

نوقشت رسالة الطالبة نور سمير عبد الله

بـعنوان :

رتب هوية الأنا وعلاقتها باستراتيجيات التنظيم الانفعالي في مرحلة
المراهقة المتأخرة - حالة دراسية : طلبة جامعة دمشق.

وأجيزت يوم الأحد الواقع في ٢٠٢٥/٨/١٠ من قبل السادة أعضاء لجنة الحكم
التالية أسماؤهم:

الاسم	الصفة	التوقيع
د. بشرى علي	عضواً مشرفاً	
د. بسماء آدم	عضواً	
د. سناء مسعود	عضواً	

تم إجراء التعديلات المطلوبة وأصبحت الرسالة صالحة لمنح درجة الماجستير في
علم النفس النمو. قسم علم النفس.



الجمهورية العربية السورية

جامعة دمشق

كلية التربية

قسم علم النفس

رتب هوية الأنا وعلاقتها باستراتيجيات التنظيم

الانفعالي في مرحلة المراهقة المتأخرة

حالة دراسية: طلبة جامعة دمشق

رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس النمو

إعداد

نور عبد الله

إشراف

الدكتورة: بشرى علي

الأستاذ المساعد في قسم علم النفس

شكر وتقدير

أقدم بجزيل الشكر والامتنان وكل التقدير لأستاذتي الفاضلة الدكتورة **بشرى علي** المشرفة على هذه الرسالة، فكان لكرم صبرها، وحجم تواضعها، وجميل قولها، ودقة ملاحظاتها، وتوجيهاتها القيّمة الدور الكبير في إتمام هذه الرسالة، فلها أبلغ الدعاء، وخالص الثناء، راجية المولى أن يجازيها خير الجزاء، ويكتب صنيعها في موازين حسناتها.

كل الشكر لجميع أساتذتي ودكاترتي الكرام على عطائهم الدائم الذي لا ينضب. كما أقدم بخالص محبتي، وأسمى كلمات الامتنان والعرفان لمن كان السند والداعم لوالديّ الحبيبين.. ولمن كان المشجع الدائم لإخوتي احبائي وفرحتي.

وخالص محبتي للمقربين والأصدقاء، رفاق الدرب، واليد الممدودة دائماً

للمساعدة والعطاء.

الباحثة

فهرس المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
	شكر وتقدير
أ - ت	فهرس المحتويات
ت-ج	فهرس الوسائل الإيضاحية والإجرائية
ح	فهرس الملاحق
خ-د	ملخص البحث في اللغة العربية

رقم الصفحة	الموضوع
12-1	الفصل الأول: الإطار العام للبحث
2	• مقدمة
3	1- مشكلة البحث
6	2- أهمية البحث
6	3- أهداف البحث
7	4- تساؤلات البحث
7	5- فرضيات البحث
8	6- حدود البحث
8	7- مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية
20-13	الفصل الثاني: دراسات سابقة
14	• تمهيد
14	أولاً: الدراسات العربية
17	ثانياً: الدراسات الأجنبية
19	ثالثاً: أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسات السابقة والبحث الحالي
19	رابعاً: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة
49-21	الفصل الثالث: الإطار النظري
31-22	المحور الأول: هوية الأنا

22	• تمهيد
22	1. مفهوم الهوية
23	2. تعريف الهوية
24	3. نظرية تشكل الهوية لجيمس مارسيا
27	4. الاستكشاف والالتزام كعمليتين أساسيتين في تحديد رتب الهوية
28	5. مجالات الهوية
28	6. رتب هوية الأنا بحسب مارسيا
29	7. مفهوم "دورة الحركة" (MAMA Cycle) الذي صاغه مارسيا
30	8. تشكل الهوية في المراهقة المتأخرة
31	9. حاجات الهوية
40 - 32	المحور الثاني: التنظيم الانفعالي
32	1- مفهوم الانفعالات والتنظيم الانفعالي
33	2- تعريف استراتيجيات التنظيم الانفعالي
34	3- أهمية التنظيم الانفعالي
35	4- نظرية تنظيم الانفعال
36	5- استراتيجيات التنظيم الانفعالي بحسب جارنفسكي
38	6- الآليات العصبية وتطوير الأنظمة العصبية الداعمة لتنظيم الانفعالات
39	7- أهمية فهم الأسس المعرفية العصبية للتنظيم الانفعالي في مرحلة المراهقة
39	8- التنظيم الانفعالي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي في المراهقة
49 - 41	المحور الثالث: المراهقة المتأخرة
41	1. معنى المراهقة
41	2. المراهقة ومراحلها
43	3. الخصائص النفسية للمراهقة المتأخرة
46	4. أهمية المراهقة المتأخرة في تشكيل الهوية وتنظيم الانفعالات
48	5. الفرق بين المراهقة المبكرة والمتأخرة في بناء الهوية
68 - 50	الفصل الرابع: إجراءات البحث الميدانية
51	• تمهيد
51	1- منهج البحث
51	2- مجتمع البحث
52	3- عينة البحث
53	4- متغيرات البحث
54	5- أدوات البحث
67	6- الاساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

109 - 69	الفصل الرابع: نتائج البحث
84 - 70	أولاً: عرض نتائج تساؤلات البحث ومناقشتها:
70	* تمهيد:
70	(1) السؤال الأول
74	(2) السؤال الثاني
78	(3) السؤال الثالث
82	(4) السؤال الرابع
105 - 85	ثانياً: عرض نتائج فرضيات البحث ومناقشتها:
85	(1) التحقق من صحة الفرضية الأولى
87	(2) التحقق من صحة الفرضية الثانية
90	(3) التحقق من صحة الفرضية الثالثة
92	(4) التحقق من صحة الفرضية الرابعة
95	(5) التحقق من صحة الفرضية الخامسة
98	(6) التحقق من صحة الفرضية السادسة
100	(7) التحقق من صحة الفرضية السابعة
103	(8) التحقق من صحة الفرضية الثامنة
106	* خاتمة
109	ثالثاً: مقترحات البحث
121 - 110	قائمة المراجع
131 - 122	قائمة الملاحق
I - II	ملخص البحث باللغة الانكليزية

فهرس الوسائل الإيضاحية والإجرائية في البحث

أولاً: فهرس الجداول		
رقم الصفحة	موضوع الجدول	رقم الجدول
51	توزع أفراد المجتمع الأصلي على الكليات التي تم سحب العينة منها	1
52	توزع أفراد العينة السيكمترية تبعاً لمتغيري الجنس والعمر	2
52	توزع أفراد العينة الأساسية تبعاً لمتغيري الجنس والعمر	3

56	توزع بنود مقياس رتب هوية الأنا على الأبعاد الفرعية	4
57	توزيع بنود مقياس رتب هوية الأنا حسب الرتبة	5
57	توزع الدرجات في بدائل الإجابة على مقياس رتب هوية الأنا	6
58	بنود مقياس هوية الأنا قبل وبعد التعديل	7
59	الصدق التمييزي لمقياس هوية الأنا	8
60	الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس رتب الهوية	9
61	معاملات الثبات لمقياس رتب الهوية	10
63	توزع بنود مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي على الأبعاد الفرعية	11
63	العبارات الإيجابية والسلبية في مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	12
63	توزع الدرجات في بدائل الإجابة على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	13
64	بنود مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي قبل وبعد التعديل	14
65	الصدق التمييزي لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	15
66	الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	16
67	معاملات الثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	17
70	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على محور هوية الأنا الأيديولوجية	18
71	توزع الدرجات والمستويات المعيارية المقابلة لها على محور رتب هوية الأنا الأيديولوجية	19
71	التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد العينة على المستويات لمحور رتب الهوية الأيديولوجية	20
74	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس رتب هوية الأنا الاجتماعية	21
75	توزع الدرجات والمستويات المعيارية المقابلة لها على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية	22
75	التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد العينة على المستويات لمحور رتب الهوية الاجتماعية	23
78	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	24
79	توزع الدرجات والمستويات المعيارية المقابلة لها على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	25
79	التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد العينة على المستويات لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	26
82	نموذج العلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي	27

83	تحليل التباين ANOVA للعلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس رتب هوية الأنا ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	28
83	المعاملات المعيارية وغير المعيارية	29
86	نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الأيديولوجية ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	30
87	نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي	31
90	نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الأيديولوجية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير الجنس	32
92	نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الاجتماعية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير الجنس	33
96	نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الأيديولوجية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير العمر	34
98	نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الاجتماعية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير العمر	35
101	نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير الجنس	36
104	نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير العمر	37

فهرس الأشكال

رقم الصفحة	موضوع الشكل	رقم الشكل
53	توزع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير الجنس	1
53	توزع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير العمر	2
92	المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الأيديولوجية تبعاً لمتغير الجنس	3
94	المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس	4
97	المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الأيديولوجية تبعاً لمتغير العمر	5
99	المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر.	6
102	المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس.	7

105	المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير العمر.	8
-----	--	---

فهرس الملاحق

رقم الصفحة	موضوع الملحق	رقم الملحق
122	مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بشكله الأولي	1
124	مقياس رتب هوية الأنا بشكله الأولي	2
127	مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بشكله النهائي	3
128	مقياس رتب هوية الأنا بشكله النهائي	4
130	قائمة المحكمين	5
131	أسئلة الدراسة الاستطلاعية	6

ملخص البحث

هدف البحث الحالي التعرف إلى أكثر رتب هوية الأنا (الأيديولوجية والاجتماعية) انتشاراً، وأكثر استراتيجيات التنظيم الانفعالي انتشاراً لدى أفراد عينة البحث، والكشف عن طبيعة العلاقة بينهما، وقياس الفرق بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس رتب هوية الأنا، ومقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغيرات: ((العمر والجنس)) والتنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من رتب هوية الأنا.

اتبع البحث المنهج الوصفي، واستخدم مقياس رتب هوية الأنا، ومقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي من إعداد الباحثة، وتكونت العينة من (530) طالباً وطالبة من طلبة جامعة دمشق من العام 2024/2023 وقد توصل البحث إلى عدد من النتائج، وهي:

- كانت أكثر رتب هوية الأنا الأيديولوجية انتشاراً هي (تعليق، ثم تحقيق، ثم تشتت، ثم انغلاق الهوية)، وأكثر رتب هوية الأنا الاجتماعية انتشاراً هي (تحقيق، ثم تعليق، ثم تشتت، ثم انغلاق الهوية)، وأكثر استراتيجيات التنظيم الانفعالي انتشاراً هي (إعادة التركيز الإيجابي، الكبت، الاجترار، وإعادة التقييم)، ويمكن التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من رتب هوية الأنا.

- وجود علاقة ارتباطية طردية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس رتب هوية الأنا والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية لمقياس رتب هوية الأنا، والأبعاد الفرعية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

- أشارت النتائج على مقياس رتب هوية الأنا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتبتي (تحقيق، تشتت) والدرجة الكلية على محوري رتب هوية الأنا الأيديولوجية والاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس، بينما وجد فروق في رتبتي (تعليق، انغلاق) حيث كانت الفروق لصالح الذكور في التعليق ولصالح الإناث في الانغلاق، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في رتب

(تحقيق، تعليق، وانغلاق الهوية) على محور رتب هوية الأنا الأيديولوجية تبعاً لمتغير العمر، ووجود فروق في رتبة (تشنت الهوية) والدرجة الكلية تبعاً لمتغير العمر ولصالح (18-19)، وإلى عدم وجود فروق في رتبتي (تحقيق وتعليق الهوية) على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر، ووجود فروق في رتبتي (تشنت وانغلاق الهوية) والدرجة الكلية تبعاً لمتغير العمر ولصالح (18-19).

- بيّنت النتائج عدم وجود فروق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجيات (إعادة التركيز الإيجابي، الاجترار، والكبت) تبعاً لمتغير الجنس، وعدم وجود فروق في استراتيجيات (إعادة التقييم، إعادة التركيز الإيجابي، والكبت) تبعاً لمتغير العمر، بينما توجد فروق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجية (إعادة التقييم) والدرجة الكلية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، وفروق في استراتيجية (الاجترار) والدرجة الكلية تبعاً لمتغير العمر ولصالح (18-19).

الكلمات المفتاحية: رتب هوية الأنا، استراتيجيات التنظيم الانفعالي، المراهقة المتأخرة، طلبة جامعة دمشق.

12 -1	الفصل الأول: الإطار العام للبحث
2	• مقدمة
3	1 - مشكلة البحث
6	2 - أهمية البحث
6	3 - أهداف البحث
7	4 - تساؤلات البحث
7	5 -فرضيات البحث
8	6 - حدود البحث
8	7-مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

• مقدمة:

يمثل مفهوم الهوية مفهوماً مشتركاً بين قطاعات معرفية متعددة، حيث يتجلى في السياقات الحياتية اليومية بصورة مبسطة، بينما يحظى بتحليل معمق ضمن فروع علم النفس، والفلسفة، والعلوم السياسية، والأنثروبولوجيا، مؤكداً بذلك انتشاره العميق في النسيج السيكولوجي والاجتماعي للفرد.

يفترض إريكسون أن الأفراد يمرون "بأزمة" تبدأ من مرحلة المراهقة وتستمر إلى مرحلة الرشد، وهي عملية استكشاف الأفراد لمشاعرهم وماهيتهم ونواتهم بما فيها من القيم والمعتقدات والسلوكيات، وعادة وما تكون هذه العملية النفسية لاستكشاف الذات مصحوبة بعدم الاتزان الانفعالي، وتتطوي على تقييم البدائل الممكنة لشعورهم الحالي بالذات؛ حيث يشير إريكسون إلى أنه نتيجة لاستكشاف الذات وتقديم البدائل يتم دمج قيم ومعتقدات وأهداف جديدة في الفهم الجديد، ويصبح الأفراد ملتزمين بهذا الفهم الجديد للذات (Berzonsky & Kuk, 2005).

تتبلور الهوية خلال مرحلة المراهقة المتأخرة، حيث تنطلق عملية التكوين مع انبثاق أزمة الهوية، التي يسعى المراهق من خلالها إلى استكشاف بدائل متنوعة على صعيد المبادئ والمعتقدات والأهداف والأدوار الاجتماعية، وصولاً إلى تجاوز الأزمة في نهاية المراهقة المتأخرة وتحقيق هوية متكاملة، يتحقق ذلك عبر انتهاء الصراع الداخلي، واختيار وتبني الأدوار والمبادئ والقيم والمعتقدات التي تتوافق مع ذاته ويلتزم بها، في المقابل قد يفشل المراهق في عملية استكشاف هذه البدائل والالتزام بها، مما يؤدي إلى الإخفاق في تحقيق الهوية، أما الهوية المؤجلة فيكون الفرد منخرطاً في عملية اختيار وتجريب خيارات وبدائل من فهمه لهويته دون الوصول إلى قرار نهائي (Luyekx et al, 2013).

جدير بالذكر أن ظهور أزمة الهوية ليس بالضرورة مصحوباً باضطراب وقلق، ففي بعض المجتمعات ذات البنية الاجتماعية الضيقة والمغلقة، قد ينتقل المراهق عبر هذه المرحلة بسلاسة، ملتزماً بالأدوار المجتمعية المتوقعة،

واستناداً إلى حضور أو غياب أزمة هوية الأنا ومستوى الالتزام الناتج، يتم تحديد أربعة أنماط أساسية لهوية الأنا وهي: تحقيق الهوية، وتعليق الهوية، وانغلاق الهوية، وتشتت الهوية.

من منظور آخر لا تقتصر مرحلة المراهقة المتأخرة على نمو الأنا وتكوين الهوية فحسب، بل تتميز أيضاً بنمو انفعالي ذي صدى عميق في مختلف الحالات الوجدانية التي يختبرها الفرد، كالحب والكره، والحزن والفرح، والغضب والقلق، والغيرة والنفورة، ويعد تنظيم الانفعالات، أي التحكم بها وإدارتها، عاملاً محورياً في اجتياز هذه المرحلة النمائية الانتقالية بمستوى أمثل من الصحة النفسية، والتنظيم الانفعالي عملية تحدث داخل الشخص تتضمن تنظيم المشاعر الإيجابية والسلبية، وتشير إلى العمليات الموجهة نحو الهدف، يحاول الأفراد من خلالها استحضار وإثارة الحالات الانفعالية أو تغييرها أو الحفاظ عليها (Gross, 2015; Niven, 2017).

وتتضمن عملية التنظيم الانفعالي جملة من الاستراتيجيات، من بينها إعادة التقييم المعرفي، وإعادة التركيز الإيجابي، والاجترار، والكبت وغيرها من الآليات التي يستحسن اكتسابها لتجاوز هذه الفترة، التي تعد من منظور نمائي نافذة حرجية لتعلم استراتيجيات جديدة لتنظيم الانفعالات.

وبالنظر إلى التداخل بين عملية تشكل الهوية وضرورة تنظيم الانفعالات خلال مرحلة المراهقة المتأخرة، تسعى الباحثة إلى دراسة طبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين.

1- مشكلة البحث:

يواجه الشباب في المجتمع السوري ولا سيما شريحة طلاب الجامعات تحديات جمة على مستويات متعددة تشمل الجوانب الشخصية والأسرية والاجتماعية، وتتجلى في مختلف مناحي حياتهم الأكاديمية والمهنية نتيجة

للأوضاع والظروف الاستثنائية الضاغطة التي يمر بها المجتمع السوري، بالإضافة إلى الطبيعة النمائية لهذه المرحلة العمرية التي تتسم بالتحولات الانتقالية وتشكل الهوية.

ونتيجة لهذه التحديات والأحداث الضاغطة بات تحقيق الظروف الدراسية الملائمة، وتأمين المستقبل المهني الغامض وتكوين أسرة، من التطلعات الصعبة المنال لدى الطلاب، كما قيدت هذه الظروف قدرتهم على استكشاف البدائل المتاحة في مجالات العمل والدراسة والعلاقات الاجتماعية وأنماط الحياة، ما أثر سلباً على عملية تحقيق الهوية لديهم وبالتالي تقديرهم لذاتهم وزاد من اغترابهم النفسي، حيث أكدت دراسة حميدات (2022) عن العلاقة بين الهوية النفسية وتقدير الذات والاغتراب النفسي؛ وجود علاقة طردية موجبة بين تحقيق وتعليق الهوية النفسية وتقدير الذات، وعلاقة سالبة بين تحقيق وتعليق الهوية والاغتراب النفسي، ووفقاً لمارشيا (Marcia) فإن الهوية هي تنظيم ديناميكي لرغبات الفرد وقدراته (Atak, 2023, 62).

فلا بد أن تتأثر هوية الفرد سلباً إن كبحت رغباته وقيدت قدراته، وبالنظر إلى حجم الضغوط النفسية الناجمة عن هذه الظروف القاهرة، تبرز أهمية عملية التنظيم الانفعالي كآلية أساسية لمواجهة الضغوط والتحكم في الاستجابات الانفعالية لدى الطلاب، وبالتالي الوصول إلى مستوى مقبول من الصحة النفسية. ففي دراسة أجراها هاوو وآخرون (Hu et al, 2014) حول التنظيم الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية، تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين استراتيجية إعادة التقييم المعرفي ومؤشرات الصحة النفسية الإيجابية، وعلاقة ارتباطية سالبة بين استراتيجية الكبت وهذه المؤشرات.

إضافة إلى ذلك ينعكس التنظيم الانفعالي إيجاباً على الأداء الأكاديمي للطلاب، وهو ما أشارت إليه دراسة الحارثي (2021) حول العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفي والصمود الأكاديمي لدى طالبات جامعة الطائف حيث كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين كل من الاستراتيجيات الإيجابية والسلبية لتنظيم الانفعال المعرفي ومستويات الصمود الأكاديمي.

وفي هذا الاتجاه أكد (عليوة، 2018) أن تنظيم الانفعالات يساعد الفرد على الاستجابة بمرونة في المواقف الضاغطة، مما يؤدي إلى إحداث حالة من التوافق النفسي وتعديل نظرة الفرد إلى الحياة وجعلها أكثر إيجابية، مما يساعد على تجاوز النكبات، وأيضاً أكد (الشهري، 2020) أن عملية تنظيم الانفعالات مهمة جداً للصحة النفسية والسعادة.

انطلاقاً مما سبق وبالنظر إلى محدودية الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين رتب الهوية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي (في حدود علم الباحثة)، نشأت لدى الباحثة الرغبة في استقصاء طبيعة العلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلاب الجامعة في مرحلة المراهقة المتأخرة، وللتحقق من الشعور بالمشكلة البحثية، أجريت دراسة استطلاعية على عينة مكونة من (20) طالباً وطالبة من جامعة دمشق تتراوح أعمارهم بين 18 و 21 عاماً، بهدف التعرف على إنجاز وتحقيق الهوية أو تشتتها، وكذلك مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي لديهم في ظل الظروف السائدة، من خلال توجيه مجموعة من الأسئلة الموجهة، وقد أشارت النتائج الأولية للدراسة الاستطلاعية إلى أن نسبة الطلاب المحققين للهوية بلغت 25%، والمعلقين للهوية 30%، والمنغلقين للهوية 30%، والمشتتين للهوية 15%، كما تبين أن نسبة استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابية في الدراسة (إعادة التقييم وإعادة التركيز الإيجابي) كانت 40% و 50% على التوالي، بينما بلغت نسبة انتشار استراتيجيات التنظيم الانفعالي السلبية (الاجترار والكبت) 30% و 60% على التوالي.

استناداً إلى ما تقدم، وإضافة إلى قلة الدراسات العربية التي تناولت هذه المتغيرات مجتمعة لدى طلاب الجامعات (في حدود علم الباحثة)، تتحدد مشكلة البحث الحالي في التساؤل الآتي:

ما طبيعة العلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي في مرحلة المراهقة المتأخرة؟

2- أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث من خلال الجوانب الآتية:

- قد تسهم نتائج البحث في تقديم فهم أعمق للعلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وهذا الفهم يساعد المختصين بالصحة النفسية والمؤسسات التعليمية على تطوير برامج ومبادرات فعالة تهدف إلى دعم الصحة النفسية للطلاب، وتعزيز قدرتهم على التكيف الأكاديمي والاجتماعي، وبناء هويتهم بشكل إيجابي.

- قد تقدم نتائج البحث معلومات قيمة حول درجة النضج الانفعالي لدى المراهقين من حيث تنظيم الانفعالات وحول مستوى تحقيقهم لهويتهم، مما يعطي مؤشراً على درجة استقرارهم النفسي والاجتماعي؛ الأمر الذي يساعد المختصين في تطوير المناهج كدمج التعلم العاطفي والاجتماعي (SEL) أو كتحسين بيئة التعلم.

- قد تقدم نتائج البحث معلومات قيمة تفيد في تنظيم ندوات وبرامج توعوية موجهة للأسرة بهدف مساعدة الأسر على فهم التحديات التي يواجهها أبنائها في هذه المرحلة النمائية والأكاديمية من حياتهم، وبالتالي مساعدتها على تقديم الدعم المناسب لأبنائها لتطوير هويتهم وإدارة مشاعرهم بشكل صحيح.

3- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى معرفة:

- (1) طبيعة توزيع رتب الهوية بمجالها (الأيدولوجية / الاجتماعية) لدى أفراد عينة البحث.
- (2) مستوى استراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكثر شيوعاً لدى أفراد عينة البحث.
- (3) العلاقة بين رتب هوية الأنا (الأيدولوجية والاجتماعية) واستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث.

- (4) الفروق في رتب هوية الأنا (الأيدولوجية والاجتماعية) واستراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس لدى أفراد عينة البحث.

5) الفروق في رتب هوية الأنا (الأيديولوجية والاجتماعية) واستراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير العمر (18-19) و (20-21) لدى أفراد عينة البحث.

6) إمكانية التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من رتب هوية الأنا.

4- تساؤلات البحث:

1- ما رتب هوية الأنا الأيديولوجية: (إنجاز، تعليق، انغلاق، وتشتت الهوية) لدى أفراد عينة البحث؟

2- ما رتب هوية الأنا الاجتماعية: (إنجاز، تعليق، انغلاق، وتشتت الهوية) لدى أفراد عينة البحث؟

3- ما استراتيجيات التنظيم الانفعالي السائدة لدى أفراد عينة البحث؟

4- هل يمكن التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من خلال رتب هوية الأنا؟

5- فرضيات البحث:

تمت دراسة الفرضيات عند مستوى دلالة (0.05):

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات رتب هوية الأنا (الأيديولوجية) ودرجات استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث.

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات رتب هوية الأنا (الاجتماعية) ودرجات استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب هوية الأنا (الأيديولوجية والاجتماعية) تعزى لمتغير الجنس.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب هوية الأنا (الأيديولوجية والاجتماعية) تعزى لمتغير العمر.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجيات التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير الجنس.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجيات التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير العمر.

