الإنجاز،

ونظراً لأن (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) يميلون إلى العصبية، والشعور بالاغتراب، والاكتئاب، والحساسية الانفعالية المفرطة، ولديهم شعور غير عادي بعدم الرضا، والخوف من الفشل، فإن مناعتهم النفسية ضعيفة، ويفتقدون إلى الأمن النفسي، والطمأنينة الانفعالية (Al-Nawasreh, 2016).

وفي هذا الإطار يشير (Balzarotti et al. 2016) إلى أن (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) ترتبط ارتباطاً إيجابياً بالأداء الجيد للأفراد، ومناعتهم النفسية، ورفاهيتهم الذاتية والنفسية؛ ولذا فتتطلب الانفعال عبارة عن العملية التي يقوم بها التلاميذ من أجل تعديل أو تغيير انفعالاتهم، بصورة شعورية أو لا شعورية، وذلك في الاستجابة لمطالب البيئة، وكما أن نجاح الأفراد في تنظيم انفعالاتهم يرتبط بجودة الصحة النفسية والجسمية لديهم، وأدائهم الأكاديمي، ونجاحهم في العمل، في حين ترتبط صعوبات تنظيم الانفعالات بالعديد من الاضطرابات؛ كالاضطرابات النفسية والشخصية، والاكتئاب، والقلق، والإدمان.

ومن ثم فإن قدرة الطالب على تنظيم انفعالاته تعد عاملاً وسيطاً لمواجهة الضغوط، حيث إن تعرضه للضغوط يؤثر بالسلب على التنظيم الانفعالي لديه، ومن ثم تظهر لديه اضطرابات كالاكتئاب والقلق (Compare et al., 2014)، كما تعد (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) مواجهة معرفية للانفعالات التي تنتج عن الضغوط، والاستجابة المعرفية للأحداث التي تثير الانفعال، والتي تهدف بوعي، أو بدون وعي إلى تعديل الانفعالات، أو الخبرات الانفعالية لدى الفرد (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2010)؛ وتشير تلك (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) إلى الأفكار والمعارف التي ينظم من خلالها الفرد انفعالاته، حيث يعود ذلك إلى الارتباط بين المعرفة والانفعال، والتأثير المتبادل بينهما (Balzarotti et al., 2016).

وتتمثل (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) فيما يلي: (إعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التقييم الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، ورؤية الموقف من منظور آخر) وتسمى استراتيجيات إيجابية؛ و (لوم الذات، ولوم الآخرين، والكارثية، والقبول السلبي، والاجترار، والكارثية) وتسمى استراتيجيات سلبية (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2010).

وحتى يتمكن (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) من مواجهة الضغوطات التي يتعرضون لها، فإنهم يحتاجون إلى تحسين مناعتهم النفسية، كي تعمل على حماية، وتعزز من صحتهم العقلية والنفسية، والمناعة النفسية عبارة عن أ نموذج متعدد الأبعاد، يتضمن عوامل تؤثر في الصحة العقلية، مثل: التفاؤل، واحترام الذات، والسيطرة على الكليات الانفعالية، كما تشمل على موارد الحماية لتعزيز الشخصية، وتوفير مناعة ضد الإجهاد البيئي، وتساعد الفرد على التوافق وإقامة علاقات إيجابية، وتحقيق الرفاهية (Kaur & Som, 2020).

كما أن هؤلاء التلاميذ في أمس الحاجة إلى تنمية طمأنينتهم الانفعالية، خاصة وأن أبحاث علم النفس المعرفي في الآونة الأخيرة ركزت على دراسة الجوانب الإيجابية، التي تهتم بتطوير نقاط القوة لدى الفرد، بدلاً من الاهتمام بالسلبيات، ونقاط الضعف، وتعد الطمأنينة الانفعالية أحد الاحتياجات الأساسية للشخصية البشرية التي يحتاجها كل فرد في حياته، كما أنها تعبر عن طمأننة الروح عند معاناتها من الصعوبات، والأزمات، في المواقف المختلفة، والشعور بالراحة والصفاء، والقدرة على مواجهة صعوبات الحياة، والتحكم في المواقف المختلفة، والشعور بالإيجابية، والإنجاز، وإدارة البيئة بكفاءة (Aldhaidan, 2020).

ومن ثم يرى الباحثان أن (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) يتعرضون لضغوط كبيرة ناتجة عن الفجوة بين مستوى قدراتهم ومهاراتهم من جهة، وانخفاض مستوى أدائهم الفعلي من جهة أخرى، والذي يحدث عنه تناقض في شخصية الفرد، فيصاب بالإحباط والاضطراب، لكن إذا تم تدريب هؤلاء التلاميذ لتحسين مناعتهم النفسية، وتنمية طمأنينتهم الانفعالية، فإن ذلك قد يكون عاملاً فاعلاً في مواجهة تلك الضغوطات، وبالتالي يكون لذلك نتائج إيجابية متعددة على مجمل نواح حياتهم. لذا يهتم البحث الحالي بالكشف عن فعالية برنامج للتدريب على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) في تحسين المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم).

مشكلة البحث:

تتمثل مشكلة البحث في أن التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) يعانون من ضعف المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية، والذي قد يرجع إلى أن هؤلاء التلاميذ يتعرضون لكثير من

الضغوط بسبب الفجوة بين قدراتهم العقلية ومستوى تحصيلهم، وقد تبين ذلك للباحثين من خلال الدراسة الاستطلاعية التي قاما بها، وطبق خلالها مقياسين على بعض التلاميذ، وتبين من خلالهما انخفاض مستوى المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية لديهم.

هذا ويشهد العالم المعاصر سباقاً كبيراً في تقديم الخدمات التربوية للموهوبين، والاهتمام والرعاية بهم، لاسيما التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات في التعلم، فهؤلاء التلاميذ من أحق الفئات بالرعاية والاهتمام، نظرًا لأنهم يتمتعون بقدرات عقلية مرتفعة، ولديهم مستوى عقلي فريد، إلا أنهم في ذات الوقت يعانون من صعوبات تعلم في مادة دراسية أو أكثر، ويعانون عجزاً أكاديمياً، ومن ثم ينتج عن هذا الازدواج معاناة هؤلاء التلاميذ من التناقض، والضغوط الاجتماعية، والاضطرابات الانفعالية، ولذا رأي الباحثان ضرورة الاهتمام هؤلاء التلاميذ، من خلال تقديم برنامج لهم مستند على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) في تحسين مناعتهم النفسية، وطمأنينتهم الانفعالية.

وفي ذات السياق أشارت نتائج العديد من البحوث إلى ضرورة تنمية الجوانب الانفعالية، لدى التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، ومن بينها (المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية) نظرًا لأن هؤلاء التلاميذ لديهم قصور شديد في تلك النواحي، ومن بينها بحث سالم (٢٠٢١)؛ وبحث (Blaas 2014) والذان توصلا إلى أن تدريب التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم لتحسين مناعتهم النفسية وطمأنينتهم الانفعالية له نتائج إيجابية على النواحي الأكاديمية لديهم، حيث يساعدهم على تنظيم الذات، والثقة بالنفس، والمثابرة والاجتهاد، والاستقلالية، وتحمل المسؤولية، وتحقيق مستويات أعلى في الكفاءة الذاتية.

كما يتعرض التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) للعديد من الضغوط، والتي تؤثر في حالتهم النفسية، وتجعلهم يصابون بالإحباط والسلبية، والقلق، والاكتئاب، والعلاقات السيئة بين الأقران، والانطوائية، نظرًا لأنهم يُساء فهمهم، ويتم إهمالهم، فهؤلاء التلاميذ مع أنهم يمتلكون موهبة بارزة، وقادرون على الأداء العالي، ولكنهم أيضًا يعانون من صعوبات التعلم التي تجعل بعض جوانب التحصيل الدراسي صعبة، ومن ثم يتعرض هؤلاء التلاميذ للكثير من المشاكل الاجتماعية والانفعالية، وبالتالي فهؤلاء التلاميذ في أمس الحاجة إلى تنمية مناعتهم النفسية، حتى يستطيعون التوافق مع تلك الضغوطات (Stankovska & Rusi, 2014).

كما توصلت نتائج بحث (David 2017) إلى أن التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، يعانون من كثير من المشاكل النفسية والانفعالية، وذلك بسبب عدم الملاءمة، أو عدم التوافق بين مستوى قدراتهم، وإمكاناتهم، ومستوى تحصيلهم، وإنجازهم، وأنه ينبغي التدخل للحد من تلك المشاكل، بتدريبهم، وتنمية النواحي الإيجابية والانفعالية لديهم.

ومن الواضح أن التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، يعجزون عن استخدام (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات)، حيث يغلب عليهم الإحباط، ونقص الدافعية، وضعف الثقة بالنفس، وعدم الشعور بالأمن، ولديهم مفهوم ذات منخفض، ويعانون من تناقض بين قدراتهم الكامنة، وإنجازاتهم الفعلية، ولديهم انخفاض في القدرة على التنظيم، وعدم استخدام استراتيجيات مناسبة في حل المشكلات (دبانة والعطية، ٢٠١٥)، ومن ثم فإنه إذا تم تدريب هؤلاء التلاميذ على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) فإنها سيكون لها مردود إيجابي على مجمل حياة التلميذ.

وإضافة لما سبق، أشارت نتائج العديد من البحوث منها دبانة والعطية (٢٠١٥)؛ وسالم (٢٠٢١)؛ (Maddocks 2020)؛ Beckmann and Minnaert (2018) إلى أن التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم من أكثر الفئات تعرضاً للضغوط الانفعالية، حيث يفتقدون إلى الوعي الانفعالي بالذات، ويعجزون عن إقامة علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين، ولديهم انخفاض واضح في القدرة على التفكير في الانفعالات، وتنظيمها، مما ينعكس ذلك على حالتهم النفسية، ولذا فإنه من الضروري تدريب هؤلاء التلاميذ على تنظيم انفعالهم معرفياً بطريقة إيجابية؛ كما أظهر بحث (Karing and Beelmann 2019) وجود ارتباط لاستراتيجيات التنظيم المعرفي للانفعالات بالإرهاق العاطفي، واليقظة العقلية، والرضا عن الدراسة.

كما أوصت نتائج بعض البحوث السابقة بضرورة تقديم برامج لتنمية النواحي الانفعالية للموهوبين ذوي صعوبات التعلم وتحسين الأمن النفسي لديهم، ومنها بحوث: (Blaas, 2014; Al-Dehghani et al. (2018) وكذلك أوصت نتائج بحث (Nawasreh, 2016; David, 2017) بتدريب ذوي صعوبات التعلم على تنظيم الانفعالات؛ نظراً لأن له دوراً فاعلاً في خفض الإجهاد الأكاديمي، ويسهم في تنمية القبول الاجتماعي والضبط الانفعالي لديهم، وأوصت نتائج بحث (Nourali et al. (2018) بتدريب التلاميذ الموهوبين على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم

الانفعالات)، نظرًا لأنها يمكن استخدامها كوسيلة تدخل مفيدة لتعزيز التوافق (الانفعالي، والاجتماعي، والأكاديمي) وكذلك الرفاهية المدرسة، مما يؤدي إلى زيادة فعالية التلاميذ، ومساعدتهم في حل مشاكل التوافق والسلوك.

ومن خلال ما سبق يتضح أن التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، يواجهون العديد من المشكلات الانفعالية والأكاديمية والاجتماعية، ومن المتوقع أن تدريب هؤلاء التلاميذ على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) يمكن أن يكون أحد التدخلات المهمة التي قد تسهم في تحسين مناعتهم النفسية، وزيادة طمأنينتهم الانفعالية، نظرًا لأن هذين المتغيرين لهما إسهام كبير في التغلب على المشكلات السلوكية، والاضطرابات الانفعالية، ومن ثم هدف البحث الحالي إلى التحقق من فعالية برنامج قائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات)، في تحسين المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية، لدى التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم.

ومن ثم تتحدد مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي: ما فعالية برنامج قائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) في تحسين المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمناعة النفسية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للطمأنينة الانفعالية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي - البعدي - التبعي) للمناعة النفسية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي - البعدي - التبعي) للطمأنينة الانفعالية؟

هدف البحث:

يتمثل الهدف الرئيس للبحث في تحسين المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية، لدى التلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، وذلك من خلال استخدام برنامج قائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات)، والكشف عن مدى استمرارية فعالية هذا البرنامج خلال القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور فترة زمنية قدرها شهرًا.

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

تتحدد أهمية البحث النظرية فيما يلي:

- يعدّ البحث الحالي استجابة للاتجاهات العالمية الحديثة حيث يهتم بإحدى فئات ذوي الاحتياجات الخاصة، وهم التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، كما يعد هذا البحث إضافة جديدة لإثراء البحوث حول متغيرين من المتغيرات الحديثة نسبياً على الساحة التربوية والسيكولوجية، وهما: (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات)، والمناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية، لما لتلك المتغيرات من تأثير كبير في حياة (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم).
- فتح المجال أمام دراسات وبحوث مستقبلية حول متغيرات البحث الحالي المتمثلة في (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات)، والمناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية، مع عينات أخرى غير عينة البحث الحالي.
- فتح المجال أمام دراسات وبحوث مستقبلية، حول المتغيرات ذات التأثير في حياة الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، غير متغيرات البحث الحالي.
- يعد البحث الحالي استجابة لما تنادي به بعض نظريات التعلم الحديثة، والتي تنادي بضرورة التركيز على النواحي الإيجابية لدى الأفراد، بدلاً من الاهتمام بالجوانب السلبية.

ثانياً من الناحية التطبيقية:

تحدد أهمية البحث التطبيقية فيما يلي:

- توجيه نظر المعلمين إلى الاهتمام بـ: (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) لدى التلاميذ عمومًا، ولدى (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) على وجه الخصوص، وتطبيقها في عملية التدريس.
 - تصميم برنامج قائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) يتناسب مع خصائص (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، ومقياسين لمتغيرات البحث الحالي: (المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية)، والتحقق من صدقهما وثباتهما، بحيث يمكن الاستفادة منهما في بحوث مستقبلية.
 - قد تسهم نتائج البحث الحالي في مساعدة المعلمين على إيجاد حلول للتغلب على المشكلات التي تواجه الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، أثناء التعلم، من خلال تنمية المتغيرات الإيجابية لديهم.
 - توجيه نظر المسؤولين عن التعليم لتطبيق طرق تدريس تسهم في تنمية الاستراتيجيات المعرفية الإيجابية لتنظيم الانفعالات، وتحد من الاستراتيجيات السلبية لدى التلاميذ.
- التعريفات الإجرائية لمصطلحات البحث:

الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات Cognitive Emotion Regulation

:Strategies

تعبر (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) عن طريقة تعامل الشخص مع الأحداث الانفعالية معرفيًا، والتي تمكنه من ضبط وتنظيم ردود أفعاله الانفعالية، والتحكم فيها بالزيادة أو النقصان، وتمثل في تسع استراتيجيات معرفية يمكن استخدامها لتنظيم الانفعالات، مقسمة إلى نوعين من الاستراتيجيات هما: استراتيجيات توافقية وتمثل في: إعادة التقييم الإيجابي، والوضع في المنظور، وإعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، والتقبل، والنوع الآخر يطلق عليه الاستراتيجيات اللاتوافقية أو السلبية، وتشمل: لوم الذات، ولوم الآخرين، والكارثية، والاجترار، ويتم التدريب في الدراسة الحالية لتنمية الاستراتيجيات الإيجابية والحد من الاستراتيجيات السلبية.

المناعة النفسية Psychological Immunity :

تعتبر عن قدرة التلميذ على حماية ذاته من الآثار السلبية، والتحديات، والإجباطات، والأزمات النفسية، والقدرة على التخلص منها، ومواجهتها، وذلك من خلال الموارد الذاتية، والإمكانات، والقدرات الكامنة في الذات، مثل التفكير الإيجابي، والإبداع، وحل المشكلات، وضبط النفس، والتوازن، والمرونة، والصلابة، والتحمدي، والمتابرة، والفعالية، والتفاؤل، والمرونة، والتوافق مع البيئة، وتعرف إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها التلاميذ في مقياس المناعة النفسية المعد في البحث الحالي.

الطمأنينة الانفعالية Emotional Reassurance :

هي حالة نفسية داخلية يشعر بها الفرد تشمل النظر إلى العالم والحياة كبيئة ممتعة ودافئة، والثقة بالنفس وبالآخرين وحبهم، والتسامح معهم، وتوقع الخير في المستقبل، والشعور بالرضا عن النفس، والسعادة، والشعور بالهدوء، والاستقرار الانفعالي، والشعور بالكفاءة، وتعرف إجرائيًا، بالدرجة التي يحصل عليها التلاميذ في مقياس الطمأنينة الانفعالية المعد في البحث الحالي.

الموهوبين ذوي صعوبات التعلم Gifted with Learning Disabilities :

عرفهم الباحثان بأنهم: التلاميذ الذين ينخفض مستواهم الأكاديمي بشكل ملحوظ في مادة واحدة أو أكثر، ومع ذلك فهم يمتلكون القدرات العقلية، والمواهب التي تميزهم في بقية المواد، كما أنهم مميزون كذلك في بعض المجالات الأخرى مثل الفنون، والرياضة، ومهارات حل المشكلات، وبشكل يلفت انتباه معلمهم، وتم تعريفهم إجرائيًا في البحث الحالي بأنهم تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدريستي القنطرة الجديدة والقديمة بمديرية التربية والتعليم بمحافظة كفر الشيخ والذي تم تحديدهم بناءً على تصنيف المدارس لهم بأنهم موهوبون في أحد المجالات (الرسم، الألعاب، الكتابة، التأليف، القصص، الشعر،، الخ) ويعانون من صعوبات تعلم أكاديمية في مادة أو مجموعة من المواد الدراسية.

محددات البحث:

الحد البشري: يتحدد في تلاميذ الصف الخامس، (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، بمدريستي (القنطرة البيضاء الجديدة والقديمة) بمديرية التربية والتعليم، بمحافظة كفر الشيخ.

الحد الزمني: خلال العام الدراسي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ م.

الحد المكاني: مدارس التعليم الأساسي بمحافظة كفر الشيخ.

الحد الموضوعي: ويشمل متغيرات البحث المتمثلة في: (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال)، والمناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية).

