



جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علوم التربية

مذكرة لنيل شهادة الماستر في إرشاد و توجيه

تخصص: إرشاد و توجيه

## الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة

دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا بمزغران بولاية مستغانم

مقدمة ومناقشة علنا من طرف

الطالب(ة):

هواري كوثر

أما م لجنة المناقشة

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
عباسة أمينة	أستاذة محاضرة (أ)	مناقشة
عمار ميلود	أستاذ محاضر (أ)	مشرفا ومقررا
شرقي حورية	أستاذة محاضرة (أ)	ممتحنة

السنة الجامعية: 2022/2021



جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علوم التربية

مذكرة لنيل شهادة الماستر في إرشاد وتوجيه

تخصص: إرشاد وتوجيه

**استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة**  
دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا بمزغان بولاية مستغانم

مقدمة ومناقشة علنا من طرف

هواري كوثر

أمام لجنة المناقشة

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
عباسة أمينة	أستاذة محاضرة (أ)	مناقشة
عمار ميلود	أستاذ محاضر (أ)	مشرفا ومقررا
شرقي حورية	أستاذة محاضرة (أ)	ممتحنة

السنة الجامعية: 2021/2022

امضاء المشرف بعد الاطلاع على التصحيحات

تاريخ الإيداع 2020 / 06 / 30

## شكر وعرفان

نحمد الله عز وجل الذي أمدنا بالقوة والعزم على مواصلة مشوارنا الدراسي وتوفيقه لنا

على انجاز هذا العمل فنحمدك اللهم ونشكره على نعمتك وفضلك نسألك البر والتقوى من

العمل ما ترضى والسلام على حبيبه وخليته الأمين عليه أزكى الصلاة والسلام.

كما نتقدم بجزيل الشكر والتقدير للأستاذ **عمار ميلود** الذي بم يبخل علي بتوجيهاته

وتشجيعاته العلمية القيمة.

جزيل الشكر إلى لجنة المناقشة والعاملين ذوي الاحتياجات الخاصة.

كما نشكر كل الأساتذة كلية العلوم الاجتماعية قسم علم النفس.

وإلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في إكمال هذا العمل.

## الإهداء

بدأنا بأكثر من يد وقاسينا أكثر من هم وعانينا الكثير من الصعوبات وها نحن اليوم و  
الحمد لله تطوي سحر الليالي وتعب الأيام وخلاصة مشوارنا بين دفتي هذا العمل المتواضع.

إلى من راقنتي و لم تتركني لحظة، وغمرتني حبا وعطفا وحنانا، إلى أطيب نعمة  
أهداها لي الخالق، إلى التي سقنتني دفى ودعاء بالخير إلى أجمل وأروع وردة في حياتي إلى  
والدتي العزيزة حفظها الله لي.

إلى من سعى وشقا لأنعم بالراحة والهناء الذي لم يبخل بشيء من أجل دفعي في  
طريق النجاح إلى والدي العزيز .

إلى من عشت معهم تحت سقف واحد وتقاسمت معهم حلو الحياة ومرها إلى إخوتي  
وأخواتي.

## الملخص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة بمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا بمستغانم والتعرف على دلالة الفروق الإحصائية لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي للمتغير الجنس (ذكور، إناث) والأقدمية المهنية، والتعرف على الإستراتيجية الأكثر استخداما، ولتحقيق أهداف البحث ثم استخدام المنهج الوصفي التحليلي أما بالنسبة للأساليب الإحصائية استعملت الباحثة النسبة المئوية اختبار(ت)، تحليل التباين الأحادي، وقد تكونت عينة الدراسة من 30 عامل، اختيرت بطريقة عشوائية بسيطة، استخدمت الباحثة مقياس الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي من إعداد جارنفسكي وكرايج ترجمة عفانة(2018) وقد توصلت إلى النتائج التالية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الأقدمية المهنية.
- الأكثر استراتيجيات تنظيم لانفعال شيوعا لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة جاءت على نحو التالي: لوم الآخرين، التهويل، وضع الأمور في نصابها لوم النفس الاجترار، التقبل، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التقييم الإيجابي، التركيز على الخطط.

## الكلمات المفتاحية:

الانفعالات - التنظيم الانفعالي - الاحتياجات الخاصة- الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي

**Summary:**

The current research aims at identifying strategies for emotional organization among workers with special needs of the Pedagogic Exile Centre for mentally disabled children with Staganem and identifying the significance of the statistical differences of strategies for organizing emotion for the sex variable (Male, female) professional seniority, identifying strategy for more use, achieving research objectives and then using analytical descriptive curriculum as for statistical methods the researcher used percentage tests) The study sample consisted of 30 factors, chosen in a simple random manner. The researcher used the Jarnvsky and Craig Emotion Management Strategy Scale to translate Kafana's into the following results:

- There are no statistically significant differences in workers' emotional management strategies by sex.
- There are no statistically significant differences in workers' emotional management strategies by professional seniority.
- The most common organizational strategies for workers with special needs came as: blaming others, intimidation, putting things into perspective, self-blaming rumination, acceptance, positive refocusing, positive reassessment, focus on plans.

**Keywords:**

Emotions - emotional organization - special needs.

## قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	الإهداء
ب	كلمة شكر
ج	ملخص الدراسة
د	قائمة المحتويات
ط	قائمة الجداول
هـ	قائمة الأشكال
م	قائمة الملاحق
12	مقدمة البحث
<b>الفصل الأول: مدخل الدراسة</b>	
14	1. إشكالية الدراسة
16	2. فرضيات الدراسة
16	3. أهداف الدراسة
17	4. أهمية الدراسة
17	5. حدود الدراسة

17	6. التعاريف لاجرائية لمتغيرات الدراسة
<b>الفصل الثاني : الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي</b>	
20	تمهيد
21	1. مفهوم الانفعالات
21	2. مفهوم تنظيم الانفعالات
22	3. الملامح الرئيسية للتنظيم الانفعالي
25	4. نموذج العملية لتنظيم الانفعالات لجروس
25	5. الاستراتيجيات التنظيم الانفعالات
26	6. التعريف المختصر لبعض الاستراتيجيات
28	7. النظريات المفسرة للتنظيم الانفعالي
31	8. آثار الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي
32	9. أهمية الاستراتيجية التنظيم الانفعالي
34	خلاصة
<b>الفصل الثالث : الاحتياجات الخاصة</b>	
36	تمهيد
37	1. تعريف ذوي الاحتياجات الخاصة
38	2. لمحة تاريخية عن ذوي الاحتياجات الخاصة



40	3. بعض الخصائص لذوي الاحتياجات الخاصة
44	4. المشاكل التي يواجهها ذوي الاحتياجات الخاصة
47	خلاصة
<b>الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة</b>	
49	<b>أولا : الدراسة الاستطلاعية</b>
49	1. أهداف الدراسة الاستطلاعية
49	2. لمجال الجغرافي والزمني للدراسة الاستطلاعية
49	3. عينة الدراسة الاستطلاعية ومواصفاتها
49	4. ادوات القياس في الدراسة
50	5. وصف المقياس
51	<b>ثانيا : الدراسة الأساسية</b>
51	1. منهج الدراسة الأساسية
51	2. المجال لجغرافي والزمني للدراسة الأساسية
51	3. طريقة المعاينة عينة الدراسة الأساسية
58	4. أداة الدراسة الأساسية
58	5. طريقة التفرغ المعالجة
59	6. طريقة إجراء الدراسة الأساسية

## الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج

61	1- عرض ومناقشة النتائج
61	2- عرض نتائج الفرضية الأولى
76	3- عرض نتائج الفرضية الثانية
79	4- عرض نتائج الفرضية الثالثة
81	5- مناقشة نتائج الفرضية الأولى
	6- مناقشة نتائج الفرضية الثانية
	7- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة
83	الخاتمة
84	الاقتراحات
86	قائمة المراجع
	قائمة الملاحق

## قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
01	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	52
02	توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية	53
03	توزيع العينة حسب الخبرة المهنية	54
04	توزيع العينة حسب المستوى الدراسي	55
05	توزيع العينة حسب التخصص المهني	56
06	بدائل التنظيم الانفعالي	58
07	لاستراتيجية الاكثر انتشارا لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة	61
08	الفروق في الإستراتيجية لوم النفس حسب الجنس	62
09	الفروق في الإستراتيجية التقبل حسب الجنس	62
10	الفروق في الإستراتيجية تنظيم الاجترار حسب الجنس	63
11	الفروق في الإستراتيجية إعادة التركيز الإيجابي حسب الجنس	63
12	الفروق في الإستراتيجية التركيز على الخطط حسب الجنس	64
13	الفروق في الإستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي حسب الجنس	64
14	الفروق في الاستراتيجية وضع الأمور في نصابها حسب الجنس	65
15	الفروق في الإستراتيجية التحويل حسب الجنس	66
16	الفروق في الإستراتيجية لوم الآخرين حسب الجنس	66
17	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية لوم النفس لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	67
18	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية التقبل لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	68
19	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية الاجترار لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	69

70	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية إعادة التركيز الإيجابي لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	20
71	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية التركيز على الخطط لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	21
72	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	22
73	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية وضع الأمور في نصابها لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	23
74	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية التحويل لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	24
75	تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية لوم الآخرين لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.	25

## قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
52	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	01
53	توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية	02
55	توزيع العينة حسب الخبرة المهنية	03
56	توزيع العينة حسب المستوى الدراسي	04
57	توزيع العينة حسب التخصص المهني	05

## قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان	رقم الملحق
89	استبانة التنظيم الانفعالي	01
92	نصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث	02
93	طلب تسهيل مهمة	03

المقدمة:

تعد الانفعالات من الجوانب الحيوية في الشخصية لدورها الهام في السلوك بالسوء أو أن تسمه باضطراب تبعا لمستوياتها و درجة مناسبتها للموقف وانطلاقا من هذه الأهمية لقي موضوع الانفعالات خاصة السلبية منها اهتماما بالغا من قبل علماء النفس والذي صبوا جل اهتمامهم على وصف لانفعالات و مسببات حدوثها.

تعتبر الانفعالات Emotions احد مكونات الشخصية، وترتبط بحياتنا ارتباطا وثيقا من خلال ما نواجه من احداث ومواقف يومية تتنوع على اثرها انفعالاتنا فشدّة الغضب التي نتابنا وشعور الفرح الذي نبالغ فيه والحزن الذي يسيطر علينا كل هذا يحتاج منا لضبط وتنظيم، ويستخدم لتنظيم الانفعال مجموعة واسعة من الاستراتيجيات Emotion regulation strategies والتي تعد حجر الزاوية لمفهوم التنظيم الانفعالي (سلوم: 2015، 15،

و تحتل استراتيجيات التنظيم الانفعالي أهمية كبيرة في حياة الأفراد لارتباطها بصحتهم النفسية و مع ذلك نجد أن لها مكانة خاصة لدى عاملين ذوي احتياجات الخاصة نظرا لطبيعة التغيرات الانفعالية التي تحدث ومواقف التي يواجهها و التي تفرض على عاملين أن يجربوا طرقا عديدة لتنظيمها استنادا ما سبق سيحاول البحث الحالي دراسة استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى عاملين ذوي الاحتياجات الخاصة.

ولقد حاولنا في هذه الدراسة تسليط الضوء على استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى عاملين ذوي احتياجات الخاصة ، ولقد اشتملت الدراسة على خمسة فصول :

الفصل الأول يشمل على الاشكالية وأهداف ويليها أهمية الدراسة وفرضيات وحدود الدراسة ثم التعاريف الاجرائية لمفاهيم الدراسة

-الفصل الثاني: يتضمن استراتيجيات التنظيم الانفعالي من حيث تحديد تعريف الانفعالات و تنظيمها مع التطرق إلى الملامح الرئيسية للتنظيم الانفعالي ثم التطرق إلى نموذج العملية

لتنظيم الانفعالات لجروس ، مع ذكر التعريف المختصر لبعض الاستراتيجيات ، وفي الأخير تطرقنا إلى آثار استراتيجيات التنظيم الانفعالي .

-الفصل الثالث :يتضمن الاحتياجات الخاصة حيث يبدأ بتحديد مفهوم ذوي الاحتياجات الخاصة ثم التطرق إلى لمحة تاريخية عن ذوي الاحتياجات الخاصة مع ذكر بعض الخصائص لذوي الاحتياجات الخاصة .

واختتمها بالمشاكل التي يواجهها ذوي الاحتياجات الخاصة.

الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، حيث تطرقنا فيه إلى الدراسة الاستطلاعية بعرض الاجراءات المنهجية من حيث تحديد المجال الجغرافي والزمني ونوع العينة وكيفية اختيارها،و الأدوات المستعملة،ثم تطرقنا إلى الدراسة الأساسية بعرض المنهج المستعمل و المتمثل في المنهج الوصفي التحليلي ومكان إجرائها ومدتها وعينتها و الأدوات المستعملة فيها مع ذكر خطوات تطبيق أداة الدراسة،بالإضافة إلى الأساليب الاحصائية المتبعة في الدراسة .

الفصل الخامس : تطرقنا إلى عرض ومناقشة نتائج الدراسة .

واختتمت دراستي بخاتمة عامة .

وفي الأخير تم عرض مختلف المراجع و الملاحق التي اعتمدت عليها الباحثة .



# الفصل الأول

## مدخل الدراسة

## 1. الإشكالية:

إن للانفعالات دورا هاما في حياتنا اليومية، وتعتبر من الجوانب الحيوية التي ترتبط بشكل وثيق بشخصية الأفراد وتفكيرهم وسلوكهم.

فالانفعالات حالات وجدانية معقدة و دائمة ، وهي حالات داخلية تصنف بجوانب معرفية خاصة و إحساسات وردود أفعال فيسيولوجية وسلوك تعبيرية معين (الزحيلي: 2011، 235).