6- حدود البحث:

- الحدود البشرية: طبقت أدوات الدراسة على عينة من طلبة جامعة دمشق.
- الحدود الزمانية: استغرق تطبيق المقياسين من 2024/3/31 حتى 2024/6/10 في الفصل الدراسي الثاني للعام 2023/2024.
- الحدود المكانية: طبقت أدوات الدراسة في عدد من كليات جامعة دمشق (التربية - الحقوق - الاقتصاد - الهندسة المدنية).
- الحدود العلمية: وتتمثل في دراسة طبيعة العلاقة الارتباطية بين رتب هوية الأنا (الأيدولوجية والاجتماعية) واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، والأدوات المستخدمة في قياسهم.

7- مصطلحات البحث:

- رتب هوية الأنا (Arrange the identity of the ego):

"يعرفها عبد الرحمن بأنها ما يحققه الفرد من نجاح أو فشل في حل أزمة الهوية، يتجه إلى أحد قطبي الأزمة، فإما أن يتجه إلى الجانب الإيجابي منها فتتضح هويته، ويعرف نفسه بوضوح ودوره في المجتمع، وهو ما يعرف بإنجاز الهوية، وإما أن يتجه إلى الجانب السلبي منها، ويظل يعاني من عدم وضوح هويته، وعدم معرفته لنفسه في الوقت الحاضر، وماذا سيكون في المستقبل، وهو ما يعرف بتشتت أو تمييع الهوية" (عبد الرحمن، 1998، 15). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس رتب الهوية المعد لهذه الدراسة.

- هوية الأنا الأيديولوجية (Ideological Ego-Identity):

وهي هوية الأنا الخاصة بالفرد التي تشمل اتجاهاته الدينية، والسياسية، والمهنية، وفلسفته في الحياة. (عبد الرحمن، 1998، 24). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد رتب هوية الأنا الأيديولوجية لمقياس رتب الهوية.

- هوية الأنا الاجتماعية (Interpersonal Ego-Identity):

وهي هوية العلاقات؛ أي علاقة الشخص بالآخرين، وتتضمن أربعة جوانب رئيسية هي: الصداقة، الاتجاه نحو الدور الجنسي، العلاقة مع الجنس الآخر، وهوايات الشخص وأسلوب استمتاعه بالوقت (عبد الرحمن، 1998، 24). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد رتب هوية الأنا الاجتماعية لمقياس رتب الهوية.

- تحقيق هوية الأنا (Ego-Identity Achievement):

في رتبة تحقيق الهوية يمر المراهقون في فترة أزمة؛ والتي تشير إلى فترة مشاركة المراهق في الاختيار من بين البدائل ذات مغزى بالنسبة للمراهق؛ ثم يلتزمون بعد أن يتخذوا قراراً بشروطهم الخاصة، وبعد إعادة تقييم معتقداتهم السابقة والتوصل إلى قرار يتركهم أحرار في التصرف بشكل عام (Marcia, 1966, 551). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد رتبة تحقيق الهوية لمقياس رتب الهوية.

- تعليق هوية الأنا (Ego-Identity Moratorium):

في رتبة تعليق الهوية يمر المراهقون بالأزمة ويخبروها بالفعل، ولكنهم قد يؤجلون السعي لتحقيق الهوية، ويعاني المراهقون في رتبة تعليق الهوية من نزاع قوي جداً بين رغباتهم الشخصية وتطلعات القائمين على السلطة والتي مازالت مهمة بالنسبة لهم من ناحية، ومطالب المجتمع الذي يعيشون فيه من ناحية أخرى

(Marcia, 1966, 552). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد رتبة تعليق

الهوية لمقياس رتب الهوية.

- انغلاق هوية الأنا (Ego-Identity Foreclosure):

المراهقون في رتبة انغلاق الهوية يلتزمون بما يحدده الآخرون لهم وخاصة ما يحدده من يملكون السلطة عليهم، وينقص منغلقتا الهوية القدرة على مواجهة المواقف ويشعرون بالتهديد إذا واجهوا مواقف تحدث لهم لأول مرة (Marcia, 1966, 239). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد رتبة انغلاق الهوية لمقياس رتب الهوية.

- تششت هوية الأنا (Ego-Identity Diffusion):

في رتبة تششت الهوية لم يوجد اتجاه محدد ولم يوجد التزام واضح، فتشتت الهوية هي أقل الرتب نمواً، والمراهق في رتبة تششت الهوية عادة ما يتصف بالتقدير المنخفض لذاته، وكذلك بالعلاقات الشخصية السطحية مع الأشخاص الآخرين، والأفراد في هذه الرتبة لا يشعرون بحاجتهم إلى تكوين فلسفة أو أدوار محددة في حياتهم مع عدم الالتزام بما يواجههم من أدوار جاءت بمحض الصدفة وبدون تخطيط مسبق لها (Marcia, 1980, 111). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد رتبة تششت الهوية لمقياس رتب الهوية.

- استراتيجيات التنظيم الانفعالي (Emotion regulation Strategies):

تشتمل على مدى واسع من الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية والنفسية الشعورية واللاشعورية التي تستخدم من قبل الفرد في تقليل أو الاحتفاظ أو زيادة مكون واحد أو أكثر من مكونات الاستجابة الانفعالية، وتشمل المشاعر والسلوكيات والاستجابات الجسمية المترتبة على الانفعال (Gross, 2002, 214). وتعد استراتيجيات التنظيم الانفعالي هي الأساليب التي يستخدمها المراهق في تنظيم وإدارة الانفعالات السلبية

والإيجابية، ومواجهة المواقف الضاغطة في الحياة اليومية، وتقاس إجرائياً من خلال الدرجة التي يحصل عليها المراهقين على مقياس التنظيم الانفعالي المستخدم في هذا البحث، ويتضمن الأبعاد الآتية:

- إعادة التقييم (Reappraisal):

هي توليد تفسيرات إيجابية تعطي الموقف السلبي معنى إيجابي للنمو الشخصي. (Garnefski & Kraaij, 2007, 144). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد استراتيجية إعادة التقييم لمقياس التنظيم الانفعالي.

- إعادة التركيز الإيجابي (Positive Refocusing):

تعتبر شكل من أشكال فك الارتباط العقلي والتي تهدف إلى التقليل من التفكير بالحدث الفعلي للتقليل من الانفعالات السلبية ويمكن اعتبارها استجابة مفيدة على المدى القصير، إلا أنها على المدى البعيد قد تعوق من مسألة التكيف. (Garnefski et al., 2001, 1315). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد استراتيجية إعادة التركيز الإيجابي لمقياس التنظيم الانفعالي.

- الاجترار (Ruminating):

هو تكرار التفكير في المشاعر والأفكار المرتبطة بالحدث السلبي والأسباب والتبعات المتعلقة به (Garnefski & Kraaij, 2007, 144). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بعد استراتيجية الاجترار لمقياس التنظيم الانفعالي.

- الكبت (Suprision):

وتعد استراتيجية الكبت من الاستراتيجيات غير التكيفية، لكونها تمثل عاملاً خطراً في علم النفس المرضي، وتشير إلى تثبيط السلوك المعبر عنه انفعالياً، والكبت نوعان: إما كبت الأفكار أو كبت الانفعال ()

Garnefski & Kraaij, 2001, 1316). وتعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على

بعد استراتيجية الكبت لمقياس التنظيم الانفعالي.

- المراهقة المتأخرة (Late Adolescence):

في هذه المرحلة، قد يظهر المراهقون اهتماماً وتعاطفاً مع الآخرين، وقد يطورون شعوراً بالاستقلالية عن

آبائهم أو أقرانهم، مع أن العلاقات غالباً ما تظل جزءاً أساسياً من حياتهم، وتصبح تربيتهم وتقاليدهم الثقافية

قيماً راسخة مع بلوغهم الرشد <https://www.betterhelp.com>.

20 -13	الفصل الثاني: دراسات السابقة
14	• تمهيد
14	أولاً: الدراسات العربية
17	ثانياً: الدراسات الأجنبية
19	ثالثاً: أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسات السابقة والبحث الحالي
19	رابعاً: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة

الفصل الثاني

دراسات السابقة

• تمهيد:

قدمت الباحثة عرضاً لعدد من الدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات الصلة بموضوع البحث ضمن الفصل الحالي، وقد قسمت الباحثة هذه الدراسات إلى محورين الأول يتناول الدراسات العربية، والثاني يتناول الدراسات الأجنبية، وعُرضت هذه الدراسات بحسب التسلسل الزمني من الأقدم إلى الأحدث، ثم عُقب عليها من حيث أوجه الاتفاق والاختلاف وأوجه الاستفادة مما عرض من دراسات وذلك كالآتي:

أولاً: الدراسات العربية:

1- دراسة (العنزي، 2020) في المملكة العربية السعودية بعنوان: "تشكيل هوية الأنا وعلاقتها

بالمسؤولية الاجتماعية لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية في المملكة العربية السعودية".

هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين تشكيل هوية الأنا والمسؤولية الاجتماعية لعينة من طلاب جامعة الحدود الشمالية في المملكة العربية السعودية، تكونت عينة الدراسة من (672) طالباً وطالبة، واستخدم المقياس الموضوعي لدرجة هوية الأنا ومقياس المسؤولية الاجتماعية، وأشارت النتائج إلى:

- يوجد ارتباط دال بين بعض مستويات الهوية الإيديولوجية والهوية الاجتماعية والدرجة الكلية من ناحية، وبعض أبعاد المسؤولية الاجتماعية والدرجة الكلية من ناحية أخرى.
- وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعض مستويات الهوية الإيديولوجية والهوية الاجتماعية والدرجة الكلية للهوية والتي شملت تحقيق الهوية، وانغلاق الهوية لصالح الذكور، وتعليق الهوية لصالح الإناث.

2- دراسة (الشمري وكامل، 2020) في العراق بعنوان: " أنماط الهوية لدى طلبة الجامعة

هدف البحث التعرف إلى أنماط الهوية لدى طلبة الجامعة والفروق ذات الدلالة الإحصائية تبعاً لمتغيري (الجنس، التخصص) استخدم المنهج الوصفي والدراسة المقارنة، بلغت العينة (370) طالباً، واستخدم مقياس أنماط الهوية (العارضة، 2016)، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط الهوية لدى أفراد العينة وفقاً لمتغير الجنس، حيث إن مستوى نمط الهوية المحققة ومستوى نمط الهوية المغلقة كانا أعلى لدى الذكور منه للإناث، أما مستوى الهوية المضطربة والمعلقة كان أعلى لدى الإناث منه لدى الذكور.

3- دراسة (الطنطاوي، 2021) في فلسطين بعنوان: " العلاقة بين هوية الأنا والتعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعات النظامية في محافظة الخليل".

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين هوية الأنا والتعاطف الذاتي لدى عينة من طلبة الجامعات النظامية في محافظة الخليل، تكونت العينة من (346) طالباً وطالبة واستخدم في الدراسة المقياس الموضوعي لرتب هوية الأنا من إعداد آدمز والمقنن بصورته العربية الفلسطينية من إعداد (الجندي والبيدي، 2011) ومقياس التعاطف الذاتي لنيف المقنن بصورته العربية الفلسطينية من إعداد (الجندي والطنطاوي، 2021) واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة بين تعليق وتحقيق الهوية (الأيديولوجية والاجتماعية) وبين أبعاد التعاطف الذاتي ودرجته الكلية، أعلى نسبة كانت لصالح تشتت الهوية ثم انغلاق الهوية ثم تعليق الهوية وأخيراً تحقيق الهوية، ووجود فرق في تحقيق الهوية الأيديولوجية والاجتماعية ولصالح الذكور، وانغلاق الهوية الأيديولوجية والاجتماعية ولصالح الإناث، تعزى المتغير الجنس

4- دراسة (حميدات، 2022) في فلسطين بعنوان: " الهوية النفسية وعلاقتها بتقدير الذات والاغتراب النفسي لدى عينة من طلاب الجامعات الفلسطينية في المخيمات الفلسطينية".

هدفت الدراسة التعرف إلى الهوية النفسية وعلاقتها بتقدير الذات والاغتراب النفسي لدى عينة من طلاب الجامعات الفلسطينية في المخيمات الفلسطينية، وقد استخدم المنهج الوصفي، واستخدم مقياس الهوية النفسية ومقياس تقدير الذات ومقياس الاغتراب النفسي، وتكونت العينة من (281) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج:

وجود علاقة طردية موجبة بين تحقيق وتعليق الهوية النفسية وتقدير الذات، وجود علاقة عكسية سالبة بين تحقيق وتعليق الهوية النفسية والاعتراب النفسي، مستوى الهوية النفسية لدى عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية في المخيمات الفلسطينية كانت متوسطة، وجود فروق في متوسط درجات الهوية النفسية لدى عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية في المخيمات الفلسطينية تعزى لمتغير الجنس وقد كانت الفروق لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في متوسط درجات الهوية النفسية لدى عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية في المخيمات الفلسطينية تعزى لمتغير العمر.

5- دراسة (العدارية ومطر، 2022) في الأردن بعنوان: " حالات الهوية لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء بعض المتغيرات ".

هدفت الدراسة إلى استكشاف حالات الهوية لدى طلبة البكالوريوس في الجامعة الأردنية، تكونت العينة من (838) طالباً وطالبة، واستخدم مقياس آدمز وبينون، وأظهرت النتائج أن نسبة الهوية المغلقة هي الأعلى، ثم جاءت بعدها المحققة، ثم المؤجلة، بينما كانت أدنى نسبة المشتتة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس

6- دراسة (اللمسي، 2022) في مصر بعنوان: " الإسهام النسبي لكل من التفكير الإيجابي ومنظور زمن المستقبل في التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلاب جامعة دمنهور ".

هدفت الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين كل من التفكير الإيجابي ومنظور من المستقبل واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وكذلك إمكانية التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي في ضوء كل من التفكير الإيجابي ومنظور زمن المستقبل لدى طلاب الجامعة، بلغت عينة الدراسة (80) طالباً وطالبة، واستخدم مقياس التفكير الإيجابي من إعداد الباحثة، ومقياس منظور زمن المستقبل، واستبانة استراتيجيات التنظيم الانفعالي إعداد (Garnefski & Kraaij, 2007) ترجمة الباحثة، وأظهرت النتائج: وجود علاقة بين التفكير الإيجابي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي.

7- دراسة (بوعود، 2022) في الجزائر بعنوان: " هوية الأنا وعلاقتها بالتفكير الإيجابي والأمل عند طلبة جامعة سطيف 2 " .

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين هوية الأنا وكل من التفكير الإيجابي والأمل عند عينة من طلبة جامعة سطيف 2، تكونت العينة من (217) طالباً وطالبة، استخدم مقياس هوية الأنا لآدمز وبيزيون ترجمة محمد السيد عبد الرحمن (1998) ومقياس التفكير الإيجابي من إعداد عبد الستار إبراهيم (2010) ومقياس سنايدر للأمل ترجمة بشير معمري (2011) وأظهرت النتائج تمتع طلبة جامعة سطيف بمستوى متوسط من هوية الأنا، وهناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين هوية الأنا والتفكير الإيجابي والأمل عند طلبة جامعة سطيف.

8- دراسة (الكندري وجاد الرب، 2023) في الكويت بعنوان: " السعة الرقمية للذاكرة العاملة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي الانفعالي " .

هدفت الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين السعة الرقمية للذاكرة العاملة والتنظيم الذاتي الانفعالي، وسعت لمعرفة الفروق بين المشاركين في الذاكرة العاملة الرقمية والتنظيم الذاتي الانفعالي (السليبي، والإيجابي) وفقاً لمتغير العمر، وتكونت العينة من (102) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الكويت، واستخدم مقياس سعة الذاكرة العاملة النسخة الإلكترونية (Digit span) ومقياس التنظيم الذاتي الانفعالي، بالإضافة إلى استبانة المعلومات الديموغرافية، وأظهرت النتائج وجود فروق بين المشاركين في التنظيم الذاتي الانفعالي وفقاً لمتغير العمر.

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

1- دراسة شاه وآخرون (Shah et al, 2022) في ماليزيا بعنوان: " العلاقة بين التنظيم والرفاهية العقلية بين طلاب الجامعات خلال جائحة كوفيد-19 " .

Correlation between emotion regulation and mental well-being among university students during COVID-19.

هدفت الدراسة إلى دراسة كيفية مساهمة التنظيم الانفعالي في الرفاهية العقلية لطلاب الجامعات، خلاصة في ظل الجائحة، وتكونت العينة من (478) طالباً وطالبة، واستخدم استبيان تنظيم المشاعر (ERQ) ومقياس وارويك-إدنبرة القصير للرفاهية العقلية (SWEMBS)، وأظهرت النتائج أن تنظيم الانفعالات يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة العقلية.

2-دراسة نديم وآخرون (Nadeem et al, 2023) في الباكستان بعنوان: "تنظيم الانفعالات كمؤشر للأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعات".

Emotion regulation as predictor of academic performance in university students.

هدفت الدراسة فحص العلاقة بين تنظيم الانفعالات (استراتيجيتي إعادة التقييم المعرفي، وقمع التعبير) والأداء الأكاديمي لدى طلاب الجامعات، وتكونت العينة من (300) طالب جامعي، استخدم استبيان تنظيم الانفعالات، وكانت النسبة المئوية للعلاقات التي تم الحصول عليها في الفصل الدراسي الأخير بمثابة مقياس للأداء الأكاديمي للمشاركين، وأظهرت النتائج: وجود علاقة طردية إيجابية مهمة بين إعادة التقييم المعرفي والأداء الأكاديمي، بينما يوجد ارتباط سلبي بين القمع التعبيري والأداء الأكاديمي.

3-دراسة كيسكينير وآخرون: (Keskiner et a, 2025) في تركيا بعنوان: "استراتيجيات تنظيم الانفعالات السلوكية وأعراض الضيق النفسي لدى طلاب الجامعات التركية".

Behavioral emotion regulation strategieo and symptoms of psychological distress among turkish university students..

هدفت الدراسة إلى دراسة العلاقة بين استراتيجيات تنظيم الانفعالات السلوكية وأعراض الاكتئاب والقلق والتوتر لدى طلاب الجامعات التركية، تكونت العينة من (633) طالباً وطالبة، استخدم أداة لجمع البيانات وهي عبارة عن نموذج معلومات اجتماعية وديموغرافية، واستبيان تنظيم الانفعالات السلوكية، ومقياس الاكتئاب والقلق والتوتر، وأظهرت النتائج أن طلاب الجامعات الذين يستخدمون استراتيجيات تنظيم الانفعالات السلوكية غير

التكيفية (مثل الانسحاب والتجاهل) يميلون إلى أن يكون لديهم مستويات أعلى من الاكتئاب والقلق والتوتر أي مستويات أعلى من الضيق النفسي، والطلاب الذين يستخدمون استراتيجيات تنظيم الانفعالات السلوكية التكيفية (مثل التشتت) يميلون إلى أن يكون لديهم مستويات أقل من الضيق النفسي.

ثالثاً: أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسات السابقة والبحث الحالي:

- بعد عرض العديد من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث عكبت عليها الباحثة من حيث:
- المتغيرات: تشابه هذا البحث مع الدراسات السابقة في تناوله على الأقل لمتغير من المتغيرين الرئيسيين لهذا البحث.
 - الأهداف: هدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي في مرحلة المراهقة المتأخرة، وتشابه مع الدراسات السابقة التي تعرض على الأقل متغير من المتغيرين الرئيسيين لهذا البحث في محاولة دراسة العلاقة بين هذا المتغير ومتغيرات أخرى.
 - العينة: تشابهت العينة في البحث الحالي مع عينة الدراسات السابقة التي تناولت طلبة الجامعة.
 - الأدوات: اختلفت هذه الدراسة مع بعض الدراسات السابقة التي استخدم فيها مقاييس جاهزة، وتشابهت مع بعضها الآخر التي استخدمت مقاييس من إعداد باحثيها.
 - المنهج: تم الاعتماد في البحث الحالي على المنهج الوصفي، كما اعتمدت الدراسات السابقة على المنهج الوصفي لمناسبتها أهدافها.

رابعاً: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- الاطلاع على مراجع مختلفة ورسائل علمية تناولت متغيرات البحث.
- التعرف إلى منهجية البحث المتبعة في كل دراسة، والاستفادة منها في اختيار المنهجية المناسبة للبحث الحالي.
- صياغة موضوع البحث وأهدافه، والإفادة منها في إثراء الجانب النظري من البحث.

- التعرف إلى أدوات البحث التي استخدمها الباحثون في دراساتهم، وكيفية إعدادها والأساليب الإحصائية المستخدمة في التحقق من خصائصها السيكمترية.
- زيادة المكتسبات المعرفية والمهارات لدى الباحثة في كيفية إعداد أداة البحث، وإكمالها لإخراجها وفقاً للمنهجية العلمية الصحيحة المتعارف عليها بين الباحثين.

الفصل الثالث: الإطار النظري

49 - 41	المحور الثالث: المراقبة المتأخرة	40-32	المحور الثاني: التنظيم الانفعالي	31-22	المحور الأول: هوية الأنا
41	1. معنى المراقبة	32	1. مفهوم الانفعالات والتنظيم الانفعالي	22	• تمهيد
41	2. المراقبة ومراحلها	33	2. تعريف استراتيجيات التنظيم الانفعالي	22	(1) مفهوم الهوية
43	3. الخصائص النفسية للمراقبة المتأخرة	34	3. أهمية تنظيم الانفعال	23	(2) تعريف الهوية
46	4. أهمية المراقبة المتأخرة في تشكيل الهوية وتنظيم الانفعالات	35	4. نظرية تنظيم الانفعال	24	(3) نظرية تشكل الهوية لجيمس مارسيا
48	5. الفرق بين المراقبة المبكرة والمتأخرة في بناء الهوية	36	5. استراتيجيات التنظيم الانفعالي بحسب جارفنكي	27	(4) الاستكشاف والالتزام كعمليتين أساسيتين في تحديد رتب الهوية
		38	6. الآليات العصبية وتطوير الأنظمة العصبية الداعمة لتنظيم الانفعالات	28	(5) مجالات الهوية
		39	7. أهمية فهم الأسس المعرفية العصبية للتنظيم الانفعالي في مرحلة المراقبة	28	(6) رتب هوية الأنا بحسب مارسيا
		39	8. التنظيم الانفعالي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي في المراقبة	29	(7) مفهوم "دورة الحركة" (MAMA Cycle) الذي صاغه مارسيا
				30	(8) تشكل الهوية في المراقبة المتأخرة
				31	(9) حاجات الهوية

الفصل الثالث

الإطار النظري

• تمهيد:

يتناول الفصل الحالي عرض الأدبيات الخاصة بمتغيرات البحث، وانقسم الفصل إلى ثلاثة محاور، تناول المحور الأول الحديث عن مفهوم الهوية ومكوناتها ومجالاتها ورتبها وحاجاتها، بينما المحور الثاني تحدّث عن التنظيم الانفعالي وأهميته ونظرياته واستراتيجياته، أما المحور الثالث فتتضمن الحديث عن المراهقة ومراحلها ونظرياتها ومظاهر النمو ضمنها.

المحور الأول: هوية الأنا:

1-1 مفهوم الهوية:

استخدم أريكسون (Erikson) لأول مرة مصطلح "هوية الأنا" لوصف الاضطراب المركزي لدى بعض قدامى المحاربين العائدين في الحرب العالمية الثانية، الذين كانوا يعانون من فقدان التشابه والاستمرارية في حياتهم (Kroger, 2001, 15)، ويصوّر أريكسون (1963, 1968) الهوية على أنها خامس مرحلة في سلسلة من ثمانية فصول من صراعات الحياة التي يواجهها المرء على طول الطريق منذ الولادة وحتى الوفاة في سن الشيخوخة (Kroger, 2001, 21).

كان أريكسون أول من استخدم مفهوم هوية الأنا، وعلى وجه التحديد زعم أنّ هوية الأنا الفردية تُؤلّد تطوراً صحياً للشخصية، وهي العملية التي رأى أنها تبدأ أثناء فترة المراهقة (Sitrava, 2021, 26)، وقام جيمس مارسيا (1966, 1967) بتوسيع مفهوم هوية الأنا لإريك أريكسون (1968) ليقتراح أربعة أنماط مختلفة نوعياً يتعهّد بها المراهقون المتأخرون بالتزامات نفسية اجتماعية تحدّد الهوية (Kroger, 2000, 145)، وتكمن أهمية نموذج مارسيا في أنّه يمكن أن يُلنقظ الاختلافات الفردية أثناء عملية تكوين الهوية، ولاسيما عدم وجود مسار هوية متميز يناسب جميع المراهقين (Kaddoura Sarouphim, 2019, 1).