الإطار النظري

المفاهيم النظرية:

الخور الأول: مفهوم الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات:

تعبر (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) عن الأفكار والمعارف والتي من خلالها ينظم التلميذ انفعالاته، بمعنى ما يفكر فيه الفرد أثناء الانفعال، لا ما يفعله، مما يشير إلى الارتباط بين المعرفة والانفعال، وأن بينهما تأثير وتأثر (Balzarotti et al., 2016).

كما يقصد بها الطريقة المعرفية التي يتعامل بها التلميذ مع المعلومات، التي تثير الانفعالات، الناتجة عن الضغوط، والأحداث السلبية، من أجل تخفيف حدة هذه الضغوط والانفعالات، وهي عبارة عن استراتيجيات توافقية وأخرى غير توافقية (الضبع وشلي، ٢٠١٥).

وفي ذات الإطار تعبر (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) عن تنظيم المشاعر معرفيًا، بطريقة معرفية واعية، يستطيع من خلالها التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم تنظيم انفعالاتهم، أو تعديل الحدث الانفعالي نفسه، وتساعد تلك الاستراتيجيات التلاميذ على إدارة مشاعرهم ومنعهم من الانغماس في الضغوط (Mocan et al., 2018).

ويشير (Slanbekova et al. (2019 إلى أن هناك أربع استراتيجيات تسمى الاستراتيجيات غير التوافقية، وتتمثل في: (إلقاء اللوم على الذات، الاجترار، التهويل أو الكارثية، وإلقاء اللوم على الآخرين)، كما أن هناك خمس استراتيجيات توافقية، وهي: (القبول، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابي، وإعادة المنظور).

وعلاوة على ما سبق يذكر (Wang et al. (2021 أن (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) تتضمن:

– لوم الذات: هو تفكير التلميذ الموهون ذي صعوبة التعلم في إلقاء اللوم على نفسه لشيء مر به.

– الاجترار: هو التفكير في مشاعر وأفكار الأحداث السلبية.

– التهويل: ويعني المبالغة في وصف التجارب والتأكيد على الرعب منها.

– إلقاء اللوم على الآخرين: هو أفكار التلميذ في إلقاء اللوم في المشاكل التي تحدث له على الآخرين.

– التقبل: يعني قبول الفرد لتجاربه وما حدث له.

– إعادة التركيز الإيجابي: هو التفكير في الأشياء السعيدة والمتعة بدلاً من الأحداث الفعلية الضاغطة.

– إعادة التركيز على التخطيط: ويعبر عن النظر في الخطوات العملية التي يسلكها الفرد لحل الأحداث والمواقف السلبية التي يمر بها.

– رؤية الموقف من منظور آخر: والذي يشير إلى مقارنة التلميذ للموقف بمواقف أخرى أكثر خطورة لو حدثت، وذلك بهدف التقليل من خطورة الموقف الحالي.

– إعادة التقييم الإيجابي: هو إعطاء معانٍ إيجابية للأحداث المجهدة، ووضعها في الاعتبار، مما يساعد على التقليل من خطورة الأحداث.

ومن وجهة نظر (Boon and Hauber (2022 فإن (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) تعبر عن التغيير المعرفي، أو الطريقة المعرفية الواعية، التي يتعامل بها التلميذ الموهوب ذي صعوبات التعلم مع المعلومات المثيرة للانفعال التي يواجهها، باستخدام المهارات المعرفية، مثل وجهات النظر، والتفسيرات الصعبة، وإعادة صياغة معنى المواقف، لتعديل معنى الموقف، أو التحفيز الذي يؤدي إلى التفاعل الانفعالي، بحيث يمكن أن تعدل هذه المهارات ردود الفعل الانفعالية للمواقف المجهدة والمثيرة للقلق، كما يمكن أن تؤدي إلى المرونة النفسية، والرفاهية الانفعالية.

ومن ثم يتضح أن: هناك ارتباطاً بين المعرفة والانفعال، وأن بينهما تأثير وتأثر، وأن طريقة التلميذ في التفكير حول الانفعالات، أو الأحداث التي يتعرض لها، والتي تثير انفعالاته فإنها تؤثر

في حالته النفسية، والمعرفية، والاجتماعية، وأن هناك نوعين من الاستراتيجيات التي يستخدمها التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم للتعامل مع الانفعالات معرفيًا، إحداهما استراتيجيات توافقية، والثانية استراتيجيات غير توافقية، فإذا استخدم التلميذ طريقة موجبة للتفكير حول الانفعال، وقام باتخاذ خطوات إجرائية وتنفيذية لحل المشكلة التي تواجهه، فإنه بذلك يستخدم استراتيجيات توافقية، أما إذا استسلم للخبرة السالبة التي يتعرض لها، وألقى باللوم على نفسه أو على الآخرين، وسلم نفسه للتفكير في تلك الأحداث بطريقة سلبية لا تهدف إلى الوصول إلى حل، فإنه بذلك يستخدم استراتيجيات غير توافقية.

أهمية الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال:

تتمثل أهمية تلك الاستراتيجيات فيما يلي:

- يرتبط مفهوم التنظيم المعرفي للانفعال، بمفهوم المواجهة المعرفية.
- استخدام (استراتيجية إعادة التقييم المعرفي) يقلل من الشعور بالانفعالات السالبة (Heilman et al., 2010).
- يستطيع التلميذ الموهوب ذي صعوبات التعلم تخفيف التوتر الذي يتعرض له أثناء الانفعالات، من خلال استخدام الاستراتيجيات المعرفية التوافقية لتنظيم الانفعال (السيد، ٢٠١٢).
- انخفاض إعادة التقييم الإيجابي، وزيادة الكارثية يزيدان من وجود الاكتئاب والقلق.
- الاستراتيجيات المعرفية اللاتوافقية لتنظيم الانفعال لها علاقة إيجابية بكل من القلق والاكتئاب (Sakakibara & Kitahara, 2016).
- ترتبط الاستراتيجيات المعرفية اللاتوافقية لتنظيم الانفعال بنتائج انفعالية سالبة (Mocan et al. 2018).
- الاستراتيجيات المعرفية التوافقية أظهرت نتائج إيجابية في تنمية التوافق، بأشكال مختلفة، ولدى لدى عينات متعددة.

– توجد علاقة ارتباطية موجبة، ودالة إحصائياً، بين الاستراتيجيات المعرفية التوافقية لتنظيم الانفعال والتفاؤل والسعادة والحكمة.

– ترتبط الاستراتيجيات المعرفية اللاتوافقية لتنظيم الانفعال بالتفاؤل، والسعادة، والحكمة (جبر، ٢٠١٩).

– استخدام التلميذ للاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال تجعله يشعر بالرضا والهناء الذاتي (سيد، ٢٠١٩).

– تعتبر تلك الاستراتيجيات بناء علاجي فعال لدى المرضى النفسيين الذين يعانون من القلق والاكتئاب، ولها نتائج إيجابية في العلاج النفسي (Boon & Hauber, 2022).

ومن ثم يتضح أن استخدام التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم للاستراتيجيات المعرفية التوافقية لتنظيم الانفعال يرتبط إيجابياً بالعديد من المتغيرات الإيجابية كالهناء، والسعادة، والرضا، والرفاهية النفسية، أما الاستراتيجيات المعرفية اللاتوافقية لتنظيم الانفعال، فترتبط بالنتائج الانفعالية السلبية، والقلق والتوتر والاكتئاب، ولذا ينبغي الحرص على تنمية قدرة هؤلاء التلاميذ على استخدام تلك الاستراتيجيات التوافقية، في التعامل مع الانفعالات، والبعد عن الاستراتيجيات السلبية أو اللاتوافقية التي تجعل الفرد ينحاز بطريقة سلبية إلى أفكار أو مسببات من وجهة نظره حقيقية، إلا أنها في الأعم الأغلب مزيفة.

المحور الثاني: مفهوم المناعة النفسية:

المناعة الذاتية عامل وقائي مهم ضد المشكلات السلوكية، والشدائد، مثل العجز والقلق، والأفراد الذين يتمتعون بمناعة ذاتية عالية قادرين على تبني استراتيجيات توافقية للتعامل مع المشكلات، مثل قضاء وقت طويل، وبذل المزيد من الجهد في حل المشكلات، بالإضافة إلى ذلك، تؤدي المناعة الذاتية دوراً أساسياً في مساعدة الأفراد على التوافق وظيفياً في خضم التحديات والصعوبات، وتعمل المناعة النفسية بالتوازي مع المناعة البيولوجية، حيث إن كلاهما نظام دفاعي وتوافقي (Choochom et al., 2019).

وتعتبر المناعة النفسية عن قدرة التلاميذ على حماية وتعزيز صحته العقلية، ونظام المناعة النفسية هو أتمودج متعدد الأبعاد يتضمن عوامل تؤثر على الصحة العقلية مثل التفاؤل واحترام

الذات والسيطرة على النواحي الانفعالية العامة للفرد، كما تتألف من موارد الحماية والتعزيز للشخصية التي توفر مناعة ضد الإجهاد البيئي، وهو عبارة عن آلية معقدة، تعمل بالتوازي مع نظام المناعة البيولوجية، ولعل من أهم وظائفها التعرف على المواقف العصبية، وإسقاطها، وإدارتها، للحفاظ على سلامة شخصية التلميذ، عند التفاعل مع البيئة الخارجية (Kaur & Som, 2020).

وعطفاً على ما سبق فإن المناعة النفسية مصطلح صاغه Oláh عام ٢٠٠٠م، وهي: "نظام من الموارد الشخصية التوافقية، والخصائص الذاتية الإيجابية، التي تعمل كأجسام مضادة نفسية في وقت الإجهاد، ويتضمن هذا المفهوم خصائص إيجابية متنوعة، كالتفكير الإيجابي، والتماسك، والإحساس بالسيطرة، والتنظيم الانفعالي، والكفاءة الذاتية، والتوجه نحو الهدف، ومهارات حل المشكلة، فكما أن نظام المناعة الجسدي يحمي الأشخاص من العدوى الفيروسية، فإنه بالمثل جهاز المناعة النفسية تعمل أيضاً كحاجز ضد العواطف السلبية، والضغوط البيئية، والمشاحنات اليومية (Gupta & Nebhinani, 2020).

وفي ذات الإطار فإن المناعة النفسية تشير إلى نظام الحماية النفسي الذي يحمي التلميذ، ويدافع عن نفسيته، وهو مشابه لجهاز المناعة الجسدي الذي يحمي الجسم، والمناعة النفسية تؤدي دوراً مهماً في تمكين الأفراد لإدارة الإجهاد والضغط (Ijntema, 2021).

ومن خلال ما سبق، يتضح أن المناعة النفسية عامل مهم في مساعدة التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) على التوافق، وتمكنهم من مواجهة التحديات والصعوبات، وله ارتباط كبير بنظام المناعة البيولوجي، كما يمكن الأفراد من إدارة الضغوطات، وهي عبارة عن طريقة لتحفيز التلميذ على التقدم وتحقيق أهدافه، كما أن المناعة النفسية مرتبطة بشكل إيجابي بمؤشرات الصحة النفسية، مثل الرضا عن الحياة، واليقظة العقلية، والرفاهة النفسية، والتوافق، والتنظيم الانفعالي التوافقي.

مكونات جهاز المناعة النفسي:

يتكون جهاز المناعة النفسية من المكونات التالية:

- التفكير الإيجابي: وهو قوة شخصية يمكن أن تشجع التلميذ على البحث عن الأمل، في المواقف الطارئة، والضاغطة.

- الشعور بالتماسك وضبط النفس: ويمكن أن يساعد التلميذ على تحديد المغزى من مواقف الأزمات، ويزيد من سيطرتهم الذاتية، على أنفسهم داخل المواقف الضاغطة.

- الضبط الانفعالي الإيجابي: وهذا يساعد الفرد على أن يتعامل مع مشاعره السلبية المتعلقة بمستقبله، وما يرتبط بها من شكوك.

- توجيه الهدف: يمكن أن يشجع التلاميذ على إعادة بناء أهدافهم قصيرة المدى في الحياة، كما يشجع التلاميذ على العيش، في الوقت الحاضر.

- الكفاءة الذاتية الإيجابية: وهي التي تعزز إيمان التلميذ بقدراته على تحقيق أهدافه المحددة سلفاً.

- مهارات حل المشكلات: ويمكن أن تساعد التلاميذ على تحديد المشكلات، والبحث عن طرق بديلة للتعامل معها (Gupta & Nebhinani, 2020).

ولذا فالمناعة النفسية مفهوم أو متغير إيجابي، ينتمي إلى علم النفس الإيجابي، وله مكونات كلها إيجابية مرتبطة بمواجهة التحديات، والضغوطات، كما ترتبط بالصحة النفسية، والضمير، والرضا عن الحياة، والنفس، واحترام الذات، والتعاطف، والشعور بالاستقلالية والكفاءة، والتفاؤل، والعاطفة اللطيفة، ولذا ينبغي الاهتمام بتنمية تلك المكونات لدى مجمل التلاميذ، ولدى (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) على وجه الخصوص.

أهمية المناعة النفسية:

لجهاز المناعة النفسي أهمية كبيرة تماثل أو تزيد عن أهمية جهاز المناعة الجسدي، وفيما يلي يمكن توضيح بعض جوانب تلك الأهمية:

- المناعة النفسية لها العديد من الخصائص الإيجابية مثل التفاؤل ومهارات التأقلم والتفكير الإيجابي والعاطفة، والدعم الاجتماعي، والمشاركة في الأنشطة، لاسيما الأنشطة البدنية بمرونة عالية.

- تتكون المناعة النفسية من المرونة واليقظة والتوافق والأمل والاعتماد على الذات (Choochom, 2019).

- تساعد المناعة النفسية على تطوير السلوكيات المناسبة، وتعزيز التوافق مع الأحوال والظروف المتغيرة.
- تساعد المناعة النفسية على تعزيز رفاية التلميذ لاسيما الموهوب ذي صعوبات التعلم.
- تُستخدم المناعة النفسية كإجراء وقائي يمنع مختلف المخاطر الظرفية.
- يتكون هذا البناء من (١٦) كفاءة شخصية معززة ووقائية تساعد في إدارة الإجهاد البيئي (Kaur & Som, 2020).
- تعد المناعة النفسية واحدة من مفاهيم علم النفس الإيجابي، حيث تساعد التلميذ على الحفاظ على سعادته النفسية، وإحساسه بالأمن، وقبول الذات والآخرين، مع إحساسه بضبط النفس، لاسيما في المواقف والظروف الصعبة، مما يساعده على تحقيق الأهداف.
- المناعة النفسية بمثابة حائط منيع، ودرع واقٍ، للفرد ضد التحديات، والأزمات.
- تشتمل المناعة النفسية على العديد من المكونات الإيجابية كالكفاءة الذاتية، وضبط النفس، والتفكير الإيجابي، والقدرة على حل المشاكل، والثقة بالنفس (Al-Hamdan et al., 2021).
- تحمي المناعة النفسية الإنسان من التدهور العقلي، حيث إن جسم الإنسان عبارة عن آلة للشفاء الذاتي، صُنعت للتحمل، والتوافق مع المتغيرات، والظروف التي قد يضطر التلميذ إلى مواجهتها (Kaur et al., 2022, p.683).
- وبناءً على ما سبق فإن المناعة النفسية تعتبر خط الدفاع الأول ضد الأمراض، والضعف السلوكي، والضغوطات التي يتعرض لها التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، وهي نقطة انطلاق ذاتية، حيث إن الروح قوية، وكلما تم تجهيزها وتميئتها زادت قدرتها على الصلابة والمواجهة، وتستند المناعة النفسية على أساس أن العقل والجسد لا ينفصلان، وأن الدماغ يؤثر على جميع العمليات الفسيولوجية والنفسية للفرد، مما يتطلب منه السعي لزيادة كفاءة مناعته النفسية، وتنمية قدراته على التحمل، ومقاومة الأزمات، والكوارث، والأفكار السلبية، والمشاعر المحبطة، التي تؤدي به إلى اليأس، والقلق، مما يظهر أهميتها في الحياة، وضرورة الاهتمام بتنميتها.

المحور الثالث: مفهوم الطمأنينة الانفعالية:

تعبر الطمأنينة الانفعالية عن الشعور بالراحة، والقناعة بما تحقق للتلميذ، من غير حسد ولا تبرم، مع التسليم بالقدر، والإقبال على الحياة، بخيرها وشرها، والسعي الجاد والمتوازن من أجل تحقيق الأهداف بغير إفراط ولا تفريط (إبراهيم، ٢٠١٠).

كما يشار إلى الطمأنينة الانفعالية بأنها: شعور التلميذ بتقبل الذات وتقبل الآخرين، والتحرر من الخوف والتوتر والاعتمادية (Zinchenko et al., 2013).

وعطفاً على ما سبق ينظر إلى الطمأنينة الانفعالية على أنها شعور التلميذ بالراحة والطمأنينة الانفعالية، والانتماء، وأن يكون له مكانة في المجتمع، والشعور بالتفاؤل، وحب الخير، والثقة في الآخرين، والسعي نحو تحقيق الأهداف بغير قلق أو رهبة (الوائل والملول، ٢٠١٤).

وفي ذات السياق تعرفها عبد الوهاب (٢٠١٨) بأنها: التحرر من الانفعالات الحادة، مع الثقة بالنفس، وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين، وإشباع الحاجات الاجتماعية.

كما تعد الطمأنينة الانفعالية أحد أهم محركات السلوك الإنساني، والتي توجهه توجيهاً مناسباً، حيث تعد عملية التحرر من الخوف، من أهم المشكلات النفسية، التي قد يواجهها التلميذ في حياته، حتى يتمكن من تحقيق أهدافه، وثقته في ذاته (حسن، ٢٠٢٠).