ويواجه الأفراد العديد من المواقف و الأحداث اليومية والخبرات الإنسانية التي تتطلب أنماطا مختلفة من لانفعالات ترمي بظلالها هي تكيفهم وصحتهم النفسية الأمر الذي يستلزم منهم التصرف معها وتنظيم وضبط تلك الانفعالات وتكوين العديد من العادات و الاستراتيجيات الانفعالية التي يخبرها الفرد تبعا لكل موقف، ويهدف الفرد لإدارة و ضبط حالاته الانفعالية التي يعيشها وذلك بواسطة التنظيم الانفعالي والذي يشير إلى مجموعة من العمليات والاستراتيجيات التي يسعى الفرد من خلالها لإعادة توجيهه و ضبط تدفق لانفعالات التي يخبرها حيث يرى "كروست" أن كل فرد لديه نوعين من الاستراتيجيات المستخدمة في تنظيم الانفعالات أولا الإستراتيجية التركيز المسبق وتشمل العمليات التي يقوم بها الفرد قبل حدوث الموقف الانفعالي وتوليد الاستجابات الانفعالية بشكل كامل أما الإستراتيجية الثانية و هي الإستراتيجية التركيز على الاستجابة و هي العمليات التي يقوم بها الفرد بعد حدوث لاستجابة والانفعالية وقد أظهرت العديد من الدراسات أن الإستراتيجية التركيز المسبق أكثر توافقا من الاستراتيجيات التركيز على الاستجابة .

حيث تحتل الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي أهمية كبيرة في مراحل حياة الأفراد و مع ذلك نجد لها مكانة خاصة لدى العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة حيث يعرفها عبد المطلب القريطي لاحتياجات الخاصة بأنهم أولئك الأفراد الذين ينحرفون عن المستوى العادي أو المتوسط في خاصية من الخصائص أو جانب ما أو أكثر من جوانب الشخصية إلى درجة إلى احتياجاتهم إلى خدمة خاصة تختلف كما يقدم إلى أقرانهم العاديين و ذلك

لمساعدتهم على تحقيق أقصى ما يمكن من النمو التوافق (أمل السويدان: 2007, 9) حيث من ضروري أن تكون لدى العاملين الإستراتيجيات لتنظيم انفعالاتهم للتعامل مع هذه الفئة. ومن الدراسات التي تكلمت على الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي دراسة (يعقوب، 2011) هدفت إلى قياس مستوى التنظيم الانفعالي لدى الطلبة المتميزين في مدارس محافظة ديالى، وإلى تعرف الفروق في استراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي وكبت التعبير تبعاً لمتغير الجنس تمثلت عينة الدراسة مؤلفة من (100) طالبا وطالبة من المتميزين تم سحبها من مدرستين ثانويتين توصلت الدراسة إلى أن مستوى التنظيم الانفعالي إيجابي ومقبول لدى أفراد العينة، كما بينت عدم وجود فروق في التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس. وكذا دراسة (السيد، 2012) حيث هدفت إلى الكشف عن الاستراتيجيات المعرفية استخداماً في تنظيم الانفعال لدى المراهقين والراشدين ومعرفة العلاقة بين استراتيجيات تنظيم الانفعال والقلق والاكتئاب استخدم فيه الباحث استبياناً لاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال (Garnefskial,2001) تعريب الباحث فيما توصلت الدراسة إلى النتائج التالية أكثر الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم شيوفا بين المراهقين هي على النحو التالي : إعادة التقييم التقليل من أهمية الأحداث السلبية ، والاجترار التعايش، التخطيط ، إعادة التركيز الايجابي لوم الذات، لوم الآخرين ، التصور الكارثي للأحداث السلبية.

أما أكثر الاستراتيجيات المعرفية شيوفا بين الراشدين فهي وفق الترتيب التالي: التخطيط، التقليل من أهمية الأحداث التعايش ، الاجترار، إعادة التركيز الايجابي إعادة التقييم لوم الذات ، التصور الكارثي للأحداث السلبية ، لوم الآخرين، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين الاستراتيجيات السلبية وكلا من القلق والاكتئاب وعلاقة ارتباطية سالبة بين الاستراتيجيات الإيجابية ولا من القلق والاكتئاب بينما لا توجد علاقة بين التعايش والقلق والاكتئاب.

استنادا إلى ما سبق يمكن صياغة مشكلة البحث بسؤالين التاليين:  
 ما هي الإستراتيجيات المستخدمة في تنظيم الانفعالي لدى العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة؟  
 هل هناك فروق في الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الجنس و الخبرة والمهنة؟

## 2. فرضيات الدراسة:

- الاستراتيجية اعادة التقييم الايجابي هي الاكثر انتشارا لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة.
- توجد هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الجنس.
- توجد هناك فروق ذات دلالة احصائية في الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الاقدمية المهنية.

## 3. أهداف الدراسة:

- التعرف إلى مستوى التنظيم الانفعالي لدى العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة.
- التعرف على الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى عاملين الأكثر انتشارا.
- دلالة الفروق في الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعا لمتغير (الجنس).

## 4. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة من طبيعة الموضوع الذي تتصدى لدراسته، وتسعى الدراسة لمعرفة إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة و لا شك أن الموضوع ينطوي على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية والتطبيقية.

#### 4.1 الأهمية النظرية:

- المساهمة في رفق المكتبف بمزفد من المفارف النظرفة عن مففراف جفدفة نسففا فف مفال علم النفس؁ ففث مازالف الفرافف مففوفة النطاق و بالفالف فهناك فاففة لمزفد من الفرافف فولها.
- قف فكون إفءى الفرافف المفمة ففث أنه فف فءوء علم الفافف لا فوؤء فرافف ففالف المفوضوع بمففرفه (الإسفرافففالف الفففظم الانفعالف للعاملفن ذوف افففاففالف الفاففة).
- قف فلفف هذه الفراففة نظر العاملفن والفافففن فف علم النفس إلى إفراف فرافف أفرف فوول مففرافف الفراففة و رفطها بمففرافف أفرف أو إفرائفها على ففالف أفرف.

#### 4.2 الأهمية الففففففة:

- ممكن الاسففاة من الفراففة الفالففة من فلال الففرف على إسفراففالف الفففظم الانفعالف لءى عاملفن والففرف إلى فوانب القوة والضعف فف شففصفاففهم وبالفالف المسافمة فف إفباع أففل الفرفق لففرفز الفوانب الانفعالففة لءفه.

#### 5.فءوء الفراففة:

- ففففر هذه الفراففة على مففرافف الفالففة اسفراففالف فففظم الانفعالف الافففاففالف الفاففة.

1.5 الفءوء الزمنية: 2021 - 2022.

2.5 الفءوء المكاففة: بالفمرفز النفسف البفءاففوف للاففال المفاففن ذهنفا بمزفران

بوالفة مسففانم

3.5 الفءوء البشرففة: العاملفن ذوف الافففاففالف الفاففة

6. الفعارفف الإفرائفة لمففرافف الفراففة :

**1.6 تنظيم الانفعالات Emotion régulation و يعرف إجرائيا:**

هو قدرة العاملين في مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة على مراقبة ردود الأفعال الانفعالية من خلال التعرف على شدتها ومدتها و يستدل على ذلك من خلال المقياس المطبق في الدراسة الحالية لسنة 2021-2022.

**2.6 ذوي الاحتياجات الخاصة:**

**تعرف إجرائيا:**

هي الفئة من الأطفال و المراهقين الذين تتراوح أعمارهم ما بين 3 سنوات إلى غاية 18 سنة المتواجدون بمركز نفسي بيداغوجي للأمراض العقلية و نفسية مزغران و الذين يقعون في ظرفي التوزيع الطبيعي والتي حاجاتهم النفسية و ذهنية و تربية تختلف عن حاجات الأفراد العاديين.

**3.6 العاملين:**

**تعرف اجرائيا:**

هم كل العاملين مربين و مختصين تربويين أطفونيين و مختصين نفسانيين الذين يعملون بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا الذين يقومون بعملية التكفل بفئة ذوي احتياجات الخاصة.

## الفصل الثاني

### الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي

**تمهيد:**

تعد الانفعالات جزءا مهما في حياة الفرد ،فهي تتدخل في جميع جوانب حياته اليومية ،اذ انها موجودة في كل علاقاتنا ولا نستطيع ان نغفل قيمتها وأهميتها وما إذا كان الانسان لا يستطيع ان يعيش بدون انفعالات لكونه انسانا فان شدة الانفعالات السلبية المؤلمة تجعل حياة الانسان متوترة الامر الذي يتطلب التعامل مع الانفعالات بتنظيمها بطرق ملائمة ويستخدم لتنظيم الانفعال مجموعة واسعة من الاستراتيجيات والتي سوف نتطرق اليها في بحثنا هذا .



## 1. مفهوم الانفعالات

الانفعالات حالة ناتجة من حدث هام للفرد و تتضمن عادة : حالة عقلية شعورية مصحوبة بشعور مميز يمكن إدراكه وتغيرات جسدية و فيسيولوجية محددة، وتعبيرات يمكن إدراكها تظهر من خلال الوجه و نبرة الصوت والإيماءات ، و من ثم لاستعداد للقيام بسلوكيات معينة ويعرف الانفعال (بأنه خبرة شعورية يمر بها الفرد في موقف ما وهي خبرة تعبر عن الجانب الانفعالي ، ممثلا بالفرح و الحزن ، الألم والسعادة (جروان:2012 ، 41).

ويعرف (العقاد: 2002 ، 79) الانفعال على أنه استجابة متكاملة للكائن الحي تعتمد على الإدراك الموقف الخارجي أو الداخلي و تشمل تغيرات وجدانية وتغيرات فيسيولوجية. و على الرغم من اختلاف تعريفات الانفعال إلا أنها اتفقت على أن الانفعالات تتضمن متعاقبة من أربعة عناصر كما يرى رايس (Rice، 1992) هي:

- متغيرات معينة شعورية تثير ردة فعل.
- خبرات شعورية سلبية أو ايجابية يعيها صاحبها.
- إثارة فيزيولوجية ناتجة من إفرازات هرمونية من الغدد الصماء.

## 2 . تنظيم الانفعالات Motion Regulation:

ثم طرح العديد من التعريفات لتنظيم الانفعالات وقد كان من المهم أن يتمكن التعريف من تمثيل الأسس النظرية المتفق عليها في علم النفس النمائي و التي تركز على التأثير الرئيسي لتنظيم الانفعالات على الطفل نمائياً ووظيفياً وبناء عليه أجمع أبرز الباحثين في مجال تنظيم الانفعالات أمثال جروس، تومبسون، ايزنبرج على تعريف عمليات تنظيم الانفعالات على أنها المهارات، والعمليات والإستراتيجيات التي يسلكها الفرد ، سواء بقصد أو دون قصد والتي تهدف إلى موازنة وتحسين التعبيرات و التجارب الانفعالية لديه ، كما و يعرف تنظيم الانفعالات بأنه: "الوعي الذاتي بالانفعالات الفردية ، وقدرة الفرد على التحكم

والسيطرة على الانفعالات السلبية و يرى (Ersenderg, et al, 2003) أن تنظيم الانفعالات يشير إلى قدرة الفرد على تنظيم مشاعره الذاتية كالخوف والغضب والحزن والفرح ومحاولاته في تعديل انفعالاته وضبطها والتحكم بها من خلال ممارسة عدة أساليب هي : تعديل الانفعالات وتقليلها، وتغيير الانفعالات السلبية إلى إيجابية، لتحقيق الأهداف الشخصية ، والوصول إلى مرحلة التكيف و انجاز الأهداف ، أما هيثر فقد عرف تنظيم الانفعالات على أنه العمليات الداخلية والخارجية المسؤولة عن مراقبة وتقويم وتعديل ردود الفعل الانفعالية.

و عرف كل من جارنفسكي و كرايخ تنظيم الانفعالات على أنها جميع العمليات الداخلية والخارجية المسؤولة عن مراقبة وتقويم وتعديل ردود الأفعال الانفعالية، ويعتبر تنظيم الانفعالات من المهارات المهمة التي تحفظ توازن الفرد الانفعالي في علاقته الانفعالية مع ذاته و مع الآخرين ، وتساعده في التحكم بانفعالاته أثناء مواجهة الأحداث غير المرغوبة (إيمان: 2017).

### 3. الملامح الرئيسية للتنظيم الانفعالي:

يتضمن التنظيم الانفعالي وجود هدف معين يسعى الفرد لتحقيقه من خلال عملية تعديل الانفعالات المستخرجة، ويشير إلى عمليات التنظيم الانفعالي الداخلية التي تتم بواسطة الفرد بنفسه (تنظيم الانفعالات) والعمليات الخارجية للتنظيم الانفعالي التي تتم بواسطة الآخرين.

و قد ركز الباحثون في عملهم ودراساتهم المتعلقة بمرحلة البالغين على العمليات الداخلية للتنظيم الانفعالي و على الجانب الآخر فقد ركز الباحثون في مجال عملهم مع الأطفال على العمليات الخارجية للتنظيم الانفعالي وذلك باعتبارها بارزة في مرحلة الرضاعة والطفولة المبكرة

يحتوى التنظيم الانفعالي العديد من الإستراتيجيات والعمليات التنظيمية المتداخلة لتحقيق الهدف ، وتكون هذه العمليات تلقائية أو شعورية (واعية) أو لا شعورية (غير واعية).

وتحدث تغييرا في إحدى مكونات الاستجابة الانفعالية من خلال التأثير في ديناميكية لاستجابة الانفعالية من خلال التأثير في ديناميكية وشدة الانفعال أو في مرحلة الكمون والمدة الزمنية التي تغطيها الاستجابات في نواحي التجربة الذاتية والجوانب الفسيولوجية والسلوكية.

ويساهم التنظيم الانفعالي في تحقيق أو زيادة أو المحافظة على شدة الردود الانفعالية وذلك بناء على أهداف الفرد، ويمكن أن يغير درجة تماسك مكونات الاستجابة الانفعالية عندما يتم إظهار الانفعالات كما هو الحال عندما تحدث تغييرات جوهرية في التجربة العاطفية و الاستجابات الفسيولوجية التي تحدث في ظل غياب التعبيرات والسلوك الوجهي ويشمل التنظيم الانفعالي الأنواع المتعددة الانفعالات (السلبية و الايجابية) التي يتم تنظيمها ، وقد أشارت أغلب الدراسات و البحوث إلى عمليات التنظيم الانفعالي المستخدمة من أجل تنظيم الانفعالات السلبية مثل الغضب والخوف والحزن و تطرقت العديد من الدراسات إلى الجانب الآخر من الانفعالات ، إذ تفحص العديد من الباحثين تنظيم الانفعالات الايجابية ، مثل : القدرة على تهدئة السعادة بعد الحصول على نتيجة جيدة في الامتحان في الوقت الذي حصل فيه صديق آخر على درجة متدنية و علاوة على ذلك أن الانفعالات يمكن تنظيمها من خلال زيادة شدتها تحت بعض الظروف مثل محاولة زيادة مشاعر الغضب لدى الجنود قبيل المعركة ، وهكذا فقد أكد العديد من الباحثين بأن التوجه الأمثل و الأشمل للتنظيم الانفعالي يأخذ بعين الاعتبار و الانفعالات الايجابية و السلبية و التي يمكن خفضها أو زيادتها ويتضمن التنظيم الانفعالي الفعال النقاط التالية:

- الوعي و الوضوح الانفعالي.