بينما عد المفكر الفرنسي "أليكس ميكشيللي" أنّ الهوية منظومة من المعطيات المادية والمعنوية والاجتماعية التي تتطوي على نسق من عمليات التكامل المعرفية، ولكن لا يمكن لمثل هذه المنظومة أن تكون في حيز الوجود ما لم يكن هناك شيء يعطيها وحدتها ومعناها، ويتمثل ذلك في الروح الداخلية التي تتطوي على خاصة الإحساس بالهوية والشعور بها (ميكشيللي، 1993، 129)، وبحسب فروم (Fromm) إن تعريف الذات من خلال بدائل الهوية مثل الجنسية والدين والطبقة الاجتماعية هي الصيغ التي تساعد الرجل والمرأة على تجربة الشعور بالهوية (Fromm, 1956, 63).

1-2) تعريف الهوية:

يعرّف مارسيا (Marcia) الهوية: أنّها بنية داخلية وديناميكية للمهارات والاعتقادات والنقائص السابقة (مليكي، 2017، 32)، ولتعريف هذا المفهوم إجرائياً، اعتمد على منطلق نظري مزدوج، وهو أنّ هوية الأنا تعد حالة افتراضية لبنية تدريجية للشخصية تظهر لأول مرة في المراهقة، وهي شعور ذاتي يمكن تناوله بواسطة الاستبطان، وتكون هذه البنية متطورة كلما كان الفرد واعياً بتفرده وتشابهه مع الغير واختلافه عنه بحدوده وإمكانياته أمام الخيارات التي يقوم بها الحياة، وتكون هذه البنية هشة كلما عانى الفرد من نقص في التمييز بين الذات والغير، أو لجأ إلى الغير لتحديد خياراته الأساسية، ويتمثل الاختبار الحاسم لتقييم نضج السياقات القاعدية في قياس مستوى تنظيم مختلف العناصر المكونة للهوية ضمن وحدة مرنة، فحسب مارسيا (Marcia) إنّ الحد الأدنى لبنية الهوية يتضمن تبني توجه جنسي، وموقف أيديولوجي، واختيار اتجاه مهني (عبد العزيز وآمال، 2014، 209)، ويعرّف أريكسون (Erikson) هوية الأنا: بأنّها إدراك الحقيقة بأنّ هناك تماثلاً ذاتياً، واستمرارية في طرق الأنا التكاملية وفي نمط الفردية الشخصية، وأنّ هذا النمط يتوافق مع التماثل والاستمرارية للمعنى الشخصي كما يدركه الآخرون الذين يمثلون أهمية في الوسط الاجتماعي لهذا الفرد (عبد الرحمن، 1998، 13).

والهوية لدى أريكسون (Erikson) لا تُعرّف فقط، وإنما يُستشعر بها كخبرة من الطاقة والاستقلالية، تخلق في كل خطوة في الطفولة والشباب، من خلال الحقيقة الملموسة للصحة الاجتماعية، شعوراً مُطرداً بقوة الأنا (كوزن، 2010، 107).

وعرّفها Camelleri بأنها: شعور واعي لخصوصية الشخصية الصادرة من خلال استراتيجيات الهوية، مع بذل جهد غير واعي، انطلاقاً من التشبيهات، بهدف الاستمرارية في التجربة المعاشة، كما تتمثل أيضاً في مشاركة الفرد في الأنماط الثقافية التي يعدها إيجابية (مليكي، 2017، 21)

بينما عرّفها (Blanshard, Brand): "تشير الهوية إلى أنّ الشيء أو الشخص هو نفسه، حيث تشير إلى حقيقة الشخص المتضمنة صفاته الجوهرية والتي تميزه عن غيره، وقد شبهها البعض بالبصمة (غالي وآخرون، 2019، 190)

1-3) نظرية تشكل الهوية لجيمس مارسيا:

بدأت دراسة هوية الأنا Ego identity كمحاولة لاختبار صدق المرحلة الخامسة لإريك أريكسون Erikson (1959) التي تقع ضمن إطار نظريته الخاصة بالنمو النفسي الاجتماعي، تلك المرحلة هي مرحلة المراهقة، ولقد طوّر جيمس مارسيا James e. Marcia مفهوم تشكيل الهوية كمحاولة لدراسة الشخصية في هذه المرحلة، بما يتيح القياس في جوهر نظرية أريكسون، وهو يرى أنّ هناك أربعة أشكال من الهوية تنشأ في فترة الذروة لنمو الشخصية، وهي أربعة أمزجة مختلفة في عملية تشكيل الهوية، تلك التي تتشكل في المراهقة المتأخرة بين (18-22) سنة، ويتم تحديد هوية الفرد من خلال مقابلة شخصية يتغيّر محتواها طبقاً لتغيّر الظروف الاجتماعية التي يعايشها الفرد، كما أنّها تتيح للباحث التنوع في الأسئلة تبعاً لما يخبره المراهق في المجتمعات المختلفة، ويتضمن محتوى المقابلة مجالات الاختيار المهني، المعتقدات الفكرية: الدينية السياسية، الجنسية، والاتجاهات نحو الدور الجنسي.

هذا المحتوى يعكس السمات المميزة للمرافقة المتأخرة بالتحديد، ويظهر أهم عناصر الهوية ومتغيراتها طبقاً لدرجة الاستكشاف للبدائل Exploration of alternatives، ومدى الالتزام بها Commitment، وتركز أشكال الهوية الأربعة فيما يأتي:

- تحقق الهوية Identity Achievement: التي تعبر عن تكامل نمو الشخصية في هذه المرحلة، بما يعني: مرور الفرد بفترة استكشاف البدائل، وأنه استطاع أن يحقق نوعاً من الالتزام المحدد.
 - توقّف الهوية أو التأجيل المُسبق Moratorium: وهي المرحلة السابقة على تحقق الهوية، وفيها يكون الفرد في فترة الاستكشاف مع غموض تكوّن الالتزام.
 - إعاقة تكوين الهوية أو الانغلاق Foreclosure: وهي تشير إلى عدم قدرة الفرد، ولو بدرجة ضئيلة، على الاستكشاف، واستمراره بالالتزام بقيم ومعايير الطفولة.
 - تشتت الهوية Identity diffusion: وهي أقل مستويات نمو الشخصية في تلك الفترة، وتشير إلى الشخص غير الملزم بأي اتجاه محدّد، سواء له استكشاف بدائل أم لا.
- وقد قدم مارسيا معاييراً لتقدير مراتب الهوية، قصد منها أن تستخدم مع أفراد المرافقة المتأخرة ما بين 18-22 سنة. ذلك أنّ العمليات المزدوجة في الاستكشاف والالتزام هي اعتبارات التقدير الأولية، وهذه المعايير تكاد تنطبق على هذه السن أكثر من انطباقها على المرافقة المبكرة والمتوسطة، وترجع أسباب ذلك إلى أنّها ترتبط مباشرة بالنظرية النمائية في تشكيل الهوية، إذ ينظر إلى المرافقة المبكرة والمتوسطة على أنّها تلك الفترة التي تتسم بأنّها على نقيض ما قبلها من نمو معرفي ونفسي واجتماعي وبدني في إطار ما قبل البلوغ، كذلك فإنّه يُنظر إلى المرافقة المتوسطة على أنّها مرحلة إعادة بناء وتنظيم المهارات القديمة والجديدة، في حين أنّ المرافقة المتأخرة فهي على نقيض سابقتها. تتميز بالثبات في مقومات الشخصية، ومن ثمّ فإنّها تلك الفترة من دور الحياة التي تتحقّق فيها الماهيّة والهويّة ولأول مرّة لدى معظم الأفراد.

ولقد تمّ تطوير مراتب الهوية بهدف تصنيف الأشكال الأوليّة التي توجد في المراهقة المتأخرة لحل أزمة الهوية التي تحدث في هذه المرحلة، وقد تمّ افتراض أنّه في هذه الفترة من دورة الحياة، فإنّ المطالب الداخليّة والخارجيّة يتحقق لها من التأكيد، بحيث تصبح واضحة ومؤدية إلى التشكيل الحادث في الهوية، ومن المتوقع أن يقوم الفرد بتقييم حاجاته وقدراته طبقاً لما يتيح السياق الاجتماعي، هل يتم إشباع هذه الحاجات والمطالب؟ هل تتاح للفرد الفرصة لإظهار قدراته أم لا؟ وكيف يتم ذلك؟ فتبعاً لذلك تتشكل الهوية الخاصّة بالفرد، فإذا كانت عملية تشكيل الهوية تحتوي على قليل من القرارات الفردية، وإذا كانت الموجهات الوالدية تعمل ضد مسار الفرد، فإنّها تقف كموانع لتشكيل الهوية، وهناك يحدث إعاقة لتكوّنها "Foreclosure"، وإذا كان ثمة شخص آخر على نفس درجة الالتزام يمكنه تقدير البدائل بما يتيح له حرية القرار وحل المشكلات بنفسه، فذلك يعني تحقيق الهوية Achievement، وإذا تصادف وجود شخص كعائق لعملية صنع القرار، فيوصف الموقف على أنّه تجميد للنشاط "Moratorium" وتوقف الهوية، فإذا لم يكن ثمة اتجاه محدد أو التزام، فيسمّى ذلك بانتشار أو تشتت الهوية Identity diffusion ورب سائل يسأل: وكيف ندري ما إذا كانت الهوية قد شكّلت أم لا، حتى نسعى إلى تصنيفها؟

إنّ الإجابة على هذا السؤال تدور حول المقابلة الشخصية التي تجرى مع الأفراد، والتي تتطلب التدريب، وصياغة محتوى الأسئلة، في وجود الشخص الصادق المخلص المحايد الذي يقوم بالمقابلة، الذي يستطيع أن يُظهر الأفراد على حقيقتهم دون تكلف أو رياء، ويستطيع أن يدفعهم إلى التحدّث عن أدق تفاصيل حياتهم، لذا: فإنّ الباحث في الهوية يجب أن يكون متمتعاً بميزة استخدام ما يسمى "بالقدرة على عقد الصداقة مع الفرد" في أثناء إجراء المقابلة، وهناك ثلاثة أمور يجب أن تتوافر في الباحث خلال المقابلة هي: الاهتمام بالفرد واحترامه، والمهارات العلاجية، ثمّ الإلمام الدقيق بنظرية نمو الشخصية، وتسجيل المعايير، ويضاف إليها اعتبار رابع وهو معرفة نظرية علم نفس النمو، وما يخشى منه هو المبالغة في التفسير، فالبحث في الهوية

ليس تحليلاً نفسياً، ولكن الهدف هو جمع المعلومات الكافية عن الفرد لوضعه في تصنيف صالح ضمن الإطار العام للهوية (عبد المعطي وقناوي، 2001، 270).

1-4) الاستكشاف والالتزام كعمليتين أساسيتين في تحديد رتب الهوية:

تتطلب مهمة تكوين الهوية عملية استكشاف وتساؤل واتخاذ قرار، يتضمن بعد الاستكشاف جهود المراهق للتعرف على الخيارات والبحث عن إجابات، أما بُعد الالتزام فهو خيار ذو معنى يوجه السلوك، إن استكشاف الخيارات واتخاذ القرارات في المجالات الأيديولوجية والشخصية يسهل تطور الهوية.

أقرّ مارسيا (Marcia, 1994, 1989) بالأهمية النظرية لمفهوم إريكسون عن هوية الأنا، لكن اقترح الحاجة إلى نموذج جديد بسبب مشكلات القياس. واقترح مارسيا (Marcia, 1999, 1993, 1989) مفهومين يتعلّقان بتكوين الهوية: الأزمة والالتزام، في البداية تبنى مارسيا مفهوم الأزمة فيما يتعلّق بتطور الهوية، لكنه استخدم لاحقاً مفهوم استكشاف البدائل (Atak, 2023, 62)، ويمكن توضيح هذين البعدين في:

- الأزمة أو الاكتشاف: تبدأ مشكلة الهوية بظهور أزمة الهوية والتمثلة في فترة من التعليق المترتبة بإلحاح بعض التساؤلات لدى الفرد حيال معتقداته وأدواره وأهدافه في الحياة، أو بمعنى آخر فترة من البحث والاكتشاف لما يناسبه، حيث يقوم المراهق خلال هذه الفترة بجمع المعلومات حول الأدوار المتاحة ثم اختياره المناسب منها.

- الالتزام: يشير إلى مدى التزام الفرد بما يتم اختياره من قيم ومبادئ وأيديولوجية وأهداف وأدوار اجتماعية إلى تمسك الفرد بها في ظل مجموعة البدائل المتاحة، وإلا أن ذلك لا يعني الثبات المطلق وانتفاء التطور، إذ يبقى الفرد المحقق لهويته قادراً على تطوير نفسه مدى الحياة مع درجة من الثبات والاستقرار (مليكي، 2017، 41).

1-5) مجالات الهوية:

وتشتمل مجالين هما:

- هوية الأنا الأيديولوجية Ideological ego-identity: وترتبط بخيارات الفرد الأيديولوجية في عدد من المجالات الحيوية المرتبطة بحياته، وتشتمل على أربع مجالات فرعية هي: هوية الأنا الدينية، والسياسية، والمهنية، وأسلوب الحياة.

- هوية الأنا الاجتماعية Interpersonal ego-identity: وترتبط بخيارات الفرد في مجال الأنشطة والعلاقات الاجتماعية، وتشتمل على أربع مجالات فرعية هي: الصداقة، والدور الجنسي، وأسلوب الاستمتاع بالوقت، والعلاقة بالجنس الآخر (الغامدي، 2001، 6).

1-6) رتب هوية الأنا بحسب مارسيا:

* تحقيق الهوية: يمر الأفراد في هذه الحالة بعملية استكشاف نشطة وتجربة أدوار مختلفة، حيث استكشف هؤلاء الأفراد وكافحوا مع القضايا المهنية والسياسية والدينية وتوصلوا إلى استنتاجات من خلال اتخاذ القرارات في جميع المجالات وتقديم التزامات محددة بما اختاروه، الأفراد في حالة تحقيق الهوية نجحوا في حل الصراع بين الهوية وانتشارها وهم في حالة وئام مع أنفسهم، ويتقبلون قدراتهم وحدودهم وأفكارهم.

* تعليق الهوية: مرحلة التعليق هي الفترة التي تبدأ فيها التوجهات بالظهور بشكل غامض، هي مرحلة استكشاف، يستكشف الأفراد في حالة التعليق الخيارات ويخوضون التجارب، إنهم يجربون باستمرار أدوار جديدة، لكنهم لا يلتزمون بأي التزامات دائمة، ووفقاً لمارسيا (Marcia) تعد مرحلة التعليق شرطاً أساسياً لتحقيق هوية ناجحة، فعندما يكون المراهق في مرحلة التعليق يبدو العالم له ثابتاً وقابلاً للتحكم وممتعاً، وغالباً ما يرغب الأفراد في مرحلة التعليق بتغيير كل شيء.

* انغلاق الهوية: تصف حالة انغلاق الهوية الأفراد الذين يلتزمون دون انخراط في أي استكشاف في هذه الحالة يشكل الأفراد هويتهم بناءً على توقعات الوالدين أو الأقارب أو غيرهم من الأفراد المهمين، كما يمكن للأدوار والقيم التي تحددها مجموعات الأقران أن تسهم في تكوين انغلاق الهوية دون أي تساؤل من قبل المراهق، وتشير حالة انغلاق الهوية إلى المراهقين الذين يتمسكون بشدة بقيم طفولتهم دون إجراء أي بحث حول الخيارات البديلة، المراهقون في حالة انغلاق الهوية لديهم هوية يوفرها لهم الآخرون وهي ليست ناضجة، فهم يقررون أن يصبحوا ما يريدوه الآخرون منهم.

* تشتت الهوية: في هذه الحالة لا ينخرط الأفراد باستكشاف منظم للبحث واختبار البدائل، بل يكون استكشاف عشوائي مما توفره الصدف ولكنهم لا يلتزمون بأي اتجاه معين، في حالة تشتت الهوية، لا يلتزم الأفراد في أي دين أو سياسة أو فلسفة أو أدوار جنسانية أو معايير سلوكية، مهنية، أو شخصية، ولم يمر هؤلاء الأفراد من البداية بمرحلة استكشاف أو يعيدوا تقييم خياراتهم أو يقيموا البدائل، في هذه الحالة لا يتم إجراء أي بحث أو اتخاذ أي قرار والالتزام به، حيث يتجنب بعض المراهقين تكوين هوية من خلال البقاء في حالة تشتت الهوية، ويكونون غير راضين عن وضعهم الحالي، لكنهم غير قادرين على تطوير هوية جديدة تبدو مناسبة لهم (Atak, 2023, 63-64-65).

1-7) مفهوم "دورة الحركة" (MAMA Cycle) الذي صاغه مارسيا:

مفهوم دورة الحركة (MAMA Cycle) الذي صاغه مارسيا لاحقاً هو اختصار لـ: Moratorium-Achievement-Moratorium-Achievement، وهي تعني: تحقيق - تعليق - تحقيق - تعليق.

يطرح مارسيا (Marcia, 2002) سؤالاً حول كيفية تغير الهوية في المراحل الإريكسونية من مرحلة البلوغ، بعد الوقت الذي يحدث فيه تكوين الهوية بشكل معياري في مرحلة المراهقة.

يقترح مارسيا أنه بالنسبة لأولئك الذين يحققون حلاً أمثل لمهمة تكوين الهوية في مرحلة المراهقة، فإن كل مرحلة نفسية اجتماعية إريكسونية لاحقة من مراحل التطور تنطوي على اختلال في توازن الهوية الحالية، سواء استجابة للمتطلبات النفسية الاجتماعية المعيارية للحميمية مقابل العزلة، والإنجاز مقابل الركود، والنزاهة مقابل اليأس، وكذلك استجابة لأحداث الحياة الحرجة (مثل فقدان الوظيفة أو الترقية، أو فقدان العلاقة، أو الخسارة أو المكسب المالي الكبير).

من المرجح أن ترتبط كل من هذه المهام النفسية الاجتماعية المعيارية أو أحداث الحياة الحرجة بفترة إعادة صياغة الهوية، ومن المرجح أيضاً أنه خلال فترة إعادة صياغة الهوية سيختبر المرء نوعاً من الانحدار إلى حالة هوية سابقة ونهج مصاحب للتعامل مع العالم، وسيكون هناك تباين فردي في مدى انحدار الهوية، قد يمر بعض البالغين الذين حققوا هويتهم بفترة توقف مؤقت، ثم إنجاز، ثم توقف مؤقت ثم إنجاز، حيث يتم النظر في خيارات الهوية الجديدة قبل الاضطلاع بالتزامات جديدة تحدد الهوية.

وقد يمر بالغون آخرون حققوا هويتهم بفترة من تشتت الهوية، ويشعرون بالتحطم والارتباك استجابة لمتطلبات الحياة الجديدة المعيارية أو الحرجة للبالغين، بعد فترة من التشتت، قد يعود الفرد إلى أمان التزامات الهوية السابقة التي قد تفسح المجال في النهاية لاستكشاف إمكانيات الهوية الجديدة من خلال عملية تعليق مؤقت، قبل الاضطلاع بالتزامات جديدة، ويشير مارسيا (Marcia, 2002) إلى أنه على الرغم من أن الهوية المعاد صياغتها جديدة، إلا أنها ستحمل أيضاً عناصر مهمة أعيد دمجها من الماضي (Kroger, 2015, 3).

1-8) تشكل الهوية في المراهقة المتأخرة:

هناك بعض الفترات في حياة الأفراد تكون أكثر أهمية من غيرها للتغيير في الشكل الهيكلي، ويبدو أن المراهقة واحدة من هذه الفترات، إنها فترة انتقالية في التعامل مع المهام المعرفية من العمليات الملموسة إلى العمليات الرسمية، وفي التعامل مع القضايا الأخلاقية، منطق القانون والنظام (الواجب) إلى القيم الإنسانية السامية، وفي التعامل مع المخاوف النفسية والاجتماعية من توقعات الآخرين وتوجيهاتهم إلى التنظيم الفريد

للفرد لتاريخه ومهاراته ونواقصه وأهدافه، لا تبدأ عملية الهوية ولا تنتهي بالمراهقة، إنها تبدأ بالتمايز بين الذات والموضوع في مرحلة الطفولة، وتصل إلى مرحلتها النهائية مع اندماج الذات البشرية في سن الشيخوخة.

المهم في الهوية في مرحلة المراهقة، وخاصةً في أواخر المراهقة، هو أن هذه هي المرة الأولى التي يتزامن فيها النمو البدني والمهارات المعرفية والتوقعات الاجتماعية لتمكين الشباب من فرز وتوليف هويات طفولتهم من أجل بناء مسار قابل للتطبيق نحو مرحلة البلوغ (Marcia, 1980, 110).

1-9) حاجات الهوية:

تحقق الهوية مجموعة من الحاجات بدءاً من الحاجة إلى الوجود، ثم باقي الحاجات التي تتعلق بالتقدير والاعتراف، فبناء الهوية يتم في إطار الاستجابة لانشغالات ثلاثة تظهر في اضماء معنى ودلالة للذات التي تكون حاملة لقيمة وتقدير إيجابيين، وتضمن التكيف مع الواقع، وربط العلاقات مع الغير، وحاجات الهوية بحسب ما قدمها "أيدموند":

- الحاجة إلى الوجود: أن أكون موجود في نظر الآخرين (اعتراف الجماعة) هو شعور يعطي مشاعر الأمن للاعتراف بداخلنا في الحوار مع الآخر.
- الحاجة إلى التكامل: يترجم البحث عن الاعتراف، وذلك من خلال الحاجة إلى التقدير كعضو في الجماعة، كان شكّل جزءاً منها واحتلّ مكانة فيها، بمعنى أن يكون الفرد لا مرفوضاً ولا مهمشاً.
- الحاجة إلى التقييم: في عملية البحث على الاعتراف ينتظر الفرد أن يحظى بقيمة معينة وبصورة إيجابية، وهي حاجة نرجسية أساسية وسند للشعور بالهوية، وعلى نقیض ذلك يرتبط التقدير الواطئ للذات بهشاشة الهوية، وقد تحقّر هذه الحاجة الاستراتيجية التقييمية موجهة نحو الآخرين بهدف الانتماء والشعور بالأمن.

- الحاجة إلى المراقبة: يستلزم الشعور بالهوية إدراك الفرد كفردانية مستقلة قادرة على أن تحدد سلوكياتها وتمارس نوعاً من الضبط على الذات والمحيط، والخضوع للمؤثرات التي بإمكانها تقاديتها، سيعيش ذلك كتهديد لهويته وكنوع من الاغتراب.
- الحاجة إلى التفرد: التفرد هو إدراك الفرد لذاته كشخص فريد وثابت ومستقل، فهو يعبر عن الشعور بالهوية والاستقلالية والاختلاف، وتعد هذه الحاجات محركات قاعدية للديناميات الجماعية التي بموجبها تفاعل الأفراد مع احتفاظهم بقدر مناسب من التوازن (أمني والزهران، 2022، 24-25).

المحور الثاني: التنظيم الانفعالي:

2-1) مفهوم الانفعالات والتنظيم الانفعالي:

جاءت كلمة الانفعالات إلى علم النفس من الاستخدام اليومي، وهي لا تحتوي على حدود واضحة المعالم، وهذا يعني أنّ العديد من الظواهر المختلفة تدرج تحت هذا العنوان، وتختلف الانفعالات في شدتها، وتتراوح من خفيفة إلى ساحقة تشبه الاستجابات الشبيهة بالذعر، كما تختلف في مدتها وفي سرعة بدايتها وانحدارها، بعض الانفعالات مثل الحزن ترتفع وتهبط ببطء، في حين أنّ مشاعر أخرى مثل الاشمئزاز ترتفع بسرعة إلى ذروتها وتعود إلى خط الأساس بنفس السرعة (Robinson et al, 2013, 196).

تنشأ الانفعالات عندما يتم تقييم موقف ما على أنه ذو صلة بأهداف الفرد، مما يؤدي إلى إطلاق مجموعة من الاستجابات الفسيولوجية والسلوكية غير المنسقة بشكل جيد، فالاستجابات الانفعالية مثل الغضب والفرح والاشمئزاز جميعها في جوهرها تقييم لما إذا كان شيء ما جيداً أم سيئاً بالنسبة لي.

نظراً للدور الرئيسي الذي تلعبه الانفعالات في تشكيل شعورنا اتجاه العالم من حولنا واستجاباتنا له، فليس من المستغرب أن تصبح الانفعالات نفسها هدفاً للتقييم، واعتماداً على ما إذا كان التقييم سلبياً أو إيجابياً يؤثر الأفراد على انفعالاتهم بهذه الطريقة، وبالتالي فإنهم يخرطون في تنظيم الانفعالات.