ومن ثم فقد درس العلماء والباحثون مصطلح الطمأنينة الانفعالية تحت مسميات عديدة، وأهم تلك المسميات: (الأمن النفسي، والاطمئنان النفسي، والطمأنينة الانفعالية)، إلا أن مسمى الطمأنينة الانفعالية هو ما يطمئن إليه الباحثان، والطمأنينة الانفعالية هي واحدة من أكثر الحاجات المهمة لشخصية الإنسان، حيث تمتد جذورها إلى مراحل الأولى في الطفولة، وهي أول الحاجات التي يسعى التلميذ إلى تحقيقها، بعد إشباع حاجاته البيولوجية الأساسية، والأفراد إذا لم يكن لديهم مستوى مناسب من الطمأنينة الانفعالية، فسيتحول العالم كله إلى عالم من الخوف والتهديد، وبعد ذلك لن يكون قادراً على تحقيق المستويات الأعلى، كالحاجة إلى الإدراك الذاتي، والحاجات المعرفية، والجمالية، ولذا فإن الحاجة إلى الطمأنينة العاطفية هي حاجة نفسية في الأساس، وهي السعي المستمر للحفاظ على الظروف التي تضمن إرضاء الاحتياجات البيولوجية

والنفسية للتلميذ، وهي حالة نفسية داخلية يشعر من خلالها التلميذ بالطمأنينة والهدوء (Aljumaili & Al-Obeidi, 2022).

يتضح مما سبق: أن الطمأنينة الانفعالية مفهوم إيجابي مهم، ومطلوب حتى يعيش التلميذ في تناغم، وهدوء، واستقرار، حيث يتضمن هذا المفهوم نواحي الفرد (البيئية، والنفسية، الاجتماعية) فالطمأنينة الانفعالية تعد مؤشراً جيداً على صحة التلميذ النفسية والعقلية، ولها أساسها في حياته منذ بدايتها، مما يدل على أن الأحداث التي تحدث في حياة التلميذ تؤثر في مستوى طمأنينته النفسية، ولذا وجب الاحتراس عند التعامل مع الأطفال، والحرص على تنمية المتغيرات الإيجابية لديهم منذ طفولتهم، والبعد عن التعاملات التي تكسبهم التوتر والقلق والحزن.

أهمية الطمأنينة الانفعالية:

للطمأنينة الانفعالية أهمية كبرى تتمثل فيما يلي:

- تجعل التلميذ يشعر بأنه محبوب، كما تجعله يشعر بأن بيئته صديقة، وأنها ليست محبطة، وتزيد من مستوى النضج الانفعالي لديه (Cumming & Schatz, 2012).

- تتضمن الطمأنينة الانفعالية إشباع التلميذ للحاجات التي تثير رغباته، ودوافعه، وبالتالي يتحقق له الارتياح، والرضا عن النفس، كما تمكنه من التخلص من التوتر والقلق، ومن ثم يتحقق لديه الاطمئنان والهدوء (نعيسة، ٢٠١٢).

- تجعل التلميذ يشعر بقيمته، ويكتسب الثقة في النفس (khalili et al., 2014).

- تعد الطمأنينة النفسية شعوراً مركباً يحتوي على شعور التلميذ بالسعادة، والرضا عن حياته، بما يحقق له الإحساس بالسلامة والاطمئنان، والشعور بأنه محبوب ومقبول من الآخرين، ومن ثم يكون لديه انتماء للآخرين، وإدراكه لاهتمام الآخرين به، وثقتهم فيه، ويستشعر قدر كبير من الدفء، والمودة، ويعيش في حالة من الهدوء، والاستقرار، والثبات الانفعالي، والتقبل الذاتي، واحترام الذات، مع تقليل التعرض للاضطرابات النفسية، أو الصراعات، أو أي خطر يهدد الحياة (الصرايرة والهوري، ٢٠٢١).

- يعد الشعور بالطمأنينة الانفعالية مظهرًا من المظاهر الأساسية للصحة النفسية، والتي تتمثل في شعور التلميذ بالقدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، وتساهم في تحقيق مستوى

مناسب من التوافق النفسي والاجتماعي، كما أنها وسيلة من وسائل البعد عن تصلب الرأي، بحيث تجعل التلميذ يفتح على الآخرين، وتجعله يتمتع بالمرونة الإيجابية (الحضري، ٢٠٢١).

ومن ثم فإن الطمأنينة الانفعالية مهمة لجميع الأفراد على كافة المستويات لا سيما للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، حيث إنها من المتغيرات المهمة، والمسؤولة عن تمتع الفرد والمجتمع في آن واحد بصحة نفسية جيدة، كما أنها في ذات الوقت تعد المحرك للسلوك الإنساني السوي، وهي المسؤولة عن العلاقات الاجتماعية الإيجابية الجيدة بين أفراد المجتمع، ولها تأثير كبير تحقيق رفاهية المجتمعات، من خلال ما تعكسه من الخلو من الاضطرابات النفسية، والانحرافات السلوكية.

أبعاد الطمأنينة الانفعالية:

تتمثل أبعاد الطمأنينة الانفعالية فيما يلي:

- **الأمن الاجتماعي:** ويشمل شعور التلميذ بإشباع حاجاته الاجتماعية داخل البيئة الاجتماعية، حيث يشعر أن له دورًا في محيطه، ويفتقر إليه حينما يكون غائبًا، وأن له دورًا اجتماعيًا مؤثرًا مدفوعًا بالشعور بالانتماء إلى التمسك بتقاليد ومعايير المجتمع، كما أن توفير الأمن الاجتماعي يعني الحماية، والطمأنينة للتلاميذ، من الخطر الذي يحدث، أو من المتوقع أن يحدث، بمعنى تلبية الاحتياجات البشرية التي يحتاجها الفرد ليعيش حياة مطمئنة وسعيدة.

- **الأمن المادي:** ويشير إلى مدى إشباع التلميذ للاحتياجات الجسدية والمادية، وعدم التعرض للضرب أو الأذى الجسدي.

- **الأمن الأسري:** ويعني مدى تمتع التلميذ بالعلاقات الأسرية مع أسرته، ممثلة في الوالدين والإخوة والأخوات، كما يشير إلى أي مدى تكون الأسرة قادرة على توفير الإمكانيات اللازمة، وتوفير الحب، والتعاون، والتضحية بين أفراد الأسرة (Aljumaili & Al-Obeidi, 2022).

وفي ذات السياق ترى حليم (٢٠١٧) أن أبعاد الطمأنينة الانفعالية تتمثل في: (النضج الانفعالي والقدرة على ضبط النفس، والرضا عن الذات، والتفاهل، والثقة).

ومن ثم يتضح أن أبعاد الطمأنينة الانفعالية تتمثل في ثلاثة أبعاد أساسية هي:

- **البعد النفسي:** وهو ما يتعلق بفهم التلميذ لذاته، وتقويمه لها، وخلوه من مشاعر الضيق والألم والتوتر، وضبط انفعالاته، واحترامه لذاته، وتقديره لها، مع التمتع بصحة نفسية جيدة.
- **البعد الاجتماعي:** وهو ما يتعلق بإشباع الحاجات الاجتماعية للتلميذ داخل بيئته الاجتماعية، وشعوره بدوره الاجتماعي في تلك البيئة، وتأثيره فيها، مع شعوره بالانتماء لها، والتمسك بتقاليدها ومعاييرها المجتمعية، وكذلك شعوره بالأمن، والحب.
- **البعد المادي:** وهو ما يتعلق بإشباع الحاجات المادية للتلميذ، وأمنه الجسدي، وعدم خوفه من إلحاق الأذى به، وشعوره بإشباع حاجاته الأساسية التي تحافظ على صحته وحياته.

الدراسات السابقة

يتم عرض البحوث السابقة في ضوء المحاور التالية:

أولاً: بحوث تناولت التنظيم الانفعالي والمناعة النفسية:

أجرى (2011) Dubey and Shahi بحثًا بهدف التحقق من علاقة المناعة النفسية باستراتيجيات مواجهة الانفعالات، ودور تلك الاستراتيجيات في الحد من التوتر، والإرهاق، لدى الطلاب المهنيين، وتكونت العينة من ٢٠٠ طبيبًا، وتم تطبيق مقياس لكل من: الإجهاد المتصور، والإرهاق، والمناعة النفسية، وأظهرت النتائج أن الأطباء المهنيين لديهم مستوى عالٍ بشكل ملحوظ من الإجهاد المتصور والإرهاق المرتبط به، لكن نظام المناعة النفسي لديهم يؤثر في الإرهاق الناتج عن الإجهاد، وأن استخدام استراتيجيات التأقلم تساعدهم أحيانًا على التأقلم مع النشطة، وفي بعض الأحيان يكونون غير قادرة على التوافق من ناحية أخرى، ومع ذلك، فإن المناعة النفسية ذات التنظيم الذاتي توازن علاقة التأقلم بين الإجهاد والإرهاق، كما تشير هذه النتائج إلى أنه كما أن هناك جهاز المناعة الجسدي، فهناك جهاز مناعي نفسي في الجسم يمكن تطويره وتعزيزه للتغلب على الإجهاد والإرهاق.

وهدف بحث (2018) Nazemi et al. إلى بيان فاعلية برنامج إدارة الضغوط السلوكي المعرفي (CBSM) على المناعة النفسية، لدى مرضى التهاب الروماتويدي بطهران، وتمثل منهج الدراسة في المنهج شبه التجريبي، حيث تم تمثّل عينة الدراسة في (٤٤) مشاركًا، مقسمين إلى مجموعتين، كل مجموعة مكونة من (٢٢) فردًا، وتم تطبيق مقياس المناعة النفسية والقلق والاكتئاب، وتمت

المقارنة بين التطبيقين القبلي والبعدي باستخدام اختبار تحليل التباين المتعدد، وأظهرت النتائج تأثيراً فعالاً لبرنامج إدارة الضغوط في تحسين مستوى المناعة وتقليل مستوى القلق والاكتئاب.

وسعي بحث حسن وسالم (٢٠٢١) إلى التعرف على مستوى كل من: المناعة النفسية، واستراتيجيات مواجهة الضغوط، والتوافق النفسي، والتعرف على تأثير المناعة النفسية في التوافق النفسي من خلال الدور الوسيط لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، لدى عينة من تلاميذ، وتلميذات الصف الرابع الابتدائي، بلغ قوامها (٦٠٥) تلميذاً وتلميذة، ولتحقيق هذه الأهداف قام الباحثان بإعداد ثلاثة أدوات للتعرف على المتغيرات الثلاثة محور اهتمام البحث، وتوصل البحث إلى أن تلاميذ العينة يمتلكون مناعة نفسية متوسطة، وكذلك يسعون إلى استخدام استراتيجيات للمواجهة قائمة على الانفعال بدرجة أكبر من استخدامهم لاستراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة، كما يتسمون بسعيهم نحو التوافق النفسي، لمسيرة الظروف المحيطة، كما أن لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية دوراً وسيطاً في تأثير المناعة النفسية على التوافق النفسي.

وهدف بحث شريف (٢٠٢٢) إلى التعرف على فعالية برنامج تدريبي مستند إلى (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) في تنمية المناعة النفسية، والكفاءة الذاتية الأكاديمية، لدى عينة من طالبات جامعة الأزهر، وتكونت عينة البحث من (٢٥) طالبة (كمجموعة تجريبية واحدة) بالفرقة الأولى، خضعن للبرنامج التدريبي، وتمثلت أدوات البحث في: مقياس المناعة النفسية، ومقياس الكفاءة الذاتية الأكاديمية (وتلك الأدوات من إعداد الباحثة)، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في كل من المناعة النفسية، الكفاءة الذاتية الأكاديمية، لصالح القياس البعدي.

واستهدف بحث محمد وآخرين (٢٠٢٢) التحقق من فعالية برنامج إرشادي قائم على استخدام استراتيجيات تنظيم الانفعالات في تحسين المناعة النفسية لدى المراهقين، وتألفت عينة البحث من (٤٢) فتاة كمجموعة تجريبية واحدة، وتمثلت أدوات البحث في مقياس المناعة النفسية، والبرنامج الإرشادي القائم على استراتيجيات تنظيم الانفعالات لدى المراهقين، وتم اتباع المنهج شبه التجريبي، وأظهرت نتائج البحث وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للمناعة النفسية لصالح القياس البعدي، ثم معاودة قياس المناعة النفسية بعد شهرين، وتحديد درجة الفروق بين القياسين البعدي والتبقي،

حيث توصلت النتائج إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في المناعة النفسية في القياسين البعدي والتبعي.

تعقيب على بحوث المحور الأول:

هدفت بحوث ذلك المحور إلى معرفة العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي، والمناعة النفسية، وبحث أثر التدخلات القائمة على استراتيجيات مواجهة الضغوط، أو التنظيم الانفعالي، في المناعة النفسية، كما هدفت إلى التعرف على الدور الوسيط لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي، في تأثير المناعة النفسية على التوافق النفسي، وذلك على عينات مختلفة (أطباء، ومرضى، وطلاب الجامعة، والمراهقين، وطلاب الصف الرابع الابتدائي كما في بحث حسن وسالم (٢٠٢١)، وبذلك تتفق عينة البحث الحالي مع هذا البحث، حيث كانت العينة على المرحلة الابتدائية، وتم استخدام أدوات عبارة عن مقياس لقياس (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال)، والمناعة النفسية، وذلك في البحوث الوصفية، أما في البحوث التجريبية، فقد استخدمت برامج للتدريب على الاستراتيجيات، ومقاييس للمناعة، وتوصلت نتائج تلك البحوث إلى فاعلية استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط، أو التنظيم الانفعالي في تحسين المناعة النفسية، كما أن المناعة النفسية متغير مهم، يساهم في الحد من الإجهاد والضغط.

ثانياً: بحوث تناولت التنظيم الانفعالي والطمأنينة الانفعالية:

حيث أجرى (Min 2013) بحثاً يهدف إلى بحث العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي وتقدير الذات والاكتمال لدى طلاب الجامعة، (باعتبار أن تقدير الذات أحد مؤشرات الطمأنينة الانفعالية)، وتكونت عينة هذا البحث من (٤٦٦) طالباً، وتوصلت نتائجه إلى وجود اختلافات في استراتيجيات التنظيم المعرفي للانفعالات تبعاً لمستويات تقدير الذات والاكتمال، كما أن تقدير الذات قد ارتبط بشكل إيجابي باستراتيجيات تنظيم الانفعالات التوافقية معرفياً، بينما ارتبط الاكتمال بالاستراتيجيات اللاتوافقية.

وفي ذات السياق أجرى (Manju and Basavarajappa 2017) بحثاً هدف إلى فحص العلاقة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي للانفعالات وأربعة مجالات لجودة الحياة (أحد مؤشرات الطمأنينة الانفعالية)، وذلك لدى (٣٤٥) شاباً وفتاة، ١٦٥ شاباً، و ١٨٠ فتاة، وتم استخدام

الاستبيان (CERQ) ومقياس جودة الحياة (WHOQOL-BREF) من أجل جمع البيانات، وكشفت نتائج البحث عن أن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المتغيرات؛ ومع ذلك، أظهرت استراتيجيات إعادة التقييم الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، علاقة إيجابية مع جودة الحياة، بينما أظهرت استراتيجيات إلقاء اللوم على الذات، والقبول، والاجترار، والكارثية واللوم للآخر علاقة سلبية.

وأجرى Brockman et al. (2017) بحثًا بهدف التعرف على تأثير استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفيًا في اليقظة والرفاه الانفعالي، وذلك على عينة مكونة من (١٨٧) طالبًا من طلاب الجامعة، وتم اتباع المنهج الوصفي التحليلي، كما تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدد، بهدف التعرف على تأثير استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفيًا في اليقظة، والرفاه الانفعالية، وتم استخدام استبيان تنظيم الانفعال الذي أعده (Gross & John, 2003) (ERQ)، ومقياس حالات المزاج الإيجابي والسلبي لـ: (Watson, Clark, & Tellegen, 1988) وتوصلت النتائج إلى أن استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفيًا لها أثر في الرفاه الانفعالية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين استراتيجية إعادة التقييم المعرفي، والوجدان الموجب، ووجود ارتباط سالب بين استراتيجية تثبيط الانفعال والوجدان السالب.

في حين أجرى جبر (٢٠١٩) بحثًا بهدف استكشاف العلاقة بين استراتيجيات تنظيم الانفعالات معرفيًا والتفاؤل والسعادة والحكمة، (وكلها مؤشرات للطمأنينة الانفعالية)، من خلال تطبيق استبانة لتنظيم الانفعالي المعرفي، واختبار التوجه نحو الحياة، ومقياس للسعادة، ومقياس للحكمة، وذلك على عينة تكونت من (١٣٤) طالبًا، من طلاب الجامعة، وأظهرت نتائج البحث أن الاستراتيجيات التوافقية لها ارتباط موجب بكل من (التفاؤل المرتفع، والسعادة المرتفعة، والحكمة المرتفعة)، وكان هناك ارتباط سالب بين الاستراتيجيات اللاتوافقية والمستوى المرتفع لكل من (الحكمة، والسعادة، والتفاؤل).

واستهدف بحث سيد (٢٠١٩) التعرف على علاقة (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) بالهناء الذاتي الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتم تطبيق البحث على عينة تكونت من (٢٥٠) تلميذًا وتلميذة، بواقع (١٣٠) تلميذًا و (١٢٠) تلميذة، وتم تطبيق مقياس (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال)، ومقياس الهناء الذاتي الدراسي، إعداد الضبع (٢٠١٦)،

وتوصلت نتائج البحث إلى أن تلاميذ المرحلة الابتدائية عينة البحث يستخدمون استراتيجيات معرفية متنوعة، وذلك أثناء تنظيم انفعالاتهم، وأن مستوى الهناء الذاتي الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة جاء مرتفعاً، وأن العلاقة بين الهناء الذاتي الدراسي والدرجة الكلية للاستراتيجيات المعرفية التوافقية لتنظيم الانفعال كانت موجبة ودالة إحصائياً، كما أن العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي الدراسي والدرجة الكلية للاستراتيجيات المعرفية اللاتوافقية لتنظيم الانفعال كانت سالبة ودالة إحصائياً.

وهدف بحث مطوع (٢٠٢١) إلى تحديد العلاقة الارتباطية بين تنظيم الانفعالات الذاتية للفرد (الميول والكفاءة) (، و (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال)) التوافقية / اللاتوافقية والازدهار النفسي لدى الموهوبين والفاائقين دراسياً والموهوبين الفائقين دراسياً، وذلك على عينة تكونت من (٢٠٤) طالباً موهوباً وفاقماً دراسياً، بجامعة الملك خالد، واستخدمت الدراسة استبيان (Williams et al., 2018) لتنظيم الانفعالات بين الشخصية، واستبيان (Garenifski et al., 2009) للاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال، ومقياس (Diener et al., 2010) للازدهار النفسي، وتوصلت نتائج البحث إلى وجود ارتباط موجب، دال إحصائياً، بين تنظيم الانفعالات الذاتية و (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال)، والازدهار النفسي، كما توصلت إلى أن نموذج بنائي جيد تتوسط فيه (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال)) توافقية، لا توافقية) العلاقة بين تنظيم الانفعالات بين الذاتية (الميول، الكفاءة) والازدهار النفسي (الحياة الجيدة، اندماج الشخصية).