- النقبل لاستجابات الانفعالية.
- القدرة على التحكم بالدوافع والتصرف تبعاً للهدف المنشود خلال الخبرات الانفعالية السلبية.
- القدرة على استخدام الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي في المواقف المتنوعة بشكل مرن وملائم لتعديل الاستجابات الانفعالية من أجل تحقيق الهدف المحدد.
- و يرى الباحث أن التنظيم الانفعالي يتمثل في الاستراتيجيات والعمليات التي يستعملها الفرد لتنظيم حالته الوجدانية وضبط مكونات الاستجابة الانفعالية من خلا الفهم الانفعالي للمواقف والتعبير تلك الخبرات الانفعالية وتوجيهها للحصول على سلوك منظم وتعزيز حالة السرور أو تجنب الألم قدر المستطاع، بما يتناسب وتحقيق أهدافه (عفانة: 2018، 14-15).

#### 4. نموذج العملية لتنظيم الانفعالات لجروس The process model of emotions regulation:

ومن أهم الأطر النظرية لدراسة تنظيم الانفعالات نموذج العملية لتنظيم الانفعالات الذي اقترحه جروس والذي يفترض أن الانفعالات تتولد في مراحل متتابعة، ففي المرحلة الأولى ، حيث يواجه الفرد موقفاً ذا ملامح قد تثير استجابة انفعالية و في المرحلة الثانية قد ينتبه الفرد أو لا ينتبه لملامح الموقف المرتبطة بالانفعال و في المرحلة الثالثة يصدر الفرد تقييمات معرفية للموقف التي قد تولد أو لا تولد استجابة انفعالية و في المرحلة الرابعة والأخيرة يعبر الفرد عن انفعالاته من خلال سلوكه (الاستجابة للموقف) وحسب نموذج العملية كل مرحلة من مراحل توليد الانفعال قد تكون هدفاً للتنظيم الانفعالي حيث يقوم الأفراد بتعديل تجاربهم الانفعالية من خلال تطبيق استراتيجيات تنظيم انفعالات المختلفة وقد تركز اهتمام الباحثين في مجال تنظيم الانفعالات على إيجاد طرق لتنظيم العدد الهائل من الاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد لتنظيم انفعالاته (Gross 2015).

## 5.الاستراتيجيات التنظيم الانفعالات:

حدد جروس تسلسلا للخطوات التي يسير فيها التنظيم الانفعالي من خلال نموذج عملية تنظيم الانفعالات ويتعامل نموذج العملية مع كل خطوة من هذه الخطوات على أنها هدف محتمل التدخل ، ويتضمن خمس مجموعات من استراتيجيات تنظيم الانفعالات والتي يمكن تمييزها من خلال الأثر المبدئي الذي تتركه على مرحلة معينة من مراحل عملية إنتاج الانفعالات.

تتمثل الخمس مجموعات من استراتيجيات تنظيم الانفعالات كالآتي:

**5. 1 اختيار الموقف (Situation sélection):** يشير إلى الأفعال التي يقوم بها الفرد والتي يمكن أن تزيد أو تقلل من احتمالية أن يكون الفرد في موقف يتوقع أنه سيزيد أو يقلل من الانفعالات المرغوبة أو غير مرغوبة به، وتتمثل هذه المجموعة أكثر الاستراتيجيات وضوحا ويتم ربطها بمحاولات الفرد لتغيير حياته، ويتم استخدام هذه الإستراتيجية في العلاج المعرفي السلوكي لزيادة تعرض الفرد للمواقف التي تساعده كالتفاعل مع الأصدقاء في الأنشطة المحببة.

**5. 2 تعديل الموقف (Situation modification):** يشير إلى الأفعال التي يقوم بها الفرد لإحداث تغيير بشكل مباشر في الموقف بهدف تغيير أثره الانفعالي ويتم التركيز على التغيير والتعديل للمواقف الخارجية وليست الداخلية.

**5. 3 استخدام الانتباه (Attention déploment):** ويشير إلى توجيه الفرد بانتباهه بهدف التأثير على استجابة الانفعالية وتتميز الاستراتيجيات الموجودة ضمن هذه المجموعة أنها تستخدم منذ رحلة الرضاعة و في جميع مراحل الحياة.

5. 4 التغيير المعرفي (cognitive change): يشير إلى تعديل الفرد لتقديراته للموقف بهدف تغيير أثر الموقف الانفعالي ويتم تطبيقها إما على المواقف الداخلية أو على مواقف الخارجية.

5. 5 تعديل الاستجابة (Response Modulate): ويشير إلى التأثير المباشر على المكونات السلوكية والفيسيولوجية الاستجابة الانفعالية بعد تطور الانفعال (إيمان: 2017, 10-11).

### 6 التعريف المختصر لبعض الاستراتيجيات:

- إعادة التقييم Réappraisal: و هي عبارة عن توليد تغييرات ايجابية عن المواقف الضاغطة نفسيا كطريقة لخفض التوتر، و يرى جروس 1998 أن إستراتيجية إعادة التقييم تنتج استجابات جسدية وانفعالية ايجابية.

- حل مشكلات (Problem solving): و هي عبارة عن استجابات يحاول الفرد بواسطتها تغيير المواقف الضاغطة أو احتواء أثارها و لهذه الإستراتيجية آثار مفيدة على الانفعالات لكونها تعدل أو تقضي على الضغوطات فالأفراد منخفضي التوجه لحل المشكلات، أو لديهم مهارات قليلة في حل مشكلات يمكن أن يتعرضوا للعديد من المشكلات كالاكتئاب و القلق وتعاطي المخدرات.

- الاجترار (Ruminating): و تتحدد بتركيز الفرد بشكل متكرر على الانفعالات السلبية ، وعلى الأسباب والعواقب المرتبطة بهذه الانفعالات ، مع أن الأفراد المنخرطين بالاجترار يفهمون مصدر توترهم.

- لوم الذات (Self blame): وتشير إلى أفكار يضع الفرد فيها اللوم على نفسه إزاء ما اختبره.

- لوم الآخرين Other.blame: وتشير إلى أفكار يضع الفرد فيها اللوم على ما اختبره على البيئة أو على شخص آخر .

- الكارثية (Catastrophizing): و تشير إلى أفكار تركز على فضاة ما اختبره الفرد.
- إعادة التركيز على التخطيط (Refocus on planning): تشير إلى التفكير حول الخطوات التي يستخدمها الفرد، وكيف سيتعامل مع الحدث السلبي.
- القبول (Acceptance): و تشير إلى درجة رضوخ و أن كان الفرد لما حدث و هي أيضا إستراتيجية الانسجام بشكل كامل مع والانفعالات و الأفكار والأحاسيس الجسدية بدون أن يحاول الفرد أن يغيرها أو يسيطر عليها أو يتجنبها كما أنها تتضمن لانفتاح هي الخبرة.
- الكبت (Suprision): وتعتبر إستراتيجية الكبت من الإستراتيجيات غير التكيفية، لكونها تمثل عامل خطر في علم النفس المرضي و تشير إلى تنشيط السلوك المعبر عنه وانفعاليا والكبت نوعان : إما كبت الأفكار أو كبت الانفعال تعد الأولى إستراتيجية تنظيم الانفعال معرفية و تتضمن تجنب الأفكار التي تسبب الاضطراب الانفعالي. (هناء: 2015، 18- 19).

## 7. النظريات المفسرة للتنظيم الانفعالي:

### 1.7 نظرية التحليل النفسي (the psychoanalytic tradition)

تعتبر نظرية التحليل احدى المدارس الاولى التي تناولت موضوع تنظيم مشاعر القلق anxiety regulation حيث إعتبر فرويد ان القلق يشمل الانفعالات السلبية وينتج عند تجاهل التعبير عن الدوافع الشهوانية وينتج القلق الواقعي و العصبي من علاقات الانا و الهو والانا العليا على الترتيب ،وات القلق المستند الى الواقع ينشا عند تراكم مطالب الموقف على الانا،وتبعا لهذه الحالة فان تنظيم القلق يأخذ شكل تجنب مثل تلك المواقف التي من شأنها التسبب في القلق مستقبلا .وبشكل اخر يعتقد فرويد ان القلق المستند الى الهو و الانا العليا يتولد عند الضغط على الدوافع من اجل فعل معين ،وتكون الانا مسبوقه بالإحساس الذي تكون عليه عند التعبير عن تلك الدوافع ،فإذا ما ادت المراجعة الخيالية لانا الى

مستويات عالية من القلق يتولد عندئذ اكتئاب كاف لكبت الدوافع التي قد تسبب القلق في المستقبل 1959 freud وأكدت هذه النظرية ان تنظيم القلق يلعب دورا محوريا من خلال مساعدة الافراد في السيطرة على شعورهم بالقلق وذلك عبر استخدام اليات الدفاع النفسي ،وتقترح ان عمليات التنظيم الغير واعية يمكن توظيفها من قبل الافراد لمساعدتهم في اصلاح خبراتهم الانفعالية السلبية

### 2.7 نظرية الاجهاد و التعامل ( the stress and coping traduction)

تقترح نظرية الاجهاد و التعامل امكانية ان يستخدم الفرد طرقا واعية لتنظيم استجاباته امام التحديات التي يواجهها في المواقف المجهدة وذلك تحت تأثير البيئة الضاغطة وأكدت هذه النظرية اهمية العمليات المعرفية اللازمة للتعامل مع الحدث الخارجي في سبيل تحقيق التوافق للفرد (1966 lazarus). وأشارت الى ان الفرد يبذل جهودا معرفية وسلوكية لإدارة علاقته المضطربة مع البيئة المحيطة وذلك من خلال استعماله لنوعين من استراتيجيات التعامل وهما :استراتيجية التعامل المتركزة على المشكلة والتي ترنو الى البحث عن اي معلومة خاصة بالمشكلة وحلها و إستراتيجية التعامل المتركزة على الانفعال والتي تهدف لخفض الخبرة الانفعالية السلبية وبشكل خاص فان التعامل المتركز على الانفعال يعتبر المنشأ و اللبنة الاساسية لدراسة التنظيم الانفعالي .

### 3.7 نظرية جولمان goleman theory

يرى جولمان اهمية العلاقة بين الانفعال والتفكير والتفاعل في المواقف المختلفة وذلك من خلال الذكاء الوجداني والذي يشير الى قدرة الفرد على تعريف مشاعره ومشاعر الاخرين لرفع ذاتهم وإدارة الانفعالات بشكل فعال داخل انفسنا وفي علاقتنا مع الاخرين وان الذكاء الوجداني هو مجموعة من المهارات الانفعالية الشخصية والاجتماعية اللازمة لنجاح الفرد في حياته وتتضمن تلك القدرات لخمسة مجالات وهي :الوعي بالذات وإدارة الانفعالات وتحفيز النفس والتعاطف والمهارات الاجتماعية .



وحسب جولمان فان مكونات هذا البعد تتضمن كالاتي :

- قدرة الفرد على ضبط انفعالاته و التحكم بها
- قدرة الفرد على التغيير حالاته المزاجية حينما تتغير الظروف
- قدرة الفرد على تنظيم عاطفته وتوليد افكار جديدة
- قدرة الفرد على التكيف مع الاحداث الجارية

#### 4.7 النماذج المعرفية للتنظيم الانفعالي :

#### أ-النموذج المعرفي للتنظيم الانفعالي (the cognitive model of emotional regulation)

اشارت فيليبوت وزملاءه ان التنظيم الانفعالي عملية معقدة تشمل عدة انظمة مرتبطة ،وهي الادراك والانتباه والذاكرة واتخاذ القرار والوعي ،وعلى سبيل المثال فان ادراك الخسارة قد يؤدي الى استجابات انفعالية على الرغم ان يمكن تصور مجموعة متنوعة من المعلومات من مصادر مختلفة،لكن هناك ما يدفع الفرد الى الانتباه لجزء معين من المعلومات ،وعلاوة على ذلك فان ذكريات الفرد وخبراته الماضية هي مخططات معرفية تؤثر بدورها على سلوك الفرد الانفعالي كما ان لها تأثير على صنع القرار ،وان عملية اتخاذ القرار واتخاذ الاجراءات المناسبة له من الممكن ان تعمل ايضا على عملية التنظيم الانفعالي ، وتقلل من الاثار السلبية المختلفة المحتمل حدوثها نتيجة لتلك الاحداث ،بالإضافة الى اهمية انعكاس الوعي على الخبرة الانفعالية في عملية التنظيم الانفعال برمتها

#### 5.7 نظرية التقويم appraisal theory

تناولت نظرية التقويم عملية التنظيم الانفعالي بالتفسير معرفيا وأشارت ان كل انفعال يعتمد على التقويم الذاتي الذي يقوم به الفرد حول علاقته بالمواقف المختلفة ،وقد تكون العلاقة انية او متخيلة او متراجعة من الماضي ، كما ترتبط بحاجات الفرد وأهدافه ،حيث ينتج

التنظيم الانفعالي بعد التقويم الذي يقوم به الفرد عندما يقارن بين مؤشرات الداخلية والخارجية ويحاول تفسيرها .