وبذلك فإن الانفعالات تنشأ من خلال تقييم المحفزات الداخلية والخارجية وأن تنظيم الانفعالات ينشأ من خلال تقييم الانفعالات نفسها، وبالتالي فإن كل من الانفعالات وتنظيم الانفعالات لهما تقييم في جوهرهما (Gross, 2014, 23-24).

ويعد التنظيم الانفعالي (Emotional Regulation) من المفاهيم الحديثة في علم النفس، ويقوم على فكرة أن الناس يفضلون الانفعالات السارة على غير السارة، وينظمونها وفقاً لذلك، ويشتمل على سلسلة واسعة من العمليات الشعورية وغير الشعورية المعرفية، السلوكية والفسولوجية كما يشير إلى العملية التي يستخدمها الأفراد ليعدلوا نوع التعبير الانفعالي وشدته ومدته (مراح وآخرون، 2022، 431).

2-2) تعريف استراتيجيات التنظيم الانفعالي:

التنظيم الانفعالي: يشمل تلك العمليات المتعمدة والتلقائية التي تسمح للأفراد بالتأثير على التجارب الانفعالية التي يمرون بها، ومتى يمرون بها، وكيف يختبرونها ويعبرون عنها (Gross, 2014, 187).

قد أعطى (Gross, 2015) تعريفاً لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي على أنها: "سلوكيات وأفكار محددة تستخدم لتغيير إما موقف مزعج، أو كيف يشعر المرء حيال ذلك، يمكن أن تشمل هذه الاستراتيجيات -التي تهدف إلى اختيار أو تعديل الموقف- إعادة توجيه الانتباه أو تغيير الأفكار أو تغيير ردود الأفعال (ابتسام ومحمد، 2022، 1455-1456).

ويعرفها Gross أيضاً بأنها: الأساليب التي يستخدمها الفرد للتأثير على مستويات الاستجابة الانفعالية، مشيراً التنظيم الانفعالي إلى العمليات التي تؤثر من خلالها على انفعالاتنا، ووقت استجاباتنا الانفعالية وكيفيةها، ويتضمن تغييراً في ديناميكيات المشاعر، أو زمنها، أو كمونها، أو وقت ظهور الاستجابة وحجمها ومدتها، والتعويض عن الاستجابة في المجالات السلوكية والتجريبية والفسولوجية (Gross, 2002, 28).

وأوضح (الخولي، 2015) بأنها تلك الاستجابات التي يستخدمها الأفراد لتغيير الخبرة التي يمرون بها أو يستخدمونها للتعبير عن انفعالاتهم من حيث القدرة والشدة، وتتضمن استراتيجيات إيجابية تهدف إلى زيادة المشاعر الإيجابية أو الحفاظ عليها، كاستراتيجية إعادة التقييم المعرفي، وأخرى سلبية تتمركز حول الاستجابة، وترتبط بقوة الخبرة، وضعف تعرّف وتمييز المشاعر الإيجابية أو التعبير عنها (الحارثي، 2021، 250).

2-3) أهمية تنظيم الانفعال:

إن نظرة الطبيعة البشرية التي تتجاهل قوة العواطف والانفعالات نظرة ضيقة للأسف. إن اسم الإنسان العاقل، أي النوع المفكر، مضلل في ضوء التقدير والرؤية الجديدين لمكانة الانفعالات في حياتنا التي يقدمها العلم الآن.

عندما يتعلّق الأمر بتشكيل قراراتنا وأفعالنا، فإن الشعور مهم بنفس القدر بل وغالباً أكثر - من الفكر، لقد ذهبنا بعيداً في التأكيد على قيمة وأهمية العقلانية البحتة - ما يقيسه معدل الذكاء - في حياة الإنسان، فعندما تسيطر الانفعالات لا يمكن للذكاء أن يصبح شيئاً (Goleman, 2005, 24).

يؤدي تنظيم الانفعال دوراً مهماً في النمو الانفعالي للفرد، فهو يتيح للفرد التحكم في سلوكه وإدارة الانفعالات التي تصدر عنه تجاه الأحداث، ويجعله يستجيب بمرونة تجاه الأحداث البيئية المؤلمة والضاغطة، كما أنّ له دوراً كبيراً في التوافق النفسي، والعلاقات الاجتماعية، وأداء العمل، وثراء الحياة الانفعالية، والنظرة إلى الحياة نظرة إيجابية، والتمتع بالصحة النفسية والثقة بالنفس، في حين أنّ قصور تنظيم الانفعال يؤدي إلى اضطرابات ومشكلات نفسية مختلفة منها: الأليكسيثيميا والقلق والاكتئاب، واضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، واضطراب الإدمان، واضطراب الأكل، والاضطرابات الوجدانية والاندفاعية، والتسرّب من المدرسة والجريمة والجروح والعنف وانحراف السلوك والبدانة والمقامرة والتدخين (مظلوم، 2017، 150).

2-4) نظرية تنظيم الانفعال Emotion Regulation Theory :

تصف نظرية التنظيم الانفعالي لكروس (Gross) قابلية الفرد لاستخدام استراتيجيات التأثير في مستويات الاستجابة الانفعالية. (سعاد، 2016، 30)، التي تتضمن كل من الأساليب الشعورية، والأساليب اللاشعورية التي نستخدمها في زيادة واستمرار وخفض واحد أو أكثر من مكونات الاستجابة الانفعالية (الصبان وآخرون، 2020، 224).

ويرى كروس أن كل فرد لديه نوعين من الاستراتيجيات في تنظيم الانفعالات، وهي استراتيجيات التركيز المسبق (Antecedent-focused strategy)، التي تشمل العمليات التي يقوم بها الفرد قبل حدوث الموقف الانفعالي وتوليد الاستجابات الانفعالية بشكل كامل، واستراتيجية التركيز على الاستجابة (-Response focused strategies) التي تتمثل بالعمليات التي يقوم بها الفرد بعد حدوث الاستجابة الانفعالية، وعندما يكون الانفعال قائماً، وقد حدد كروس (1998) خمسة عمليات لتنظيم الانفعالات هي:

- اختيار الموقف Situation selection: هذا هو النوع الأول للتنظيم الانفعالي، ويمثل اتجاهًا استباقيًا لانتقاء النمط الانفعالي للموقف الذي يتعرض له الفرد، وهي العملية التي يتم من خلالها اختيار الموقف المرتبط بانفعالات محددة، وبالتالي السماح للانفعالات المرغوبة بالظهور.

- تعديل الموقف Situation modification: تعديل في الموقف الذي تم اختياره بما يتماشى مع حاجات الفرد، ولتغيير التأثير الانفعالي يسعى الفرد لتعديله، وهنا ينتقل لشكل آخر من المستوى الانفعالي، وبالتالي تتغير الحالة الانفعالية، كما يُشار إلى هذا النوع من عمليات التنظيم بمصطلح السيطرة الأولية، أو التعامل المرتكز على المشكلة.

- توزيع الانتباه Attention deployment: يهدف توزيع الانتباه إلى التأثير في انفعالات الفرد واستجاباته، وبالتالي فهو أحد الأشكال الداخلية لاختيار الموقف، إذ إنَّ الانتباه يستخدم لانتقاء أي المواقف الداخلية

المتعددة تعد مواقف فعّالة في وقت معيّن، كما يعد توزيع الانتباه أولى العمليات التنظيمية التي تظهر خلال مرحلة النمو والتطور.

- التغيير المعرفي Cognitive change: هنا يتطلب إدخال معنى على المدركات الحسية حتى تكون نتيجة نهائية فيستخدم الفرد التغيير المعرفي.

- تعديل الاستجابة Respons modulation: تحدث بعد حدوث الاستجابة الانفعالية، فمثلاً يمكن الاسترخاء، أن يستخدم لتقليل الجوانب الفسيولوجية والخبرة السلبية للانفعالات ومن الممكن استخدام العقاقير أو تغيير نمط الطعام في سبيل تعديل الخبرة الانفعالية (حماد، 2022، 1125-1126).

2-5) استراتيجيات التنظيم الانفعالي بحسب جارنفسكي Garnefski:

- الكبت Repression: وتشير إلى تثبيط السلوك المعبر عنه انفعالياً، والكبت نوعان، إمّا كبت الأفكار أو كبت الانفعال، تعد الأولى استراتيجية تنظيم انفعال دفاعية تتضمن تجنّب الأفكار التي تسبب الاضطراب الانفعالي، وتفشل هذه الاستراتيجية في حالات الانفعال والتوتر الزائد، وتقود إلى زيادة الانفعال السلبي، في حين أنّ الثانية تركّز على كبت الأفكار، وعلى تجنّب الانفعالات السلبية (ميا، 2023، 106).

- لوم النفس Self-blame: وتشير إلى الأفكار التي تضع اللوم على ما لدى الفرد من خبرة داخلية، مثل "أشعر أنني الشخص الوحيد الذي يجب أن يلام على ما حدث (محمود، 2016، 78)، أي تشير إلى أفكار يضع الفرد فيه اللوم على نفسه إزاء ما اختبره (سلّوم، 2015، 19)

- الاجترار: يشير إلى الأفكار التي تركز على التفكير في المشاعر والأفكار المرتبطة بالحدث السلبي، مثل "أُمعن النظر في المشاعر التي يثيرها الموقف في" (محمود، 2016، 78)، أي تتحدد بتركيز الفرد بشكل متكرر على الانفعالات السلبية، وعلى الأسباب والعواقب المرتبطة بهذه الانفعالات، بالرغم من أنّ الأفراد المنخرطين بالاجترار يفهمون مصدر توترهم (Aldo & Hoeksema, 2010, 974)

- إعادة التركيز على التخطيط Refocus on planning: تشير إلى الأفكار التي تركز على الخطوات التي يجب اتخاذها، وكيفية التعامل مع الحدث السلبي، مثل "أفكر في كيفية التعامل مع الموقف على أحسن وجه".
- الوضع في منظور أو تصوّر Putting into perspective: تشير إلى الانتقاص من أهمية الحدث، مثل "أعتقد أنّ ما حدث لم يكن سيء للغاية مقارنة بأشياء أخرى" (محمود، 2016، 79).
- إعادة التقييم Reappraisal: وهي عبارة عن توليد تفسيرات إيجابية عن المواقف الضاغطة نفسياً كطريقة لخفض التوتر، ويرى كروس (1998) أنّ استراتيجية إعادة التقييم تنتج استجابات جسدية وانفعالية إيجابية (سلوم، 2015، 18)، أي أنّ استراتيجية إعادة التقييم المعرفي هي شكل من أشكال التغيير المعرفي الذي ينطوي على تفسير موقف من المحتمل أن يثير الانفعالات، وذلك بطريقة تغيّر تأثيره العاطفي (Robinson et al, 2013, 204).
- إعادة التركيز الإيجابي Positive refocising: وتشير إلى التفكير حول الخبرات الإيجابية بدلاً من التفكير حول الحدث الحالي (سلوم، 2015، 19).
- لوم الآخرين Other-blame: تشير إلى الأفكار التي تضع اللوم على البيئة أو الآخرين، مثل "أشعر أنّ الآخرين هم الذين يجب لومهم على ذلك".
- التفكير الكارثي Catastrophizing: تشير إلى الأفكار التي تؤكد بشكل صريح على الخبرات المفزعة، مثل "أظنّ أفكر في فظاعة ما حدث لي".
- القبول Acceptance: وتشير إلى الأفكار التي تجعل الفرد يستسلم لما حدث، مثل "أعتقد أنني يجب أن أتقبل ما حدث" (Garnefski & kraaij, 2006, 1051).

2-6) الآليات العصبية وتطوير الأنظمة العصبية الداعمة لتنظيم الانفعالات:

بالرغم من أن هناك العديد من الاستراتيجيات التي يمكن استخدامها لتنظيم انفعالات المرء بشكل فعال، فإن الاستراتيجية الأكثر شيوعاً في دراسات تصوير الدماغ هي إعادة التقييم، والتي تتضمن تغييراً متعمداً لطريقة تفكير المرء في موقف مثير انفعالياً.

هناك اهتمام متزايد بالتمييز بين الأشكال الصريحة لتنظيم الانفعالات، مثل إعادة التقييم، حيث يكون لدى المرء قدرة نشطة على التنظيم ويستخدم عمليات تحكم مجهزة للقيام بذلك، والأشكال الضمنية للتنظيم، حيث قد لا يكون لدى الفرد وعي بالتنظيم وقد تدعم العمليات التلقائية تغيير الانفعالات.

لقد ثبت أن استراتيجية إعادة التقييم فعالة في تثبيط أو تغيير أو تعزيز الاستجابات في الأنظمة العصبية المرتبطة بالاستجابات الانفعالية، ومن أهمها الغدة النخامية، وهي بنية تحت قشرية مهمة للإشارة إلى وجود المنبهات ذات الصلة بالتأثير، كما يتأثر بإعادة التقييم المخطط البطني، وهو بنية تحت قشرية أخرى متورطة في الإشارة إلى القيمة المكافئة للمنبهات والجزيرة وهي منطقة قشرية تمثل معلومات حول حالات الجسم المرتبطة بالاستجابات الانفعالية (Martin & Ochsner, 2017, 143).

وبشكل عام يُعتقد أن إعادة التقييم تنطوي على تفاعلات بين مناطق القشرة الجبهية الأمامية الجانبية (Lpfc) والقشرة الجبهية الأمامية الأنسية (Mpfc) التي تنفذ عمليات التحكم والمناطق تحت القشرية والقشرة الخلفية التي تشفر وتمثل أنواعاً محددة من المعلومات، من خلال زيادة أو تقليل تنشيط التمثيلات المحددة، تمكن المناطق الجبهية الفرد من الاهتمام بشكل انتقائي بالمعلومات ذات الصلة بالهدف والحفاظ عليها (Ochsner et al, 2002, 1215)، في حين أن أبحاث علم الأعصاب حول تنظيم الانفعالات لدى البالغين قد شهدت تطوراً هائلاً على مدى السنوات العشر إلى الخمس عشرة الماضية، إلا أن أبحاث النمو لم تظهر إلا مؤخراً.

هناك نظرية شائعة مفادها أن مناطق التحكم في الفص الجبهي مثل القشرة الأمامية الجبهية والخلفية (DIPFC) و (VIPFC) تتضج بمعدل أبطأ مقارنة بمناطق الاستجابة الانفعالية مثل اللوزة والمخطط البطني، يتمثل هذا الخلل في نمط من التنشيطات الأقوى في المناطق تحت القشرية مقارنة بالمناطق القشرية التي تبلغ ذروتها خلال فترة المراهقة، مما قد يساهم في عدم استقرار الحالة المزاجية و زيادة التفاعل الانفعالي في الفئة العمرية (20) (Martin & Ochsner, 2017 143).

2-7) أهمية فهم الأسس المعرفية العصبية للتنظيم الانفعالي في مرحلة المراهقة:

يعد التنظيم الانفعالي (أي التنظيم الذاتي المتعمد للانفعالات والدوافع والتقييمات) أحد أهم العمليات التنموية في مرحلة المراهقة، حيث تزداد القدرة على تنظيم الانفعالات طوال فترة المراهقة، وكذلك شدة الانفعالات نفسها، ومع ذلك، لا تحدث هذه التغييرات دائماً بالتوازي، فعندما يسبق ظهور الحالات الانفعالية الجديدة في المراهقة تطور القدرة على تنظيمها، قد يشبه المراهقون سائقين غير مهرة يحولون مناورة سيارة تم شحنها للنو بالتيار الكهربائي بحلول البلوغ، يعتبر العديد من المنظرين أنه من المعتاد أن تتخلف القدرات التنظيمية للانفعالات عن الزيادة في شدة ونطاق الانفعالات، لهذه الأسباب، يعد فهم الأسس المعرفية العصبية للتنظيم الانفعالي في مرحلة المراهقة هدفاً مهماً لعلماء النفس التنموي (Allen & Sheeber, 2009, 135).

2-8) التنظيم الانفعالي واستراتيجيات التنظيم الانفعالي في المراهقة:

تختلف الحياة الانفعالية للمراهقين عن حياة الأطفال والبالغين، فهم يتفاعلون بقوة أكبر مع المواقف المثيرة للانفعالات، ويختبرون المشاعر السلبية والمختلطة بشكل متكرر، ويتقبلون بشكل أكبر في حالاتهم الانفعالية والعاطفية، مما يجعل تنظيم الانفعالات له دوراً رئيسياً في هذه الخصائص للتجارب الانفعالية للمراهقين، وقد اقترح أن يكون التنظيم الانفعالي الأكثر عمومية للمراهقين، أي قدرتهم على التكيف مع التحديات الاجتماعية والانفعالية التي يواجهونها (Gross, 2014, 187).

تظهر الأبحاث أن التأثيرات الداخلية والخارجية على قدرات تنظيم الانفعالات تخضع لتغيرات عميقة خلال مرحلة الطفولة والمراهقة وحتى مرحلة الشباب وأن دوافع تنظيم الانفعالات لدى المراهقين تختلف عن دوافع البالغين (Gross, 2014, 193)، كما أن الاختلافات العمرية في استراتيجيات التنظيم الانفعالي تتميز باتجاهين:

- الأول: يوجد زيادة متدرجة حسب العمر في القدرات التنظيمية للانفعالات، وينعكس ذلك ليس فقط في زيادة فهم المواقف الانفعالية، وإنما أيضاً في ذخيرة أوسع وأكثر تطوراً في استراتيجيات التنظيم الانفعالي، بالمقارنة مع الأطفال يبدو أن المراهقين أكثر قدرة على التعامل مع حالاتهم الانفعالية والتأمل فيها، كما يبدو أنهم يستخدمون استراتيجيات معرفية أكثر تطوراً تدريجياً للتعامل مع الانفعالات، مثل الحديث الإيجابي مع الذات وإعادة التقييم.

- الثاني: يعكس تحسناً مرتبطاً بالعمر في تكييف المحاولات التنظيمية مع الموقف، أي أن المراهقين أصبحوا أكثر قدرة على الانخراط في استراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكثر فعالية في التعامل مع أنواع معينة من الضغوطات (Gross, 2014, 194).

المحور الثالث: المراهقة المتأخرة:

3-1 معنى المراهقة:

المراهقة هي الفترة من النمو معروفة بصعوبتها، فالطفولة معروفة بخصائصها ومميزاتها، ولها وضعية خاصة بها، وعالم الطفولة معترف به في كل مكان، والمراهقة في بدايتها كأنها ترمي عالم الطفولة، ولكن المراهق لم يدخل بعد عالم الراشدين، فهو في موقف حرج كمن يقف بين بابين، وهو ينتظر ليعرف من هو، ماذا سيفعل، من يحبه (سليم، 2002، 374).

والمراهقة فتر يمر بها كل فرد، وهي تبدأ بنهاية مرحلة الطفولة المتأخرة طويلة أو قصيرة، وطولها أو قصرها يختلف من مجتمع لآخر، ومن طبقة اجتماعية لطبقة اجتماعية أخرى، بل وتختلف أيضاً في المجتمع الواحد تبعاً للظروف الاقتصادية. وفي المجتمعات البدائية قد تنعدم فترة المراهقة بينما هي في المجتمعات الغربية الحديثة تطول، بل وتمتد إلى ما يقارب أو يتجاوز عشر سنوات (عوض، 1999، 139).

وتتميز هذه المرحلة بوجود مظاهر شبيهة بمرحلة الطفولة المبكرة، وذلك من حيث سرعة النمو، الميل إلى الخمول والحاجة الكبيرة للغذاء، سرعة وحدة الانفعالات، التمرکز حول الذات وغيرها، وهو ما يدفع البعض إلى اعتبارها ولادة جديدة للفرد (تونسية، 2012، 123).

وقد اختلفت نظريات علماء النفس في محاولة تفسير طبيعتها وحقيقتها، نظراً لما تتصف به هذه المرحلة من خصائص ومستويات متميزة للنمو، أبرزها: أنها مرحلة تغير جذري وسريع وينسحب على كافة مظاهر النمو، وأنها مرحلة انتقالية حرجية. (حسن، 2020، 159).

3-2 المراهقة ومراحلها:

المراهقة في لغتنا العربية ترجع إلى الفعل "راهق" الذي يعني دنا واقترب، فاصطلاح المراهق من جهة اللغة يعني مرحلة الابتعاد عن الطفولة والاقتراب من مرحلة الرشد والرجولة.

أما المراقبة في علم النفس؛ فتعني التدرج، والاقتراب من النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، ويصل الفرد إلى اكتمال النضج في تلك الجوانب بعد سنوات عديدة قد تصل إلى العشر سنين (ابو أسعد، 2010، 20)، وحاول علماء نفس النمو تقسيم هذه المرحلة، وإن كانت بينهم بعض الاختلافات البسيطة، إلا أنه يمكن قبول التصنيف الآتي:

- المرحلة الأولى: مرحلة المراقبة المبكرة (11-14) وهي فترة تغيرات سريعة نحو البلوغ.
- المرحلة الثانية: مرحلة المراقبة المتوسطة (14-18) وفيها تكون التغيرات ذات العلاقة بالبلوغ قد اكتملت تقريباً.

- المرحلة الثالثة: مرحلة المراقبة المتأخرة (18-21) وهي مرحلة الشباب (بن علي، 2015، 87).
وتتميز بالنمو الواضح والمستمر نحو النضج في مظاهر وجوانب الشخصية كافة، والتقدم نحو كل من النضج الجسمي، والنضج الجنسي، والنضج العقلي، والنضج الانفعالي، والاستقلال الانفعالي، والتطبيع الاجتماعي، واكتساب المعايير السلوكية الاجتماعية، والاستقلال الاجتماعي، وتحمل المسؤولية، وتكوين علاقات اجتماعية جديدة، والقيام باختبارات، واتخاذ القرارات فيما يتعلق بالتعليم والمهنة والزواج وتحمل المسؤولية وتوجيه الذات، من خلال التعرف على قدراته وإمكاناته، وتمكنه من التفكير، واتخاذ قراراته بنفسه، والتخطيط لمستقبله (دليلة، 2016، 80).

وبحسب بايلت وآخرون (Baillet et al, 2018) تشير المراقبة المتأخرة تقريباً إلى الفترة التي تلي انتقال البلوغ، تحدث التغيرات النفسية والاجتماعية والمعرفية خلال هذا الوقت، بما في ذلك زيادة التوجيه نحو الأقران، الاهتمامات الرومنسية، واستكشاف الهوية، وكذلك القدرات المعرفية الأكثر تطوراً (Baillet et al, 2018, 2).

وترى الباحثة بأن تعريف بايلت هو المناسب للمرحلة العمرية المدروسة.

3-4) الخصائص النفسية للمراقبة المتأخرة:

الخصائص النفسية لمرحلة نمائية هي مجموعة التغيرات والسمات المميزة في المشاعر، التفكير، والسلوك التي يمر بها الفرد، وهي ترتبط بشكل وثيق بالتطور العقلي والاجتماعي والانفعالي وتتأثر بشكل مباشر بالبيئة والمرحلة العمرية، ونذكر من هذه الخصائص النفسية للمراقبة المتأخرة:

أولاً: النمو الانفعالي: أي القدرة على ضبط انفعالات والتعبير عنها بشكل صحيح (سعد، 2002، 57)، ولاشك أن النمو الانفعالي في مرحلة المراقبة يشكل جانباً أساسياً في عملية النمو الشاملة، حيث إن المراقبين أنفسهم يعترفون بأهمية الجانب الانفعالي من حياتهم وخطورته وأثره الكبير على جوانب الحياة الأخرى (مخول، 1980، 358).

وعلى الرغم من أن انفعالات المراقب تكون في العادة حادة، والتعبير عنها لا يخضع للتحكم، وبالرغم من ظهور بعض أعراض سوء التوافق نتيجة لهذا فإننا عادة ما نلاحظ تحسناً في السلوك الانفعالي عاماً بعد عام. ومرة أخرى نجد أن النمو الانفعالي يتجه تدريجياً نحو الاستقرار مع الاقتراب من مرحلة الرشد، شأنه في ذلك شأن النمو العقلي والجسمي (صادق وأبو حطب، 2008، 308)، وتتميز انفعالات المراقب بأنها مرهفة سريعة الاستجابة تميل إلى التمرد والكآبة والانطلاق:

- الرهافة:

يتأثر المراقب سريعاً بالمشيرات الانفعالية المختلفة نتيجة لاختلال اتزانه الغُددي الداخلي، ولتغير المعالم الإدراكية لبيئته المحيطة به، فيرتطم عليه أمره، وتسده عليه مذاهبه ومسالكه القديمة، فهو لذلك لا يطمئن اطمئنان الطفل الساذج البريء، وليشد ما يستجيب لتلك الانفعالات التي تنور في أعماق نفسه، وهو لهذا مرهف الحس في بعض أمره، تسيل مدامعه سراً وجهراً، وينوب أسى وحزنٌ حينما يمسه الناس بنقد هادئ بعيد، وسرعان ما يشعر بالضيق والحرَج حينما يتلو مقطوعة نثرية على جماعة فصله، أو يلقي حديثاً أمام مدرسته.