تعقيب على بحوث المحور الثاني:

تناولت تلك البحوث علاقة (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) والعديد من المتغيرات ذات الصلة بالطمأنينة الانفعالية أو أحد مكوناتها، مثل (تقدير الذات، وجودة الحياة، والرفاه الانفعالي، والتفاؤل، والسعادة، والهناء الذاتي، والازدهار النفسي)، وذلك على عينات من طلاب الجامعة باستثناء بحث (سيد، ٢٠١٩) الذي يتوافق معه البحث الحالي في العينة وهم تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتوصلت نتائج البحوث الواردة في ذلك المحور إلى وجود ارتباط موجب، ودال إحصائياً، بين الاستراتيجيات التوافقية لتنظيم الانفعال، وتلك المتغيرات الإيجابية، ذات العلاقة بالطمأنينة الانفعالية، بينما كانت العلاقة سلبية بي تلك المتغيرات والاستراتيجيات اللاتوافقية لتنظيم الانفعال.

تعقيب عام على البحوث السابقة:

توصلت نتائج تلك البحوث السابقة إلى فاعلية التدريب على استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفيًا في تنمية المناعة النفسية، لدى عينات مختلفة، عن عينة البحث الحالي، وكانت هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الاستراتيجيات التوافقية لتنظيم الانفعال، والمتغيرات الإيجابية للشخصية المرتبطة بالطمأنينة الانفعالية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاستراتيجيات اللاتوافقية لتنظيم الانفعال والمتغيرات الإيجابية للشخصية المرتبطة بالطمأنينة الانفعالية، وذلك على عينات تختلف عن عينة البحث الحالي، حيث لم يتناول أي بحث من تلك البحوث (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، كما لم يهتم أي بحث منها بالتعرف على فعالية برنامج قائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) في تحسين المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية لدى (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، إلا أنه تمت الاستفادة من تلك البحوث في كتابة الجزء النظري للبحث، وتحديد مشكلة البحث، وأهدافه، وصياغة فروضه، وإعداد أدواته، وتحديد أساليب البحث الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات، وتفسير النتائج، وتقديم التوصيات والمقترحات.

فروض البحث:

تتمثل فروض البحث فيما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمناعة النفسية لصالح المجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للطمأنينة الانفعالية لصالح المجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي - البعدي - التبعي) للمناعة النفسية لصالح القياس البعدي والتبعي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي - البعدي - التبعي) للطمأنينة الانفعالية لصالح القياس البعدي والتبعي.

إجراءات البحث

منهجية البحث:

١- منهج البحث:

اتبع الباحثان في البحث الحالي المنهج شبه التجريبي، بهدف الكشف عن أثر المتغير المستقل والذي يتمثل في: برنامج قائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) في متغيرين تابعين هما (المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية) في ظروف ضبط فيها الباحثان بعض المتغيرات الدخيلة، لدى المجموعتين (التجريبية والضابطة)، والتي يمكن أن تؤثر في المتغيرات التابعة.

٢- عينة البحث:

أ- عينة البحث الاستطلاعية:

تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (١٣) تلميذاً من التلاميذ المصنفين بالمدارس على أنهم موهوبين وذوي صعوبات تعلم، ممن تنطبق عليهم نفس خصائص عينة البحث الأساسية.

ب- عينة البحث الأساسية:

تمثلت عينة البحث الأساسية من (١٩) تلميذاً، بالصف الخامس الابتدائي، من الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، مقسمين إلى مجموعتين: (تجريبية ١١ تلميذاً)، بالمدسة الجديدة، بمتوسط زمني (١٣٣،٧) شهراً، وانحراف معياري (٣،٤)، و (ضابطة ٨ تلاميذ)، بالمدسة القديمة، بمتوسط زمني (١٣٣،٥) شهراً، وانحراف معياري (١،٤١)، تم تحديدهم أولاً بناءً على تصنيف المدارس لهم بأنهم موهوبون في أحد المجالات (الرسم، الألعاب، الكتابة، التأليف، القصص، الشعر،، الخ) ويعانون من صعوبات أكاديمية، حيث تم الرجوع إلى درجاتهم في المواد التي امتحنوها في آخر امتحانين، وتبين أن لديهم صعوبات تعلم أكاديمية في مادة دراسية أو أكثر، ومع ذلك فهم مصنفون بأنهم موهوبين في أحد مجالات المهبة، من مدرستي (القطرة البيضاء الجديدة والقديمة) بحفاظة كفر الشيخ، تراوحت نسبة ذكائهم على مقياس الذكاء المصور الذي أعده أحمد زكي صالح،

جدول (١) متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الذكاء

المتغير	البيان المجموعة	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة
الذكاء	التجريبية	١١	٣٧,٦٣	٧,٢٢	١٠,٣٦	١١٤	٤٠,٠٠	٠,٣٣	غير دالة
	الضابطة	٨	٣٧,١٢	٦,٩١	٩,٥٠	٧٦			

يتضح من جدول (١) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الذكاء، وأن قيمة مستوى الدلالة أكبر من (٠,٠٥) مما يدل على أن الفروق غير دالة إحصائية بين المجموعتين.

التكافؤ بين المجموعتين قبل تطبيق البرنامج:

تم التحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات التابعة (المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية) قبل تطبيق البرنامج التدريبي، وذلك حتى يتمكن من إجراء المقارنة بين نتائج القياس البعدي، وعزو التغير الحادث في المجموعة التجريبية إن وُجد إلى تأثير المتغير المستقل دون غيره من المتغيرات المتدخلة، وطبق الباحثان مقياس المناعة النفسية، ومقياس الطمأنينة الانفعالية على المجموعتين تطبيقاً قديماً، وحساب الفروق بينهما باستخدام Man-Whitney لمجموعتين مستقلتين، والجدول (٢) يوضح دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للمناعة النفسية.

جدول (٢) الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للمناعة النفسية

الأبعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U*	Z*	مستوى الدلالة
المعتقدات	تجريبية	١١	١٩,٣٦	٣,١٠	٩,٩٥	١٠٩,٥٠	٤٣,٥	٠,٠٤٢	غير دالة
	ضابطة	٨	١٩,٣٧	٣,٢٠	١٠,٠٦	٨٠,٥٠			
المراقبة والتنفيذ	تجريبية	١١	٢٢	٣,٣٤	١٠,٢٣	١١٢,٥٠	٤١,٥	٠,٢٠	غير دالة
	ضابطة	٨	٢١,٨٧	٢,٥٨	٩,٦٩	٧٧,٥٠			
التنظيم	تجريبية	١١	٢٢	٣,٢٥	١٠,٥٠	١١٥,٥٠	٣٧,٥	٠,٤٥	غير دالة

الأبعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U*	Z*	مستوى الدلالة
الذاتي	ضابطة	٨	٢١,٥٠	٢,٦١	٩,٣١	٧٤,٥٠			
الدرجة الكلية	تجريبية	١١	٦٣,٣٦	٨,٥٢	١٠,٤١	١١٤,٥٠	٣٩,٥	٠,٣٧	غير دالة
	ضابطة	٨	٦٢,٧٥	٦,٩٢	٩,٤٤	٧٥,٥٠			

يتضح من الجدول السابق (٢) أن قيمة (U) لمعرفة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للمناعة النفسية (المعتقدات، والمراقبة والتنفيذ، والتنظيم الذاتي، والدرجة الكلية) بلغت (٤٣,٥ - ٤١,٥ - ٣٧,٥ - ٣٩,٥) على الترتيب، وهي قيم غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى أن الفروق غير دالة إحصائياً بين المجموعتين في القياس القبلي، وهذا يعد مؤشراً على تكافؤ المجموعتين في المناعة النفسية. والجدول (٣) يوضح تكافؤ أفراد العينة في القياس القبلي للطمأنينة الانفعالية.

جدول (٣) الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للطمأنينة الانفعالية

الأبعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U*	Z*	مستوى الدلالة
البعد النفسي	تجريبية	١١	٢٦,١٨	٤,٦٦	١٠,٣٢	١١٣,٥	٤٠,٥	٠,٢٩	غير دالة
	ضابطة	٨	٢٥,٥	٣,٦٦	٩,٥٦	٦٧,٥			
البعد الاجتماعي	تجريبية	١١	٢٧,٠٩	٣,١١	١١,٠٩	١٢٢	٣٢	٠,٦٨	غير دالة
	ضابطة	٨	٢٥,٨٧	٣,٥٢	٨,٥٠	٦٨			
البعد المادي	تجريبية	١١	٢٥,٧٢	٥,٠٢	٩,٠٩	١٠٠	٣٤	١,٠٠	غير دالة
	ضابطة	٨	٢٧,٦٢	٤,١٧	١١,٢٥	٩٠			
الدرجة الكلية	تجريبية	١١	٧٩	٩,١٣	٩,٩١	١٠٩	٤٣	١,٠٩	غير دالة
	ضابطة	٨	٧٩	٤,٥٦	١٠,١٣	٨١			

يتضح من الجدول السابق (٣) أن قيمة (U) لمعرفة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للطمأنينة الانفعالية (البعد النفسي، والبعد المادي، والبعد الاجتماعي،

والدرجة الكلية) بلغت (٤٠,٥، ٣٢، ٣٤، ٤٣) على الترتيب، وهي قيم غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى أن الفروق غير دالة إحصائياً بين المجموعتين في القياس القبلي، وهذا يعد مؤشراً على تكافؤ المجموعتين في الطمأنينة الانفعالية.

ج - خطوات اختيار عينة البحث الأساسية:

تم إجراء البحث بمدرستي القنطرة البيضاء القديمة والجديدة، بمديرية التربية والتعليم بمحافظة كفر الشيخ، محل إقامة الباحثين، وذلك على تلاميذ الصف الخامس الابتدائي الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، وذلك بعد أخذ الموافقات الرسمية لتطبيق أدوات البحث، حيث مر اختيار العينة بالخطوات التالية:

- مقابلة مديري المدرستين، والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين بالمدرسة، ومسؤولي الكنترول، لتحديد التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

- تطبيق مقياس الذكاء المصور على عينة البحث من أجل التكافؤ في الذكاء.

- تطبيق مقياسي المناعة النفسية والطمأنينة الانفعالية من أجل التكافؤ بين المجموعتين.

- تم تقسيم العينة بناء على عدد التلاميذ الموجودين في كل مدرسة، حيث تم اختيار تلاميذ المدرسة الجديدة ليكونوا مجموعة البحث التجريبية، بينما تم اختيار تلاميذ المدرسة القديمة ليكونوا مجموعة البحث الضابطة.

أدوات البحث:

١- اختبار الذكاء المصور إعداد (صالح، ١٩٧٨).

استخدم الباحثان في البحث الحالي اختبار الذكاء المصور إعداد (صالح، ١٩٧٨) وذلك للتحقق من تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في الذكاء، ويهدف هذا الاختبار إلى قياس القدرة العقلية لدى الأفراد في الأعمار من سن الثامنة إلى السابعة عشرة، وهو اختبار غير لفظي، يتكون من (٦٠) سؤالاً على هيئة صور وأشكال، حيث يتكون كل سؤال من (٥) صور أو أشكال، ويوجد في كل سؤال (٤) صور أو أشكال متشابهة في صفة واحدة أو أكثر، وشكل واحد فقط هو المختلف عن باقي الأشكال.

الخصائص السيكومترية للاختبار:

أولاً الصدق:

حسب (صالح، ١٩٧٨، ١) صدق الاختبار بأكثر من طريقة، (صدق المحك الخارجي) بينه وبين مجموعة من الاختبارات الأخرى وهي (معاني الكلمات، وإدراك المعاني، والتفكير، والقدرة العقلية العامة)، وجاءت قيم معاملات الارتباط على النحو التالي: (٠,٣٠، ٠,٤٧، ٠,٢٤، ٠,٣٤) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

ثم طبق (صالح، ١٩٧٨، ١١-١٢) هذا الاختبار في البيئة المصرية على عينه من (٥٠٠) شخصاً أعمارهم ما بين الثامنة حتى الثامنة عشرة، وأجرى التحليل العملي للاختبار، وتبين أن الاختبار مشبع بالعامل العام بمقدار (٠,٤٨)، مما يدل على صدق الاختبار سواءً بطريقة التحليل العملي أو بطريقة صدق المحك.

ثانياً: الثبات:

يذكر مُعدُّ الاختبار أن استخدام هذا الاختبار في عدد كبير من الدراسات والبحوث دل على ثباته بدرجة عالية، حيث تم حساب الثبات له في العديد من الدراسات عن طريق (التجزئة النصفية)، أو عن طريق (تحليل التباين) إذ تراوحت معاملات الثبات في هذه الأبحاث بين (٠,٧٥ - ٠,٨٥)، وهما أقل قيمة وأعلى قيمة تم الحصول عليها.

كما حسب الباحثان الحاليان ثبات الاختبار باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) على عينة بلغت (٣٥) تلميذاً بالصف الخامس الابتدائي، وبلغ معامل الثبات (٠,٨٢٠) ومن ثم يتضح أن معامل الثبات مرتفع يدعوا إلى الثقة في نتائج الاختبار وصلاحيته استخدامه.

وكان الوقت اللازم لتطبيق الاختبار هو (١٥) دقيقة، وهذا الوقت محدد من قبل المؤلف.

تصحيح الاختبار:

يحصل التلميذ على (١) درجة على كل سؤال إجابته إجابة صحيحة، والسؤال الذي لم يجب عليه أو أجاب إجابة خاطئة يوضع له (صفر)، وذلك خلال الوقت المحدد للإجابة (١٥) دقيقة، ثم تحسب الدرجات على كل أسئلة الاختبار؛ ملحق رقم (١).

ثانياً: البرنامج القائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات):

الأساس النظري للبرنامج:

تم إعداد البرنامج في ضوء نموذج (Garnefski) والذي صاغ (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) في صورة نوعين من الاستراتيجيات هما: (الاستراتيجيات التوافقية وتشمل التقبل، وإعادة التقييم الإيجابي، والتخطيط، وإعادة التركيز الإيجابي)، و (الاستراتيجيات اللاتوافقية وتشمل الاجترار، والتهوين، والتفكير الكارثي، ولوم الذات، ولوم الآخرين)، وتم بناء البرنامج في ضوء هذه الاستراتيجيات، من خلال التدريب على تنمية الاستراتيجيات التوافقية والحد من الاستراتيجيات اللاتوافقية، وهو منهج جديد، حيث إن معظم البحوث اهتمت بالتدريب على الاستراتيجيات الإيجابية فقط، إلا أن البحث الحالي يرى أهمية التدريب على الاستراتيجيات الإيجابية لما لها من ارتباط موجب بالتفاؤل، والهناء الذاتي، والسعادة، والازدهار النفسي، وتقدير الذات، وجودة الحياة، والرفاه الانفعالي، والمناعة النفسية، وكذلك ضرورة التدريب للحد من الاستراتيجيات السلبية أو اللاتوافقية، لما لها من ارتباط سالب بالتفاؤل، والهناء الذاتي، والسعادة، والازدهار النفسي، وتقدير الذات، وجودة الحياة، والرفاه الانفعالي، والمناعة النفسية.

الهدف العام للبرنامج الحالي:

يهدف البرنامج الحالي بشكل عام، إلى تحسين المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية، لدى الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم.

الأهداف الإجرائية للبرنامج:

- يتقبل الفرد تجاربه وما يحدث له.
- يفكر في الأشياء السعيدة والممتعة بدلاً من الأحداث الفعلية الضاغطة.
- ينظر في الخطوات العملية لحل الأحداث السلبية التي يمر بها الفرد.
- يقدر على رؤية الموقف من منظور آخر، من خلال تدريبيهم على مقارنة الموقف بمواقف أخرى أكثر خطورة لو حدثت، وذلك بهدف التقليل من خطورة الموقف الحالي.

- إعطاء معانٍ إيجابية للأحداث المجهدة، ووضعها في الاعتبار، مما يساعد على التقليل من خطورة الأحداث.

- التخفيف من لوم الذات، والتخفيف من إلقاء اللوم على نفسه لشيء مر به.
- التخفيف من المشاعر والأفكار والأحداث السلبية.
- عدم التهويل أو المبالغة في التأكيد على رعب التجارب.
- التحرر من إلقاء اللوم في المشاكل التي تحدث لهم على الآخرين.

تقوم البرنامج:

يتم تقويم البرنامج الحالي من خلال التقويم المرحلي، وذلك بتوجيه الأسئلة للتلاميذ أثناء التدريب، وقبل الانتقال من نشاط إلى نشاط آخر، وكذلك عقب الانتهاء من كل جلسة، والتي مدتها (٩٠) دقيقة تقريباً، كما أن هناك التقويم الختامي للبرنامج من خلال تطبيق مقياسي المناعة النفسية، والطمأنينة الانفعالية، وتقويم استمرار فعالية البرنامج من خلال التطبيق التتبعي.