### ت - نموذج معالجة المعلومات: information processing approach

تعتبر ان فهم المعالجة العقلية يستند الى فكرة التنظيم الهرمي لسلسلة من العمليات والمعالجات المعرفية وان توزيع الانتباه يعد المكون الاساس في التنظيم الانفعالي ،كونه احد المؤشرات الاساسية لتوزيع الامكانيات على المعالجات المعرفية لأنماط المنبهات الانفعالية المتعددة

### 6.7 نظرية جيمس جروس james gross

تناول " كروس" بعناية الطريقة التي يخبر بها الفرد انفعالاته وكيف يسيطر عليها ويعبر عنها،حيث اشار الى قابلية الفرد لاستخدام استراتيجيات التأثير في مستويات الاستجابة الانفعالية المتعددة،وان نماذج التنظيم الانفعالي تبحث في الديناميات القائمة على الحلقات المتداخلة من التغذية الراجعة والمتمثلة في كيفية تغيير المفاهيم في السلوك او الوظيفة المعرفية بغرض الحصول على اكبر مستوى من الرضا في الاستجابة الانفعالية ،واقترح جروس ان التنظيم الانفعالي يحتوي كل الاستراتيجيات الواعية وغير الواعية التي يستخدمها الفرد لزيادة او خفض او الحفاظ على احدى مكونات الاستجابة الانفعالية كالخبرة الذاتية والاستجابات السلوكية والردود الفسيولوجية ،وان زيادة مكونات الاستجابة الانفعالية تدعى التنظيم الانفعالي المرتفع اما انخفاض هذه المكونات فيدعى التنظيم الانفعالي المنخفض .

وان تنفيذ التنظيم الانفعالي يتم من خلال خمسة نقاط رئيسية تتم من خلال عملية توليد الانفعال وتتمثل في اختيار الموقف، وتغيير الموقف ، وتوزيع الانتباه ، والتغيير المعرفي،

وتغيير احدى مكونات الاستجابة الانفعالية (عفانة: 2018، 24-27)

(

## 8.أثار الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي :

تشير الابحاث في هذا المجال الى وجود ثلاث استراتيجيات تنظيم الانفعالي (اعادة التقييم وحل مشكلات و التقبل ) تتشكل عوامل وقاية من الاضطرابات النفسية في حين تشكل استراتيجيات (الكبت،التجنب،الاجترار)عوامل خطر الاصابة بالاضطرابات النفسية في علم النفس المرضي فإستراتيجية اعادة التقييم تقلل من التعبير السلوكي والانفعالي ،ولا تتأثر على الذاكرة .بالمقابل يخفض الكبت التعبير السلوكي ويفشل في تخفيض التعبير الانفعالي ويضعف الذاكرة ،اضافة الى ذلك ترتبط استراتيجيات اعادة التقييم مع خبرات انفعالية السلبية اقل وتعزيز الاداء الاجتماعي ونوعية الحياة وتعبير اكبر عن الانفعالات الايجابية ،تحسين الاداء الاكاديمي و الصحة النفسية كما بينت الدراسات brackett and salovey وترتبط الكبت مع التعبير اكبر عن الانفعالات السلبية ، فقر الاداء الاجتماعي ومستويات اقل من الدعم الاجتماعي والرضا والصحة النفسية.فالذين يميلون الى استخدام اعادة التقييم بالمقارنة مع كبت التعبير،هم اكثر ايجابية وأداء شخصي افضل ،ويظهرون قدرا اكبر من الذاتية والموضوعية بالنسبة للصحة النفسية ويشاركون انفعالاتهم الايجابية والسلبية مع الاخرين،ويكونون اقل عرضة للاكتئاب ،اكثر رضا عن الحياة وتفاؤلا ،واحتراما لأنفسهم.ومن حيث مجالات الصحة النفسية لديهم مستويات اعلى في كل من الاتقان البيئي ونمو الشخصية،وقبول الذات،كما ان لديهم اهدافا واضحة في الحياة ،وعلاقات افضل مع الاخرين .

في حين ان الذين يستخدمون الكبت يكون لديهم مستويات اقل من الرضا والصحة النفسية ،يفتقرون للأصالة،ويخبرون تجربة التناقض بين الذات والخبرة ،ويخبرون انفعال سلبي اكبر ،ويمتازون بانخفاض تقدير الذات ،ويكون لديهم مستويات اقل من التفاؤل ازاء احداث المستقبل ،كما يفتقرون الى الدعم الاجتماعي ويتجنبون العلاقات الاجتماعية الوثيقة،والسبب في كونهم "يتجنبون ويفتقرون الى الدعم والعلاقات الاجتماعية الوثيقة " وفقا لإحدى

الدراسات rime et al لان العلاقات الانفعالية الوثيقة تثير انفعالات قوية ، وتدعو لمشاركتها مع الاخرين ،والكابيتين لانفعالاتهم لا يرتاحون لهذا النوع من العلاقات ،فيتجنبوها ووفقا لجروس وجون (2003) ان الاختلافات بين الاستراتيجية اعادة التقييم والكبت تعود الى ان التنظيم الانفعال باستخدام اعادة التقييم بأخذ شكل فهم الموقف الانفعالي في المواقف الضاغطة عن طريق تخفيض الاهمية الانفعالية ، وإعادة النظر بالأحداث الضاغطة وإدراكها من وجهة نظر مختلفة ،لذلك نجدهم يخبرون الانفعالات ايجابية أكثر وانفعالات السلبية اقل ، ويتمنعون بصحة نفسية اكثر من الافراد الذين يستخدمون الاستراتيجية التركيز على الاستجابة كالكبت ،لكونهم يستحضرون الحدث لاحقا ، ويقيمونه في مصطلحات انفعالية تسبب اثاره الاستجابات الانفعالية ، لذلك نجدهم يخبرون مشاعر ايجابية اقل وسلبية أكثر ،ودعم اجتماعي أقل ، ويكونون أكثر اكتئابا .

اما بالنسبة لأثار الاستراتيجية القبول فقد وجد انها ذات نتائج جيدة ،وذلك لارتباط المستويات المنخفضة منها مع العديد من الاضطرابات كالقلق المعمم، تعاطي الهرويين، الشخصية الحدية ، في حين تمثل الاستراتيجية التجنب عامل خطر للإصابة بالقلق والاكتئاب وتعاطي المخدرات على العكس من الاستراتيجية حل المشكلات والتي لها تأثير ايجابي على الانفعالات فالفرد يبدأ بالشعور بشكل أفضل عندما ينهمك في حل المشكلة التي تسبب له الكرب ويخطط لها مما يقود الى تقييم معرفي إيجابي وبالتالي الى استجابة انفعالية ايجابية اما الاستراتيجية لوم الذات فلها اثار سلبية لارتباطها مع عدد من المشكلات النفسية كالاكتئاب وفقا لما بينته عدد من الدراسات ومع ذلك يمكن ان يكون لبعض الاشكال المحددة من اجترار التفكير فائدة ما في مواجهة احداث الحياة الضاغطة. (سلوم:

(25-23،2014

## 9. أهمية الاستراتيجية التنظيم الانفعالي:

1. تلعب الاستراتيجية التنظيم الانفعال دور المعزز للصحة النفسية، ودور وقائيا للعديد من المشكلات النفسية مثل القلق والاكتئاب و الانتحار (Garnffeski, et al, 2002).
2. تعمل على تسهيل الدور التكيفي للانفعالات و يقصد به الطريقة التي يعدل بها الفرد انفعالاته ليستجيب بطريقة ذات مقبولة ومتوافقة مع محيطه (بلحسيني:2013، 190).
3. يمكن لاستراتيجيات التنظيم الانفعال معرفيا التنبأ بالمشاكل الانفعالية على المدى الطويل (Garnffeski, karaais : 2007, 147).

#### خلاصة:

نستخلص مما سبق ان للتنظيم الانفعال دور مهم في حياتنا اليومية، فهي تجعل الحياة شيئا ممتعا ومنتوعا وبدونها تصبح حياة الانسان راكدة ومقطوعة ومملة ومنعزلة



# الفصل الثالث

## الاحتياجات الخاصة

**تمهيد :**

يعاني بعض الأفراد في المجتمع من أمراض تحت من قدراتهم العقلية و الجسدية و النفسية ، و التي تؤثر بشكل كامل على حياتهم ، لذا فهم يحتاجون إلى عناية بشكل كامل على حياتهم ، لذا فهم يحتاجون إلى عناية خاصة تتناسب مع متطلباتهم ، و يطلق على هذه الفئة من الأفراد ، مسمى ذوي الاحتياجات الخاصة لذلك سوف يتم في بداية هذا الفصل توضيح ما هو المقصود بهذه الفئة من الأفراد .



## 1. مفهوم ذوي الاحتياجات الخاصة:

يعتبر مفهوم ذوي الاحتياجات الخاصة من أحدث المفاهيم ذات البعد الإنساني والمستخدم في وصف الأفراد الذين يحتاجون إلى رعاية خاصة سواء كانت: صحية وتربوية وتعليمية و اجتماعية، من المتوقع أن يقوم بها متخصصون مؤهلون علميا وعمليا .  
وقبل أن نعرف ذوي الاحتياجات الخاصة ، تورد أولا تعريفا لمصطلح "الحاجة " والتي يقصد بها:

حالة من العوز والنقص والافتقار والاحتياج تقترن بنوع من التوتر والضيق ، لا يلبث أن يزول متى قضيت الحاجة وزوال النقص وهذا يعني أن الحاجة تشير إلى حالة قد يعاني فيها الفرد من قصور أو نقص في قدراته أو إمكانياته والتي قد تعيقه عن تحقيقه لذاته، واندماجه في مجتمعه هذا من جهة ومن جهة أخرى يمكن تجاوز تلك المعوقات إذا ما توفرت له الظروف والإمكانيات، وطرق التعلم والتعليم التي تناسب الاحتياجات والخصوصيات القصور الذي يعاني منه لذا يعد ظهور مفهوم ذوي الاحتياجات الخاصة نتيجة لعملية دمج كلمتي "الحاجة " و الخصوصية " في مفهوم واحد، للدلالة عن عدم الكفاية في خاصية أو قدرة معينة تتأرجح بين الخصوصية الجسمية و المعرفية، وما يمكن أن ينجم عن القصور لما يتعلق الأمر بالأداء والانجاز كمقومين أساسيين للتعبير عن تجسد التعلم أو إحدى معانيه بمعنى المدى الذي يستطيع فيه الفرد التعبير عن ذاته بشكل موضوعي (عالم: 2008, 46).

ويعرف كمال عبد الحميد زيتون (2003) ذوي الاحتياجات الخاصة من هذا المنظور بأنهم هم الذين لهم ظروف خاصة ومستوى خاص يختلف عن ظروف خاصة ومستوى خاص يختلف عن ظروف الأفراد العاديين ومستواهم فيتفوقون عليهم أو يقصرون دونهم، وذلك من أجل مساعدتهم في نمو شخصيتهم نمو سليما، متكاملا، متوازيا يؤدي إلى تحقيق الذات ومساعدتهم في التكيف مع المجتمع الذي يعيشون فيه (زيتون: 2003, 5).

و يمكن تعريف ذوي الاحتياجات الخاصة عموماً بأنهم أولئك الأفراد الذين ينحرفون الذين عن المستوى العادي أو المتوسط في خصيصاً ما من الخصائص ، أو في جانب ما أو أكثر ، من جوانب الشخصية ، إلى درجة التي تحتم احتياجاتهم إلى الخدمات الخاصة ، تختلف عما يقدم إلى أقرانهم العاديين ، و ذلك لمساعدتهم على تحقيق أقصى ما يمكنهم بلوغه من النمو و التوافق (القرطي:2005, 25 )

## 2.لمحة تاريخية عن ذوي الاحتياجات الخاصة :

### 1.2معاملة اليونان للمعاقين :

لقد سيطر الفلسفة التأميلية الذاتية التي نبعت في اليونان منذ ثلاثة آلاف سنة ، حيث كان ينظر إلى الذكاء على أنه المثل الأعلى و إلى إعاقة على أنها انحطاط ذهني فقد أقام اليونان دعائم حضارتهم على القوة الجسدية و بلغ الأمر أنهم كانوا ألا يتركون من إلقاء الأطفال الضعفاء و المرضى و ناقصي النمو في العراء لتجد الوحوش فرصة في الفتك بهم و التخلص منهم ، و كانت السلل تباع علناً في أسواق أسبرطة و أثينا ليوضح فيها الصغار المشوهون و المعاقون خارج المدينة إهلاكاً و خلاصاً منهم .

و لعل هذا ما دفع أفلاطون إلى الدعوة إلى التخلص من المعاقين ، إما النفي أو النبذ أو الطرد إلى خارج البلاد و حرمانهم من كافة الحقوق و الواجبات المتاحة للأسوياء ، و بعضهم كانوا يلقون بهم في البحر .

**2.2 معاملة الرومان للمعاقين :**

و تمثل نفس الاتجاه في الدولة الرومانية القديمة حيث كانت التقاليد الدينية تستلزم أن يوضع الطفل عقب ولادته مباشرة على الأرض أمام والده ، فإنما أن يرفعه الأب عن الأرض ليصبح الوليد بذلك عنصرا مقبولا في الأسرة ، و إما أن يعرض عنه بسبب تشوهات خلقية أو قصور في تكوينه فيصبح في هذه الحالة إما من الرقيق أو المهرجين أن سمح له بالحياة و لقد وجد الرومان حلا للمعاقين و المتخلفين عقليا حيث جعلوهم مادة للترفيه و التسلية في عصر المجون و الانحلال التي سادت الحضارة في فترة من القترات ، و لقد ظل الناس أجيالا عديدة يغرقون الأطفال غير مكتملي النمو في الأنهار ، غير أن هناك فئة أثرت فلسفتها على التفكير الروماني ، حيث كانوا يمثلون اتجاها آخر يربط بين الخير و الشر و حسن معاملة المرضى و المعاقين .

**3.2 معاملة المعوقين في العصور الوسطى :**

رغم بعض الحقائق التي توضح رعاية المعوقين في العصور الوسطى الأوروبية إلا أن المعوقون لم يكونوا أوفر حظا من غيرهم في العصور السابقة بل إزدادت الإساءة إليهم خاصة في مراحل الانتقال من تلك العصور إلى العصر الحديث ، و أصبحت بصورة عامة مشكلة رعاية المعوقين ضمن المشاكل الصحية الاجتماعية الأخرى ، و التي لم تتل أدنى اهتمام لها نتيجة لطبيعة الأوضاع السياسية و الاقتصادية و الاجتماعية المتدهورة و التي كان يعيشها المجتمع الأوروبي بصورة عامة .