- الكآبة:

يتردد المراهق أحياناً في الإفصاح عن انفعالاته، ويكتمها في نفسه خشية أن يثير نقد الناس ولومهم، فينطوي على ذاته ويلوذ بأحزانه وهمومه وهواجسه، فيصبح خائر النفس، ثقيل الظل، يخادن نفسه، وينأى عن صحبة الناس، وقد يسترسل في كابته حتى يشعر بثقالة أحلامه وآماله في ضوء الحقائق اليومية، فيخلد إلى التأمل هروباً من الواقع، ويظل في غلوائه حتى تسوب إليه نفسه، حينما يجد في هواياته ميوله ما يملا به فراغه من خلان ورفاقه ما يخفف به آلام نفسه وكآبة شعوره.

- الانطلاق:

يندفع المراهق أحياناً وراء انفعالاته حتى يمتسي متهوراً يركب رأسه فيقدم على الأمر، ثم ينخزل عنه في ضعف وتردد، ويرجع باللائمة على نفسه، ولذلك سرعان ما يستجيب لسلوك الجمهرة الصاخبة السائرة في طيش قد يرمي به إلى التهلكة (السيد، 1956، 229-230).

- التمرد والعصيان:

يعتقد المراهق أن الكبار لا يفهمونه، ويريدون السيطرة عليه وأن أفكارهم قديمة، وأن المجتمع لا يساعده على تحقيق أهدافه، فيفسر المساعدة أو النصيحة والإرشاد على أنها تسلط وإهانة ومن مظاهره سلوك التحدي والعصيان والتمرد والانحراف ومخالفة الجماعة والقوانين والجروح (الشيباني، 2000، 206).

ثانياً: النمو العقلي: يعتمد التكوين العقلي - جسماً - على الجهاز العصبي ودرجة نموه ومرونته وقيامه بالنشاط الحيوي الفعال، ويشمل التكوين العقلي كل نشاط إدراكي يتجلى في حياة المراهق، فهو يتضمن المستويات العليا والوظائف العقلية في العمليات الارتباطية والذكاء كقدرة عامة، ثم القدرات الخاصة (الحاجي، 2007، 51)، وتتميز مرحلة المراهقة بأنها فترة تميز ونضج في القدرات وفي النمو العقلي عموماً، ويطرّد نمو الذكاء، ويكون الذكاء العام أكثر وضوحاً من تميز القدرات الخاصة، وتصبح القدرات العقلية أكثر دقة في التعبير مثل القدرة اللفظية والعديدية (قصبيات، 2007، 99).

حيث يصل الذكاء هنا إلى أعلى قمم نضجه، وكان فيما مضى يعتقد أن نمو الذكاء يتوقف في الفترة ما بين 16-20 سنة، إلا أن الدراسات الحديثة تؤكد أن هذا ما هو إلا الوصول إلى مستوى نضج الذكاء، وتدل البحوث الحديثة أيضاً على أن ذكاء الأذكىاء والمتفوقين والعباقرة يستمر في النمو ولكن في ببطء شديد حتى العقد الخامس من العمر، ويزداد فهم المفاهيم الأخلاقية فيما يتعلق بما هو صواب وما هو خطأ وفهم معنى الأمانة والمثل الأخلاقية، ويتبلور التخصص ويتضح ويخطو المراهق خطوات كبيرة نحو الاستقرار والمهنة، وتزداد القدرة على التحصيل وتزداد السرعة في القراءة، ويستطيع الطالب الإحاطة بقدر إمكانه بمصادر المعرفة المتزايدة، وتزداد قدرة المراهق على اتخاذ القرارات والتفكير لنفسه بنفسه، وتزداد القدرة على الاتصال العقلي مع الآخرين واستخدام المناقشة المنطقية وإقناع الآخرين (زهران، 1986، 368-367).

أما التفكير المجرد والقدرة على التحليل المنطقي ومعالجة الأشياء الغير موجودة والغير ملموسة أو الملاحظة، فيأتي مع المراهقة، وعندها يستطيع المراهق أن يعالج القضايا العقلية الصرفة ويقومها، وأن يناقش بدرجة من الدقة العوامل أو الأسباب التي تستند إليها قضية ما ويفسرها على ضوءها ويعطي رأياً فيها، وهو في معالجاته هذه ومناقشاته لا يعتمد على تفكيره الحسي، وإنما يعتمد في الغالب على التعبيرات اللفظية والعمليات الرمزية، والإجراءات التي تعتمد على استخدام الحواس وعلى اشتقاق الاستنتاجات بطريقة عقلية صرفة. وغير ذلك من العمليات التي يعتمد عليها التفكير المجرد (محمود، 1981، 43).

كما يتأثر تفكير المراهق بالبيئة تأثراً يحفز به إلى ألوان مختلفة من الاستدلال وحل المشاكل حتى يستطيع الفرد أن يكيف نفسه تكيفاً صحيحاً لبيئته المعقدة المتشابكة المتطورة مع نموه، هذا وتقترن مفاهيم المراهقين في مستوياتها العليا الصحيحة من التعميم الرمزي، ولهذا يستطيع المراهق أن يفهم معنى الخير والفضيلة والعدالة، بينما يعجز الطفل عن إدراكه لهذه المفاهيم المعنوية، وهكذا نرى أن العالم الفكري للمراهق أكثر تناسقاً وانتظاماً من عالم الأطفال، وأكثر معنوية وتجيداً (السيد، 1956، 213-212).

ثالثاً: البحث عن الهوية:

يجد الكثير من المراهقين أنفسهم يلعبون أدواراً تتغير وتتبدل من موقف إلى آخر، وقد ينتابهم القلق على أي من هذه المواقف يمثل ذاتهم بصورة حقيقية، كما يجربون بصورة واعية أدواراً مختلفة على أمل أن يجدوا واحد من هذه الأدوار ملائماً ومناسباً لهم، وعموماً فإن البحث عن الهوية يصبح جاداً خاصة في هذه المرحلة من النمو، فالتغيرات التي تحدث أثناء سنوات الطفولة الوسطى-هي إلى حد كبير- تدريجية ومنتظمة وبدون نقلات فجائية من يوم لآخر ومن شهر لآخر.

والمراهق عموماً يواجه عدد كبير من التغيرات النفسية والجسمية والجنسية المتشابكة، ويواجه أيضاً متطلبات عقلية واجتماعية ومهنية جديدة ومتنوعة، ومما لا يدعو للدهشة، فإن المراهقين يهتمون بالكيفية التي يظهرون بها في عيون الآخرين بالمقارنة إلى ما يعتقدونه في أنفسهم، ويهتمون كذلك بالتساؤل عن كيفية الربط بين الأدوار والمهارات التي شُربت لهم مبكراً ومطالب المستقبل، وعموماً فإن التوصل إلى معنى محدد لهوية الفرد يعتمد -إلى حد ما- على قدرة المراهق على تصور ذاته بصورة مجردة، فالقدرة على التفكير الصوري تساعد المراهق في بحثه عن "هويته" ولكنها بنفس الوقت تزيد من صعوبة ذلك البحث وتلك الأشكال المعرفية ليست في جوهرها متناقضة، ولكنها مكملات لحاجات المراهق لكي ينمي إحساس بهويته، لأنه من خلال العلاقات الممكنة التي يمكن أن يتصورها المراهق نجده يعمل سلسلة من الاختبارات الدقيقة لتعهداته الشخصية، المهنية، الجنسية، والأيدولوجية. (الأشول، 2008، 543)

3-5) أهمية المراهقة المتأخرة في تشكيل الهوية وتنظيم الانفعالات:

- تشكل الهوية:

إن الطلب الرئيسي لفترة المراهقة يتمركز في إيجاد إجابة علمية للسؤال التالي: من أنا، أو من أكون؟، فالمراهق الذي لديه إحساس قوي وحقيقي عن هوية الأنا يرى نفسه كفرد منفرد مستقل والحقيقة فإن كلمة فرد

Individual كمرادف لكلمة شخص Person تتضمن الحاجة إلى أن يدرك الفرد نفسه كشيء منفصل ومتفرد عن الآخرين، بغض النظر إلى أي مدى يشترك فيه مع الآخرين في دوافعهم وقيمهم واهتماماتهم (الأشول، 2008، 542).

إن أزمة الهوية والتقدير الذاتي تتم في نهاية المراهقة، فبقدر ما يصبح المراهق واثقاً من هويته الذاتية يميل إلى التفتيش عن تحقيقها في الصدق والحب والقيادة والخلق (سليم، 2002، 386).

وفقاً لإريك إريكسون (E. Erikson) فإن المهمة الرئيسية للمراهقين هي حل أزمة الهوية مقابل ارتباك الأدوار وبناء شعورهم الفريد بالهوية، وإيجاد البيئة الاجتماعية التي يمكنهم الانتماء إليها وإنشاء علاقات ذات معنى مع الآخرين (Rageliené, 2016, 97-98)، وبالتالي المراهقة هي فترة التغيرات العميقة جسدياً وعقلياً، يحول المراهقون فيها تعريف أنفسهم وقد يقومون بتجربة مجموعة متنوعة من الشخصيات والاهتمامات والقيم والمعتقدات ومقارنتها مع القيم والمعتقدات التي تنتقل إليهم من آبائهم ومقدمي الرعاية خلال مرحلة الطفولة.

- تنظيم الانفعالات:

تمثل المراهقة فترة نمو حاسمة يواجه المراهقون فيها إحدى أكثر المهام أهمية وهي اكتساب استراتيجيات فعّالة لتنظيم الانفعالات بعيداً عن دعم البالغين وحمائيتهم الذي كان يقوم في مرحلة الطفولة، حيث يفترض الباحثون أن مهارات تنظيم الانفعالات القوية أساسية للحصول على نتائج صحية ومرنة للوصول للتكيف الناجح لدى الشباب (O'donohue et al, 2013, 129).

ومن وجهة نظر نمائية -من منظور النمو المعرفي الانفعالي- توفر مرحلة المراهقة المتأخرة فرصة مهمة للتفكير في استراتيجيات جديدة لتنظيم الانفعال وتعلّمها، كما كشفت دراسات التصوير العصبي أن الفترة الممتدة من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الشباب المبكر تخضع فيها قشرة الفص الجبهي -التي تلعب دوراً رئيسياً في تنظيم الانفعالات - لإعادة هيكلة وتطور مهمين.

هذه التغيرات في بنية الدماغ ووظيفته في مرحلة المراهقة المتأخرة ومرحلة البلوغ تتوازي مع زيادة إمكانية التفكير المعرفي في الأفكار والانفعالات (Ruski, 2011, 19)، ولاحظ (جيرسيلد، 1952) أن الناشئة (المراهقين)، عند قيامهم بعملية التقييم الذاتي وتقييم الآخرين، يعولون على التجربة الانفعالية وانعكاساتها ودورها في حياة المرء عموماً، وعلى السمات ذات الطبيعة الانفعالية في الشخصية بصورة خاصة، وقد ألح الناشئة في عملية التقييم هذه على السمات ذات الطبيعة الانفعالية بعدّها مسؤولة مباشرة عن تشكل الكثير من السمات العقلية والعملية في الشخصية، وأبرزوا دور (التوازن الانفعالي) في تحقيق الذات وبناء الشخصية الحرة الفاعلة والمبدعة (مخول، 1986، 358).

3-6) الفرق بين المراهقة المبكرة والمتأخرة في بناء الهوية:

خلال مرحلة المراهقة المبكرة، يمر معظم الشباب بحالات هوية مختلفة مثل التشتت أو الانغلاق أو التعليق، ووفقاً لمارسيا (Marcia) هناك ثلاثة جوانب أساسية في نمو المراهقين المبكرين تعتبر حاسمة لتكوين الهوية في هذه المرحلة:

ـ الثقة في دعم الوالدين: يجب أن يشعر المراهق بالثقة والدعم من والديه.

ـ الشعور بالإنجاز والاجتهاد: يجب أن يكون لدى المراهق توجه إيجابي نحو العمل والشعور بالقدرة على الانجاز.

ـ القدرة على التفكير في المستقبل: يجب أن يكون المراهق قادراً على التفكير بشكل تأملي في مستقبله.

ـ العديد من المراهقين الصغار في مرحلة المراهقة المبكرة هم من رتبة تشتت الهوية.

ويشير مارسيا (Marcia) إلى أن الهوية الأولى في مرحلة المراهقة ينبغي أن يتوقع منها الناتج النهائي للهوية.

بينما يظهر المراهقون في مرحلة المراهقة المتأخرة -ممن هم في الصفوف العليا في الكلية - تحقيقاً أكبر لهويتهم، وذلك لأن التعقيد المتزايد في مهارات التفكير لدى طلاب الكلية، إلى جانب مجموعة واسعة من

التجارب الجديدة التي تبرز التناقضات بين المنزل والجامعة وبين الآخرين تحفزهم على الوصول إلى مستوى أعلى من دمج أبعاد مختلفة لهويتهم

وكشف تحليل تلوي لـ (124) دراسة أجرتها كروجر وزملائها (Kroger et al, 2010) أنه خلال فترة المراهقة وبداية مرحلة البلوغ، ارتفعت حالة تعليق الهوية بشكل مطرد حتى سن (19) عاماً ثم انخفضت، وارتفعت حالة تحقيق الهوية عبر أواخر المراهقة وبداية مرحلة البلوغ، فالمرهقون في هذه المرحلة يتجهون من الاستكشاف الخارجي نحو الاستكشاف الداخلي لتكوين هويات أكثر استقلالية وتفرد (Santrock, 2019, 142-143).

68- 50	الفصل الرابع: إجراءات البحث الميدانية
51	• تمهيد
51	1- منهج البحث
51	2- مجتمع البحث
52	3- عينة البحث
53	4- متغيرات البحث
54	5- أدوات البحث
67	6- الاساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

الفصل الرابع

إجراءات البحث الميدانية

• تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للمنهج المستخدم في البحث، ومجتمعه، وعينته، ومتغيراته، وأدواته والتحقق من خصائصها السيكمترية، وتحديد الأساليب الإحصائية المستخدمة فيه.

1- منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي الذي يتناسب مع طبيعة البحث، وهو يدرس الظاهرة كما هي في الواقع، ويصفها وصفاً تحليلياً علمياً، ويستخدم المنهج الوصفي ليشير إلى مجموعة واسعة من الفعاليات التي تشترك في أنها تهدف إلى وصف المواقف أو الظواهر، وقد يكون هذا الوصف ضرورياً لاتخاذ قرار لدعم أغراض البحث، وهو مصمم في هذا السياق لتطوير المعرفة التي يستند إليها الباحثون في تفسيراتهم (حمصي، 1994، 184).

2- المجتمع الأصلي للبحث:

تألف المجتمع الأصلي للبحث من جميع طلاب السنتين الأولى والرابعة الذين يحققون شرط العمر ما بين (18- 21) سنة في كليات: التربية، الحقوق، الاقتصاد، الهندسة المدنية، في جامعة دمشق ضمن العام الدراسي 2023/2024، وبعد الرجوع إلى الكليات المذكورة تبين أن إجمالي عدد الطلاب في السنتين الأولى والرابعة في الكليات الأربعة (17696) طالباً وطالبة بحسب إحصائيات الكليات المذكورة، والجدول الآتي يوضح توزيعهم.

جدول (1) توزيع أفراد المجتمع الأصلي على الكليات التي تم سحب العينة منها

السنة الأولى	السنة الرابعة	الكلية
4115	1893	التربية

3500	1400	الحقوق
3183	1679	الاقتصاد
1165	761	الهندسة المدنية

3- عينة البحث:

- العينة السيكومترية: تألفت من (104) طالباً وطالبة من طلاب كليات: (التربية . الحقوق . الاقتصاد . الهندسة المدنية) خارج عينة البحث الأساسية اختيرت تبعاً للطريقة الطبقية، بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات المستخدمة في الدراسة الحالية، والجدول الآتي يوضح خصائصها.

جدول (2) توزع أفراد العينة السيكومترية تبعاً لمتغيري الجنس والعمر

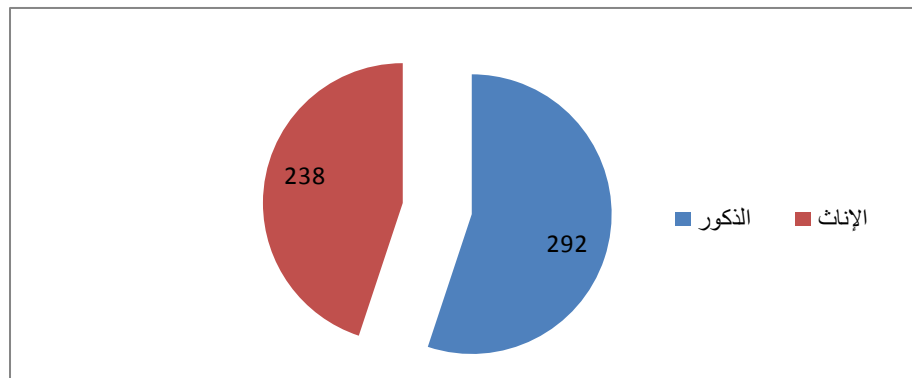
الجنس	العدد	النسبة المئوية	العمر	العدد	النسبة المئوية
الذكور	61	%58.653	18-19 سنة	55	%52.884
الإناث	43	%41.347	20 - 21 سنة	49	%47.116
المجموع	104	%100	المجموع	104	%100

- العينة الأساسية: تكونت عينة البحث الأساسية من (530) طالباً وطالبة من طلاب كليات: (التربية، الحقوق، الاقتصاد، الهندسة المدنية) تم اختيارهم بالطريقة الميسرة (العرضية)، بهدف الإجابة عن تساؤلات البحث والتحقق من صحة فرضياته، ونسبة تمثيل (2.99)% للمجتمع الأصلي للبحث، والجدول الآتي يوضح خصائصها تبعاً لمتغيرات البحث.

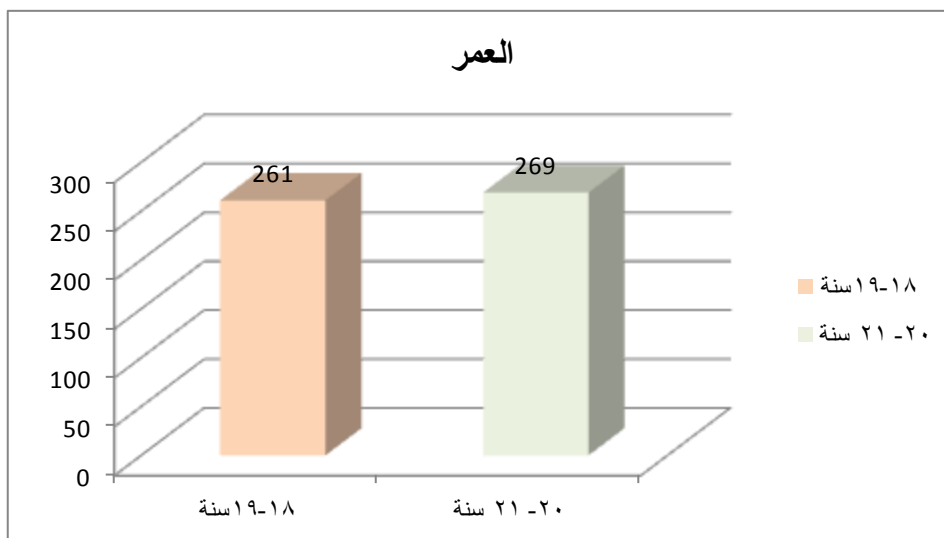
جدول (3) توزع أفراد العينة الأساسية تبعاً لمتغيري الجنس والعمر

الجنس	العدد	النسبة المئوية	العمر	العدد	النسبة المئوية
الذكور	292	%55.094	18-19 سنة	261	%49.245
الإناث	238	%44.906	20 - 21 سنة	269	%50.755

المجموع	530	%100	المجموع	530	%100
---------	-----	------	---------	-----	------



شكل (1) توزيع أفراد العينة الأساسية تبعاً لمتغير الجنس



شكل (2) توزيع أفراد العينة الأساسية تبعاً لمتغير العمر

4- متغيرات البحث:

- المتغيرات الارتباطية: رتب هوية الأنا، استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

- المتغيرات التصنيفية: العمر، الجنس.

5- أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بإعداد مقياس رتب هوية الأنا، ومقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بما يتناسب مع طبيعة الفئة المستهدفة في البحث وعمرها.

أولاً: مقياس رتب هوية الأنا:

تم إعداد أداة لقياس رتب هوية الأنا وفقاً للخطوات الآتية:

1- تم الاطلاع على البحوث العلمية والمقاييس ذات الصلة: برتب الهوية المرتبطة بموضوع البحث، إذ تم

الاطلاع على المقاييس التي تضمنتها، وهي: المقياس الموضوعي لرتب الهوية الذي أعده آدمز وبينون (1986)، ودراسة علي (2007)، ودراسة بله (2007)، ودراسة حمود (2011)، و صواف (2013)، ودراسة عمار (2015) وذلك على المستوى المحلي، وأيضاً دراسة بوضياف دليلة (2018)، ودراسة الصقية والقضيبي (2019)، ودراسة الغزي (2020)، ودراسة العارضة (2016)، ودراسة جبر (2013)، على المستوى العربي.

2- تم تصميم مقياس: لرتب هوية الأنا يناسب أفراد العينة ممن هم في مرحلة المراهقة المتأخرة، المرحلة التي يتم فيها تشكل الهوية، وبالتالي تتحدد أبعاد المقياس بما يأتي:

- أبعاد الهوية الأيديولوجية المتمثلة بما يأتي:

- اختيار الفرع الدراسي وتحديد المهنة: هي جملة التوجهات والطرق التي تم فيها اختيار الفرع الدراسي وتحديد مهنة المستقبل.
- الموضوعات الدينية: ويقصد بها المعتقدات الدينية التي يتم فيها مناقشة الأفكار والمبادئ التي تلقاها الفرد من قبل.
- الموضوعات السياسية: وهي المعتقدات السياسية للفرد التي تعكس مدى امتلاكه حس المسؤولية.

- أسلوب الحياة: وتعني جملة المبادئ والقيم والعادات والتقاليد، والقدرة على مواجهة المشكلات وتحمل المسؤولية، وتحديد الأهداف، والتي تندمج جميعها بشكل عام، وأسلوب محدد يعيش من خلاله الفرد حياته.

- أبعاد الهوية الاجتماعية المتمثلة بما يأتي:

- الصداقة: هي مدى قدرة الفرد على إقامة علاقات صداقة اجتماعية جيدة مع الآخرين يدعم من خلالها مفهومه لذاته ويحقق هويته.
- التعامل مع الجنس الآخر: ويرتبط بحاجة المراهقين إلى فهم المواقف، واكتشاف أدوارهم الجنسية، وتأثير القيم العائلية، والتنوع الثقافي، والتطور الاجتماعي.
- التعامل مع وقت الفراغ: ويعكس مدى قدرة الفرد على الاستفادة من وقت فراغه، وبالتالي الإسهام في تنظيم السلوك الاجتماعي، وفهم أفضل للذات والآخرين.
- تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية: الذي يعكس إدراك الفرد للدور الجنسي، ومدى وضوحه في فترة المراهقة المتأخرة.

3- وصف المقياس:

- مبررات إعداد المقياس: الهوية متغير نمائي يتأثر بعوامل داخلية للفرد وخارجية (أي البيئة)؛ وقد طرأ على المجتمع السوري كثيراً من التغيرات خلال العشر سنوات الأخيرة، فيما يخص السياسة والدين والقيم والأخلاق، وحتى العمل وسوق العمل، وتم تصميم المقياس لينتاسب مع ما طرأ من تغيرات على المجتمع السوري أثرت بدورها على الطلاب.
- الهدف من المقياس: تعرّف مدى تجاوز الفرد لأزمة الهوية المتمثلة بالاستكشاف والالتزام من خلال الرتبة التي وصل إليها بحسب نظرية مارشيا Marcia.
- تألف المقياس من بعدين:

- **البعد الأيديولوجي:** اختيار الفرع الدراسي وتحديد المهنة، الموضوعات السياسية، الموضوعات الدينية، المبادئ والقيم، العادات والتقاليد، مواجهة المشكلات، تحمل المسؤولية، تحديد الأهداف.