جلسات البرنامج:

جدول (٤) جلسات البرنامج

م	عنوان الجلسة	طبيعة الجلسة	م	عنوان الجلسة	طبيعة الجلسة
١	التعارف ووضع قواعد العمل	تمهيدية	١١	إعادة التقييم الإيجابي	تدريبية
٢	التقبل	تدريبية	١٢	الحد من لوم الذات	تدريبية
٣	التقبل	تدريبية	١٣	الحد من لوم الذات	تدريبية
٤	إعادة التركيز الإيجابي	تدريبية	١٤	تقليل الاجترار	تدريبية
٥	إعادة التركيز الإيجابي	تدريبية	١٥	تقليل الاجترار	تدريبية
٦	إعادة التركيز على التخطيط	تدريبية	١٦	الحد من التهويل	تدريبية
٧	إعادة التركيز على التخطيط	تدريبية	١٧	الحد من التهويل	تدريبية
٨	رؤية الموقف من منظور آخر	تدريبية	١٨	عدم إلقاء اللوم على الآخرين	تدريبية
٩	رؤية الموقف من منظور آخر	تدريبية	١٩	عدم إلقاء اللوم على الآخرين	تدريبية
١٠	إعادة التقييم الإيجابي	تدريبية			

ثالثاً: مقياس المناعة النفسية للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم):

تم إعداد مقياس المناعة النفسية في ضوء مراجعة البحوث السابقة مثل بحوث كل من: (Oláh, 2004; Choochom et al., 2019; Gupta & Nebhinani, 2020; Kaur & Som, 2020; Ijntema, 2021, Li, 2021) وذلك من أجل تحديد أبعاد المقياس، ومن خلال التوفيق والتكامل بينها، وتحديد أكثر الأبعاد مناسبة للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، وبناءً عليه تم تحديد الأبعاد التالية:

- بعد المعتقدات: وهو ما يتعلق بتقييم التلميذ للبيئة، على أنها إيجابية، ويمكن إدارتها، وذات مغزى، أو أنها فوضوية ومهددة، وهذا البعد يتضمن: التفكير الإيجابي، والشعور بالسيطرة، وبالتماسك، وبالنمو الذاتي.

- بعد المراقبة والتنفيذ: وهذا البعد يبدأ بالبحث عن المعلومات واستيعابها، ووضعها موضع التنفيذ، والبحث عن الاحتمالات داخل البيئة، والدافعية لاستكشاف البيئات المادية والاجتماعية، ويشتمل هذا البعد على التحدي وتغيير التوجه، ومفهوم الذات الإبداعي، والكفاءة الذاتية، والتوجيه نحو الهدف، وحل المشكلات، والقدرة الإبداعية الاجتماعية.

- بعد التنظيم الذاتي: ويشير إلى استقرار الحياة الانفعالية الداخلية للفرد، ويشتمل على ضبط الانفعالات والتحكم فيها، وعدم الاستشارة غير المبررة.

حيث تمت صياغة عبارات مقياس المناعة النفسية في ضوء الأبعاد الثلاثة السابقة، كل بعد (١٢) عبارة، وكل عبارة أمامها خمسة اختيارات، هي (دائمًا - غالبًا - أحيانًا - نادرًا - أبدًا)، بحيث يحصل التلميذ على الدرجات (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) بنفس الترتيب بحسب البدائل السابقة، ومن ثم تكون الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية (١٨٠) درجة، والدرجة الصغرى (٣٦) درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أ- حساب صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس من خلال ما يلي:

١- الصدق الظاهري:

تم التأكد من الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين الأستاذة المتخصصين في مجالات علم النفس والصحة النفسية بالجامعات المصرية وعددهم (١١) محكمًا، للتعرف على آرائهم وملاحظاتهم حول المقياس، ومدى مناسبة العبارات ووضوحها، وانتمائها إلى المفهوم الرئيس، والأبعاد الفرعية، وقد أبدى المحكمون نسب اتفاق تراوحت ما بين (٨١,٨% - ١٠٠%)، مما يشير إلى الصدق الظاهري للمقياس.

٢- صدق المحك:

للتحقق من صدق المقياس المرتبط بالمحك تم تطبيق مقياس (مفهوم الذات) إعداد (الظفيري، ٢٠١٤) للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، على عينة البحث الاستطلاعية، ومن خلال حساب معامل الارتباط بين مقياس (المناعة النفسية) إعداد الباحثين، ومقياس (مفهوم الذات) إعداد الظفيري (٢٠١٤) والتي بلغت (٠,٧٩)، وهي قيمة دالة إحصائية، وموجبة، علمًا بأن مقياس مفهوم الذات المستخدم كمحك قد اشتمل على أغلب أبعاد ومؤشرات المناعة النفسية، وتدل قيمة معامل الارتباط على أن صدق المقياس المرتبط بالمحك مرتفع، وأنه مناسب للاستخدام في البحث الحالي.

٣- الاتساق الداخلي:

تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (١٣) تلميذًا، ممن تنطبق عليهم نفس خصائص عينة البحث الأساسية، ومن نفس المدرستين المذكورتين، ثم تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس، أو ما يسمى بالتجانس الداخلي وذلك من خلال حساب معامل ارتباط سيرمان لدرجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه:
جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

الاعتقادات			المراقبة والتنفيذ			التنظيم الذاتي		
العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	٠,٧٢٧	٠,٠١	١٣	٠,٩٢٤	٠,٠١	٢٥	٠,٨٧٧	٠,٠١

المنظومة الذاتية			المراقبة والتنفيذ			المعتقدات		
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبرة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبرة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبرة
٠,٠١	٠,٨٦٨	٢٦	٠,٠١	٠,٩٥٤	١٤	٠,٠١	٠,٨٤٨	٢
٠,٠١	٠,٨٩٤	٢٧	٠,٠١	٠,٨١٣	١٥	٠,٠١	٠,٨٦٠	٣
٠,٠١	٠,٨٩٠	٢٨	٠,٠١	٠,٨٢٢	١٦	٠,٠١	٠,٨٧٦	٤
٠,٠١	٠,٩١١	٢٩	٠,٠١	٠,٩١٥	١٧	٠,٠١	٠,٧٩٥	٥
٠,٠١	٠,٩٢٨	٣٠	٠,٠١	٠,٩٣١	١٨	٠,٠١	٠,٨٣٩	٦
٠,٠١	٠,٩٥٠	٣١	٠,٠١	٠,٩١٥	١٩	٠,٠١	٠,٨٩٥	٧
٠,٠١	٠,٩٢٣	٣٢	٠,٠١	٠,٨٨٠	٢٠	٠,٠١	٠,٨٥٩	٨

يتضح من جدول (٥) السابق أن قيم معاملات ارتباط عبارات المقياس دالة إحصائياً، عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وبالتالي فهي مقبولة.

ثم تم حساب معامل ارتباط سبيرمان بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي رقم (٦) يوضح معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٦) معاملات ارتباط أبعاد مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية للمقياس ن = (١٣)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
الاول	المعتقدات	**٠,٦٦٩
الثاني	المراقبة والتنفيذ	**٠,٩٢٨
الثالث	المنظومة الذاتية	**٠,٩٠٨

** دالة عند (٠,٠١)

يتضح من الجدول السابق، أن جميع قيم معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وبالتالي فهي مقبولة.

ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ، وطريقة إعادة التطبيق، والجدول التالي يوضح ثبات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٧) ثبات المقياس بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق

م	الأبعاد	معامل ثبات ألفا	الثبات بإعادة التطبيق
الأول	المعتقدات	٠,٩٦٤	٠,٨٦٧
الثاني	المراقبة والتنفيذ	٠,٩٩١	٠,٩٧٦
الثالث	التنظيم الذاتي	٠,٩٨٤	٠,٨٩٧
	الدرجة الكلية	٠,٩٨٨	٠,٩٥٤

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الثبات مرتفعة في الأبعاد وفي الدرجة الكلية مما يدعو إلى الثقة في نتائج المقياس.

رابعاً: مقياس الطمأنينة الانفعالية للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم): إعداد الباحثين

تم إعداد مقياس الطمأنينة الانفعالية للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، بهدف الوصول إلى أداة موضوعية مقننة لقياس الطمأنينة الانفعالية للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، وذلك بعد الاطلاع على بعض المقاييس في هذا الشأن والتي تم إعدادها لقياس الطمأنينة الانفعالية لدى عينات مختلفة عن عينة البحث الحالي مثل مقاييس كل من: (Shuqair, 2014; Aljumaili & Al-Obeidi, 2022) لقياس الطمأنينة الانفعالية، ومقياس (الحضري، ٢٠٢١)، ودراسة (عبد الوهاب، ٢٠١٨)، ومقياس (هنداوي، ٢٠٢٠) لقياس الطمأنينة الانفعالية، وخرج المقياس في صورته النهائية من (٣٦) عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد، وهي:

- البعد الأول: البعد النفسي. (١٢ عبارة).

- البعد الثاني: البعد الاجتماعي. (١٢ عبارة).

- البعد الثالث: البعد المادي. (١٢ عبارة).

وكانت بدائل الإجابة على كل عبارة من عبارات المقياس (خمسة بدائل) وهي (دائمًا - غالبًا - أحيانًا - نادرًا - أبدًا)، وتراوحت الدرجات بين (١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥) بنفس الترتيب، ومن ثم فإن الدرجة الكلية للاختبار (١٨٠) درجة، والدرجة الصغرى للاختبار (٣٦) درجة. وتم بناء المقياس في ضوء الخطوات الآتية:

- الهدف من المقياس:

يتمثل الهدف من المقياس في تحديد مستوى الطمأنينة الانفعالية للتلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم).

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

- صدق المحكمين:

تم عرض مقياس الطمأنينة الانفعالية في صورته الأولية على (١١) محكمًا، من الأساتذة المتخصصين في مجالات (علم النفس، والصحة النفسية، والتربية الخاصة)، وذلك من أجل إبداء الرأي حول مدى ملاءمة المقياس، وعباراته لعينة البحث، ومدى وضوح العبارات، ومدى ارتباط كل عبارة من عبارات المقياس بموضوع المقياس، وارتباطها بالبعد الذي تنتمي إليه.

واتضح أن نسب اتفاق المحكمين تراوحت ما بين (٩٠,٩٪ - ١٠٠٪) وهي نسب اتفاق مقبولة، واقترح المحكمون بعض التعديلات في صياغة بعض العبارات وحرص الباحثان على إجراء تلك التعديلات بما يناسب طبيعة المتغيرات وخصائص العينة.

- صدق المحك:

للتحقق من صدق مقياس الطمأنينة الانفعالية المرتبط بالمحك، تم تطبيق مقياس (الخصائص المعرفية والانفعالية والاجتماعية) إعداد الصليلي وجروان (٢٠٠٨)، للتلاميذ الموهوبين، ذوي صعوبات التعلم، ومن خلال حساب معامل الارتباط بين مقياس الطمأنينة الانفعالية إعداد الباحث، ومقياس الخصائص المعرفية والانفعالية والاجتماعية إعداد الصليلي وجروان (٢٠٠٨)، والتي بلغت (٠,٨٧)، وهذه القيمة دالة إحصائيًا، وموجبة، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بصدق مرتفع، وأنه يصلح للاستخدام في البحث الحالي.

- الاتساق الداخلي:

لحساب الاتساق الداخلي لمقياس الطمأنينة الانفعالية تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وحساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس.

حيث تم تطبيق المقياس على (١٣) تلميذاً، بالصف الخامس الابتدائي، موهوبين ذوي صعوبات تعلم، والجدول التالي يوضح معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد التي تنتمي إليها، وذلك باستخدام معامل الارتباط لسبيرمان.

جدول (٨) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه، من مقياس الطمأنينة الانفعالية (الاتساق الداخلي). (ن=١٣).

البعد النفسي		البعد الاجتماعي		البعد المادي	
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
١	*.٠٦٤٢	١٣	**٠,٧٤٦	٢٥	**٠,٧٥٢
٢	*.٠٦٣٥	١٤	*.٠٦٧١	٢٦	**٠,٨٧٠
٣	**٠,٧٧٤	١٥	**٠,٨٣١	٢٧	**٠,٨٤٣
٤	*.٠٥٩٢	١٦	**٠,٨٥٧	٢٨	*.٠٥٦٠
٥	*.٠٦٠٥	١٧	*.٠٦٥٧	٢٩	**٠,٧٣٦
٦	*.٠٦٠٢	١٨	**٠,٨٣٤	٣٠	**٠,٧٣٦
٧	*.٠٥٧٢	١٩	*.٠٦٤٨	٣١	**٠,٨٣٧
٨	**٠,٧٥٩	٢٠	**٠,٨٤٩	٣٢	**٠,٧٢١
٩	**٠,٧٧٥	٢١	**٠,٩٠١	٣٣	*.٠٥٥٩
١٠	*.٠٥٥٥	٢٢	**٠,٨٨٣	٣٤	**٠,٨٦٦
١١	*.٠٦٥٦	٢٣	*.٠٦٦٤	٣٥	**٠,٧٨٩
١٢	**٠,٨٤٢	٢٤	**٠,٨٤٥	٣٦	**٠,٩٦٢

*دال عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، **دال عند مستوى دلالة (٠,٠١)

يتضح من جدول (٨) السابق، أن جميع معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والأبعاد التي تنتمي إليها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبالتالي فهي مقبولة، وبالتالي فإنه يمكن الثقة في نتائج المقياس، وصلاحيته استخدامه، والجدول التالي (٩) يوضح معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٩) معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس الطمأنينة الانفعالية (الاتساق الداخلي). (ن=١٣).

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط
١	البعد النفسي	**٠,٩٠٦
٢	البعد الاجتماعي	**٠,٩٨٣
٣	البعد المادي	**٠,٩٨٢

* دال عند مستوى دلالة (٠,٠١)

يتضح من الجدول السابق (٩) أن جميع معاملات ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد من الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٩٠٦ - ٠,٩٨٣) وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى الثقة في نتائج المقياس.

(٣) ثبات المقياس:

تم حساب معامل ثبات مقياس الطمأنينة الانفعالية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، والجدول التالي يوضح معاملات ثبات المقياس:

جدول (١٠) معامل ثبات مقياس الطمأنينة الانفعالية بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق

م	الأبعاد	معامل الثبات	الثبات بإعادة التطبيق
١	البعد النفسي	٠,٨٧٧	٠,٨٩٨
٢	البعد الاجتماعي	٠,٩٤٣	٠,٨٧٩
٣	البعد المادي	٠,٩٦١	٠,٩١١
	المقياس ككل	٠,٩٤٢	٠,٨٩١

يتضح من جدول (١٠) السابق أن معاملات ثبات المقياس مرتفعة، دالة إحصائياً، حيث زادت عن (٠,٨٧)، مما يدل على ثبات المقياس.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات:

- المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومعاملات الارتباط.
 - اختبار مان ويتني "Mann-Whitney Test".
 - اختبار فريدمان "Friedman test".
 - اختبار ويلكوكسون "Wilcoxon".
- وتمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الحاسب الآلي بواسطة برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS v. 25).

الخطوات الإجرائية للبحث:

- تمثلت الخطوات الإجرائية لتنفيذ البحث فيما يلي:
- إعداد الإطار النظري للبحث من خلال الاطلاع على البحوث السابقة والاستفادة منها.
 - إعداد أدوات البحث المتمثلة في (مقياس المناعة النفسية، ومقياس الطمأنينة الانفعالية، والبرنامج القائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات).
 - تطبيق الأدوات على عينة استطلاعية لحساب خصائصها السيكومترية.
 - اختيار عينة البحث من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) بمحافظة كفر الشيخ، وتقسيمهم إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة).
 - تطبيق الأدوات تطبيقاً قبلياً على المجموعتين.
 - تحديد مدى التقارب بين المجموعتين في القياس القبلي لمتغيرات البحث.
 - تطبيق البرنامج القائم على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات)، على تلاميذ المجموعة التجريبية، في حين لم تتلقى المجموعة الضابطة أي تدريب، زائد على البرنامج المدرسي.
 - تطبيق الأدوات على المجموعتين تطبيقاً بعدياً.
 - إجراء المعالجة الإحصائية اللازمة في ضوء فروض البحث، وعرض النتائج وتفسيرها في ضوء الإطار النظري ونتائج البحوث السابقة.

نتائج البحث وتفسيرها

أ- نتائج الفرض الأول والذي ينص على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمناعة النفسية، ولاختبار صحة هذا الفرض استخدم الباحثان اختبار (مان ويتني) لحساب الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمناعة النفسية، والجدول التالي يوضح تلك النتائج:

جدول (١١) الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمناعة النفسية

الأبعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U*	Z*	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المعتقدات	تجريبية	١١	٥٠,٧٢	٤,٤٠	١٤	١٥٤	٠,٠١	٣,٦٣٨	٠,٠١	كبير جدا
	ضابطة	٨	٢٠	٣,٦٦	٤,٥	٣٦				
المراقبة والتنفيذ	تجريبية	١١	٥٢,٢٧	٣,٨٤	١٤	١٥٤	٠,٠١	٣,٦٣٨	٠,٠١	كبير جدا
	ضابطة	٨	٢٢,١٢	٢,٥٨	٤,٥	٣٦				
التنظيم الذاتي	تجريبية	١١	٥٢,٦٣	٣,٥٥	١٤	١٥٤	٠,٠١	٣,٦٤١	٠,٠١	كبير جدا
	ضابطة	٨	٢١,٨٧	٣,٠٤	٤,٥	٣٦				
الدرجة الكلية	تجريبية	١١	١٥٥,٦٣	٤,٤٧	١٤	١٥٤	٠,٠١	٣,٦٤٣	٠,٠١	كبير جدا
	ضابطة	٨	٦٤	٧,٤٨	٤,٥	٣٦				

* قيمة (U) الجدولية = ٣٣ عند درجة حرية ن = ١١، ون = ٨

* قيمة (Z) الجدولية عند (٠,٠٥) = ١,٩٦، وعند (٠,٠١) = ٢,٥٨

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (U) لحساب الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمناعة النفسية بلغت (٠,٠٠)، وهي قيمة أقل من قيمتها الجدولية، كما أن قيمة (Z) دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي للمناعة النفسية لصالح متوسط الرتب الأعلى، والجدول

السابق يشير إلى أن متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية أعلى من متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة مما يشير إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بفروق دالة إحصائية، وبالتالي يتم قبول الفرض البديل.

ويمكن تفسير ذلك من خلال ما يلي:

التدريب على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات) يؤثر إيجاباً في تنمية المناعة النفسية، حيث إن تلك الاستراتيجيات تتضمن العديد من الاستراتيجيات الإيجابية المتمثلة في: (إعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابي، ورؤية الموقف من منظور آخر) وتلك الاستراتيجيات تسهم بشكل كبير في تحسين الصحة النفسية للموهوبين ذوي صعوبات التعلم، حيث تجعلهم يفكرون بشكل إيجابي، ويتصرفون بثقة، ويواجهون المشكلات بإيجابية، كما تجعلهم يتمكنون من تنظيم انفعالاتهم بإيجابية، ويديرون انفعالاتهم، ويضبطونها في المواقف المختلفة، مما يكون له أثر كبير في تنمية مناعتهم النفسية.