فمعظم حالات المعوقين كانت تعالج بصورة سيئة في العصور الأوروبية الوسطى خلال مراحل الانتقال إلى العصر الحديث و المجتمع الحديث ، فقد كانت الكنسية تصدر حكما على المتخلفين عقليا لاتصالاتهم بالشياطين من وجهة نظر الكنسية ، لهذا سجنوهم و كبلوهم و أذاقوهم ألوان العذاب لعل الشيطان يهرب من الجسد المعذب ، و ظل هذا الوضع حتى نهاية القرن الثامن عشر و حتى عام 1790 م

## 4.2 رعاية المعوقين في ظل الأديان السماوية :

جاءت الديانات السماوية ، لتطوير رعاية المعاقين بعد الحضارة الرومانية و اليونانية التي قامت في ظل الوثنية ، و أهم ما يميز هذه المرحلة أنها جاءت مليئة بتعاليم المحبة و التسامح و الإخاء بين البشر ، فكانت نبراسا تستضيء بهدايته البشرية ، فقد حثت جميع الأديان السماوية على الرعاية و الاهتمام بالمعاقين (زوايد:2020, 35-36)

### 3. الخصائص لبعض ذوي الاحتياجات الخاصة :

#### 1.3 الخصائص المعوقين عقليا :

- الخصائص الجسمية و الحركية : يميل معدل النمو الجسدي و الحركي للمعوقين عقليا إلى الانخفاض بشكل عام و تزداد درجة الانخفاض شدة الإعاقة ، فالمعوقين أصغر في حجمهم و أطولهم من أقرانهم غير المعوقين و في معظم حالات الإعاقة المتوسطة و الشديدة ، يبدو ذلك واضحا على مظهرهم الخارجي ، و تصاحب درجات الإعاقة الشديدة في غالب الأحيان تشوهات جسمية خاصة في الرأس و الوجه ، و في أحيان كثيرة في الأطراف العليا و السفلى .

كما أن الحالة الصحية العامة للمعوقين عقليا تتم بالضعف العام مما يجعلهم يشعرون بسرعة الإجهاد و التعب ، و حيث إن قدرتهم على الاعتناء بأنفسهم أقل و تعرضهم للمرض أكثر احتمالا من العاديين ، فإن متوسط أعمارهم أدنى ، و لكن التقدم في الخدمات المقدمة لهم في الوقت الحاضر زاد من متوسط أعمارهم .

#### - الخصائص المعرفية :

الانتباه (attention) يعانون المعوقون عقليا من ضعف القدرة على الانتباه و القابلية العالية للتشتت ، و هذا يفسر عدم مثابرتهم أو مواصلتهم الأداء في الموقف التعليمي إذا

- استغرق الموقف فترة زمنية متوسطة ، أو مناسبة للعاديين ، كما أن الضعف في الانتباه و ضعف الذاكرة هما من الأسباب الرئيسية لضعف التعلم العارض (أي التعلم من الخبرة و بشكل غير مقصود ) عند المعوقين عقليا و تزداد درجة ضعف الانتباه بازدياد درجة الإعاقة
- التذكر (Memory) يواجه المعوقين عقليا صعوبات في التذكر مقارنة بأقرانهم غير المعوقين خاصة الذاكرة قريبة المدى (أي تذكر الأحداث أو المثيرات التي تعرض لها الفرد قبل فترة زمنية وجيزة ) يمكن القول إن الانتباه ضعف في الذاكرة ، و يضيف هالمان و كوفمان إلى ذلك الضعف في استراتيجيات التعلم عند المعوقين عقليا ، خاصة فيما يتعلق بالتجميع وفق الخصائص المتشابهة و استخدام العوامل الوسيطة أو إعادة التنظيم .
  - التمييز (Discrimination) : لما كانت عملية الانتباه و التصنيف و التذكر لدى المعوقين عقليا تواجه قصورا ، فإن عملية الانتباه و التصنيف و التذكر لدى المعوقين عقليا تواجه قصورا ، فإن عملية التمييز بدورها ستكون دون المستوى مقارنة بالعاديين ، هذا و تختلف درجة الصعوبة في القدرة على التمييز تبعا لدرجة الإعاقة و عوامل أخرى متعددة و تكون صعوبات التمييز واضحة بين الأشكال و الألوان و الأحجام و الأوزان و الروائح و مذاقات المختلفة .
  - التخيل (Imagination): يلاحظ أن المعوقين عقليا بشكل عام ذوي خيال محدود ، حيث إن عملية التخيل تتطلب درجة عالية من القدرة على استدعاء الصور الذهنية و ترتيبها في سياق منطقي ذي معنى و أسوة بالعمليات العقلية الأخرى فإن القصور في القدرة على التخيل تزداد بازدياد درجة الإعاقة .
  - الخصائص اللغوية :
- يعانون المعوقون عقليا من بطئ في النمو اللغوي بشكل عام ، و يمكن ملاحظة ذلك في مراحل الطفولة المبكرة فالطفل المعوق عقليا يتأخر في النطق و اكتساب اللغة كما أن صعوبات الكلام تشيع بين المعوقين عقليا بدرجة أكبر و من الصعوبات الأكثر شيوعا التأتأة و الأخطاء في اللفظ و عدم ملائمة نغمة الصوت الخصائص الشخصية و الاجتماعية .

تتأثر الخصائص الشخصية و الاجتماعية للأطفال المعوقين عقليا بعوامل متعددة أسوة بتلك العوامل التي تؤثر في نمو الشخصية الطفل العادي ، و لكن الطفل المعوق يعاني من خصائص و ميزات سلبية ذات تأثير صارم على نمو شخصيته و سلوكه الاجتماعي ، فانخفاض مستوى قدرته العقلية و قصور سلوكه التكيفي يضعه في موقف ضعيف بالنسبة لأقرانه من الأطفال و يطور لديه إحساسا بالدولية و مما يضاعف من هذا الإحساس انخفاض التوقعات الاجتماعية منه .

حيث أن الآخرين في معظم الأحيان يعاملونه على أنه إنسان مختلف ولا يتوقعون منه الكثير. وللأسف فإن ملاحظتنا العامة تدعونا للاعتقاد بأن توقعات الآخرين المحيطين بالطفل المعوق عقليا، تنخفض بشكل واضح عن المستوى الحقيقي لإمكانات الطفل وقدراته (قمش:2011، 40-44).

### 2.3 الخصائص المعوقين سمعيا:

-**الخصائص اللغوية :** تتشكل اللغة الأساس للتواصل و التعلم، وبدون وجود لغة تصبح طرق التواصل أكثر صعوبة و تعقيدا ويبدأ الطفل باكتساب المهارات اللغوية منذ السنين الأولى من عمره و تطوره قدرته على فهم واستخدام الكلام. ولا تقتصر أهمية السمع على سماع الأصوات المختلفة في البيئة لكن يحتاج الفرد أيضا أن يسمع نفسه التحكم في كلامه وهذا يدعى بالتغذية السمعية الراجعة.

لذلك من الطبيعي أن يتأثر النمو اللغوي لدى المعوقين سمعيا فهو يعتبر من أكثر المجالات تأثرا بإعاقة السمعية ولا عجب في ذلك حيث أن الصعوبة في جوانب النمو اللغوي وخاصة في اللفظ لدى الأفراد المعوقين سمعيا وترجع إلى غياب التغذية الراجعة المناسبة لهم في مرحلة المناغاة إن الطفل السامع عندما يقوم بالمناغاة، فإنه يسمع صوته وهذا يشكل له تغذية راجعة فيستمر بالمناغاة، في حين الطفل الأصم لا يسمع مناغاته وبالتالي يتوقف عنها ولا تتطور لديه اللغة بعد ذلك.

**-الخصائص العقلية: (المعرفية)**

ويقصد بها هل تؤثر الإعاقة السمعية على القدرة العقلية للفرد المعوق سمعياً، لقد تم التوضيح سابقاً أن الإعاقة السمعية تؤثر بشكل واضح على النمو اللغوي للفرد وبما أن معظم علماء النفس التربويين يشيرون إلى ارتباط القدرة العقلية بالقدرة اللغوية فمن البديهي أن يكون أداء الأفراد المعوقين سمعياً متدنياً على اختبارات الذكاء وذلك بسبب تشعب تلك الاختبارات بالناحية اللفظية والسؤال الذي يطرح نفسه هنا وأنه لو تم تصميم اختبارات ذكاء وخاصة بالصم تركز على الجوانب الأدائية فهل سيكون أداؤهم متدنياً على هذه الاختبارات على كل حال يجب الإشارة إلى أن اختبارات الذكاء بوصفها الحالي والمشبعة بالناحية اللفظية لا تقيس قدرات الصم العقلية الحقيقية، وهذا يشير معظم الدراسات أنه لا توجد علاقة قوية بين درجة الإعاقة السمعية و معامل الذكاء وأنه لا أثر للإعاقة السمعية على ذكاء الفرد، إذ أشارت الدراسات إلى أن المعوقين سمعياً قادرين على التعلم والتفكير التجريدي وأن اللغة بالإشارة هي بمثابة لغة حقيقية (عبد الخوالدة:2012، 49-54).

**3.3 التوحد**

**-ضعف التفاعل الاجتماعي:** غالباً ما يكون الأطفال التوحديين بمعزل عن الآخرين وهم متحفظون يقيمون اتصالات قليلة وعلاقات ضعيفة مع كل من الراشدين والأطفال وغالباً ما يهيمون على وجوههم في أرجاء الغرفة التي يوجد فيها غير مهتمين ولا عابثين بما يفعله الآخرين، ولا يستجيبون للذي يحاول أن يقدم لهم شيئاً و يأبهون له كما أنهم يظهرون نوعاً من الإدراك للآخرين الموجودين معهم سواء كانوا أشخاصاً أم أشياء.

**-برود العاطفي الشديد:** من الخصائص التي تلاحظ هي أطفال التوحد هو عدم استجابتهم لمحاولة الحث والعناق أو إظهار مشاعر العطف ويذهب الوالدان إلى أب طفلهما لا يعرف أحداً ولا يهتم بأن يكون وحيداً أو في صحبته الآخرين فضلاً عن القصور و الإخفاق في تطوير علاقات انفعالية وعاطفية مع الآخرين.

## ضعف استخدام اللغة و التواصل مع الآخرين

- إيذاء الذات.

- فقدان الإحساس بالهوية الشخصية (سوسن:2010،24).

## 4. المشاكل التي يواجهها والاحتياجات الخاصة:

يواجه المعاق مشكلات في نوعها وكمها عما يواجه الطفل العادي وتصنف

المشكلات إلى عدة أنواع:

## 1.4 المشكلات الأسرية : يواجه الطفل المعاق في أسرته عدة مشكلات تتبع أساسا من

نظرة الوالدين والأخوة نحو الطفل المعوق إما أنها نظرة ألم أو سخرية من الآخرين.

وقد تتمثل في السخرية والاستهزاء و الرفض، والخط من قيمته ، واعتباره هو مشكلة الأسرة

ومصدر شقائها ومعاناتها حيث تنعكس هذه النظرة على ظهور مشاعر الرفض و الإهمال

أو التستر عليه والانتقاص من قيمته و حقوقه، أو الشفقة عليه مما يخلق لديه مشكلات

تكيفية في محيط أسرته).

## 2.4 المشكلات التربوية : فالمعاق بحاجة إلى رعاية وعناية خاصة فقد يحتاج معها إلى

مصادر ومواد تعليمية خاصة وإمكانات علمية ومادية مع الأجهزة المساعدة والتعويضية كما

تقتضي إعدادا تربويا خاصا للمدرسين والمتخصصين المؤهلين الطرائق التربوية العامة

الخاصة ومناهج التعليم العام والمهني لهؤلاء المعوقين حسب التخصص ومراحل العمر

الزمني والعقلي.

## 3.4 المشكلات الاجتماعية : أن شعور الفرد المعاق بالعجز والنقص والضعف يدفعه إلى

الانطواء والعزلة فيشعر بالأسى والحسرة وكرهية نفسه والحياة ومن حوله وإما أن يدفعه ذلك

الشعور إلى الغيرة والحقد على الآخرين العاديين وقد يؤدي ذلك إلى بروز الميول العدوانية

كالتخريب و الإيذاء وأحيانا يعاني المعاق من حساسية الشفقة عليه ويعتبر ذلك تجريحا و

كل ذلك يؤدي إلى عدم التكيف السليم الانفعالي مع إعاقته.



**4.4. المشكلات الصحية:**

تتمثل في الضعف في أداء الحواس لوظائفها كالضعف في النظر أو السمع أو النطق أو الإصابات و اللوازم، التشوهات الخلقية والجلدية وأمراض القلب والفشل الكلوي وغير ذلك مما يسبب له سوء التوافق النفي و الاجتماعي، حيث يتدنى مفهومه عن نفسه (سالم: 2018، 8-9)

**5. إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة:**

هو عملية فنية في أي مكان مناسب لإرشاد الطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة من الطلاب في النواحي الصحية والنفسية والاجتماعية والتربوية بهدف تمكينهم صب التكيف النفسي والمهني والاجتماعي في الحياة ومساعدته في التعبير عن نفسه وتفريغ انفعالاته وطاقاته الحسية في أنشطة مفيدة يقدر عليها ويشعر فيها بالكفاءة ويحصل على الاستحسان من الآخرين.

وهذه عوامل أساسية في:

- نمو الشخصية.
- اكتساب الخبرات والمهارات التي تجعل الطفل حسب التوافق مع نفسه ومع الآخرين.
- ويعتمد الإرشاد النفي للطفل المعاق عقليا على التواصل باللغة بمعناها الواسع.
- تقوم عملية إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة على أسس علمية وفنية يتعاون فيها فريق من المتخصصين في النواحي الطبية والمهنية والتقنية والتربوية والاجتماعية بحيث يقدم هؤلاء الخبرة المساعدة العلمية والعملية لاستغلال قدرات المعاق الإيجابية إلى أقصى الحدود الممكنة.

- معالجة عجزه كلما أمكن ذلك وبذلك تضمن له حياة سعيدة منتجة وعضوية كاملة في مجتمع متكامل و تتضمن عملية إرشادهم الخطوات التالية:
- البحث عنهم مبكرا فأحيانا لا يعرضون أنفسهم أو أن أهلهم يهملونهم.
- الرعاية الطبية تشخيصا وعلاجا كلما أمكن حسب درجة ونوع الإعاقة والعجز (النوايسة: 2013، 337).