- **البعد الاجتماعي:** الصداقة، التعامل مع الجنس الآخر، التعامل مع أوقات الفراغ، اختيار شريك الحياة، تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية.

وبعد التحكيم أصبحت:

- **البعد الأيديولوجي:** اختيار الفرع الدراسي، الموضوعات الدينية، الموضوعات السياسية، أسلوب الحياة.

- **البعد الاجتماعي:** الصداقة، التعامل مع الجنس الآخر، التعامل مع وقت الفراغ، تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية. وبذلك تألف المقياس من:

- معلومات عامة عن الفرد: الجنس . العمر .

- (32) بنداً موزعة على مجالين، كل مجال يتضمن أربعة أبعاد، والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (4) توزع بنود مقياس رتب هوية الأنا على الأبعاد الفرعية

أرقام البنود في المقياس	عدد البنود	مجالات الهوية
1-9-17-25	4	اختيار الفرع الدراسي وتحديد المهنة
3-11-19-27	4	الموضوعات الدينية
5-13-21-29	4	الموضوعات السياسية
7-15-23-31	4	أسلوب الحياة
2-10-18-26	4	الصداقة
4-12-20-28	4	التعامل مع الجنس الآخر
6-14-22-30	4	التعامل مع وقت الفراغ
8-16-24-32	4	تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية

جدول (5) توزيع بنود مقياس رتب هوية الأنا حسب الرتبة

الرتبة	رقم البند
تحقيق	4-8-11-15-17-18-22-29
تعليق	3-7-12-16-21-25-26-30
انغلاق	2-6-9-13-19-23-28-32
تشتت	1-5-10-14-20-24-27-31

• طريقة تصحيح المقياس:

لكل بند من بنود المقياس خمسة بدائل للإجابة، يختار المفحوص واحدة منها تشير إلى مدى انطباق محتوى العبارة على حياته الشخصية، وتوزع الدرجات في البدائل على النحو الآتي.

جدول (6) توزع الدرجات في بدائل الإجابة على مقياس رتب هوية الأنا

البديل	موافق بشدة	موافق	ما بين	غير موافق	غير موافق أبداً
الدرجة	5	4	3	2	1

يتم احتساب درجة المفحوص على كل رتبة بجمع درجات الفرد على البنود الخاصة بهذه الرتبة، أما الدرجة الكلية للمقياس فهي مجموع درجات الفرد على جميع بنود المقياس، وتتراوح الدرجة الكلية لكل رتبة بين (8) و(40)، بينما تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (32) وهي أدنى درجة على المقياس، و(160) درجة وهي أعلى درجة على المقياس، والدرجة المنخفضة تشير إلى انخفاض رتب الهوية، بينما تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع رتب الهوية، وتحدد رتبة الهوية المسيطرة من خلال مقارنة الدرجة الخام للمفحوص في كل رتبة بالدرجة الفاصلة لتلك الرتبة والمساوية لمتوسط المجموعة، مضاف إليها نصف قسمة الانحراف المعياري.

4- نتائج الدراسة السيكمترية لمقياس رتب الهوية:

أولاً: صدق الأداة: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الطرائق: المحتوى، التمييزي، البنوي، وفيما يأتي توضيح لذلك.

أ) صدق المحتوى:

تم الاطلاع على العديد من المقاييس والدراسات السابقة وأدبيات البحث لبناء بنود المقياس، ثم تم عرض المقياس في صورته الأولية على عدد من الأساتذة والمدرسين الخبراء في كلية التربية ضمن محافظة دمشق ومحافظة القنيطرة، الذين قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة بنود مقياس رتب الهوية لما وضعت لقياسه، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية، إضافة أو حذف أو اقتراح التعديلات التي يرونها مناسبة على فقرات المقياس، وفي ضوء تلك الآراء تم إجراء التعديلات المناسبة على الفقرات المنقح عليها، والجدول الآتي يوضح فقرات المقياس قبل وبعد التعديل.

جدول (7) بنود مقياس هوية الأنا قبل وبعد التعديل

الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
توصلت لفكرة واضحة عما يجب توافره في صديقي	لدي فكرة واضحة عما يجب توافره من صفات في صديقي
أكتفي بممارسة ما يمارسه والدي أو أصدقائي من أنشطة خلال أوقات الفراغ	أكتفي بممارسة الأنشطة المفضلة لدى والدي في أوقات الفراغ
قليلاً ما يشغلني التفكير في الموضوعات الدينية	غير مهتم بالتفكير بالقضايا الدينية لشعوري بعدم الحاجة لذلك
استندت في اختياري للفرع الدراسي إلى آراء ورغبة والدي	اخترت فرعي الدراسي استناداً إلى آراء والدي
نادراً ما أفكر بشكل جدي ومعمق حول تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية	أبتعد عن التفكير بشكل جدي حول تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية
الأسلوب الذي يريحني بالتعامل مع الجنس الآخر لم أصل إليه بعد	غير متأكد بعد من أن أسلوبني في التعامل مع الجنس الآخر هو ما يناسبني

ولحساب نسبة الاتفاق بين المحكمين استخدمت الباحثة معادلة لوشي الآتية:

$$CVR = \frac{n_e - (\frac{N}{2})}{\frac{N}{2}}$$

حيث: CVR = نسبة صحة المحتوى، n_e = المحكمون الذين عدّوا أنّ البند هام ، $N/2$ = عدد المحكمين/2.

وبلغت نسبة الاتفاق بينهم حول فقرات المقياس (0.84)، وهي قيمة مرتفعة، مما يدل على تمتّع فقرات مقياس رتب الهوية بمؤشرات صدق محتوى جيدة.

(ب) الصدق التمييزي:

تمّ التحقق من الصدق التمييزي لمقياس رتب الهوية من خلال ترتيب مجموع الدرجات الكلية لاستجابة أفراد العينة البالغ عددهم (104) على المقياس تصاعدياً، وأخذ نسبة (25%) من الدرجات العلوية، و(25%) من الدرجات الدنيا، ثم حساب الفرق بين هاتين المجموعتين على الدرجة الكلية للمقياس باستخدام اختبار (Independent- Sample t- Test) للعينات المستقلة والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (8) الصدق التمييزي لمقياس هوية الأنا

أداة البحث	الفئات	العينة	المتوسط	الانحراف	قيمة (T)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية	الفئة العليا	26	113.8846	7.19070	13.211	50	0.000	دال
	الفئة الدنيا	26	91.6923	4.65420				

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيمة (ت) للدرجة الكلية للمقياس بلغت (13.211)، وهي دالة عند مستوى (0.01)، مما يشير أن المقياس المعدّ قادر على التمييز بين الفئتين العليا والدنيا؛ لذا يمكن القول أنه يتمتع بمؤشرات صدق تمييزي جيدة.

ت) الصدق البنيوي:

لحساب الصدق البنيوي تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، باستعمال معامل ارتباط بيرسون، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (9) الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس رتب الهوية

الارتباط	رقم الفقرة	الارتباط	رقم الفقرة
**0.302	17	**0.611	1
**0.312	18	**0.301	2
**0.458	19	**0.350	3
**0.441	20	**0.341	4
**0.661	21	**0.368	5
**0.321	22	**0.497	6
**0.326	23	**0.815	7
**0.359	24	**0.551	8
**0.376	25	**0.310	9
**0.451	26	**0.412	10
**0.441	27	**0.314	11
**0.531	28	**0.316	12
**0.802	29	**0.601	13
**0.380	30	**0.482	14
**0.406	31	**0.741	15
**0.532	32	**0.361	16

يلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (-0.301-

0.815)، وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، مما يدل على أن بنود

المقياس متسقة فيما بينها، وتقيس ما وضعت لقياسه.

ثانياً: ثبات الأداة: جرى حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ، وفيما يأتي توضيح لها:

(أ) ثبات التجزئة النصفية:

جرى حساب الثبات وفقاً لهذه الطريقة، وذلك من خلال تقسيم فقرات مقياس رتب الهوية إلى قسمين، القسم الأول: يتضمن البنود الفردية، والقسم الثاني: يتضمن البنود الزوجية، بعد تطبيقها على عينة مكونة من (104) طالباً وطالبة، ثم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة سبيرمان براون، وبلغت قيمة معامل الثبات (0.671)، وهو معامل ثبات مقبول ودال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

(ب) ثبات ألفا كرونباخ:

جرى حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للمقياس، بعد تطبيقه على أفراد العينة السيكمترية البالغ عددهم (104) طالباً وطالبة، باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، وبلغت قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ (0.798)، وهو معامل ثبات جيد ودال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، ويوضح الجدول الآتي معاملات الثبات الناتجة.

جدول (10) معاملات الثبات لمقياس رتب الهوية

أداة البحث	عدد البنود	التجزئة النصفية	ألفا - كرونباخ
الدرجة الكلية	32	0.671	0.798

يتضح مما سبق أن مقياس رتب الهوية المعد يتمتع بمؤشرات صدق وثبات جيدة تجعله صالح للاستعمال ضمن البيئة المحلية وفق حدود عينة البحث الحالي، وبذلك استوفى الشروط اللازمة للتطبيق الميداني بصورته النهائية.

ثانياً: مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي:

تم إعداد أداة لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي وفقاً للخطوات الآتية:

1- الاطلاع على البحوث العلمية و المقاييس ذات الصلة: باستراتيجيات التنظيم الانفعالي المرتبطة بموضوع البحث، إذ اطلعت الباحثة على هذه الدراسات والمقاييس التي تضمنتها، وهي: مقياس التنظيم الانفعالي من إعداد جارنفسكي وكرايج (2007)؛ كدراسة جروان (2019)، ودراسة البريدي (2020)، ودراسة الشرع (2021) و دراسة الحارثي (2021)، ودراسة عفانة (2018)، ودراسة دايل (2020)، وبعض الدراسات الأخرى استخدمت مقاييس للتنظيم الانفعالي من إعداد باحثيها؛ كدراسة سلوم (2015) على المستوى المحلي، ودراسة أبو سيسي (2020)، ودراسة قتانة، عبدون، علي (2021)، ودراسة السيد إبراهيم (2021)، ودراسة الرنتيسي (2019)، ودراسة محمد (2020) ، وهناك دراسات استخدمت مقياس التنظيم الانفعالي ل جروس وجون كما في دراسة الصبان، السلمي، الأنصاري (2020)، ودراسة الجبيلي (2021) على المستوى العربي، وهناك دراسات محلية استخدمت مقياس التنظيم الانفعالي ل جيمس جروس كدراسة الفهد (2017)، ودراسة أخرى استخدمت مقياس التنظيم الانفعالي من إعداد العاسمي كدراسة بدرية (2020).

2- وصف المقياس:

- مبررات إعداد المقياس: عدم وجود مقياس في حدود علم الباحثة يتناسب مع أهداف البحث الذي يستهدف دراسة أربع استراتيجيات فقط، إضافة إلى الفئة العمرية، وخصوصية المرحلة التي تمر بها.
- الهدف من المقياس:

- تعرّف مدى استخدام الفرد لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي الإيجابي منها والسلبي.
- تصميم مقياس لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي يتناسب مع طلبة الجامعة في مرحلة المراهقة المتأخرة؛ المرحلة الأنسب لتعلم استراتيجيات التنظيم الانفعالي وفق وجهة نظر نمائية.
- تألف المقياس من:

- تألف المقياس من (20) بنداً موزعة على أربعة أبعاد، والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (11) توزع بنود مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي على الأبعاد الفرعية

الأبعاد	عدد البنود	أرقام البنود في المقياس
إعادة التقييم	5	1-6-10-14-18
إعادة التركيز الإيجابي	5	3-8-12-16-20
الاجترار	5	2-5-9-13-17
الكبت	5	4-7-11-15-19

تكون المقياس من عبارات إيجابية وسلبية كما يوضحها الجدول الآتي.

جدول (12) العبارات الإيجابية والسلبية في مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

البنود	أرقام البنود
الإيجابية	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-12-14-15-16-17-18-20
السلبية	11-13-19

• طريقة تصحيح المقياس:

لكل بند من بنود المقياس خمس بدائل للإجابة، يختار المفحوص واحدة منها تشير إلى مدى انطباق محتوى العبارة على حياته الشخصية، وتوزع الدرجات في البدائل على النحو الآتي.

جدول (13) توزع الدرجات في بدائل الإجابة على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

	ينطبق تماماً	ينطبق بدرجة متوسطة	متأرجحة	لا ينطبق بدرجة متوسطة	لا ينطبق أبداً
البنود الإيجابية	5	4	3	2	1
البنود السلبية	1	2	3	4	5

يتم احتساب درجة المفحوص على كل بعد فرعي بجمع درجات الفرد على البنود الخاصة بهذا البعد الفرعي، أما الدرجة الكلية للمقياس فيتم الحصول عليها بجمع درجات الفرد على جميع بنود المقياس، وتتراوح درجات المفحوص على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل بين (20) وهي أدنى درجة على المقياس،

و(100) درجة وهي أعلى درجة على المقياس، وتشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض استراتيجيات التنظيم الانفعالي، بينما الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع استراتيجيات التنظيم الانفعالي، بينما تتراوح درجة المفحوص على كل بعد فرعي بين (5) و(25)، وتشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض هذه الاستراتيجية، والدرجة المرتفعة إلى ارتفاعها.

3- نتائج الدراسة السيكمترية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي:

أولاً: صدق الأداة: تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الطرائق الآتية:

أ) صدق المحتوى:

تم الاطلاع على العديد من المقاييس والدراسات السابقة وأدبيات البحث لبناء بنود المقياس، ثم تم عرض المقياس في صورته الأولية على عدد من الأساتذة والمدرسين الخبراء في كلية التربية ضمن محافظة دمشق والقنيطرة، إذ قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة بنود مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي لما وضعت لقياسه، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية، إضافة أو حذف أو اقتراح التعديلات التي يرونها مناسبة على فقرات المقياس، وفي ضوء تلك الآراء تم إجراء التعديلات المناسبة على الفقرات المتفق عليها، والجدول الآتي يوضح فقرات المقياس قبل وبعد التعديل.

جدول (14) بنود مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي قبل وبعد التعديل

الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
أرى أن الأحداث والمواقف القاسية تعلمني العديد من الدروس المفيدة	تعلمني الأحداث القاسية العديد من الدروس المفيدة
أجد نفسي في كثير من الأوقات منغمس بالتفكير بالمشاعر المؤلمة والأحداث التي عايشتها	أنغمس بالتفكير بـمشاعر مؤلمة عايشتها في الماضي
أستطيع التعبير عن مشاعري بوضوح وكلمات مناسبة لذا أفصح عنها	أعبر عن مشاعري بوضوح وكلمات مناسبة

عندما يعترضني موقف حزين أو يشعرني بالضيق والعصبية، لا أفكر بمواقف أخرى كانت سعيدة ومريحة	عندما يعترضني موقف مزعج، أفكر بمواقف تمدني بالبهجة
أخاف التعبير عن انفعالاتي بغضب وأسلوب غير لائق يعود عليّ بالإحراج لذا أفضل الاحتفاظ بها	أحتفظ بانفعالاتي حتى لا أعبر عنها بطريقة مزعجة
عندما أواجه حدث مزعج، أفكر في أمور أخرى أفضل لها الأولوية في شغل حيز من حياتي	أركز تفكيري في الأولويات الأكثر أهمية عندما أواجه حدثاً مزعجاً

وبلغت نسبة الاتفاق بينهم حول فقرات المقياس (0.823)، وهي قيمة مرتفعة، مما يدل على تمتع فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بمؤشرات صدق محتوى جيدة.

(ب) الصدق التمييزي:

تمّ التحقق من الصدق التمييزي لمقياس رتب الهوية من خلال ترتيب مجموع الدرجات الكلية لاستجابة أفراد العينة البالغ عددهم (104) على المقياس تصاعدياً، وأخذ نسبة (25%) من الدرجات العلوية، و(25%) من الدرجات الدنيا، ثم حساب الفرق بين هاتين المجموعتين على الدرجة الكلية للمقياس باستخدام اختبار (Independent- Sample t- Tes) للعينات المستقلة والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (15) الصدق التمييزي لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

أداة البحث	الفئات	العينة	المتوسط	الانحراف	قيمة (T)	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية	الفئة العليا	26	81.3462	4.14673	17.143	50	0.000	دال
	الفئة الدنيا	26	63.5000	3.31361				

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيمة (ت) للدرجة الكلية للمقياس بلغت (17.143)، وهي دالة عند مستوى (0.01)، مما يشير أن المقياس المُعدّ قادر على التمييز بين الفئتين العليا والدنيا؛ لذا يمكن القول إنه يتحتم بمؤشرات صدق تمييزي جيدة.

ت) الصندوق البنوي:

وفيه تمت دراسة الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، باستعمال معامل ارتباط بيرسون، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (16) الارتباط بين البنود والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

الارتباط	رقم الفقرة	الارتباط	رقم الفقرة
**0.312	11	**0.420	1
**0.528	12	**0.690	2
**0.404	13	**0.531	3
**0.441	14	**0.350	4
**0.488	15	**0.490	5
**0.335	16	**0.418	6
**0.820	17	**0.323	7
**0.483	18	**0.580	8
**0.801	19	**0.422	9
**0.421	20	**0.497	10

يلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (-0.312- 0.820)، وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، مما يدل على أن بنود المقياس متسقة فيما بينها، وتقيس ما وضعت لقياسه.

ثانياً: ثبات الأداة:

جرى حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ، وفيما يأتي توضيح لها:

أ) ثبات التجزئة النصفية:

جرى حساب الثبات وفقاً لهذه الطريقة، وذلك من خلال تقسيم فقرات مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي إلى قسمين، القسم الأول: يتضمن البنود الفردية، والقسم الثاني: يتضمن البنود الزوجية، بعد تطبيقها على عينة مكونة (104) طالباً وطالبة، ثم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة سبيرمان براون، وبلغت قيمة معامل الثبات (0.811)، وهو معامل ثبات جيد جداً، ودال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

ب) ثبات ألفا كرونباخ:

جرى حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للمقياس، بعد تطبيقها على أفراد العينة السيكمترية البالغ عددهم (104) طالباً وطالبة، باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، وبلغت قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ (0.890) وهو معامل ثبات جيد جداً، ودال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، ويوضح الجدول الآتي معاملات الثبات الناتجة.

جدول (17) معاملات الثبات لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

أداة البحث	عدد البنود	التجزئة النصفية	ألفا - كرونباخ
الدرجة الكلية	20	0.811	0.890

يتضح مما سبق أن مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعد يتمتع بمؤشرات صدق وثبات جيدة تجعله صالح للاستعمال ضمن البيئة المحلية وفق حدود عينة البحث الحالي، وبذلك استوفى الشروط اللازمة للتطبيق الميداني بصورته النهائية.

من خلال المعالجة الإحصائية لبنود المقياسين يتضح تمتعهما بخصائص سيكمترية جيدة، وهذا يشير إلى إمكانية استخدامهما ضمن البيئة المحلية، وفي حدود عينة البحث الحالية.

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم القيام بإجراء التحليل الإحصائي باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss، وللإجابة عن تساؤلات البحث واختبار فرضياته تم استخدام الأساليب الآتية:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

- معامل ألفا-كرونباخ لاختبار الثبات.
- اختبار استيوذنت ت لبيان دلالة الفروق في فرضيات البحث.
- معامل الارتباط (بيرسون) لحساب الترابط بين المتغيرات، وحساب العلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي.
- معامل الانحدار البسيط لدراسة التنبؤ.
- تحليل التباين ANOVA للعلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس رتب هوية الأنا ومقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي.

109 - 69	الفصل الرابع: نتائج البحث
84 - 70	أولاً: عرض نتائج تساؤلات البحث ومناقشتها:
70	• تمهيد
70	(1) السؤال الأول
74	(2) السؤال الثاني
78	(3) السؤال الثالث
82	(4) السؤال الرابع
105 - 85	ثانياً: عرض نتائج فرضيات البحث ومناقشتها:
85	(1) التحقق من صحة الفرضية الأولى
87	(2) التحقق من صحة الفرضية الثانية
90	(3) التحقق من صحة الفرضية الثالثة
92	(4) التحقق من صحة الفرضية الرابعة
95	(5) التحقق من صحة الفرضية الخامسة
98	(6) التحقق من صحة الفرضية السادسة
100	(7) التحقق من صحة الفرضية السابعة
103	(8) التحقق من صحة الفرضية الثامنة
106	• خاتمة
109	ثالثاً: مقترحات البحث

الفصل الرابع

نتائج البحث

• تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصل لها البحث ومناقشة هذه النتائج لمعرفة مدى تحقق الأهداف التي سعى إليها البحث، ومناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة، إذ تم أولاً عرض نتائج تساؤلات البحث ومناقشتها، ومن ثم النتائج المرتبطة بفرضيات البحث ومناقشتها وتفسيرها، وفي النهاية تم عرض مقترحات البحث.

أولاً: عرض نتائج تساؤلات البحث ومناقشتها:

1) السؤال الأول:

ما رتب هوية الأنا الأيديولوجية: (إنجاز، تعليق، انغلاق، وتشئت الهوية) لدى أفراد عينة البحث؟

للإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الأيديولوجية ككل والأبعاد الخاصة بإنجاز الهوية، تعليق الهوية، انغلاق الهوية، وتشئت الهوية، وفق المنحنى الطبيعي المتوسط زائد انحراف معياري واحد، والمتوسط ناقص انحراف معياري واحد، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (18) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على محور هوية الأنا الأيديولوجية

هوية الأنا الأيديولوجية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إنجاز الهوية	11.135	2.851
تعليق الهوية	12.356	3.074
انغلاق الهوية	10.550	2.966

2.742	10.320	تشئت الهوية
4.599	44.36	محور الهوية الأيديولوجية ككل

وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتوصل إليها تمّ تحديد درجة القطع والمستويات المعيارية لدرجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الأيديولوجية وأبعاده الفرعية، والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (19) توزع الدرجات والمستويات المعيارية المقابلة لها على محور رتب هوية الأنا الأيديولوجية

منخفض	المتوسط (درجة القطع)	مرتفع	المستوى
1-	0	1+	رتب محور الهوية الأيديولوجية
8 فما دون	13-9	14 فما فوق	إنجاز الهوية
9 فما دون	14- 10	15 فما فوق	تعليق الهوية
8 فما دون	13 -9	14 فما فوق	انغلاق الهوية
7 فما دون	12 -8	13 فما فوق	تشئت الهوية
39 فما دون	48 -40	49 فما فوق	محور الهوية الأيديولوجية ككل

وفي ضوء جدول توزع الدرجات السابق، تمّ تحديد نسبة الانتشار لرتب الهوية الأيديولوجية ككل وأبعاده الفرعية لأفراد العينة البالغ عددهم (530) فرداً، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (20) التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد عينة البحث على المستويات لمحور رتب الهوية الأيديولوجية

منخفض		متوسط		مرتفع		المستوى
النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	رتب محور الهوية الأيديولوجية
%18.68	99	%59.62	316	%21.70	115	إنجاز الهوية
%17.55	93	%57.36	304	%25.09	133	تعليق الهوية
%27.55	146	%54.53	289	%17.92	95	انغلاق الهوية
%14.72	78	%65.09	345	20.19%	107	تشئت الهوية

محور الهوية الأيديولوجية ككل	90	%16.98	357	%67.36	83	%15.66
------------------------------	----	--------	-----	--------	----	--------

يلاحظ من الجدول السابق:

- أن نسبة التكرار لبعد إنجاز الهوية الأيديولوجية في المستوى: المنخفض (18.68) %، والمتوسط (59.62) %، والمرتفع (21.70) %، وهذا يشير أن إنجاز الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبعد تعليق الهوية في المستوى: المنخفض (17.55) %، والمتوسط (57.36) %، والمرتفع (25.09) %، وهذا يشير أن تعليق الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبعد انغلاق الهوية في المستوى: المنخفض (27.55) %، والمتوسط (54.53) %، والمرتفع (17.92) % وهذا يشير أن انغلاق الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبعد تشتت الهوية في المستوى: المنخفض (14.72) %، والمتوسط (65.09) %، والمرتفع (20.19) % وهذا يشير أن تشتت الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لمحور رتب الهوية الأيديولوجية ككل في المستوى: المنخفض (15.66) %، والمتوسط (67.36) %، والمرتفع (16.98) %، وهذا يشير إلى انتشار الهوية الأيديولوجية عند عدد كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

ومن خلال المقارنة بين نسب الانتشار رتب الهوية الأيديولوجية ضمن المستوى المرتفع يلاحظ أن رتبة تعليق الهوية كانت الأكثر تكراراً بنسبة (25.09) %؛ لذا جاءت بالمرتبة الأولى، ثم إنجاز الهوية بنسبة (21.70) %، ثم تشتت الهوية بنسبة (20.19) %، وأخيراً انغلاق الهوية بنسبة (17.92) %.