كما أن التدريب على الحد من الاستراتيجيات المعرفية السلبية لتنظيم الانفعال والتي تتمثل في (لوم الذات، ولوم الآخرين، والكارثية، والقبول السلبي، والاجترار، والكارثية)، يجعل التلميذ يتمكن من تكوين جهاز مناعي نفسي ضد الضغوط، والوجدانات السلبية، كما تنمي لديه القدرة على مواجهة القلق والتوتر، وتساعد على أن يعبر عن انفعالاته وعواطفه الإيجابية، ويراقب عواطف السلبية، ويتحكم فيها، ويستطيع تغييرها إلى انفعالات إيجابية، ويصبح أكثر وعياً بذاته، وبالتالي تزيد مناعته النفسية.

إضافة لما سبق فإن التلاميذ (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم) يواجهون ضغوطات وتحديات تجعلهم يعانون من انفعالات سلبية، بالشكل الذي يتطلب منهم أن يكون لديهم قدرة على إعادة التقييم الإيجابي للمواقف التي يتعرضون لها، وبالتالي فتدريبهم على تنمية الاستراتيجيات المعرفية الإيجابية لتنظيم الانفعالات والحد من الاستراتيجيات السلبية يكسبهم انطباعات إيجابية نحو الأشخاص والمواقف، وتجعلهم أكثر وعياً بخبراتهم الانفعالية، وأكثر قدرة على التأقلم مع الأحداث السلبية، والضغوطات الانفعالية.

وفي ذات السياق فإن البرنامج اشتمل على أنشطة وتدريبات ساهمت في تنمية قدرة التلاميذ على تنظيم أنفسهم، وحل مشكلاتهم، وأكسبتهم القدرة على مواجهة التحديات، والضغوطات، وحسنت من حالتهم الانفعالية، وساعدتهم على المرونة، والتفاوض، مما انعكس على تنمية مناعتهم النفسية.

كما أتاح البرنامج للتلاميذ ممارسة أنشطة اجتماعية، ساعدتهم على التوافق الاجتماعي السليم، وهيئت لهم الجو الاجتماعي والانفعالي المناسب، وأتاح لهم الفرصة للتعبير عن انفعالهم، والتنفيس عنها، وضبطها بما يتناسب مع المواقف والمثيرات، دون إفراط أو تفريط.

وفي هذا الإطار يشير كل من المنشاوي (٢٠١٥)، وعيسى (٢٠١٩) إلى أن الاستراتيجيات المعرفية الإيجابية لتنظيم الانفعال تساعد على خفض الانفعالات السلبية، كما تتيح للمتعلم زيادة تقدير الذات، وتنمية المزاج الإيجابي، وأيضاً هناك الاستراتيجيات السلبية والتي عندما يتم خفضها فإن ذلك يساعد على تقليل الانفعالات السلبية مثل القلق، والغضب، والإحباط.

ب- نتائج الفرض الثاني والذي ينص على أنه:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للطمأنينة الانفعالية، ولاختبار صحة هذا الفرض استخدم الباحثان اختبار مان ويتني لحساب الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للطمأنينة الانفعالية؛ والجدول التالي يوضح تلك النتائج:

جدول (١٢) الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للطمأنينة الانفعالية

الأبعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
البعدي النفسي	تجريبية	١١	٥٣	٥,٧٠	١٤	١٥٤	٠,٠٠	٣,٦٤١	٠,٠١	٠,٨٣٥ كبير جدا
	ضابطة	٨	٢٥,٧٥	٤,٠٦	٤,٥	٣٦				
البعدي الاجتماعي	تجريبية	١١	٥٤,٢٧	٤,٤٥	١٤	١٥٤	٠,٠٠	٣,٦٣٨	٠,٠١	٠,٨٣٤ كبير جدا
	ضابطة	٨	٢٦,١٢	٣,٧٥	٤,٥	٣٦				

الأبعاد	المجموعات	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
البعد المادي	تجريبية	١١	٥٤,٢٧	٤,٥١	١٤	١٥٤	٠٠٠	٣,٦٣٨	٠,٠١	كبير
	ضابطة	٨	٢٨	٣,٥٨	٤,٥	٣٦				
الدرجة الكلية	تجريبية	١١	١٦١,٥٤	٨,٢٩	١٤	١٥٤	٠٠٠	٣,٦٣٨	٠,٠١	كبير
	ضابطة	٨	٧٩,٨٧	٤,٣٨	٤,٥	٣٦				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (U) لمعرفة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للطمأنينة الانفعالية بلغت (٠٠٠) وهي قيمة أقل من قيمتها الجدولية، كما أن قيمة (z) دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي للطمأنينة الانفعالية، وهذه الفروق لصالح متوسط الرتب الأعلى، والجدول السابق يشير إلى أن متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية أعلى من متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة مما يشير إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة بفروق دالة إحصائية، وبالتالي يتم قبول الفرض البديل.

ويمكن تفسير ذلك من خلال ما يلي:

أن البرنامج المستخدم ساهم في تنمية الأمن النفسي للتلاميذ، من خلال ما حققه لهم من رضا وارتياح، وبالتالي أصبح التلاميذ عقب التدريب يشعرون بالهدوء والطمأنينة، وانخفض لديهم القلق والتوتر.

العلاقة الاجتماعية التي بناها القائم بالتطبيق مع التلاميذ والتي قامت على التألف، والتعاون، والمودة، والاحترام، جعلت يشرون بشيء من الثقة، والراحة، وبالتالي نمت لديهم الطمأنينة الانفعالية.

تمكين التلاميذ من عرض أفكارهم بأنفسهم، في جو من الحرية والأمن، وفتح المجال أمامهم لتقديم حلول للمشكلات التي تم عرضها من خلال البرنامج دون خوف أو رهبة أو تردد كان له أكبر الأثر في إحساسهم بجودة الحياة من حولهم، ومن ثم تنمية الطمأنينة الانفعالية لديهم.

وجود التلاميذ في جو مليء بالأمان، وبعيداً عن الأخطار، واستخدام أدوات تدريبية وأجهزة آمنة، نمت قناعتهم بالأمان المادي، وجعلهم في جو يسوده الأمن والأمان، وهم بعيدون عن الأخطار، مما أسهم في تنميتهم طمأنينتهم الانفعالية.

استخدام أدوات تقييم، وتوجيه أسئلة بطريقة مشجعة، مع استخدام التغذية الراجعة، والحرص على دعم مواطن القوة، وعلاج مواطن الضعف لدى التلاميذ دون عقاب، أو إلحاق أذى نفسي أو بدني بهم، ربما أسهم في تنمية طمأنينتهم النفسية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة بحث (2013) Min والذي توصل أن الاستراتيجيات المعرفية الإيجابية لتنظيم الانفعالات قد ارتبطت بشكل إيجابي بتقدير الذات، في حين ارتبطت الاستراتيجيات السلبية بالانكسار، وبحث (2017) Manju and Basavarajappa والذي أظهر وجود علاقة إيجابية بين استراتيجيات إعادة التقييم الإيجابي وإعادة التركيز على التخطيط مع جودة الحياة، بينما أظهر أن استراتيجيات إلقاء اللوم على الذات، والقبول، والاجترار، والكارثية واللوم للآخر لهم علاقة سلبية مع جودة الحياة، وكذلك توصل بحث (2017) Brockman, et al إلى وجود تأثير موجب دال إحصائياً لاستراتيجيات تنظيم الانفعال في الرفاه الانفعالي، ووجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الاستراتيجيات الإيجابية والوجدان الموجب، ووجود ارتباط سالب بين الاستراتيجيات السلبية والوجدان السالب.

ج- نتائج الفرض الثالث.

والذي ينص على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي - البعدي - التبعي) للمناعة النفسية، واختبار صحة هذا الفرض استخدم الباحثان معادلة فريدمان Friedman test لحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتبعي) لمقياس المناعة النفسية، والجدول الآتي يوضح تلك النتائج.

جدول (١٣) المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتتبعي) لقياس المناعة النفسية باستخدام معادلة فريدمان.

الأبعاد	القياسات	عدد الأفراد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة كا ^٢	مستوى الدلالة
المعتقدات	القبلي	١١	١٩,٣٦	٣,١٠	١	١١	١٦,٨٨	٠,٠١
	البعدي	١١	٥٠,٧٢	٤,٤٠	٢,٥٠	٢٧,٥		
	التتبعي	١١	٥٠,٧٢	٤,١٩	٢,٥٠	٢٧,٥		
المراقبة والتنفيذ	القبلي	١١	٢٢	٣,٣٤	١	١١	١٦,٥٤	٠,٠١
	البعدي	١١	٥٢,٢٧	٣,٨٤	٢,٤٥	٢٦,٩٥		
	التتبعي	١١	٥٢,٠٩	٣,١١	٢,٥٥	٢٨,٠٥		
التنظيم الذاتي	القبلي	١١	٢٢	٣,٢٥	١	١١	١٦,٥٤	٠,٠١
	البعدي	١١	٥٢,٦٣	٣,٥٥	٢,٤٥	٢٦,٩٥		
	التتبعي	١١	٥٣	٢,٥٢	٢,٥٥	٢٨,٠٥		
الدرجة الكلية	القبلي	١١	٦٣,٣٦	٨,٥٢	١	١١	١٧,٠٧	٠,٠١
	البعدي	١١	١٥٥,٦٣	٤,٤٧	٢,٤١	٢٦,٥١		
	التتبعي	١١	١٥٥,٨١	٤,٧٢	٢,٥٩	٢٨,٤٩		

قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ = ٥,٩٩، وعند مستوى دلالة ٠,٠١ = ٩,٢١، مما يدل على أن قيمتها المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية، وبالتالي تكون دالة عند مستوى (٠,٠١).

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتتبعي) للمناعة النفسية، إلا أنه لم يتم تحديد اتجاه هذه الفروق، ولمعرفة ذلك أجرى الباحث معادلة ويلكوكسون لعينتين مرتبطتين لتحديد اتجاه الفروق بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتتبعي) للمناعة النفسية، والجدول الآتي يوضح النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (١٤) اتجاه الفروق بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتتبعي) للمناعة النفسية

الأبعاد	القياسات	المتوسط	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المعتقدات	قبلي	١٩,٣٦	٣,١٠	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٣	٠,٠١	كبير جدًا
	بعدي	٥٠,٧٢	٤,٤٠	الموجبة	١١	٦	٦٦			
	قبلي	١٩,٣٦	٣,١٠	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٣	٠,٠١	كبير جدًا
	تتبعي	٥٠,٧٢	٤,١٩	الموجبة	١١	٦	٦٦			
	بعدي	٥٠,٧٢	٤,٤٠	السالبة	٥	٥,٥	٢٧,٥	٠,٠٠	غير دالة	-
	تتبعي	٥٠,٧٢	٤,١٩	الموجبة	٥	٥,٥	٢٧,٥			
المراقبة والتنفيذ	قبلي	٢٢	٣,٣٤	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٤	٠,٠١	كبير جدًا
	بعدي	٥٢,٢٧	٣,٨٤	الموجبة	١١	٦	٦٦			
	قبلي	٢٢	٣,٣٤	السالبة	٠	٠٠	٠	٢,٩٤	٠,٠١	كبير جدًا
	تتبعي	٥٢,٠٩	٣,١١	الموجبة	١١	٦	٦٦			
	بعدي	٥٢,٢٧	٣,٨٤	السالبة	٦	٦,٤٠	٣٢	٠,٠٩	غير دالة	-
	تتبعي	٥٢,٠٩	٣,١١	الموجبة	٥	٥,٦٧	٣٤			
التنظيم الذاتي	قبلي	٢٢	٣,٢٥	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٣	٠,٠١	كبير جدًا
	بعدي	٥٢,٦٣	٣,٥٥	الموجبة	١١	٦	٦٦			
	قبلي	٢٢	٣,٢٥	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٤	٠,٠١	كبير جدًا
	تتبعي	٥٣	٢,٥٢	الموجبة	١١	٦	٦٦			
	بعدي	٥٢,٦٣	٣,٥٥	السالبة	٥	٥,٥٠	٢٧,٥	٠,٥٠٠	غير دالة	-
	تتبعي	٥٣	٢,٥٢	الموجبة	٦	٦,٤٢	٣٨,٥			
الدرجة الكلية	قبلي	٦٣,٣٦	٨,٥٢	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٣	٠,٠١	كبير جدًا
	بعدي	١٥٥,٦٣	٤,٤٧	الموجبة	١١	٦	٦٦			
	قبلي	٦٣,٣٦	٨,٥٢	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٣	٠,٠١	كبير جدًا

الأبعاد	القياسات	المتوسط	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
	تتبعي	١٥٥,٨١	٤,٧٢	الموجبة	١١	٦	٦٦			كبير جداً
	بعدي	١٥٥,٦٣	٤,٤٧	السالبة	٤	٠٠	٠٠	٠,١٥٣	غير دالة	-
	تتبعي	١٥٥,٨١	٤,٧٢	الموجبة	٦	٦	٦٦			

يتضح من الجدول (١١) السابق ما يلي:

قيمة (Z) لمعرفة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمناعة النفسية بلغت (٢,٩٣) - (٢,٩٤ - ٢,٩٣) على الترتيب وهي قيمة ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي، لصالح القياس البعدي، حيث إن متوسط الرتب الموجبة (القياس البعدي) أعلى من متوسط الرتب السالبة (القياس القبلي)، كما أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمناعة النفسية، والدرجة الكلية، وهذا يعد مؤشراً على أن البرنامج المستخدم ذو فعالية في تنمية المناعة النفسية، لدى أفراد المجموعة التجريبية.

قيمة (Z) لمعرفة الفروق بين القياسين (القبلي والتتبعي) للمناعة النفسية بلغت (٢,٩٣) - (٢,٩٤ - ٢,٩٣) على الترتيب، وهي قيمة دالة احصائياً، عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والتتبعي، لصالح القياس التتبعي، حيث إن متوسط الرتب الموجبة (القياس التتبعي) أعلى من متوسط الرتب السالبة (القياس القبلي)، كما أن المتوسط الحسابي للقياس التتبعي، أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمناعة النفسية، في الأبعاد وفي الدرجة الكلية، وهذا يعد مؤشراً على فعالية البرنامج، وأثره الإيجابي في تنمية المناعة النفسية، لدى أفراد المجموعة التجريبية.

كما أن قيمة (Z) لمعرفة الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمناعة النفسية بلغت (٠,٠٠ - ٠,٠٩ - ٠,٠٠) على الترتيب، وهي قيمة غير دالة احصائياً، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين القياسين البعدي والتتبعي، للمناعة النفسية لدى المجموعة التجريبية، كما أن المتوسط الحسابي للقياس التتبعي للمناعة النفسية والدرجة الكلية يقترب جداً من المتوسط الحسابي للقياس البعدي، وأن الفروق بينهما غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى استمرار

بقاء أثر البرنامج التدريبي، في أبعاد المناعة النفسية، وفي الدرجة الكلية لها، لدى (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، وبالتالي يتم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل.

ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما يلي:

أن التلاميذ أثناء البرنامج تعرضوا لخبرات انفعالية ساهمت في تنمية مناعتهم النفسية، كما ساهم البرنامج في تنمية قدرتهم على التوافق الإيجابي اللاواعي، والذي يعمل بطريقة معقدة ومنظمة، على غرار نظام المناعة الجسدية، من أجل حماية الشخص من الاعتداءات النفسية، والبيئية، وتساعد على التفاعل مع البيئة بطريقة موجبة، وتنمي لديه القدرة على التوافق مع الضغوط.

كما تضمن البرنامج أنشطة موجبة لتعزيز الذات لمواجهة الضغوط، وتنمية المسؤولية الشخصية، وتدريب التلاميذ على التحكم في الأفكار والمواقف والأحداث السلبية، كما أن تلك الأنشطة نمت لدى التلاميذ التفاؤل، والتوجه نحو المستقبل، والتفكير الإيجابي، والفكاهة، والمرونة، كما ساهم البرنامج في تحسين قدرة التلاميذ على مواجهة الأزمات، وتحمل الضيق، والصعوبات، والمصائب، ومقاومة الأفكار، والمشاعر السالبة، والغضب والاستياء، وخفض لديهم العداة والانتقام، وأفكار ومشاعر اليأس والعجز والانهماكية، والتشاؤم، وبالتالي تحسنت مناعتهم النفسية.

حيث تبين للباحثين أثناء التطبيق أن التلاميذ يستمتعون بالحوار والمناقشة، وظهر تحسن ملحوظ عليهم أثناء البرنامج في حالتهم النفسية، واستجابتهم للمناقشات مع الزملاء، ومع الباحث، كما ظهرت عليهم القدرة على مقاومة الضغوط والأزمات النفسية، وتغيير طريقتهم في التفكير، والسيطرة على العواطف، ومعرفة الطريقة الصحيحة لحل المشكلات، والتوافق مع المتغيرات والظروف البيئية.

وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة بحث (Dubey and Shahi (2011) والذي أظهر وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الجهاز المناعي النفسي واستخدام استراتيجية المواجهة، حيث إن استراتيجيات المواجهة تساعد على تخفيف التوتر والإرهاق، وتقلل من الإجهاد، وأن جهاز المناعة النفسي في الجسم يمكن تطويره وتحسينه للتغلب على التوتر.

كما تتفق هذه النتيجة مع نتيجة بحث (Shawkat et al. (2021) والذي توصل إلى أن التدريب أظهر تحسن ملحوظ في إدارة الضغوط لدى المجموعة التجريبية، كما نمت قدرتهم على مواجهتها، واكتشاف مصادرها، وامتلاك مناعة نفسية جيدة، ومواجهة الصعوبات والمحن، وساهم في التخفيف من أعراضها، والتوافق معها، حيث اشتمل البرنامج على أساليب واستراتيجيات لمواجهة الإجهاد بأساليب توافقية تزيد من قدرتهم على تحمل الشدائد والصعوبات، بدلاً من توجيهها بطريقة من الاستسلام والخضوع للشدائد والصعوبات، كما نمت البرنامج لديهم الشعور بالسيطرة، والتماسك، والإبداع، ومفهوم ذات إيجابي، والشعور بالتنمية الذاتية.