## خلاصة :

في الاخير نستخلص ان موضوع الاشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة لابد من ان يستأثر اهتمام كبير من طرف العديد من المؤسسات والقطاعات الخاصة للعناية و الكفالة بهم وادراك لهم حقوقا و حضورا اجتماعيا حتى لا يشعروا باختلاف في شيء عن اخوانهم الاسوياء

## الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

### 1. الدراسة الاستطلاعية:

#### 1.1. الهدف من الدراسة الاستطلاعية : هدفت هذه الدراسة إلى:

- اكتشاف الوسط الميداني.
- التدريب على تمرير المقياس على العاملين.
- التعرف على الفئة المستهدفة المتمثلة في العاملين.
- التأكد من دراسة أداة البحث ومعرفة مدى صلاحيتها من أجل استخدامها في الدراسة الأساسية.

#### 2.1. المجال الجغرافي والزمني للدراسة الاستطلاعية:

- المجال الجغرافي : تمت الدراسة الاستطلاعية المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيًا بمزعران بمدينة مستغانم.
- المجال الزمني: امتدت الدراسة الاستطلاعية في الفترة من 2022/03/29 إلى غاية 2022/03/31.

#### 3.1. عينة الدراسة الاستطلاعية ومواصفاتها :

قامت الطالبة باحثة باختيار العينة عشوائية متكونة من عاملين ثم تمرير نسخ من المقياس عليهم قصد إبداء ملاحظاتهم حول وضوح التعليمات وباقي الفقرات وقد أبدى أفراد العينة رضاهم على سلامة اللغة ومناسبتها لمستوياتهم ولسنهم.

#### 4.1. ادوات القياس في الدراسة :

اعتمدت الطالبة الباحثة على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي من إعداد جارنفسكي وكرايخ ترجمة محمد جاسر زكي عفانة الذي تحقق من خصائصه السيكومترية كما هو موضح فيما يلي:

- صدق المحكمين: قام الباحث بتوزيعه على مجموعة من المحكمين وأخذ ملاحظاتهم بعين الاعتبار.

- صدق الاتساق الداخلي: حيث توصل إلى أن هناك ارتباط موجب ودال بين كل فقرات ومجالات التي تنتمي إليها كما أن هناك اتساق وارتباط موجب بين المجالات (أبعاد) ودرجة كلية للمقياس.
- صدق المقارنة الظرفية (صدق التمييزي): حيث قام الباحث بتأكيد من صدق التمييزي لمكونات المقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي توصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي درجات المقياس وهذا يدل على أن المقياس له قدرة التمييز بين أفراد في درجة التنظيم الانفعالي.
- الثبات: تحقق الباحث من ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية ومعامل الثبات ألفا كرونباخ حيث توصل إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

### 5.1. وصف المقياس:

تكون المقياس في صورته النهائية بعد الترجمة من 36 فقرة، تغطي تسعة أبعاد فعلية تتمثل فيها إستراتيجيات التنظيم الانفعالي وهي: لوم الذات، التقبل، الاجترار، إعادة التركيز الإيجابي، التركيز على الخطط إعادة التقييم الإيجابي وضع الأمور في نصابها ، التهويل، لوم الآخرين.

### 2. الدراسة الأساسية:

#### 1.2. المنهج المستخدم في الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يعني الطريقة المنظمة لدراسة حقائق راهنة متعلقة بظاهرة أو موقف أو أفراد أو أحداث أو أوضاع معينة بهدف اكتشاف حقيقة جديدة أو التأكد من صحة الحقائق القديمة وأثارها والعلاقات المنبثقة عنه وتفسيرها وكشف الجوانب التي تحكمها. (محمد شفيق: 1985، ص 84).

### 2.2. المجال الجغرافي والزمني للدراسة الأساسية:

-المجال الجغرافي: أجريت الدراسة الأساسية للبحث بدائرة مستغانم بمركز البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا بمزگران.

-المجال الزمني: وقد أجريت هذه الدراسة في الفترة الممتدة من 2022/04/10 إلى 2022/05/05

### 3. العينة الدراسة الأساسية ومواصفاتها:

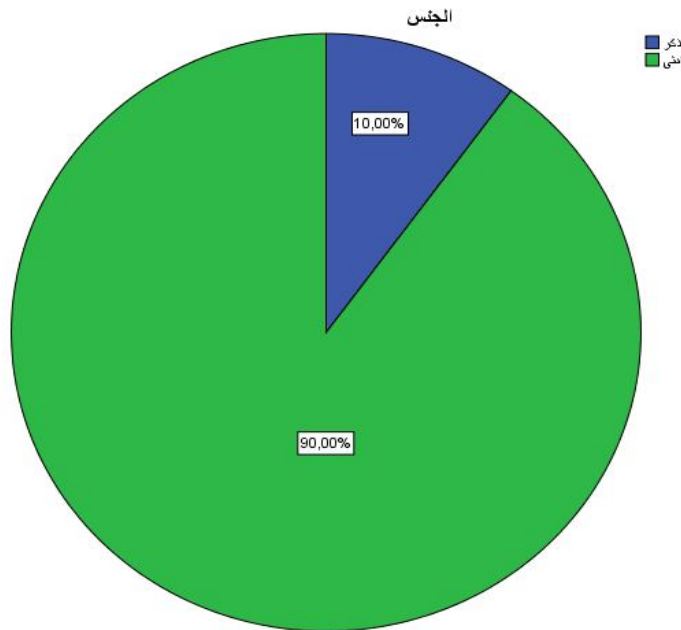
قامت الطالبة باحثة باختيار العينة من 30 عامل ثم اختيارهم بطريقة عشوائية بمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا بمزگران مستغانم

1.3 توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

الجدول رقم 01 : توزيع أفراد العينة حسب الجنس

النسبة المئوية	العدد	الجنس
10%	3	ذكر
90%	27	أنثى
100%	30	المجموع

من خلال الجدول السابق بين أن عدد الذكور هو 3 بنسبة مئوية 10% وعدد الإناث 27 بنسبة مئوية 90% وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



شكل رقم 01 : توزيع أفراد العينة حسب الجنس

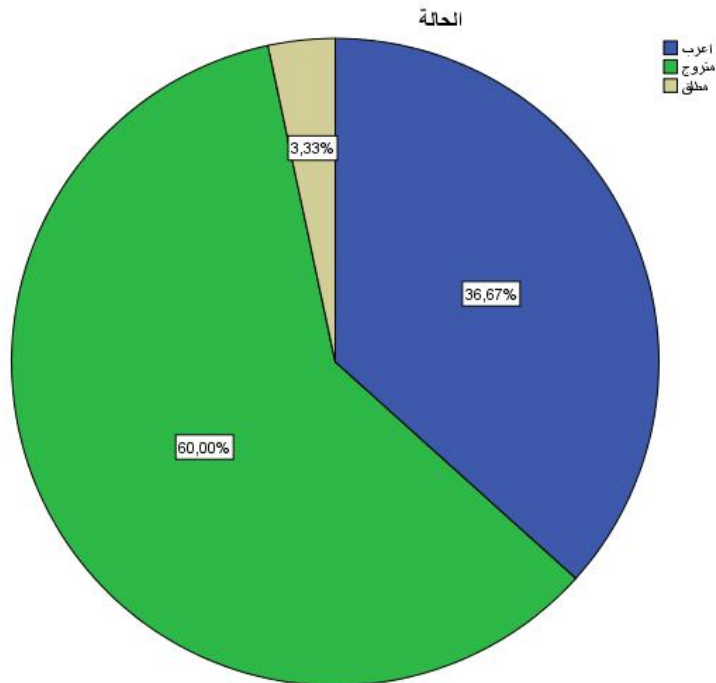


### 2.3 توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية:

الجدول رقم 02 : توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية

النسبة المئوية	العدد	الحالة الاجتماعية
36.7%	11	أعزب
60%	18	متزوج
3.3%	1	مطلق

من خلال الجدول السابق بين أن يوجد 11 أعزب بنسبة مئوية 36.7% في حين يوجد 18 متزوج بنسبة 60% وحالة واحدة مطلق بنسبة مئوية 3.3% وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



شكل رقم 02: توزيع أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية

## 3.3 توزيع العينة حسب الخبرة المهنية:

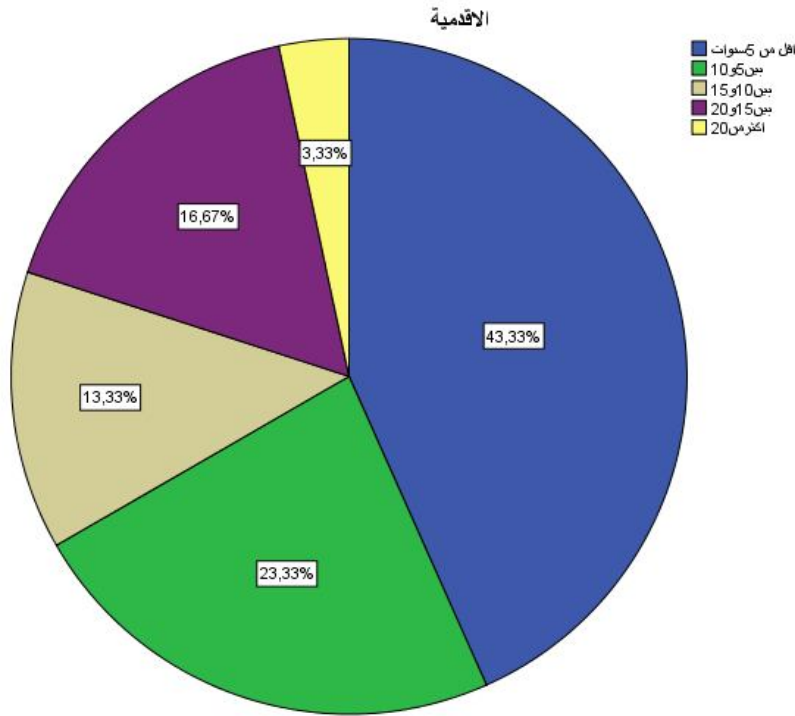
الجدول رقم 03: توزيع العينة حسب الخبرة المهنية

النسبة المئوية	العدد	الخبرة المهنية
43.3%	13	أقل من 5 سنوات
23.3%	7	بين 5 و 10
13.3%	4	بين 10 و 15
16.7%	5	بين 15 و 20
3.3%	1	أكثر من 20

من خلال الجدول السابق تبين أن يوجد 13 عامل خبرتهم المهنية أقل من 5 سنوات بنسبة مئوية 43.3% و 7 عاملين خبرتهم مهنية بين 5 و 10 سنوات بنسبة مئوية 23.3% و 4 عاملين بين 10 و 15 بنسبة مئوية 13.3% و 5 عاملين بين 15 و 20 سنة بنسبة مئوية 16.7% وعامل واحد أكثر من 20 سنة بنسبة مئوية 3.3%.

كما هو موضح في الشكل التالي:

شكل رقم 03 : توزيع العينة حسب الخبرة المهنية



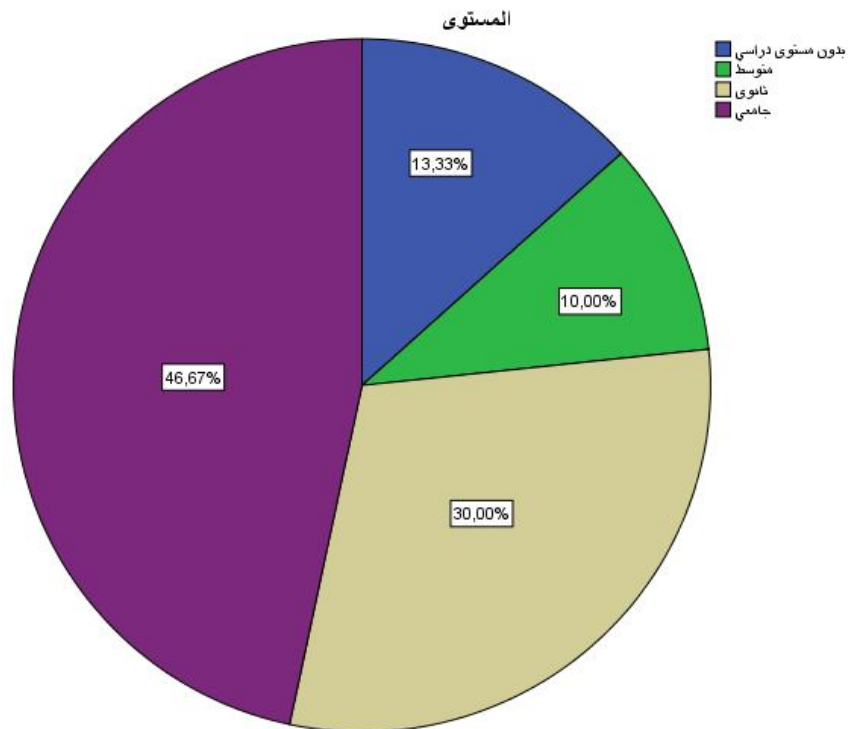
4.3 توزيع العينة حسب المستوى الدراسي:

الجدول رقم 04: توزيع العينة حسب المستوى الدراسي

النسبة المئوية	العدد	المستوى الدراسي
13.5%	4	بدون مستوى دراسي
10%	3	متوسط
30%	9	ثانوي
46.7%	14	جامعي

من خلال الجدول السابق بين أن يوجد أربع عاملين بدون مستوى دراسي بنسبة مئوية 13.3% و 3 عاملين مستواهم دراسي متوسط بنسبة مئوية 10% و 9 عاملين مستواهم

ثانوي بنسبة مئوية 30% في حين يوجد 14 عامل مستواهم دراسي جامعي بنسبة مئوية 46.7 كما هو موضح في الشكل التالي:



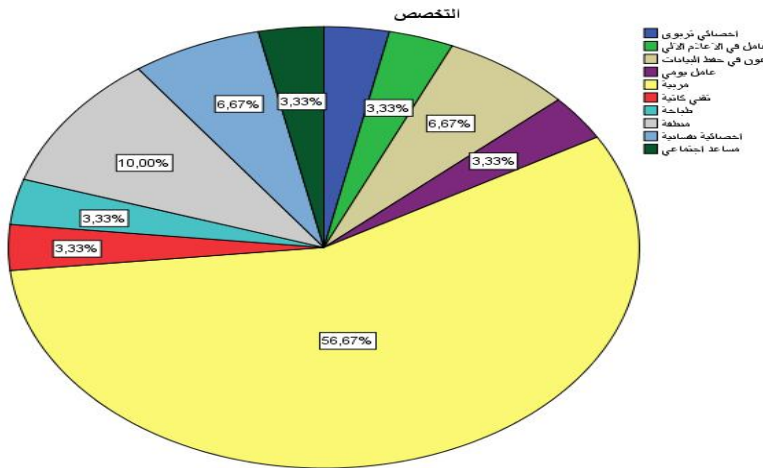
شكل رقم 04 : توزيع العينة حسب المستوى الدراسي