- التفسير: تعكس النتيجة التي تشير إلى هيمنة رتبة التعليق، الصورة الطبيعية لطلاب الجامعة الذين يعيشون ظروف ضاغطة وتحديات كثيرة ويمرون في المرحلة النمائية المهمة لتكوين الهوية وهي المرافقة المتأخرة، فالحرم الجامعي بحد ذاته هو حاضنة رئيسية للاستكشاف، حيث ينتقل الطالب من بيئة قد تكون مغلقة أو محدودة إلى عالم من الأفكار المتنوعة، والمناهج النقدية، والزملاء من خلفيات مختلفة، هذه الخبرة الجديدة تهز قناعاته السابقة وتضعه حتماً في حالة من المساءلة والتقييم والبحث النشط عن أفكار تتناسب مع فهمه المتنامي الذي وصفه مارشيا (Marcia. 1988,1966) بأنه استعداد للنظر باتجاهات مختلفة عن تلك التي يقدمها الآباء (Sittrava, 2021).

وبحسب بيرزونسكي (Berzonsky) إن أسلوب معالجة الفرد لمعلومات الهوية هو ما يحدد رتبته، لكن الضغوط الكبيرة والتحديات الجمة تؤثر في أسلوب معالجة الفرد لمعلومات الهوية فهو أمام خيارات أيديولوجية متشعبة ومتضاربة، وبالتالي يصبح الالتزام بأي هوية ثابتة مخاطرة كبيرة وأيضاً الوصول للتحقيق يسبقه الكثير من العوائق فيبقى الفرد في حالة التعليق وهي تقابل الأسلوب الموجه نحو المعلومات. كما أن التحقيق في المرتبة الثانية يعكس وجود أفراد استطاعوا رغم التحديات، أن يجتازوا مرحلة من الاستكشاف بنجاح ويصلوا إلى التزامات مستقرة، فهؤلاء الأفراد هم أولئك الذين حظوا ربما بدعم أسري أقوى، أو بفضل قدرتهم الشخصية على معالجة المعلومات بشكل منهجي، وهذه الرتبة يقابلها الأسلوب الموجه نحو المعلومات لدى بيرزونسكي والذي يمكنهم من تقييم الخيارات بشكل منهجي واتخاذ القرار إلا أن الضغوط الساحقة يمكن أن تكون معيقاً بدلاً من أن تكون محفزة للاستكشاف، فبعض الأفراد كاستجابة للإرهاق والقلق الناجم عن كثرة الخيارات وعدم اليقين قد ينسحبون من عملية تكوين الهوية تماماً وهذا ما يفسر وجود رتبة التشتت ثالثاً، وبحسب بيرزونسكي هم يتبعون أسلوب تجنبي/تشتت، فهم غير مهتمين أو غير قادرين على الاستكشاف والالتزام، مما يضعهم في حالة تشتت.

وأخيراً رتبة الانغلاق التي تدل أنه في مجتمع يفرض التحديات وكثير التغيرات، تصبح الهوية الموروثة والجاهزة (الانغلاق) أقل جاذبية وأقل استدامة، فهذه المرحلة تتميز بالانفتاح والرغبة بالاستكشاف، إذ يقل ميل

الأفراد إلى تبني أيديولوجيات جاهزة دون تمحيص وتقييم ذاتي فتطور الهوية يعتمد على نظام دينامي للبناء الداخلي للدوافع، والقدرات، والمعتقدات، والتاريخ الخاص بالفرد (الخالدي، 2022، 353).

وهي تقابل الأسلوب الموجه نحو المعايير لدى بيرزونسكي إذ يوجد علاقة ارتباطية بين حالات الهوية لمارشيا (Marcia) وأساليب الهوية لدى بيرزونسكي (Berzonsky). (Eryigit, 2010).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (مليكي، 2017) ودراسة (جاسم، 2015) ودراسة (عمار، 2013) بينما تتفق مع دراسة (مليكي ورابيحي، 2019).

(2) السؤال الثاني:

ما رتب هوية الأنا الاجتماعية: (إنجاز، تعليق، انغلاق، وتشتت الهوية) لدى أفراد عينة البحث؟

للإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية ككل والأبعاد الخاصة بإنجاز الهوية، تعليق الهوية، انغلاق الهوية، وتشتت الهوية، وفق المنحنى الطبيعي المتوسط زائد انحراف معياري واحد، والمتوسط ناقص انحراف معياري واحد، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (21) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس رتب هوية الأنا الاجتماعية

هوية الأنا الاجتماعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إنجاز الهوية	12.260	3.400
تعليق الهوية	11.973	3.416
انغلاق الهوية	10.566	2.341
تشتت الهوية	9.383	3.061
محور الهوية الاجتماعية ككل	43.862	4.518

وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتوصل إليها تمّ تحديد درجة القطع والمستويات المعيارية لدرجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية وأبعاده الفرعية، والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (22) توزع الدرجات والمستويات المعيارية المقابلة لها على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية

مرتفع	المتوسط (درجة القطع)	منخفض	المستوى رتب محور الهوية الاجتماعية
1+	0	1-	
15 فما فوق	14 - 10	9 فما دون	إنجاز الهوية
15 فما فوق	14 - 10	9 فما دون	تعليق الهوية
13 فما فوق	12 - 10	9 فما دون	انغلاق الهوية
12 فما فوق	11 - 7	6 فما دون	تشئت الهوية
49 فما فوق	48 - 40	39 فما دون	محور الهوية الاجتماعية ككل

وفي ضوء جدول توزع الدرجات السابق تمّ تحديد نسبة الانتشار لرتب الهوية الاجتماعية ككل وأبعاده الفرعية لأفراد العينة البالغ عددهم (530) فرداً، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (23) التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد العينة على المستويات لمحور رتب الهوية الاجتماعية

مرتفع	متوسط	منخفض	المستوى رتب محور الهوية الاجتماعية
النسبة التكرار	النسبة التكرار	النسبة التكرار	
المئوية	المئوية	المئوية	
26.79% 142	48.12% 255	25.09% 133	إنجاز الهوية
26.41% 140	47.36% 251	26.23% 139	تعليق الهوية
20.19% 107	48.68% 258	31.13% 165	انغلاق الهوية
20.57% 109	65.09% 345	14.34% 76	تشئت الهوية
16.61% 88	66.60% 353	16.79% 89	محور رتب الهوية الاجتماعية ككل

يلاحظ من الجدول السابق:

- أن نسبة التكرار لبُعد إنجاز الهوية الاجتماعية في المستوى: المنخفض (25.09) %، والمتوسط (48.12) %، والمرتفع (26.79) %، وهذا يشير إلى أن إنجاز الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبُعد تعليق الهوية الاجتماعية في المستوى: المنخفض (26.23) %، والمتوسط (47.36) %، والمرتفع (26.41) %، وهذا يشير إلى أن تعليق الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبُعد انغلاق الهوية الاجتماعية في المستوى: المنخفض (31.13) %، والمتوسط (48.68) %، والمرتفع (20.19) % وهذا يشير إلى أن انغلاق الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبُعد تشتت الهوية الاجتماعية في المستوى: المنخفض (14.34) %، والمتوسط (65.09) %، والمرتفع (20.57) % وهذا يشير إلى أن تشتت الهوية منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لمحور رتب الهوية الاجتماعية ككل في المستوى: المنخفض (16.79) %، والمتوسط (66.60) %، والمرتفع (16.61) %، وهذا يشير إلى انتشار الهوية الاجتماعية عند عدد كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

ومن خلال المقارنة بين نسب الانتشار رتب الهوية الاجتماعية ضمن المستوى المرتفع يُلاحظ أن رتبة إنجاز الهوية كانت الأكثر تكراراً بنسبة (26.79) % لذا جاءت بالمرتبة الأولى، ثم تعليق الهوية بنسبة (26.41) %، ثم تشتت الهوية بنسبة (20.57) %، وأخيراً انغلاق الهوية بنسبة (20.19) %.

- التفسير: تعكس نتائج الدراسة التي تشير إلى أن رتب هوية الأنا الاجتماعية الأكثر انتشاراً لدى أفراد العينة في مرحلة المراهقة المتأخرة هي على التوالي (تحقيق، ثم تعليق، ثم تشتت، ثم انغلاق)، ديناميكية معقدة تتشكل بفعل تفاعلات النمو في هذه المرحلة العمرية الحاسمة؛ إذ تتميز مرحلة المراهقة المتأخرة بالبحث النشط عن الذات والأولوية، حيث يسعى الأفراد إلى تحديد مكانتهم في المجتمع وتكوين رؤية واضحة لمعتقداتهم وقيمهم وعلاقاتهم الاجتماعية، وعليه فإن تصدر رتبة التحقيق يشير إلى أن نسبة كبيرة من أفراد العينة قد خاضت بالفعل عملية استكشاف واعية للبدائل المتاحة في محيطهم الاجتماعي، وتمكنوا من اتخاذ التزامات راسخة بشأن هويتهم الاجتماعية، وقد أشارت دراسة (أبو شرار، 2013) إلى أن أقل مجالات أزمة الهوية هو المجال الاجتماعي، هذه القدرة على الاستكشاف والالتزام تعززها خصائص النمو المعرفي في هذه المرحلة، فيصبح التفكير أكثر تجريداً وتعقيداً، مما يسمح للمراهقين بتقييم وجهات نظر مختلفة واتخاذ قرارات مستتبيرة، كما أن زيادة الاستقلالية والقدرة على تحمل المسؤولية، وهي سمات مميزة للمراهقة المتأخرة، تمكن الأفراد من الانخراط بفعالية في بناء هويتهم الاجتماعية التي قد تكون سبّاقة إلى التبلور في مراحل سابقة.

أما عن حلول رتبة التعليق في المرتبة الثانية، فيعكس استمرار عملية الاستكشاف لدى شريحة أخرى من المراهقين المتأخرين، هذه المرحلة تتسم بتوسع الآفاق الاجتماعية وتزايد التفاعلات مع مجموعة متنوعة من الأقران، مما يفتح الباب أمام المزيد من التجارب واختبار الأدوار الاجتماعية المختلفة، وقد يكون هؤلاء الأفراد لا يزالون في طور تقييم الخيارات المتاحة، ولم يصلوا بعد إلى التزامات نهائية، وهو أمر طبيعي في ظل سعي المراهق المتأخر لتحديد هويته بشكل أكثر دقة وتفصيلاً قبل الانتقال إلى مرحلة الرشد.

في المقابل يشير وجود رتبة التشتت إلى أن هناك مجموعة من الأفراد يواجهون صعوبة في الانخراط في عملية الاستكشاف، أو تكوين التزامات واضحة بهويتهم الاجتماعية. قد يعود ذلك إلى عوامل متعددة تميز هذه المرحلة، مثل الضغوط المتزايدة المتعلقة بالاختيارات المستقبلية (كالتعليم والمهنة)، والشعور بالارتباك وعدم اليقين بشأن الذات والمكان والمجتمع، فالمراهق الذي يشعر بالأمن والثقة المعتمد على نفسه، المحب

للاستطلاع، والذي يفخر بإنجازاته، من المرجح أن يكون قادراً على تشكيل هويته بفعالية. (شريم، 2009، 47)، كما أن التغيرات الهرمونية والنفسية المصاحبة للمراهقة قد تزيد من الشعور بالضبابية وعدم الاستقرار، مما يعيق عملية بناء هوية اجتماعية متماسكة.

أما عن كون رتبة الانغلاق هي الأقل انتشاراً، فقد يعكس ذلك تحولاً في الأساليب التربوية والتنشئة الاجتماعي، فمع زيادة الوعي بأهمية الاستقلالية والتفكير النقدي في مرحلة المراهقة المتأخرة، قد يكون الأهل والمجتمع الأقل ميلاً لفرض هويات اجتماعية جاهزة على الأبناء، فالشدة والضبط والتسلط يعطلان الاستقلال الذاتي عند الأبناء، وينميان مشاعر النقص والخجل مما يخل في تشكل الهوية الذاتية بشكلها السليم، مما يجعلهم يتجهون نحو الانغلاق (الجبوري والكبيسي، 2021، 22) المراهقون في هذه المرحلة العمرية يتمتعون بقدرة أكبر على التساؤل عن المعايير والقيم الموروثة، ويسعون بشكل متزايد لتشكيل هويتهم بناءً على قناعاتهم وتجاربهم الشخصية، بدلاً من تبني هويات مفروضة عليهم تتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (عمار، 2013) ودراسة (صوالحة، 2013) ودراسة (جاسم، 2015).

3) السؤال الثالث:

ما استراتيجيات التنظيم الانفعالي السائدة لدى أفراد عينة البحث ؟

للإجابة على هذا السؤال تمّ حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل وأبعاده الفرعية، وفق المنحنى الطبيعي المتوسط زائد انحراف معياري واحد، والمتوسط ناقص انحراف معياري واحد، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (24) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس استراتيجيات التنظيم

الانفعالي

أبعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إعادة التقييم	16.511	4.081

3.819	16.356	إعادة التركيز
2.686	15.300	اجترار
2.139	15.030	الكبت
8.017	63.198	مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل

وبالاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتوصل إليها تمّ تحديد درجة القطع والمستويات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية، والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (25) توزع الدرجات والمستويات المعيارية المقابلة لها على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

منخفض	المتوسط (درجة القطع)	مرتفع	المستوى
1-	0	1+	أبعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي
13 فما دون	20 - 14	21 فما فوق	إعادة التقييم
12 فما دون	19 - 13	20 فما فوق	إعادة التركيز
12 فما دون	17 - 13	18 فما فوق	اجترار
13 فما دون	16 - 14	17 فما فوق	الكبت
55 فما دون	70 - 56	71 فما فوق	مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل

وفي ضوء جدول توزع الدرجات السابق تمّ تحديد نسبة الانتشار لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل وأبعاده الفرعية لأفراد العينة البالغ عددهم (530) فرداً، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (26) التكرارات والنسب المئوية لدرجات أفراد العينة على المستويات لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

منخفض		متوسط		مرتفع		المستوى
النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	أبعاد مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي
28.11%	149	52.83%	280	19.06%	101	إعادة التقييم

إعادة التركيز	123	%23.21	298	%56.23	109	%20.57
اجترار	108	%20.38	348	%65.66	74	%13.96
الكبت	113	%21.32	286	%53.96	131	%24.72
مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل	85	%16.04	344	%64.91	101	%19.06

يلاحظ من الجدول السابق:

- أن نسبة التكرار لبعد إعادة التقييم في المستوى: المنخفض (28.11) %، والمتوسط (52.83) %، والمرتفع (19.06) %، وهذا يشير إلى أن إعادة التقييم منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبعد إعادة التركيز في المستوى: المنخفض (20.57) %، والمتوسط (56.23) %، والمرتفع (23.21) %، وهذا يشير إلى أن إعادة التركيز منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبعد الاجترار في المستوى: المنخفض (13.96) %، والمتوسط (65.66) %، والمرتفع (20.38) %، وهذا يشير إلى أن الاجترار منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لبعد الكبت في المستوى: المنخفض (24.72) %، والمتوسط (53.96) %، والمرتفع (21.32) %، وهذا يشير إلى أن الكبت منتشر لدى قسم كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

- أن نسبة التكرار لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ككل في المستوى: المنخفض (19.06) %، والمتوسط (64.91) %، والمرتفع (16.04) %، وهذا يشير إلى انتشار استراتيجيات التنظيم الانفعالي عند عدد كبير من أفراد العينة المسحوبة بصورة متوسطة.

ومن خلال المقارنة بين نسب انتشار استراتيجيات التنظيم الانفعالي ضمن المستوى المرتفع يلاحظ أن إعادة التركيز كانت الأكثر تكراراً بنسبة (23.21%) لذا جاءت بالمرتبة الأولى، ثم الكبت بنسبة (21.32%)، ثم الاجترار بنسبة (20.38%)، وأخيراً إعادة التقييم بنسبة (19.06%).

• التفسير: تفسر النتائج المتعلقة باستراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكثر انتشاراً لدى أفراد العينة من المراهقين المتأخرين في ضوء الخصائص النمائية المميزة لهذه المرحلة الانتقالية المهمة، ففي خضم سعي المراهق المتأخر نحو تحقيق هوية الأنا وتثبيت الذات، يواجه تحديات فريدة تتداخل مع الضغوط الخارجية الراهنة من صعوبات اقتصادية وأحداث حياتية ضاغطة. هذه التحديات المزدوجة تزيد من حالة عدم الاستقرار النفسي والانفعالي التي يمر بها المراهق، مما يؤثر بشكل مباشر على قدرته على تطوير وتطبيق استراتيجيات تنظيم انفعال فعالة.

إن ارتفاع استراتيجية إعادة التركيز الإيجابية لتتصدر قائمة الاستراتيجيات المستخدمة يعكس ميل المراهق الفطري في هذه المرحلة العمرية نحو البحث عن الإيجابية والأمل في المستقبل، ففي ظل التغيرات الهائلة التي يشهدها على صعيد الأولوية والعلاقات والمسؤوليات، يصبح التركيز على الجوانب المضيئة في حياته آلية دفاعية يسعى من خلاله للحفاظ على توازنه النفسي، والتخفيف من حدة المشاعر السلبية التي قد تغمره.

أما عن احتلال استراتيجية الكبت للمرتبة الثاني فيمكن فهمه في سياق سعي المراهق المتأخر للاستقلالي وإثبات الذات، ففي ظل الضغوط الكبيرة والمشاعر المتضاربة التي قد يشعر بها، قد يلجأ إلى كبت بعض المشاعر المؤلمة والصعبة مؤقتاً كوسيلة للتكيف الظاهري والاستمرار في أداء مهامه اليومية، ومحاولة الظهور بمظهر القوة والسيطرة أمام الآخرين، فالانجرار خلف العواطف ليس مفيد دوماً بل قد يعمل ضدنا في بعض الأحيان، وذلك عندما تكون العواطف الغالبة في موقف ما غير مناسبة لإدارة الموقف والتعامل معه بشكل صحيح. (Robinson et al, 2013, 196) إلا أن هذا الكبت كما تشير النتائج لا يدوم طويلاً.

ووقع استراتيجيات الاجترار في المرتبة الثالثة، يشير إلى طبيعة التفكير التأملي والتساؤلي الذي يميز مرحلة المرافقة المتأخرة، فمع بدء تشكل وعيهم بذواتهم ومكانتهم في العالم، يميل المراهقون إلى تحليل وتفسير تجاربهم ومشاعرهم، بما في ذلك الأحداث المؤلمة والمشاعر المكبوتة التي بدأت تطفو على السطح، هذا الاجترار إن كان قد يهدف إلى الفهم والتفسير إلا أنه قد يتحول إلى حلقة مفرغة تزيد من حدة المشاعر السلبية، حيث قد تكون بداية الانفعالات غير المنظمة مفاجئة و/ أو يكون التعافي منها بطيئاً للغاية. (O'donohue et al, 2013, 131).

أما عن انخفاض استخدام استراتيجيات إعادة التقييم فيمكن تفسيره في ضوء أن هذه الاستراتيجيات تتطلب مستوى أعلى من النضج المعرفي والقدرة على التفكير المجرد والمرونة الذهنية، وهي مهارات لا تزال قيد التطور لدى العديد من المراهقين المتأخرين. ففي مواجهة المشاعر الحادة والتجارب الصعبة، قد يجدون صعوبة في تغيير منظورهم للأحداث وتحويلها إلى تجارب إيجابية أو دروس مستفادة. بالإضافة إلى ذلك قد يفضل المراهقون استراتيجيات أبسط وأكثر مباشرة، مثل: إعادة التركيز الإيجابي والكبت كوسائل سريعة للتخفيف من وطأة المشاعر السلبية في هذه المرحلة العمرية التي تتسم بالاندفاعية والرغبة بالحلول السريعة، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (الحارثي، 2021)

4 السؤال الرابع:

هل يمكن التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من خلال رتب هوية الأنا؟

للإجابة على هذا السؤال تم إجراء تحليل انحدار بسيط للمتغير المستقل (رتب هوية الأنا) والمتغير التابع (استراتيجيات التنظيم الانفعالي)، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (27) نموذج العلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي

نموذج العلاقة	معامل الارتباط	معامل التحديد	معامل التحديد المعدل	الخطأ المعياري
رتب هوية الأنا	0.461	0.201	0.200	7.938

نلاحظ من الجدول السابق أن معامل الارتباط بلغ (0.461) بين المتغير المستقل (رتب هوية الأنا) والمتغير التابع (استراتيجيات التنظيم الانفعالي) كمنتبأ به، وهي معاملات ارتباط جيدة، وبلغ معامل التحديد (0.201)، وهذا يشير إلى أن المتغير المستقل يفسر (20%) من التباين في درجات المتغير التابع، وهي نسبة التباين المفسر بواسطة المتغير المستقل وهي درجة جيدة.

جدول (28) تحليل التباين ANOVA للعلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس رتب هوية الأنا ودرجاتهم على

مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

نموذج الانحدار	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	القيمة الاحتمالية
الانحدار	727.507	1	727.507	11.544	0.001
الباقي	33274.691	528	63.020		
المجموع	34002.198	529			

يلاحظ من الجدول السابق أن قيمة فيشر (F) كانت (11.544) وهي دالة إحصائية؛ إذ بلغت القيمة الاحتمالية (0.001) وهي أصغر من مستوى (0.05)، وهذا يعني أن المتغير المستقل يسهم في تباين المتغير التابع، مما يشير إلى وجود تأثير دال إحصائياً للمتغير المستقل على درجات المتغير التابع.

جدول (29) المعاملات المعيارية وغير المعيارية

القيمة الاحتمالية	المعاملات المعيارية		المعاملات غير المعيارية		رتب هوية الأنا	نموذج العلاقة
	T	Beta	الخطأ المعياري	B		
0.000	12.556	0.146	3.964	49.779	الثابت	استراتيجيات التنظيم الانفعالي
0.001	3.398		0.045	0.152	الدرجة الكلية	

يلاحظ من الجدول السابق أن قيمة ثابت الانحدار بلغت (49.779) وهي دالة إحصائية، وأن قيمة معامل الانحدار لدرجات أفراد العينة الكلية بلغت (0.152) وهي دالة إحصائية وتشير إلى أن قوة العلاقة بين التنظيم الانفعالي ورتب هوية الأنا متوسطة، وهذا يعني أن رتب هوية الأنا الأيديولوجية والاجتماعية يسهم بالتنبؤ

باستراتيجيات التنظيم الانفعالي بدرجة متوسطة، ومن ثم يمكن التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من خلال معادلة الانحدار الآتية:

$$\text{استراتيجيات التنظيم الانفعالي} = 49.779 * \text{الدرجة الكلية لرتب هوية الأنا} + 0.152$$

كما يلاحظ أن قيمة (ت) دالة إحصائياً إذ بلغت (12.556) والقيمة الاحتمالية لها كانت (0.000) وهي أصغر من (0.05) ومن ثم تأثير درجات المتغير المستقل في المتغير التابع موجب ودال إحصائياً.

- التفسير: تفسر إمكانية التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من خلال رتب هوية الأنا في مرحلة المراهقة المتأخرة في ضوء الدور المحوري الذي تلعبه الهوية في تشكيل تجربة المراهق للعالم الداخلي والخارجي، ففي هذه المرحلة العمري الحرجة، يشهد المراهق المتأخر تحولات جذرية على صعيد هويته، سواء في بُعدها الأيديولوجي المتعلق بالقيم والمعتقدات والأهداف المستقبلية، أو في بُعدها الاجتماعي المتعلق بالعلاقات والدور في المجتمع، هذه التحولات في الهوية تعمل بمثابة عدسة يرى المراهق من خلالها مشاعره وتفاعلاته مع الآخرين، حيث تتأثر انفعالات المراهقة بمثيراتها واستجاباتها بعوامل عدة تصبغها بصبغة جديدة تختلف إلى حد كبير عن طابع طفولتها، وتتلخص أهم هذه العوامل في التغيرات الجسمية الداخلية والخارجية، والعمليات والقدرات العقلية، والتألف الجنسين والعلاقات العائلية، ومعايير الجماعة، والشعور الديني. (السيد، 1956، 225).