وبحث محمد وآخرين (٢٠٢٢) والذي أشار إلى تنمية المناعة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمقياس المناعة النفسية في القياسين البعدي والتبعي.

د- نتائج الفرض الرابع.

والذي ينص على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي - البعدي - التبعي) للطمأنينة الانفعالية، واختبار صحة هذا الفرض استخدم الباحث معادلة فريدمان Friedman test لحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتبعي) لمقياس الطمأنينة الانفعالية، والجدول الآتي يوضح النتائج التي تم الحصول عليها.

جدول (١٥) المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتبعي) لمقياس الطمأنينة الانفعالية باستخدام معادلة فريدمان.

الأبعاد	القياسات	عدد الأفراد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة كا ^٢	مستوى الدلالة
البعد النفسي	القبلي	١١	٢٦,١٨	٤,٦٦	١	١١	١٧,٦٢	٠,٠١
	البعدي	١١	٥٣	٥,٧٠	٢,٣٢	٢٥,٥٢		
	التبعي	١١	٥٤,٥٤	٣,٧٧	٢,٦٨	٢٩,٤٨		
البعد	القبلي	١١	٢٧,٠٩	٣,١١	١	١١	١٦,٨٨	٠,٠١

الأبعاد	القياسات	عدد الأفراد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة كا ²	مستوى الدلالة
الاجتماعي	البعدي	١١	٥٤,٢٧	٤,٤٥	٢,٥٠	٢٧,٥		
	التبعي	١١	٥٢,٩٠	٤,٢٧	٢,٥٠	٢٧,٥		
البعد المادي	القبلي	١١	٢٥,٧٢	٥,٠٢	١	١١	١٦,٨٨	٠,٠١
	البعدي	١١	٥٤,٢٧	٤,٥١	٢,٥٠	٢٧,٥		
	التبعي	١١	٥٣,٣٦	٥,٠٦	٢,٥٠	٢٧,٥		
الدرجة الكلية	القبلي	١١	٧٩	٩,١٣	١	١١	١٦,٩٠	٠,٠١
	البعدي	١١	١٦١,٥٤	٨,٢٩	٢,٦٤	٢٩,٠٤		
	التبعي	١١	١٦٠,٨١	٨,٨٧	٢,٣٦	٢٥,٩٦		

قيمة كا² دالة عند مستوى (٠,٠١).

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتبعي) للطمأنينة الانفعالية، إلا أنه لم يتم تحديد اتجاه هذه الفروق، ولمعرفة ذلك أجرى الباحث معادلة ويلكوكسون لعينتين مرتبطتين لتحديد اتجاه الفروق بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتبعي) للطمأنينة الانفعالية، والجدول الآتي يوضح النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (١٦) اتجاه الفروق بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسات المتكررة (القبلي والبعدي والتبعي) للطمأنينة الانفعالية

الأبعاد	القياسات	المتوسط	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
البعد النفسي	قبلي	٢٦,١٨	٤,٦٦	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٣٧	٠,٠١	٠,٨٨٥
	بعدي	٥٣	٥,٧٠	الموجبة	١١	٦	٦٦			كبير جداً
	قبلي	٢٦,١٨	٤,٦٦	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٢,٩٣٧	٠,٠١	٠,٨٨٥
	تبعي	٥٤,٥٤	٣,٧٧	الموجبة	١١	٦	٦٦			كبير جداً
	بعدي	٥٣	٥,٧٠	السالبة	٣	٧,١٧	٢١,٥	٠,٦١٤	غير دالة	-

الأبعاد	القياسات	المتوسط	الانحراف المعياري	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
البعـد الاجتماعي	تتبعي	٥٤,٥٤	٣,٧٧	الموجبة	٧	٤,٢٩	٣٣,٥	٢,٩٣٧	٠,٠١	كبير جداً
	قبلي	٢٧,٠٩	٣,١١	السالبة	٠	٠,٠	٠٠			
	بعدي	٥٤,٢٧	٤,٤٥	الموجبة	١١	٦	٦٦	٢,٩٣٨	٠,٠١	كبير جداً
	قبلي	٢٧,٠٩	٣,١١	السالبة	٠	٠,٠	٠٠			
	تتبعي	٥٢,٩٠	٤,٢٧	الموجبة	١١	٦	٦٦	٠,٥١١	غير دالة	-
	بعدي	٥٤,٢٧	٤,٤٥	السالبة	٥	٥,٥	٣٢,٥٠			
	تتبعي	٥٢,٩٠	٤,٢٧	الموجبة	٥	٤,٥	٢٢,٥٠	٢,٩٣٧	٠,٠١	كبير جداً
	قبلي	٢٥,٧٢	٥,٠٢	السالبة	٠	٠,٠	٠٠			
بعدي	٥٤,٢٧	٤,٥١	الموجبة	١١	٦	٦٦	٢,٩٣٦		٠,٠١	كبير جداً
قبلي	٢٥,٧٢	٥,٠٢	السالبة	٠	٠,٠	٠٠				
تتبعي	٥٣,٣٦	٥,٠٦	الموجبة	١١	٦	٦٦	٠,٤٦٠		غير دالة	-
بعدي	٥٤,٢٧	٤,٥١	السالبة	٥	٦,٤٠	٣٢				
تتبعي	٥٣,٣٦	٥,٠٦	الموجبة	٥	٤,٦٠	٢٣	٢,٩٣٧		٠,٠١	كبير جداً
قبلي	٧٩	٩,١٣	السالبة	٠	٠,٠	٠٠				
بعدي	١٦١,٥	٨,٢٩	الموجبة	١١	٦	٦٦		٢,٩٣٤	٠,٠١	كبير جداً
قبلي	٧٩	٩,١٣	السالبة	٠	٠,٠	٠٠				
تتبعي	١٦٠,٨	٨,٨٧	الموجبة	١١	٦	٦٦		٠,٤٠٠	غير دالة	-
بعدي	١٦١,٥	٨,٢٩	السالبة	٧	٥,٣٦	٣٧,٥٠				
تتبعي	١٦٠,٨	٨,٨٧	الموجبة	٤	٧,١٣	٢٨,٥٠				

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

قيمة (Z) لمعرفة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للطمأنينة الانفعالية بلغت (٢,٩٣) - (٢,٩٣ - ٢,٩٣) على الترتيب وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي وذلك لصالح القياس البعدي، حيث إن

متوسط الرتب الموجبة (القياس البعدي) أعلى من متوسط الرتب السالبة (القياس القبلي)، كما أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للطمأنينة الانفعالية، والدرجة الكلية، وهذا يعد مؤشراً على فاعلية البرنامج المستخدم في تنمية الطمأنينة الانفعالية لدى أفراد المجموعة التجريبية.

قيمة (Z) لمعرفة الفروق بين القياسين القبلي والتبعي للطمأنينة الانفعالية بلغت (٢,٩٣ - ٢,٩٣ - ٢,٩٣) على الترتيب، وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والتبعي وذلك لصالح القياس التبعي، حيث إن متوسط الرتب الموجبة (القياس التبعي) أعلى من متوسط الرتب السالبة (القياس القبلي)، كما أن المتوسط الحسابي للقياس التبعي أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للطمأنينة الانفعالية والدرجة الكلية، وهذا يعد مؤشراً على فاعلية البرنامج المستخدم في تنمية الطمأنينة الانفعالية لدى أفراد المجموعة التجريبية.

كما أن قيمة (Z) لمعرفة الفروق بين القياسين البعدي والتبعي للطمأنينة الانفعالية بلغت (٠,٦١ - ٠,٥١ - ٠,٤٦ - ٠,٤٠) على الترتيب، وهي قيمة غير دالة احصائياً، مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدي والتبعي لدى المجموعة التجريبية، كما أن المتوسط الحسابي للقياس التبعي للطمأنينة الانفعالية والدرجة الكلية يقترب جداً من المتوسط الحسابي للقياس البعدي، وأن الفروق بينهما غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى استمرار بقاء أثر البرنامج التدريبي في للطمأنينة الانفعالية والدرجة الكلية لدى (الموهوبين ذوي صعوبات التعلم)، وبالتالي يتم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما يلي:

ساعد البرنامج التلاميذ على التوظيف المتكامل لقدراتهم العقلية والانفعالية، ومكنهم في التفكير في خبراتهم الانفعالية، والاستجابة لها بصورة متوافقة انفعالياً، ودرهم على التأقلم مع ظروف الحياة المتنوعة، واستخدام طرق معرفية واعية لمعالجة وضبط الاستثارة الانفعالية، والتعامل المناسب مع المعلومات الانفعالية.

كما أن الأنشطة المتضمنة في البرنامج سهلت على التلاميذ مراقبة انفعالاتهم، وفي نفس الإطار فإن التدريب على استخدام الاستراتيجيات المعرفية الإيجابية لتنظيم الانفعالات والحد من الاستراتيجيات السلبية ساعد التلاميذ على مراقبة وتقييم وتغيير والحد من شدة التجارب الانفعالية، والتحكم بالدوافع والتصرف تبعاً للهدف المنشود، أثناء مرور الفرد بالخبرة الانفعالية السلبية، مما ساهم في تنظيم الحالات الوجدانية للتلاميذ، والفهم الانفعالي للمواقف التي يمرون بها. بالإضافة إلى أن التدريب على (الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال) أكسب التلاميذ قدرة على تقييم المواقف الانفعالية، تبعاً لأهميتها، وتأثيرها الانفعالي على الفرد، كما مكّهم من التغيير المعرفي للمواقف، والتفكير في المواقف الانفعالية من زوايا متعددة، والنظر إلى النواحي الإيجابية في المواقف السلبية، وتكوين حائط دفاعي ضد الصدمات، والأحداث السلبية، والتعامل بهدوء، وطمأنينة في المواقف الضاغطة، ومن ثم تنمية الطمأنينة الانفعالية.

وفي ذات السياق فقد أكسب البرنامج التلاميذ القدرة على النظرة الموضوعية للأمر، وعدم إلقاء اللوم على نفسه أو على الآخرين لشيء مر به، وعدم التفكير في الأحداث السلبية التي مرت به، وتغيير التفكير إلى الأحداث الإيجابية والسعيدة والمتعة، وتقبل نتائج أفعاله، والتفكير في الخطوات العملية والإجرائية لحل المشكلات التي تواجهه بدلاً من الاستسلام لها، وبالتالي ظهرت فروق لصالح التطبيق البعدي في الطمأنينة الانفعالية.

وحول هذا المعنى أشار بحث جبر (٢٠١٩) إلى وجود ارتباطات موجبة دالة إحصائياً بين الاستراتيجيات التوافقية وكل من (التفاؤل المرتفع، والسعادة المرتفعة، والحكمة المرتفعة)، ووجود ارتباطات سالبة بين الاستراتيجيات اللاتوافقية والمستوى المرتفع لكل من (الحكمة، والسعادة، والتفاؤل)، وكذلك بحث سيد (٢٠١٩) الذي أشار إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين استخدام الاستراتيجيات المعرفية التوافقية لتنظيم الانفعال والهناء الذاتي الدراسي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين الاستراتيجيات المعرفية غير التوافقية لتنظيم الانفعال والهناء الذاتي المدرسي، ودراسة مطاوع (٢٠٢١) التي أشارت إلى تأثير الاستراتيجيات المعرفية الإيجابية لتنظيم الانفعال وكل من الازدهار النفسي، والحياة الجيدة، والاندماج الشخصي.

التوصيات

يمكن تقديم بعض التوصيات في ضوء النتائج التي توصل اليها البحث إليها:

- توجيه المعلمين إلى استخدام الاستراتيجيات التوافقية لتنظيم الانفعالات مع التلاميذ في الفصول، والحد من الاستراتيجيات اللاتوافقية.

- عقد دورات وورش عمل لتدريب المعلمين على التعامل الإيجابي الفعال مع انفعالات التلاميذ، وتوجيهها الوجهة المناسبة، وتفسيرها، وتقييمها، وتدعيم الإيجابي منها والحد من السلبي.

- الاهتمام بالنواحي الانفعالية للتلاميذ، وعدم إهمالها، ودعمها، وتوجيهها الوجهة المناسبة.

- توجيه معدي المناهج لتضمينها مواقف انفعالية تهدف إلى تنمية النواحي الإيجابية والحد من النواحي السلبية.

- الاهتمام بفتحة المهويين ذوي صعوبات التعلم، نظرًا لأهم ثروة بشرية يمكن الاستفادة منها إذا ما أمكن التعرف على انفعالهم، وتزويدهم باستراتيجيات لتنظيم تلك الانفعالات بما ينعكس بالإيجاب في تنمية مناعتهم النفسية، وزيادة طمأنينتهم الانفعالية.

- تبصير التلاميذ بطرق التحكم في انفعالهم والسيطرة عليها، وطرق الإبقاء على انفعالهم الإيجابية، والحد من الانفعالات السلبية.

- تبصير المعلمين بضرورة احترام الحالة النفسية للتلاميذ، وعدم السخرية أو الاستهزاء بهم، لاسيما التلاميذ المهويين ذوي صعوبات التعلم، نظرًا لأن هؤلاء التلاميذ يعانون من ضغوط نفسية وانفعالية كبيرة.

المقترحات:

يقترح البحث إجراء البحوث التالية:

- فعالية برنامج تدريبي قائم على الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات في خفض التجول العقلي لدى المهويين ذوي صعوبات التعلم.

- فعالية برنامج تدريبي قائم على التفكير المنفتح النشط في تنمية المناعة النفسية لدى المهويين ذوي صعوبات التعلم.

- فعالية برنامج تدريبي للتفكير المنفتح الإيجابي في تنمية الطمأنينة الانفعالية لدى المضطربين سلوكيًا.
- العوامل التي تسهم في الطمأنينة الانفعالية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.
- دراسة الخط النمائي للمناعة النفسية لدى عينات متباينة.
- علاقة الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال باليقظة العقلية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.
- علاقة الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال بالشقاء النفسي لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.
- نمذجة العلاقات السببية بين الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعالات والإجهاد الأكاديمي وكفاءة الذات الوجدانية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

المراجع

المراجع العربية:

- ابراهيم، ابراهيم الشافعي (٢٠١٠). إيمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. دراسات نفسية، ٢٠ (٣)، ٤٣٧-٤٦٤.
- أبو جادو، محمود محمد علي (٢٠١٣). الموهوبون ذوو صعوبات التعلم. المؤتمر العلمي العربي العاشر لرعاية الموهوبين والمتفوقين. "معايير ومؤشرات التميز: الإصلاح التربوي ورعاية الموهوبين والمتفوقين"، ج٢، في الفترة من ١٦-١٧ نوفمبر، الأردن، عمان: المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين، نوفمبر، ٥٣٩-٥٥٧.
- الإمام، محمد صالح، والجوالده، فؤاد عيد (٢٠١٠). الفروق في بعض المتغيرات العقلية وغير العقلية لدى عينة من الطلبة ذوي صعوبات التعلم والعاديين والموهوبين ذوي صعوبات التعلم في المرحلة الأساسية. المؤتمر العلمي العربي السابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين: أحلامنا تتحقق برعاية أبنائنا الموهوبين"، ج١، الأردن، عمان: المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين، يوليو، ٨٨٩-٩٣٠.
- جبر، لؤي خزعل (٢٠١٩). التنظيم المعرفي للانفعال والتفائل والسعادة والحكمة. مجلة الآداب، جامعة بغداد، (١٣١)، ٢٧٩-٣٠٢.
- حسن، سمير صبري (٢٠٢٠). دراسة ميدانية مقارنة في مستوى الطمأنينة الانفعالية بين الطالبات الممارسات وغير الممارسات للنشاط الرياضي في جامعة كركوك. مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية، ٦ (١)، ٢٥٦-٢٧٢.
- حسن، سيد محمدي، وسالم، رانيا محمد (٢٠٢١). استراتيجيات مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين أنظمة المناعة النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٢ (١١٥)، ١٤١-٢٠٢.
- الحضري، سومة أحمد (٢٠٢١). الذكاء الثقافي وعلاقته بالتكيف الاجتماعي والطمأنينة الانفعالية لدى الطلاب والطالبات الوافدين بجامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٦٦)، ١٥١-٢٢٩.
- حليم، شيري مسعد (٢٠١٧). الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي والضغط الأكاديمية لديهم. دراسات تربوية ونفسية بالزقازيق، ٩٥ (٢)، ٢٦١-٣١٦.
- ديابنة، خلود، والعطية، أسماء (٢٠١٥). الأطفال الموهوبين ذوي صعوبات التعلم: اكتشاف تدخل ورعاية تحديات وممارسات. المؤتمر الدولي الثاني للموهوبين والمتفوقين - تحت شعار "نحو استراتيجية وطنية لرعاية المبتكرين تنظيم قسم التربية الخاصة /كلية التربية /جامعة الإمارات العربية المتحدة برعاية جائزة حمدان بن راشد آل مكتوم للأداء التعليمي التميز ١٩-٢١ مايو ٢٠١٥، جامعة الإمارات العربية المتحدة.
- سالم، محمد (٢٠٢١). نموذج إرشادي تكاملي مقترح لتنمية الإبداع الانفعالي لدى التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية، جامعة بور سعيد، (٣٣)، ٥٨١-٦٤٢.