## 5.3 توزيع العينة حسب التخصص المهني:

الجدول رقم 05: توزيع العينة حسب التخصص المهني

النسبة المئوية	العدد	التخصص المهني
3.3%	1	أخصائي تربيوي
3.3%	1	عامل في الإعلام الآلي
6.7%	2	عون حفظ البيانات
3.3%	1	عامل يومي
56.7%	17	مربية
3.3%	1	تقني كاتبة
3.3%	1	طباخة
10%	3	منظفة
6.7%	2	أخصائية نفسانية
3.3%	1	مساعد اجتماعي

من خلال الجدول السابق تبين أنه يوجد أخصائي تربيوي بنسبة مئوية 3.3% وعامل في الإعلام الآلي بنسبة مئوية 3.3% وعاملين تخصصهم مهني عون في حفظ البيانات بنسبة مئوية 6.7% وعامل يومي 3.3% و 17 مربي بنسبة مئوية 56.7% وتقني كاتبة بنسبة مئوية 3.3% وطباخة بنسبة مئوية 3.3% ويوجد ثلاث منظفات بنسبة مئوية 10% في حين يوجد عاملين تخصصهم المهني أخصائيين نفسانيين بنسبة مئوية 6.7% ومساعد اجتماعي بنسبة مئوية 3.3% كما هو موضح في الشكل التالي:



شكل رقم 05 : توزيع العينة حسب التخصص المهني

#### 4. أداة الدراسة:

تمثلت اداة الدراسة في استبانة التنظيم الانفعالي من 9 استراتيجيات المتكونة من : لوم النفس ،التقبل ،الاجترار، اعادة التركيز الايجابي، التركيز على الخطط اعادة التقييم الايجابي ، وضع الامور في نصابها، التهويل، لوم الاخرين

5.طريقة التفريغ المعالجة:

تتشكل البدائل استبانة التنظيم الانفعالي من البدائل التالية :

#### الجدول رقم 06: بدائل استبانة التنظيم الانفعالي

الدرجة	البدائل
5	تتطبق علي تماما
4	تتطبق علي
3	لا ادري
2	لا تتطبق علي
1	لا تتطبق علي تماما

**6. طريقة إجراء الدراسة الأساسية:**

- نصت الدراسة الأساسية من قبل الباحثة حسب الخطوات التالية:
- أ. الحصول على طلب الترخيص بدراسة الميدانية من قبل رئيس القسم.
- ب. الحصول على قبول من رئيس المركز البيداغوجي
- ت. مقابلة العاملين و شرح الهدف من الدراسة

**7. الأساليب الإحصائية المستعملة:**

اعتمدت الباحثة على الأساليب الإحصائية المتمثلة في:

- النسبة المئوية.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- تحليل التباين الأحادي.
- اختبارات لاختبار فرضيات الفروق حسب الجنس

## الفصل الخامس عرض ومناقشة النتائج



1. عرض ومناقشة النتائج:

1.1. عرض النتائج:

1.1.1. عرض نتائج الفرضية الأولى:

إستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي هي الأكثر انتشارا لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة.

الجدول رقم 07: الاستراتيجية الأكثر انتشارا لدى العاملين ذوي الاحتياجات الخاصة

الترتيب	انحراف معياري	المتوسط الحسابي	الاستراتيجيات
4	2.07	10.07	لوم النفس
6	1.74	8.43	التقبل
5	2.70	9.73	الاجترار
7	2.31	7.43	إعادة التركيز الإيجابي
9	1.93	6.63	التركيز على الخطط
8	1.62	6.93	إعادة تقييم الإيجابي
3	2.47	10.63	وضع الأمور في نصابها
2	3.57	11.67	التهويل
1	2.78	12.07	لوم الآخرين

يتضح من الجدول أعلاه أن إستراتيجية لوم الآخرين احتلت مرتبة أولى بمتوسط

الحسابي 12.07 بانحراف معياري 2.78 تليها إستراتيجية تهويل بمتوسط حسابي 11.67

وانحراف معياري 3.57 في حين كانت في مرتبة الأخيرة إستراتيجية تركيز على الخطط

متوسط حسابي 6.63 بانحراف معياري 1.93

### 1.1.2. عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي حسب الجنس.

**الجدول رقم 08: الفروق في الإستراتيجية لوم النفس حسب الجنس:**

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG				
			1.23	12.33	ذكور	
غير دالة	0.52	0.61	<b>2.44</b>	8.30	اناث	لوم النفس

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 0.52 والقيمة الاحتمالية

0.61Sig وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور بانحراف

معياري في حين المتوسط الحسابي للإناث . بانحراف معياري

**الجدول رقم 09: الفروق في الإستراتيجية التقبل حسب الجنس**

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG				
			0.57	9.33	ذكور	
غير دالة	0.52	0.35	1.79	8.33	اناث	التقبل

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 0.52 والقيمة الاحتمالية 0.35Sig وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 9.33 بانحراف معياري 0.57 في حين المتوسط الحسابي للإناث 8.33 بانحراف معياري 1.79.

**الجدول رقم 10: الفروق في الإستراتيجية تنظيم الاجترار حسب الجنس**

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG				
			1.73	11	ذكور	
غير دالة	0.85	0.40	<b>2.77</b>	9.59	اناث	الاجترار

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 0.85 والقيمة الاحتمالية 0.40Sig وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 11 بانحراف معياري 1.73 في حين المتوسط الحسابي للإناث 9.59 بانحراف معياري 2.77.

**الجدول رقم 11: الفروق في الإستراتيجية إعادة التركيز الإيجابي حسب الجنس**

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG				
			0	10	ذكور	
غير دالة	2.15	0.04	<b>2.26</b>	7.14	اناث	اعادة التركيز الايجابي

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 2.15 والقيمة الاحتمالية 0.04Sig وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 10 بانحراف معياري 0 في حين المتوسط الحسابي للإناث 7.14 بانحراف معياري 2.26.

**الجدول رقم 12 : الفروق في الإستراتيجية التركيز على الخطط حسب الجنس**

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG				
			0.57	7.33	ذكور	
غير دالة	0.78	0.44	1.69	6.55	اناث	التركيز على الخطط

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 0.78 والقيمة الاحتمالية 0.44Sig وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 7.33 بانحراف معياري 0.57 في حين المتوسط الحسابي للإناث 6.55 بانحراف معياري 1.69.

**الجدول رقم 13: الفروق في الإستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي حسب الجنس**

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG				
			0.57	8.66	ذكور	
غير دالة	2.06	0.05	1.58	6.74	اناث	اعادة التقييم الايجابي

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 2.06 والقيمة الاحتمالية 0.05Sig وهي تساوي مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 8.66 بانحراف معياري 0.57 في حين المتوسط الحسابي للإناث 6.74 بانحراف معياري 1.58.

**الجدول رقم 14: الفروق في الإستراتيجية وضع الأمور في نصابها حسب الجنس**

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG				
			2.30	12.66	ذكور	
غير دالة	1.54	0.14	2.42	10.40	اناث	وضع الامور في نصابها

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 1.54 والقيمة الاحتمالية 0.14Sig وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 12.66 بانحراف معياري 2.30 في حين المتوسط الحسابي للإناث 10.40 بانحراف معياري 2.42.

الجدول رقم 15: الفروق في الإستراتيجية التهويل حسب الجنس

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG	3.46	15	ذكور	
غير دالة	1.77	0.09	<b>3.43</b>	11.29	اناث	التهويل

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 1.77 والقيمة الاحتمالية Sig 0.09 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 15 بانحراف معياري 3.46 في حين المتوسط الحسابي للإناث 11.29 بانحراف معياري 3.43.

الجدول رقم 16: الفروق في الإستراتيجية لوم الآخرين حسب الجنس

الدلالة	اختبار T		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	الاستراتيجية
	T	SIG	2.30	13.66	ذكور	
غير دالة	1.05	0.30	2.80	11.88	اناث	لوم الآخرين

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة اختبار T 1.05 والقيمة الاحتمالية Sig 0.30 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 علما بأن المتوسط الحسابي للذكور 13.66 بانحراف معياري 2.30 في حين المتوسط الحسابي للإناث 11.85 بانحراف معياري 2.80.

### 1.1.3 عرض نتائج الفرضية الثالثة:

يوجد فروق دراسة دلالة إحصائية في الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي حسب الأقدمية مهنية:

الجدول رقم 17: تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية لوم النفس لتنظيم الانفعالي

حسب الأقدمية المهنية.

الدلالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.65	0.61	2.77	11.08	بين المجموعات	لوم النفس
			4.511	112.78	داخل المجموعات	
				123.86	المجموع	

نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية لوم النفس يساوي 11.08 ومتوسط المربعات 2.77 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 112.78 ومتوسط المربعات 4.511 مع علم قيمة تحليل التباين 0.61 وقيمة الاحتمالية sig 0.65 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

الجدول رقم 18: تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية التقبل لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدلالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غيردالة	0.79	0.41	1.34	5.38	بين المجموعات	التقبل
			3.27	81.98	داخل المجموعات	
				87.36	المجموع	

نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية التقبل يساوي 5.38 ومتوسط المربعات 1.34 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 81.98 ومتوسط المربعات 3.27 مع علم قيمة تحليل التباين 0.41 وقيمة الاحتمالية sig 0.79 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.



الجدول رقم 19: تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية الاجترار لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.90	25.0	2.08	8.32	بين المجموعات	الاجترار
			8.14	203.54	داخل المجموعات	
				211.86	المجموع	

نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية الاجترار يساوي 8.32 ومتوسط المربعات 2.08 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 203.54 ومتوسط المربعات 8.14 مع علم قيمة تحليل التباين 0.25 وقيمة الاحتمالية sig 0.90 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

الجدول رقم 20 : تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية إعادة التركيز الإيجابي لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.64	0.63	3.58	14.31	بين المجموعات	إعادة التركيز الإيجابي
			5.64	141.06	داخل المجموعات	
				115.36	المجموع	

نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية إعادة التركيز الإيجابي يساوي 14.31 ومتوسط المربعات 3.58 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 141.06 ومتوسط المربعات 5.64 مع علم قيمة تحليل التباين 0.63 وقيمة الاحتمالية sig 0.64 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

الجدول رقم 21: تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية التركيز على الخطط لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.45	0.95	2.54	10.15	بين المجموعات	التركيز على الخطط
			2.67	66.82	داخل المجموعات	
				76.97	المجموع	

نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية التركيز على الخطط يساوي 10.15 ومتوسط المربعات 2.54 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 66.82 ومتوسط المربعات 2.67 مع علم قيمة تحليل التباين 0.95 وقيمة الاحتمالية sig 0.45 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

الجدول رقم 22 : تحليل التباين أحادي الفروق إستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.83	0.37	1.05	4.18	بين المجموعات	إعادة التقييم الإيجابي
			2.87	71.68	داخل المجموعات	
				75.86	المجموع	

مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي يساوي 4.18 ومتوسط المربعات 1.05 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 71.68 ومتوسط المربعات 2.87 مع علم قيمة تحليل التباين 0.37 وقيمة الاحتمالية sig 0.83 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

الجدول رقم 23: تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية وضع الأمور في نصابها لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.87	0.29	2.03	8.01	بين المجموعات	وضع الامور في نصابها
			6.76	168.96	داخل المجموعات	
				176.97	المجموع	

مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية وضع الأمور في نصابها يساوي 8.01 ومتوسط المربعات 2.03 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 168.96 ومتوسط المربعات 6.76 مع علم قيمة تحليل التباين 0.37 وقيمة الاحتمالية sig 0.87 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

الجدول رقم 24 : تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية التحويل لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.16	1.82	20.85	285.25	بين المجموعات	التحويل
			11.41	368.67	داخل المجموعات	
				653.92	المجموع	

نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية التحويل يساوي 285.25 ومتوسط المربعات 20.85 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 368.67 ومتوسط المربعات 11.41 مع علم قيمة تحليل التباين 0.82 وقيمة الاحتمالية sig 0.16 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

الجدول رقم 25 : تحليل التباين أحادي الفروق لإستراتيجية لوم الآخرين لتنظيم الانفعالي حسب الأقدمية المهنية.

الدالة	القيمة الاحتمالية sig	قيمة تحليل التباين	متوسط المربعات	مجموع المربعات	الإستراتيجية	
غ. دالة	0.79	0.42	3.53	14.14	بين المجموعات	لوم الآخرين
			8.39	209.73	داخل المجموعات	
				223.87	المجموع	

نلاحظ أن مجموع المربعات بين المجموعات لإستراتيجية لوم الآخرين يساوي 14.14 ومتوسط المربعات 3.53 في حين مجموع مربعات داخل مجموعات 209.73 ومتوسط المربعات 8.39 مع علم قيمة تحليل التباين 0.42 وقيمة الاحتمالية sig 0.79 والتي هي أكبر من مستوى دلالة 0.05 وبالتالي فهي غير دالة.

## 2. مناقشة النتائج:

### 1.2 مناقشة نتائج متعلقة بالفرضية الأولى:

استراتيجية إعادة التقييم الإيجابي هي الأكثر انتشارا لدى العاملين (ن30) ذوي الاحتياجات الخاصة.

- يتضح من الجدول رقم (07) أن لاستراتيجيات جاءت على النحو التالي بالترتيب: لوم الآخرين، التهويل، وضع الأمور في نصابها، لوم النفس، الاجترار، التقبل، إعادة التركيز الإيجابي، إعادة التقييم الإيجابي، التركيز على الخطط.

ليست استراتيجية إعادة التقييم الإيجابي هي الأكثر استخداما لدى العاملين في المراكز ذوي الاحتياجات الخاصة لأنها تحتل المرتبة الثامنة، إذن ننفي هذه الفرضية لأن هذه الاستراتيجية هي أقل استخداما لدى العمال مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة، ومن خلال النتائج المتوصل إليها تبين أن استراتيجية لوم الآخرين احتلت المرتبة الأولى وقد اختلفت نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة نورة دخيل الله علي الحارثي (2021) هدفت إلى التعرف على أكثر استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفيا شيوعا لدى طالبات جامعة الطائف وقد توصلت النتائج إلى أن أكثر استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفيا شيوعا لدى عينة البحث هي التوالي: إعادة التقييم الإيجابي، التركيز الإيجابي، وضع الأمور في منظورها الصحيح، لوم النفس، التصور الكارثي، لوم الآخرين.

### 2.2 مناقشة نتائج متعلقة بالفرضية الثانية:

هناك فروق ذات دالة إحصائية في استراتيجيات تنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الجنس.

- من خلال النتائج المتوصل إليها ومن خلال الجداول (08)، (09)، (10)، (11)، (12)، (13)، (14)، (15)، (16)، وبالنظر إلى النتائج الإحصائية فإن قيمة اختبارات لدلالة الفروق في استراتيجيات لوم النفس، التقبل، الاجترار، التركيز على الخطط، إعادة التقييم الإيجابي، وضع الأمور في نصابها، التهويل، واستراتيجية لوم



الآخرين حسب الجنس، لم تكن دالة إحصائياً أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في جميع هذه الاستراتيجيات باستثناء استراتيجية إعادة التركيز الإيجابي حيث وجدت فروقا ذات دلالة إحصائية حسب الجدول رقم (11) فمن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أنه لم تتحقق هذه الفرضية وانفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (عياش وفائق، 2016) التي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج (سلوم، 2015) ودراسة (ESmaeilinasaoet al,2016) التي بينت وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس حيث كانت فروق في استخدام استراتيجية لاجترار لصالح الإناث ووجود فروق دالة إحصائية في استراتيجيات (إعادة التركيز الإيجابي وإعادة التقييم الإيجابي والتركيز على الحفاظ) لصالح الذكور.

### 3.2 مناقشة نتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات تنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الأقدمية المهنية.

من خلال النتائج المتوصل إليها ومن خلال الجداول رقم (17)، (18)، (19)، (20)، (21)، (22)، (23)، (24)، (25)، وبالنظر إلى النتائج الإحصائية فإن قيمة الاحتمالية لدلالة الفروق في الاستراتيجيات حسب الأقدمية المهنية لم تكن دالة إحصائياً أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في جميع الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين إذن لم تتحقق هذه الفرضية.

# الختامة

الخاتمة :

تداولت هذه الدراسة استراتيجيات التنظيم الانفعالي حيث أن للتنظيم الانفعالي أهمية كبيرة في مجالات الحياة المختلفة لأنه يمن الإنسان من النجاح في الحياة بصفة عامة و النجاح في الحياة الاجتماعية بصفة خاصة وقصور التنظيم الانفعالي يجعل الأفراد أكثر عزلة ولا ومبالاة وأقل فاعلية في المجتمع أجريت هذه الدراسة في استراتيجيات التنظيم الانفعالي لأنه نجد فيها نذرة ولم تحظى بالكثير من الدراسة بعد بالرغم من دورها البارز والتي لم تحظى باهتمام الكثير من الباحثين على الرغم من أهميتها في تحقيق الصحة النفسية خاصة بالنسبة للعاملين في مراكز الاحتياجات الخاصة وماتوصلت اليه الباحثة من خلال هذه الدراسة ان الاستراتيجية الاكثر انتشارا بالنسبة للعاملين ذوي الاحتياجات الخاصة جاءت على النحو التالي :لوم الاخرين،التهويل ،وضع الامور في نصابها ،لوم النفس،الاجترار،التقبل،اعادة التركيز الايجابي،التركيز على الخطط وانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاملين حسب الاقدمية المهنية و حسب الجنس وفي الاخير لابد من العاملين تقادي الاستراتيجيات السلبية واستخدام الاستراتيجيات الايجابية كاستراتيجية اعادة التقييم واعادة التركيز الايجابي

### الاقتراحات:

على ضوء النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة سنقدم بعد التوصيات و الاقتراحات و التي ستعرض في النقاط التالية:

- تحسين استخدام العاملين الاستراتيجيات ذات الآثار الإيجابية.
- إجراء المزيد من الأبحاث التي تهدف إلى دراسة أهم استراتيجيات تنظيم الانفعال استخداما و انتشارا لدى عمال مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة.
- إجراء المزيد من الدراسات التي تربط استراتيجيات التنظيم الانفعالي بالمتغيرات التالية :  
نوع الخبرة الانفعالية ، مستوى الخبرة الانفعالية ، مما يثري الدراسات العربية النادرة في هذا المجال ويزيد فهمنا لهذا المتغير ويمدنا بمزيد من المعلومات عن ارتباطاته.

## قائمة المراجع

## قائمة المراجع :

### المراجع العربية:

- أمل السويدان (2007)، استخدام التكنولوجيا في تربيته الخاصة، الطبعة الأولى، منشورات مركز الكتاب: القاهرة.
- إيمان محمد عبد الرحمن (2017)، تنظيم الانفعالات وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير
- بلحسني وردة رشيد وبوسعيد، سعاد (2017)، إستراتيجيات تنظيم الانفعالات، فكر وإبداع، مج.
- 
- الزحيلي وغسان (2011)، دراسة الفروق في ذكاء قجذاني لدى طلبة التعليم المفتوح، مجلة، جامعة دمشق.
- زوايد حنان، زراق زواوي مروة (2020)، مستوى الأمن النفسي لدى آباء وأمهات أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مذكرة ماستر في علم النفس المدرسي.
- سوسن مجيد (2010)، التوحد، الطبعة الثانية، دار دبيونو للنشر وتوزيع: عمان.
- السيد محمد، سالم (2018)، قضايا ومشكلات ذوي الاحتياجات الخاصة، مدارس نور الغد الأهلية.
- السيد عبد المنعم عبد الله حسيب (2012)، الاستراتيجيات المعرفية في تنظيم الانفعال وعلاقتها باعراض القلق و الاكتئاب لدى المراهقين و الراشدين رؤية نقدية ،مجلة كلية التربية، الجزء3، 659-693
- عصام توفيق قمره (2008)، رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة في الوطن العربي بين العزل والدمج: مصر.

- فاطمة عبد الرحيم النوايسة (2013)، ذوي الاحتياجات الخاصة، الطبعة الأولى، دار المناهج للنشر والتوزيع.
  - فاطمة غالم (2008)، تقييم الكفايات التعليمية لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح: ورقلة.
  - فؤاد عبد الجوالدة (2012)، الإعاقة السمعية الطبعة الأولى، دار الثقافة للنشر والتوزيع.
  - كمال عبد الحميد زينون (2003)، التدريس لذوي الاحتياجات الخاصة، الطبعة الأولى، علم الكتب: القاهرة.
  - محمد جاسر زكي كفانة (2018)، التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير كلية التربية.
  - محمد شفيق (1985)، الخطوات المنهجية لاعداد البحوث الاجتماعية، الطبعة الاولى،المكتب الجامعي الحديث :مصر
  - مصطفى نور الغمش (2011)، الإعاقة العقلية النظرية والممارسة، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع: عمان.
  - هناء عباس سلوم (2014)، الإستراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات، رسالة ماجستير في الصحة النفسية للأطفال والمراهقين، كلية التربية.
  - هناء عباس سلوم(2015)استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات دراسة مقارنة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعية بمدينة دمشق".رسالة ماجيستر عبر منشورة كلية التربية ،جامعة دمشق
  - يعقوب حيدر مزهر (2011)التنظيم الانفعالي للطلبة المتميزين في محافظة ديالي ،الجزء 2،449-467
- المراجع الأجنبية :

- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 23
- Garnefski, N., Van Den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee, J., & Onstein, E. (2002). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: comparison between a clinical and a non-clinical sample. *European journal of personality*, 16



الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم  
كلية العلوم الاجتماعية  
قسم علوم التربية

استبيان التنظيم الانفعالي

- البيانات الشخصية:

- الجنس:  ذكر  أنثى

- الحالة الاجتماعية: أعزب  متزوج  مطلق

- المستوى التعليمي: بدون مستوى دراسي  متوسط  ثانوي  جامعي

- الأقدمية المهنية:

أقل من 5 سنوات

بين 5 و 10

-  بين 15 - 20

-  أكثر من 20

- التخصص المهني: .....

أخي الكريم أختي الكريمة:

تمثل هذه الاستبانة أداة دراسية بحثية يقوم بها الباحث بهدف معرفة وجهة نظرك حول بعض الفقرات.

نرجو قراءة كل عبارة بدقة والإجابة عنها بكل أمانة وصدق علما بأنه ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر بدقة عن رأيك الشخصي وما تشعر به فعلا.

يرجى عدم ترك أي فقرة دون إجابة واختيار بديل واحد فقط بوضع علامة ( X ) أسفل البديل الذي يكون موافقا مع رأيك، مع العلم أن الاسم لا يكتب على الورقة و ستكون الإجابات و المعلومات التي سوف تقدم بسريّة تامّة، ولن يطّلع عليها إلا الباحث، ولن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.

شاكرين لكم حسن تعاونكم

الرقم	الفقرة	تنطبق علي تماما	تنطبق علي	لا أدري	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي تماما
01	مر أنني الشخص الملائم عند التعرّض لأي موقف.					
02	أقبل حقيقة الواقع بأن الأمر قد حدث وانتهى.					
03	فكر كثيرا في المشاعر المؤلمة بالماضي.					
04	فكر في أمور أخرى أفضل مما قد حدث.					
05	أستطيع تركيز انتباهي في الاعمال المطلوبة مني.					
06	أتعلم العديد من الأمور المستفادة من الأحداث والمواقف.					
07	اعتقد أنه كان من الممكن أن تسير الأمور بصورة أسوأ مما قد حدث.					
08	أعتقد أن ما عايشته أسوأ بكثير من تجارب الآخرين.					
09	نقد أن الآخرين يلحقهم الذوم عما حدث.					
10	شعر أنني المسؤول عما يحدث لي.					
11	أعتقد أنه بب علي أن أقبل المواقف التي تواجهني.					
12	غالبا ما يستحوذ على مشاعري وتفكيري ما عايشته خلال المواقف.					
13	كر في الأشياء السارة التي لا تكلفني شيئا.					
14	أتعامل بموضوعية مع المواقف التي تواجهني.					
15	شعر بأنني أقوى بعد كل موقف او خبرة تواجهني.					
16	أعتقد أن الآخرين يمرّون بتجارب سيئة.					
17	بلازمني التفكير فيما عايشته من أحداث فظيعة خلال المواقف.					
18	أشعر أن الآخرين مسؤولون عما حدث.					
19	أستشعر الأخطاء التي ارتكبتها بخصوص ما حدث.					
20	أعتقدني لا أستطيع تغيير أي شيء حول المواقف التي تحدث.					
21	يتضح لذهني وأفكاري تفسيراً للسلوك الذي حدث.					
22	أفكر بالأشياء الجميلة بدلا من التفكير بالأحداث المؤلمة.					
23	أدرك في كيفية إحداث تغيير للموقف الذي يواجهني.					
24	أعتقد أن الموقف له جوانب إيجابية.					
25	أعتقد أن الوضع لا يبدو سيئا مقارنة بأشياء أخرى.					
26	أعتقد أن ما عايشته هو أسوأ شيء قد يحصل لشخص ما في الحياة.					
27	أستشعر الأخطاء التي يرتكبها الآخرون بخصوص المواقف.					
28	أعزو مسببات الأحداث إلى عوامل داخلية تكمن بي شخصيا.					
29	أتعلم أن أتعاش مع الوضع.					
30	تملكني المشاعر التي أثارها الموقف.					

					أستحضر تجارب وخبرات سارّة في حياة الأفراد.	31
					فكّر بعمق مخطط له في أفضل طريقة للتّعامل مع المواقف.	32
					أنظر بإيجابية حول ما يحدث.	33
					أؤمن أنّ هناك أشياء السينة في الحياة.	34
					فكّر باستمرار في الآلام المستقبلية المحتملة للمواقف.	35
					أشعر أنّ السّبب الأساسي للأحداث يكمن في الآخرين.	36

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم-  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

ملحق الإدارة الإقليمية  
درية جهميد

تصريح شرقي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية  
لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

الطالب(ة): هوارى كوشري ..... رقم التسجيل الجامعي: 16370 33417

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 12.116.9029 والصادرة بتاريخ: 2021.10.15

عن: بلدي ..... المسجل بكلية العلوم الاجتماعية / قسم: العلوم الاجتماعية / شعبة علم النفس

والمكلف بإنجاز مذكرة ماستر بعنوان:

استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى العاطلين ذوي  
الاحتياجات الخاصة

أصيح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية  
المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

ع/رئيس المجلس الشعبي البلدي  
وبالتفويض منه  
إمضاء: قلوب جهميد

2022.06.21

إمضاء المعني



هوارى كوشري  
21 جوان 2022  
CN = 121169029  
2021.10.15  
مستغانم

\* ملحق القرار الوزاري رقم 933 المؤرخ في 28 جويلية 2016 الذي يحدد القواعد المتعلقة بالوقاية من السرقة العلمية ومكافحتها.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

كلية العلوم الاجتماعية

شعبة علوم التربية

عت رقم .....

مستغانم: في 02/03/2022

الى السيد: مدير المركز النفسي اليداغوجي للاطفال  
المعوقين ذهبا بمرغران مستغانم

الموضوع: طلب تسهيل مهمة

نحن رئيس شعبة علوم التربية، نتقدم الى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة طالبة الماستر علوم التربية، للقيام بالبحث الميداني المرتبط بمذكرة التخرج المعنونة بـ: استراتيجيات تسهيل تعلم الاطفال المعوقين ذهبا بمرغران مستغانم ب(المكان) مركز بمرغران اليداغوجي للاطفال المعوقين ذهبا من 02/03/2022 الى 02/03/2022

الأسناد المؤطر:

الطالب (ة):

1- هسوارى كوشش

تقبلوا سيدي فائق الاحترام والتقدير

رئيس شعبة علوم التربية