- سيد، الحسين حسن (٢٠١٩). الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال وعلاقتها بالبناء الذاتي الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، (١١)، ٧١-١١٥.
- السيد، عبد المنعم عبد الله (٢٠١٢). الاستراتيجيات المعرفية في تنظيم الانفعال وعلاقتها بأعراض القلق والاكتئاب لدى المراهقين والراشدين رؤية نقدية. كلية التربية، جامعة الأزهر، مصر، ١٥١ (٣)، ٦٥٩-٦٩٣.
- شريف، سهيلة عبد البديع. (٢٠٢٢). برنامج تدريبي مستند إلى الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال لدعم المناعة النفسية والكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى عينة من طالبات جامعة الأزهر. المجلة التربوية، جامعة سوهاج، ٩٦، ٤١٩-٥٠٢.
- الصرارية، صفاء جمال، والهوارى، لمياء صالح (٢٠٢١). التمكين النفسي وعلاقته بالطمأنينة النفسية لدى الطلبة الأيتام في جامعة مؤتة. مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث، ٣ (٧)، ٣٨٢-٤٠٨.
- الصليبي، سالم، وجروان، فتحي. (٢٠٠٨). دراسة الخصائص المعرفية والانفعالية والاجتماعية ومستوى دافعية الإنجاز لدى الطلاب الموهوبين ذوي صعوبات التعلم بالمرحلة المتوسطة في دولة الكويت. رسالة دكتوراه، كلية الدراسات التربوية العليا، الأردن.
- الضبع، فتحي عبد الرحمن، وشلي، يوسف محمد (٢٠١٥). الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال كمتغير وسيط بين الكف المعرفي والأعراض الاكتئابية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، ٢٥ (٣)، ٢٣١-٣٠٥.
- الظفيري، جزاع بملول. (٢٠١٤). فعالية برنامج تدريبي في ضوء أنماط التعلم لدى الطلبة الموهوبين ذوي صعوبات التعلم في التأثير على مفهوم الذات الأكاديمية والتحصيل الدراسي لديهم. رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.
- عبد الوهاب، داليا خيري (٢٠١٨). الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالتوافق الدراسي والتحصيل الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب جامعة الأزهر. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٨ (٩٨)، ٣٩-١٠٤.
- عيسى، ماجد. (٢٠١٩). فعالية التدريب على بعض استراتيجيات تناول الاختبار في التنظيم الانفعالي المعرفي والضجر الأكاديمي لدى طلاب جامعة الطائف. المجلة التربوية، جامعة سوهاج، ٦٢ (٦٢)، ٥٥٩-٦٠٨.
- محمد، أحمد جلال، ومصطفى، ولاء ربيع، وزين العابدين، أسماء محمد (٢٠٢٢). فعالية برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات تنظيم الانفعالات لتحسين المناعة النفسية لدى المراهقين. مجلة كلية التربية، جامعة بني سويف، ٨ (١٩)، ١٩١-٢٢٠.
- محمود، محمد فاروق (٢٠٢١). تصور لتشخيص التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات القراءة بالصفوف الثلاثة الأخيرة من المرحلة الابتدائية. مجلة علوم ذوي الاحتياجات الخاصة، ٣ (٥)، ٢٣٠٥-٢٢٩٣.
- مطوع، محمد مسعد عبد الواحد. (٢٠٢١). نموذج بنائي للعلاقات بين تنظيم الانفعالات بين الشخصية "الميل والكفاءة" والاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال "التوافقية واللا توافقي" والازدهار النفسي لدى الطلاب الموهوبين والفائقين دراسياً، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، ٢٢ (١)، ٢٢١-٢٦٩.

- المنشأوي، عادل. (٢٠١٥). نموذج بنائي للعلاقات بين النزعة للتسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب المعلمين. مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، ٢٥ (٤)، ١٤١-١٥٥.
- نعيسة، رغداء (٢٠١٢). الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي "دراسة ميدانية" على عينة من طلبة جامعة دمشق بالمدينة الجامعية. مجلة جامعة دمشق، ٢٨ (٣)، ١١٣-١٥٨.
- هنداوي، إحسان نصر. (٢٠٢٠). أثر التدريب على الطمأنينة الانفعالية في خفض الضغط النفسي المدرك "الإنعصاب" والقلق الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٠٧)، ١-٣٤.
- الوائلي، جميلة رحيم، والمولى، سالي طالب (٢٠١٤). الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالمناخ الأسري لدى طالبات قسم رياض الأطفال. مجلة كلية التربية للبنات، ٢٥ (٣)، ٦٥٣-٦٦٥.

ترجمة المراجع العربية:

- Ibrahim, Ibrahim Al-Shafei (2010). Internet addiction and its relationship to psychological loneliness and psychological reassurance among male and female students at Khalid University in Saudi Arabia in the light of some demographic variables. *Psychological Studies*, 20 (3) , 437-464.
- Abu Jadu, Mahmoud Muhammad Ali (2013). Gifted people with learning disabilities. The Tenth Arab Scientific Conference for the Gifted and Talented. *Standards and Indicators of Excellence: Educational Reform and Care for the Gifted and Talented, Part 2*, from November 16-17, Jordan, Amman: Arab Council for the Gifted and Talented, November, 539-557.
- Al-Imam, Muhammad Salih, and Al-Jwalada, Fouad Eid (2010). Differences in some mental and non-mental variables among a sample of students with learning disabilities, normal and gifted students with learning difficulties in the basic stage. *The Seventh Arab Scientific Conference for Gifted and Talented Care: Our Dreams Come True by Sponsoring Our Gifted Children, Part 1*, Jordan, Amman: The Arab Council for the Gifted and Talented, July, 889-930.
- Jabr, Louay Khazal (2019). Cognitive regulation of emotion, optimism, happiness and wisdom. *Journal of Arts, University of Baghdad*, (131) , 279-302.
- Hassan, Samir Sabry (2020). A comparative field study in the level of emotional reassurance between practicing and non-practicing female students of sports activity at the University of Kirkuk. *Karbala Journal of Physical Education Sciences*, 6 (1) , 256-272.
- Hassan, Syed Mohammadi, and Salem, Rania Muhammad (2021). Strategies for coping with stress as a mediating variable between psychological immunity systems and psychological adjustment among fourth graders. *Egyptian Journal of Psychological Studies*, 32 (115) , 141-202.
- Al-Hadary, Soma Ahmed (2021). Cultural intelligence and its relationship to social adjustment and emotional reassurance among foreign students at Al-Azhar University in the light of some demographic variables. *Journal of Psychological Counseling, Ain Shams University*, (66) , 151-229.

- Halim, Sherry Massad (2017). Emotional reassurance among university students and its relationship to their social adjustment and academic pressures. Educational and psychological studies in Zagazig, 95 (2) , 261-316.
- Dababneh, Kholoud, and Al-Attayah, Asma (2015). Gifted children with learning disabilities: Discovery intervention and care challenges and practices. The Second International Conference for the Gifted and Talented - under the slogan "Towards a National Strategy for Nurturing Innovators", organized by the Special Education Department / College of Education / United Arab Emirates University, sponsored by the Hamdan Bin Rashid Al Maktoum Award for Distinguished Academic Performance, 19-21 May 2015, United Arab Emirates University.
- Salem, Muhammad (2021). A suggested integrative model for developing emotional creativity among gifted students with learning difficulties. Journal of the College of Education, Port Said University, (33) , 581-642.
- Syed, Al-Hussain Hassan (2019). Cognitive strategies for emotion regulation and their relationship to academic self-satisfaction among primary school students. Arab Journal of Educational and Psychological Sciences, Arab Foundation for Education, Science and Arts, (11) , 71-115.
- Al-Sayed, Abdel Moneim Abdullah (2012). Cognitive strategies in emotion regulation and their relationship to symptoms of anxiety and depression in adolescents and adults, a critical view. Faculty of Education, Al-Azhar University, Egypt, 151 (3) , 659-693.
- Sharif, Suhaila Abdel Badie. (2022). A training program based on cognitive strategies for emotion regulation to support psychological immunity and academic self-efficacy for a sample of female students at Al-Azhar University. Educational Journal, Sohag University, 96, 419-502.
- Al-Sarayrah, Safaa Jamal, and Al-Hawari, Lamia Saleh (2021). Psychological empowerment and its relationship to psychological reassurance among orphan students at Mutah University. Journal of Al-Hussein Bin Talal University for Research, 3 (7) , 382- 408.
- Al-Sulaili, Salem, and Jarwan, Fathi. (2008). A study of the cognitive, emotional and social characteristics and the level of achievement motivation among gifted students with learning difficulties in the intermediate stage in the State of Kuwait. PhD dissertation, College of Higher Education Studies, Jordan.
- Al-Dabaa, Fathi Abdel-Rahman, and Shalaby, Youssef Mohamed (2015). Cognitive strategies for emotion regulation as a mediating variable between cognitive dependency and depressive symptoms among university students. Journal of the Faculty of Education, University of Alexandria, 25 (3) , 231- 305.
- Al-Dhafiri, Jazaa Bahloul. (2014). The effectiveness of a training program in light of the learning styles of gifted students with learning disabilities in affecting their academic self-concept and academic achievement. PhD thesis, College of Graduate Studies, International Islamic University.
- Abdel Wahab, Dalia Khairy (2018). Emotional reassurance and its relationship to academic adjustment and academic achievement in the light of some variables among Al-Azhar University students. Egyptian Journal of Psychological Studies, 28 (98) , 39-104.

- Issa, Majid. (2019). The effectiveness of training on some test-taking strategies on cognitive emotional regulation and academic boredom among Taif University students. *Educational Journal, Sohag University*, 62 (62) , 559- 608.
- Muhammad, Ahmed Jalal, Mustafa, Walaa Rabi`, and Zain al-Abidin, Asma Muhammad (2022). The effectiveness of a counseling program based on emotion regulation strategies to improve psychological immunity in adolescents. *Journal of the Faculty of Education, Beni Suef University*, 8 (19) , 191-220.
- Mahmoud, Muhammad Farouk (2021). A concept for diagnosing gifted students with reading difficulties in the last three grades of the primary stage. *Journal of Science for People with Special Needs*, 3 (5) , part 2, 2293-2305.
- Mutawa, Muhammad Mosaad Abdel Wahed. (2021). A structural model for the relationships between emotion regulation between personality "inclinations and competence" and cognitive strategies for emotion regulation "consensual and incongruent" and psychological prosperity among gifted and academically gifted students, *Journal of Scientific Research in Education, Ain Shams University*, 22 (1) , 221- 269.
- Al-Minshawi, Adel. (2015). A constructive model of the relationships between propensity for tolerance, cognitive-emotional regulation strategies, and the Big Five factors of personality among student teachers. *Journal of the Faculty of Education, University of Alexandria*, 25 (4) , 55- 141.
- Naissa, Raghda (2012). Psychological alienation and its relationship to psychological security "A field study" on a sample of Damascus University students in the university city. *Damascus University Journal*, 28 (3) , 113- 158.
- Hindawi, Ihsan Nasr. (2020). The effect of training on emotional reassurance in reducing perceived stress and academic anxiety among a sample of university students. *Egyptian Journal of Psychological Studies*, 30 (107) , 1-34.
- Al-Waeli, Jamila Rahim, and Al-Mawla, Sally Taleb (2014). Emotional reassurance and its relationship to the family climate among kindergarten students. *Journal of the College of Education for Girls*, 25 (3) , 653-665.

المراجع الأجنبية:

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S. & Schweizer, S. (2010). Emotion regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217- 237.
- Aldhaidan, A. M. (2020). Influencing factors in psychological resilience: a study on the role of emotional reassurance and optimism as predictive dimensions. *Journal of Educational, Cultural and Psychological Studies (ECPS Journal)* , (22) , 159-178.
- Al-Hamdan, M. H., Alawadi, S. A., & Altamimi, R. M. (2021). Contribution of psychological immunity dimensions in predicting psychological flow during coronavirus crisis among health workers in Kuwait. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 3, 34-43.
- Aljumaili, M. H., & Al-Obeidi, H. K. (2022). Emotional reassurance and its relationship to the educational struggle among middle school students. *Specialis Ugdymas*, 1 (43) , 1964-1979.
- Al-Nawasreh, I. (2016). The relationship between the feeling of psychological security among talented adolescents at gifted and talented schools in ajloun governorate in jordan and

- academic achievement level. *International Journal of Psychological Studies*, 8 (1) , 147-161.
- Balzarotti, S., Biassoni, F., Villani, D., Prunas, A., & Velotti, P. (2016). Individual differences in cognitive emotion regulation: Implications for subjective and psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 17 (1) , 125-143.
- Beckmann, E., & Minnaert, A. (2018). Non-cognitive characteristics of gifted students with learning disabilities: An in-depth systematic review. *Frontiers in psychology*, 9, 504.
- Blaas, S. (2014). The relationship between social-emotional difficulties and underachievement of gifted students. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 24 (2) , 243-255.
- Boon, A. E., & Hauber, K. (2022). Cognitive emotion regulation strategies in relation to treatment outcome in a clinical sample of adolescents with personality disorders. *Clinical Psychology & Psychotherapy*.
- Brockman, R., Ciarrochi, J., Parker, P., & Kashdan, T. (2017). Emotion regulation strategies in daily life: Mindfulness, cognitive reappraisal and emotion suppression. *Cognitive behaviour therapy*, 46 (2) , 91-113.
- Choochom, O., Sucaromana, U., Chavanovanich, J., & Tellegen, P. (2019). Model of self-development for enhancing psychological immunity of the elderly. *The Journal of Behavioral Science*, 14 (1) , 84-96.
- 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.
- Cummings, E. M., & Schatz, J. N. (2012). Family conflict, emotional security, and child development: translating research findings into a prevention program for community families. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15 (1) , 14-27.
- David, H. (2017). A Double Label: Learning Disabilities and Emotional Problems among Gifted Children. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 75, 22-31.
- Dehghani, Y., Golestaneh, S. M., & Zangouei, S. (2018). The effectiveness of emotion regulation training on academic burnout, social acceptance and affective control of students with learning disabilities. *Journal of Applied Psychology*, 12 (2) , 163-182.
- Dubey, A., & Shahi, D. (2011). Psychological immunity and coping strategies: A study on medical professionals. *Indian J Soc Sci Res*, 8 (1-2) , 36-47.
- Manju, H. K. & Basavarajappa. (2017). Cognitive regulation of emotion and Quality of Life. *Journal of Psychosocial Research*, 12 (1) , 1- 10
- Gupta, T., & Nebhinani, N. (2020). Let's build the psychological immunity to fight against COVID-19. *Indian Journal of Psychiatry*, 62 (5) , 601- 619.
- Heilman, R. M., Crisan, L. G., Houser, D., Miclea, M., & Miu, A. C. (2010). Emotion regulation and decision making under risk and uncertainty. *Emotion*, 10 (2) , 257-265.
- Ijntema, R. C., Schaufeli, W. B., & Burger, Y. D. (2021). Resilience mechanisms at work: The psychological immunity-psychological elasticity (PI-PE) model of psychological resilience. *Current Psychology*, 1-13.

- Karing, C., & Beelmann, A. (2019). Cognitive emotional regulation strategies: potential mediators in the relationship between mindfulness, emotional exhaustion, and satisfaction?. *Mindfulness*, 10 (3) , 459-468.
- Kaur, T., & Som, R. R. (2020). The predictive role of resilience in psychological immunity: a theoretical review. *International Journal of Current Research and Review*, 12, 139-143.
- Kaur, T., Sharma, R., & Sharma, A. (2022). The role of psychological immunity in modern adolescents: a study on heartbreak in teenagers. *Journal of Hunan University (Natural Science Edition)* ,49 (04) , 681- 693.
- Khalili, M., Hashemi, L., & Ghasemi, B. (2014). Comparison of the dimensions of emotional security in adolescents based on family type using the family process and content model. *Journal of Educational and Managements Studies*, 4 (1) , 128-134.
- Li S. (2021). Psychological Wellbeing, Mindfulness, and Immunity of Teachers in Second or Foreign Language Education: A Theoretical Review. *Front Psychol.* 2021 Jul 15;12:720340. doi: 10.3389/fpsyg.2021.720340. PMID: 34335431; PMCID: PMC8320729.
- Maddocks, D. L. (2020). Cognitive and achievement characteristics of students from a national sample identified as potentially twice exceptional (gifted with a learning disability). *Gifted Child Quarterly*, 64 (1) , 3-18.
- Min, S. Y. (2013). Self-esteem, depression, and cognitive emotion regulation strategies of university students residing in dormitories. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 22 (4) , 265-272.
- Mocan, A. S., Iancu, S. S., & Baban, A. S. (2018). Association of cognitive emotional regulation strategies to depressive symptoms in type 2 diabetes patients. *Romanian Journal of Internal Medicine*, 56 (1) , 34–40.
- Nazemi, F., Bahrami Ehsan, H., Alipour, A., & Bayat, N. (2018). Efficacy of stress management intervention on psychological, immune factors and pain in rheumatoid arthritis patients. *Iranian Journal of Health Psychology*, 1 (2) , 33-44.
- Nourali, H., Hajiyakhchali, A., Shehniyailagh, M., & Maktabi, G. (2018). The effects of teaching cognitive regulation of emotion strategies on social adjustment and well-being of male gifted students. *Journal of Psychological Achievements*, 25 (2) , 91-110.
- Oláh, A. (2004). Psychological immunity: A new concept in coping with stress. *Applied Psychology in Hungary*,56, 149189.
- Sakakibara, R., & Kitahara, M. (2016). The relationship between cognitive emotion regulation questionnaire (cerq) and depression, anxiety: Meta-analysis. *Shinrigaku Kenkyu*, 87 (2) , 179–185.
- Shawkat, O. Z., Thamer, A. H., & Freh, F. M. (2021). The effectiveness of a program to enhance psychological immunity towards stresses related to epidemic diseases (corona virus as a model). *Palarch's Journal Of Archaeology Of Egypt/Egyptology*, 18 (09) , 1749-1761.
- Shuqair, Z. (2014). *Scale of psychological security: An instructional guide*. Cairo: The Egyptian Renaissance publication house.

- Slanbekova, G. K., Chung, M. C., Ayupova, G. T., Kabakova, M. P., Kalymbetova, E. K., & Korotkova-Ryckewaert, N. V. (2019). The relationship between posttraumatic stress disorder, interpersonal sensitivity and specific distress symptoms: The role of cognitive emotion regulation. *Psychiatric Quarterly*, 90 (4) , 803–814.
- Stankovska, G., & Rusi, M. (2014). Cognitive, emotional and social characteristics of gifted students with learning disability. *Bulgarian Comparative Education Society, Part 4: Higher Education, Lifelong Learning and Social Inclusion*, 438- 442.
- Wang, Q. Q., Fang, Y. Y., Huang, H. L., Lv, W. J., Wang, X. X., Yang, T. T.,... & Zhang, Y. H. (2021). Anxiety, depression and cognitive emotion regulation strategies in Chinese nurses during the COVID-19 outbreak. *Journal of Nursing Management*, 29 (5) , 1263-1274.
- Zinchenko, Y. P., Busygina, I. S., & Perelygina, E. B. (2013). Stress-Inducing situations and psychological security of the penal system staff. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 86, 93-97.





جامعة المدينة الإسلامية
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH





الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة
ISLAMIC UNIVERSITY OF MADINAH

Journal of Islamic University

for Educational and Social Sciences

Refereed Periodic Scientific Journal