إن سعي المراهق المتأخر لتحديد هويته يجعله أكثر وعياً بذاته ومشاعره، ولكنه في الوقت نفسه يجعله أكثر عرضة للتأثر بالضغوط والتوقعات الاجتماعية المختلفة، فالتغيرات الجسدية والعقلية المتسارعة، والبحث عن مكان في العلاقات العاطفية والاجتماعية، ومحاولة التوفيق بين معايير الأسرة والجماعة، كلها عوامل تشكل جزءاً من عملية بناء الهوية، وتؤثر بشكل عميق على طبيعة انفعالاته وشدتها، وكيفية التعبير عنها، وبالتالي فإن مستوى اكتمال هوية الأنا لدى المراهق المتأخر ينعكس بشكل مباشر على استراتيجيات في التعامل مع هذه الانفعالات وتنظيمها، فمن المنطقي أن المراهقين الذين وصلوا إلى هوية محققة، والذين يتمتعون بقدر

أكبر من الاستقلالية الذاتية، ووضوح الأهداف والرؤية المستقبلية، سيكونون أكثر ميلاً لتبني استراتيجيات تنظيم انفعالي إيجابية وفعّالة. إن شعورهم بالتماسك الداخلي والثقة بالنفس يمكنهم من التعامل مع المشاعر الصعبة بطرق صحية وموجهة نحو حل المشكلات والتكيف.

على النقيض من ذلك فإن المراهقين الذين لا يزالون في مراحل مبكرة من تشكيل الهوية، مثل أولئك الذين يعانون من تشتت الهوية أو انغلاق الهوية، قد يجدون صعوبة أكبر في فهم وتنظيم انفعالاتهم. فقد يميلون إلى استخدام استراتيجيات تنظيم انفعالي سلبية وغير فعّالة كالكبت أو الاجترار، وذلك بسبب عدم وجود إطار مرجعي واضح ومتكامل لديهم لفهم مشاعرهم والتعامل معها بشكل بناء. إن حالة عدم اليقين والارتباك التي تصاحب هذه المراحل من تشكل الهوية قد تجعلهم أكثر عرضة للانفعالات الشديدة وغير المنظمة، فليست الاستجابة واستراتيجيات التنظيم الانفعالي موحدة لدى جميع الأفراد، حيث يظهر الأفراد اختلافات في شدة الاستجابة الانفعالية واستمرارها وتعديلها ووقت بدايتها وظهورها ونطاقها وقابليتها للتعافي منها (Thompson, 2018, 25).

ثانياً: عرض نتائج فرضيات البحث ومناقشتها:

2-1) التحقق من صحة الفرضية الأولى:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات رتب هوية الأنا الأيديولوجية ودرجات استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث.

تمّ حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب هوية الأنا الأيديولوجية ودرجاتهم على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (30) نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الأيديولوجية

ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

استراتيجيات التنظيم الانفعالي					القيم الناتجة	رتب هوية الأنا الأيديولوجية
إعادة التقييم	إعادة التركيز الإيجابي	الاجترار	الكبت	الدرجة الكلية		
**0.366	**0.376	**−0.287	**−0.282	**0.453	معامل الارتباط	تحقيق الهوية
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	القيمة الاحتمالية	
**−0.398	**−0.381	**0.371	**0.570	**−0.612	معامل الارتباط	تعليق الهوية
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	القيمة الاحتمالية	
**−0.455	**0.427−	**0.252	**0.480	**0.329−	معامل الارتباط	انغلاق الهوية
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	القيمة الاحتمالية	
**−0.390	**0.383−	**0.617	**0.389	**−0.325	معامل الارتباط	تشئت الهوية
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	القيمة الاحتمالية	
**0.234	**0.261	**−0.426	**−0.234	**0.701	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	القيمة الاحتمالية	

(**) دال عند (0.01)

يلاحظ من الجدول السابق:

- وجود علاقة طردية إيجابية بين الدرجة الكلية لمحور رتب هوية الأنا الأيديولوجية والدرجة الكلية لمقياس

استراتيجيات التنظيم الانفعالي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (**0.701).

- وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الانفعالي ورتب هوية الأنا الأيديولوجية،

وكانت العلاقة إيجابية مع رتبة "تحقيق الهوية" حيث بلغت قيم معامل الارتباط (**0.453)، بينما

كانت سلبية مع كلاً من تعليق الهوية، انغلاق الهوية، تشئت الهوية حيث كانت قيم معامل الارتباط:

(−0.612، −0.329، −0.325) على الترتيب.

- وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمحور رتب هوية الأنا الأيديولوجية والأبعاد الفرعية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، وكانت العلاقة طردية إيجابية مع بُعدي إعادة التقييم وإعادة التركيز فقد بلغت قيم الارتباط بينهما: (0.234^{**} ، 0.261^{**}) على الترتيب، بينما كانت علاقة عكسية مع بُعدي الاجترار والكبت حيث بلغت قيم الارتباط: (-0.426^{**} ، -0.234^{**}).
- وجود علاقة طردية إيجابية بين رتبة تحقيق الهوية وبُعدي إعادة التقييم وإعادة التركيز فقد بلغت قيم الارتباط (0.366^{**} ، 0.376^{**}) على الترتيب، بينما كانت العلاقة سلبية عكسية مع بُعدي الاجترار والكبت فكانت القيم (-0.287^{**} ، -0.282^{**}) على الترتيب.
- وجود علاقة سلبية عكسية بين رتبة تعليق، انغلاق وتشتت الهوية وبُعدي إعادة التقييم وإعادة التركيز ، بينما كانت العلاقة طردية إيجابية مع بُعدي الاجترار والكبت.

2-2) التحقق من صحة الفرضية الثانية:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات رتب هوية الأنا الاجتماعية ودرجات استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث.

تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب هوية الأنا الاجتماعية ودرجاتهم على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، والجدول الآتي يوضح النتائج.

جدول (31) نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية ودرجاتهم على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

استراتيجيات التنظيم الانفعالي					القيم الناتجة	رتب هوية الأنا الاجتماعية
إعادة التقييم	إعادة التركيز الإيجابي	الاجترار	الكبت	الدرجة الكلية		

معامل الارتباط	**0.513	**0.493	**0.501	**0.611-	**0.564
القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
معامل الارتباط	-**0.571	-**0.331	**0.709	**0.390	-**0.491
القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
معامل الارتباط	-**0.243	-**0.210	**0.343	**0.258	-**0.400
القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
معامل الارتباط	**0.397	**0.433	**0.300	**0.500	**0.328
القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
معامل الارتباط	**0.330	**0.321	-**0.422	-**0.389	**0.672
القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

(**) دال عند (0.01)

يلاحظ من الجدول السابق:

- وجود علاقة طردية إيجابية بين الدرجة الكلية لمحور رتب هوية الأنا الاجتماعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (**0.672).

- وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الانفعالي ورتب هوية الأنا الاجتماعية، وكانت العلاقة إيجابية مع رتبة "تحقيق الهوية" وبلغت قيم معامل الارتباط (**0.564)، بينما كانت سلبية مع كلاً من تعليق الهوية، انغلاق الهوية، تشتت الهوية وكانت قيم معامل الارتباط: (-) 0.491، -0.400، -0.328 على الترتيب.

- وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمحور رتب هوية الأنا الاجتماعية والأبعاد الفرعية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، وكانت العلاقة طردية إيجابية مع بُعدي إعادة التقييم وإعادة التركيز فقد بلغت قيم الارتباط بينهما: (**0.330، **0.321) على الترتيب، بينما كانت علاقة عكسية مع بُعدي الاجترار والكبت وبلغت قيم الارتباط: (-) 0.422، -0.389).

- وجود علاقة طردية إيجابية بين رتبة تحقيق الهوية وُبُعدي إعادة التقييم وإعادة التركيز فقد بلغت قيم الارتباط (0.513^{**} ، 0.493^{**}) على الترتيب، بينما كانت العلاقة سلبية عكسية مع بُعدي الاجترار والكبت فكانت القيم (-0.501^{**} ، -0.611^{**}) على الترتيب.
- وجود علاقة سلبية عكسية بين رتبة تعليق، انغلاق وتشتت الهوية وُبُعدي إعادة التقييم وإعادة التركيز ، بينما كانت العلاقة طردية إيجابية مع بُعدي الاجترار والكبت.
- تفسير الفرضية الأولى والثانية: يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التفاعل المعقد بين تطور الهوية والقدرة على إدارة المشاعر في هذه المرحلة العمرية، فالعلاقة بين هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي معقدة ومتعددة الأوجه (Ivanov, 2022, 85)، ففي خضم سعي المراهق المتأخر نحو بلورة هويته، يصبح فهمه لذاته وقيمه وأهدافه بمثابة بوصلة توجه استجاباته الانفعالية واستراتيجياته في التعامل مع مشاعره.
- إن المراهقين المتأخرين الذين وصلوا إلى مرحلة تحقيق الهوية يتميزون بقدر أكبر من الاستقلالية الذاتية، ووضوح الرؤية المستقبلية وتماسك القيم والمعتقدات، هذه الخصائص المتعلقة بالهوية تمنحهم شعوراً بالسيطرة الداخلية والثقة بالنفس، مما يجعلهم أكثر قدرة على فهم وإدارة مشاعرهم السلبية كالحزن والخوف بطرق بناءة. فهم يميلون إلى تبني استراتيجيات تنظيم انفعالي إيجابية تركز على حل المشكلات والتكيف الفعال مع الضغوط والأزمات التي قد يواجهونها في هذه المرحلة الانتقالية. إن إدراكهم لذواتهم وقدراتهم يمكنهم من تجاوز الخوف من الفشل، والنظر إلى التحديات كفرص للنمو والتطور، بحسب نظرية مارشيا (Marcia, 1973) الهوية المنجزة هي المعنى الكامن وراء النجاح في الحياة والأشخاص الذين أنجزوا هويتهم يتجاوزون مشاعر الخوف من الفشل، وعند مرورهم بأي أزمة يدركون أنهم يسيطرون عليها لديهم القدرة على الاتفاق أو التأقلم مع الأزمة بالطريقة المناسبة لهم (Marcia & Toder, 1973, 287) بالمقابل فإن المراهقين المتأخرين الذين لم يحققوا بعد هوية واضحة ومتماسكة، والذين قد يكونون في مرحلة تعليق الهوية (الاستكشاف دون الالتزام)، أو تشتت الهوية (غياب الاستكشاف والالتزام) غالباً ما

يفتقرون إلى هذا الشعور بالأمان واليقين الداخلي. هذا النقص في وضوح الهوية قد يجعلهم أكثر عرضة للانفعالات الشديدة غير المنظمة، ويدفعهم إلى استخدام استراتيجيات تنظيم انفعالي سلبية أو دفاعية، كالكبت والاجترار لتجنب مواجهة مشاعرهم الصعبة أو تأجيل التعامل معها. إن حالة عدم اليقين بشأن الذات والمستقبل قد تجعلهم أكثر حساسية للضغوط، وأقل قدرة على التكيف بفعالية مع التحديات، إضافة إلى ذلك فإن عملية استكشاف الهوية في مرحلة المراهقة المتأخرة قد تتضمن تجارب انفعالية متنوعة ومكثفة، فالمرهقون الذين يخوضون هذه العملية بنشاط ووعي يكونون أكثر قدرة على تطوير فهم أعمق لمشاعرهم وكيفية إدارتها، أما أولئك الذين يتجنبون الاستكشاف أو يتبنون هويات مفروضة عليهم، فقد يفتقرون إلى الخبرة والمهارات اللازمة لتنظيم انفعالاتهم بشكل صحي.

2-3) التحقق من صحة الفرضية الثالثة:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب هوية الأنا الايديولوجية تعزى لمتغير الجنس.

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات لدرجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الأيديولوجية وأبعاده الفرعية، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (32) نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الأيديولوجية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير الجنس

الأبعاد الفرعية	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
تحقيق الهوية	ذكر	292	11.2432	2.87646	0.959	528	0.338	غير دال إحصائياً

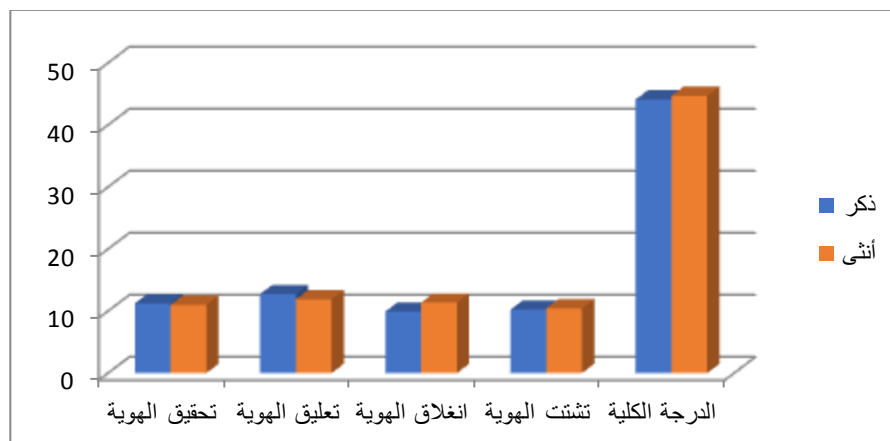
				2.82170	11.0042	238	أنثى	
دال إحصائياً	0.002	528	3.176	3.08566	12.7363	292	ذكر	تعليق الهوية
				3.00292	11.8908	238	أنثى	
دال إحصائياً	0.000	528	5.822-	2.48688	9.8938	292	ذكر	انغلاق الهوية
				3.29598	11.3571	238	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.379	528	.881-	2.81813	10.2260	292	ذكر	تشنت الهوية
				2.64699	10.4370	238	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.142	528	1.470-	4.51501	44.0993	292	ذكر	الدرجة الكلية
				4.68996	44.6891	238	أنثى	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) قد بلغت: (0.959، 3.176، -5.822، -0.881، -1.470) للأبعاد (تحقيق الهوية، تعليق الهوية، انغلاق الهوية، تشنت الهوية، الدرجة الكلية) على الترتيب، وكانت الفروق غير دالة إحصائياً لكل من: تحقيق الهوية، تشنت الهوية، الدرجة الكلية، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً على بُعدي تعليق وانغلاق الهوية، فقد كانت القيمة الاحتمالية لها جميعاً (0.000، 0.002) على الترتيب، ومن ثم يمكن القول:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب تحقيق الهوية، تشنت الهوية والدرجة الكلية لمحور الهوية الأيديولوجية تعزى لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب تعليق الهوية، وانغلاق الهوية تعزى لمتغير الجنس وهي لصالح الفئة ذي المتوسط الأعلى أي فئة الذكور ضمن بعد تعليق الهوية، وفئة الإناث ضمن بعد انغلاق الهوية.

ويوضح المخطط البياني الآتي المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الأيديولوجية تبعاً لمتغير الجنس.



شكل (3) المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الأيديولوجية تبعاً لمتغير الجنس

4-2) التحقق من صحة الفرضية الرابعة:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب هوية الأنا الاجتماعية تعزى لمتغير الجنس.

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات لدرجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الاجتماعية وأبعاده الفرعية، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (33) نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الاجتماعية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير الجنس

الأبعاد الفرعية	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
تحقيق الهوية	ذكر	292	12.2432	3.28369	-0.129	528	0.897	غير دال إحصائياً
	أنثى	238	12.2815	3.54485				

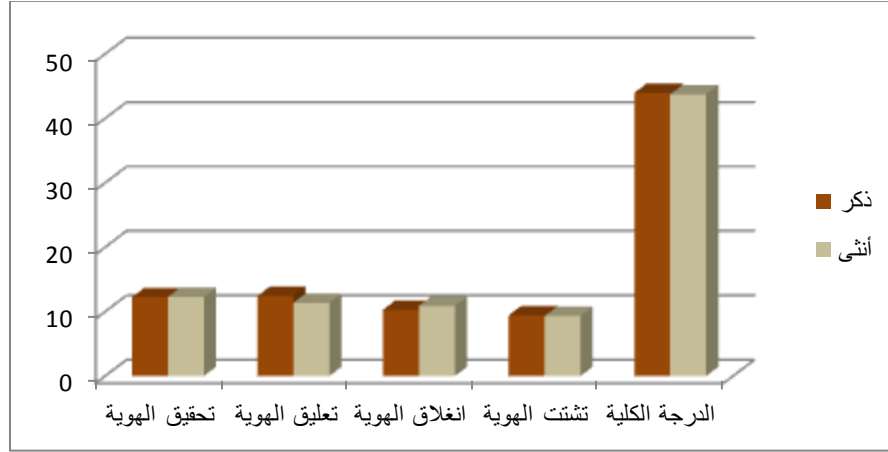
تعلق الهوية	ذكر	292	12.4555	3.48015	3.638	528	0.000	دال إحصائياً
	أنثى	238	11.3824	3.24668				
انغلاق الهوية	ذكر	292	10.2911	2.00708	3.017-	528	0.003	دال إحصائياً
	أنثى	238	10.9034	2.66147				
تشنت الهوية	ذكر	292	9.4315	3.06607	0.404	528	0.687	غير دال إحصائياً
	أنثى	238	9.3235	3.06201				
الدرجة الكلية	ذكر	292	43.9555	4.16351	0.526	528	0.599	غير دال إحصائياً
	أنثى	238	43.7479	4.92598				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) قد بلغت: (0.526، -0.404، -3.017، 3.638، -0.129) للأبعاد (تحقيق الهوية، تعلق الهوية، انغلاق الهوية، تشنت الهوية، الدرجة الكلية) على الترتيب، وكانت الفروق غير دالة إحصائياً لكل من: تحقيق الهوية، تشنت الهوية، الدرجة الكلية، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً على بُعدي تعلق وانغلاق الهوية، وكانت القيمة الاحتمالية لها جميعاً (0.003، 0.000) على الترتيب، ومن ثم يمكن القول:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب تحقيق الهوية، تشنت الهوية والدرجة الكلية لمحور الهوية الاجتماعية تُعزى لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب تعلق الهوية، وانغلاق الهوية تُعزى لمتغير الجنس، وهي لصالح الفئة ذي المتوسط الأعلى؛ أي فئة الذكور ضمن بُعد تعلق الهوية، وفئة الإناث ضمن بُعد انغلاق الهوية.

ويوضح المخطط البياني الآتي المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية، والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس.



شكل (4) المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس

• تفسير الفرضية الثالثة والرابعة:

تكشف النتائج عن تقارب ملحوظ بين متوسطات درجات الذكور والإناث من طلبة الجامعة في رتب تحقيق وتشنت الهوية، بالإضافة إلى الدرجة الكلية لمحوري الهوية الأيديولوجية والاجتماعية، ويُعزى هذا التشابه إلى عوامل متداخلة تتميز بها مرحلة المراهقة المتأخرة وسيقاق البيئة الجامعية، فالتساوي النسبي في الفرص التعليمية والاجتماعية المتاحة لكلا الجنسين في هذه المرحلة، مصحوباً بالتطور الإيجابي في النظرة المجتمعية لأدوار المرأة، يسهم في تضيق الفجوة بين الجنسين في القدرة على استكشاف الالتزامات المختلفة وتكوين هوية أكثر تكاملاً، وهو ما يتفق مع رؤية أريكسون حول قدرة الشباب على الالتزام في بيئات موثوقة، إذ يرى إريكسون (Erikson) أن الشباب ليس مجرد زمن ضعف الأنا بأي صورة من الصور، فالشباب بالتحديد قادرون على أشكال مدهشة من الولاء والالتزام إذا ما بدا لهم المحيط موثقاً كفاية (كوزن، 2010، 239).

في المقابل فإن اشتراك كلا الجنسين في نفس المرحلة الانتقالية الحساسة، والتعرض لذات الضغوط الأكاديمية والاجتماعية والاقتصادية، بالإضافة إلى المخاوف المشتركة بشأن المستقبل، قد يلغي الفروق في مستوى تشنت الهوية لديهم، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الفلاحي والعكدي، 2017).

على صعيد آخر يظهر اختلاف دال إحصائياً بين رتبتي تعليق الهوية وانغلاق الهوية، فميل الذكور للحصول على متوسط درجات أعلى في تعليق الهوية يمكن فهمه في إطار طبيعة هذه المرحلة التي تسمح بمزيد من الاستكشاف وتأجيل الالتزامات، وهو ما قد يتوافق مع الصورة النمطية التي تشجع الذكور على الاستقلالية والتنافسية في سعيهم لتحقيق الذات، ويرى (Denmark & Paludi) أن الصورة النمطية ليست مجرد تسميات، بل هي افتراضات حول السمات والسلوكيات التي يُعتقد أن الأشخاص الذين ينتمون إلى الفئات المصنفة يمتلكونها. (Denmark & Paludi, 2008, 206)

أما ارتفاع متوسط درجات الإناث في انغلاق الهوية فيمكن تفسيره في ضوء استمرار بعض الضغوط الاجتماعية والثقافية التي قد تدفعهن نحو تبني هويات محددة مسبقاً تتأثر من التوقعات المجتمعية والأسرية، مما يحد من مرحلة الاستكشاف لديهن، يذكر (Denmark & Paludi) أنه ينظر إلى النساء باعتبارهن أكثر عاطفية ولطفاً وتفهماً وإخلاصاً، في حين ينظر إلى الرجال باعتبارهم أكثر نشاطاً وتنافسية واستقلالاً وثقة بالنفس. (Denmark & Paludi, 2008, 207)، وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (دباس وآخرون، 2019)، ودراسة (Verschuere et al, 2017).

2-5) التحقق من صحة الفرضية الخامسة:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب هوية الأنا الأيديولوجية

تعزى لمتغير العمر.

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات لدرجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الأيديولوجية وأبعاده الفرعية، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (34) نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية

الأيدولوجية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير العمر

الأبعاد الفرعية	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
تحقيق الهوية	18-19 سنة	261	11.1724	3.00464	0.291	528	0.772	غير دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	11.1004	2.70039				
تعليق الهوية	18-19 سنة	261	12.4866	2.92286	0.959	528	0.338	غير دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	12.2305	3.21593				
انغلاق الهوية	18-19 سنة	261	10.6015	2.97590	0.386	528	0.699	غير دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	10.5019	2.96198				
تشنت الهوية	18-19 سنة	261	10.5709	2.69325	2.075	528	0.038	دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	10.0781	2.77204				
الدرجة الكلية	18-19 سنة	261	44.8314	4.41788	2.313	528	0.021	دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	43.9108	4.73312				

يتضح من الجدول (20) أن قيمة (ت) قد بلغت: (0.291، 0.959، 0.386، 2.075، 2.313) للأبعاد

(تحقيق الهوية، تعليق الهوية، انغلاق الهوية، تشنت الهوية، الدرجة الكلية) على الترتيب وكانت الفروق غير

دالة إحصائياً لكل من: تحقيق الهوية، تعليق الهوية، انغلاق الهوية، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً على

بُعدي تشنت الهوية والدرجة الكلية، وقد كانت القيمة الاحتمالية لها جميعاً (0.038، 0.021) على الترتيب،

ومن ثم يمكن القول:

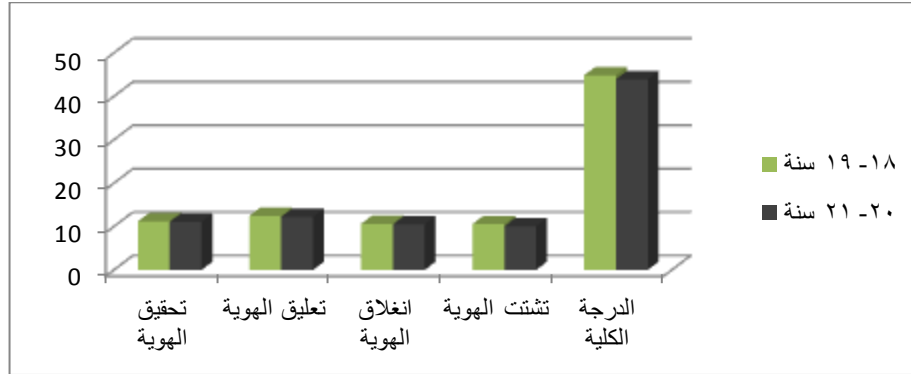
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب تحقيق الهوية، تعليق

الهوية، انغلاق الهوية لمحور الهوية الأيدولوجية تعزى لمتغير العمر.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب تشنت الهوية، والدرجة

الكلية تُعزى لمتغير العمر، وهي لصالح الفئة ذي المتوسط الأعلى أي فئة (18 - 19) سنة.

ويوضح المخطط البياني الآتي المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الأيديولوجية تبعاً لمتغير العمر.



شكل (5) المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الأيديولوجية تبعاً لمتغير العمر

• تفسير الفرضية الخامسة:

تشير النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في رتب الهوية الأيديولوجية (تحقيق، تعليق، انغلاق) بين الفئتين العمريتين (18-19) و (20-21)، وهو ما يمكن تفسيره بأن عملية تشكل الهوية الأيديولوجية تحدث بشكل مكثف خلال مرحلة المراهقة المتأخرة ككل، إذ يواجه الأفراد في هذه الفترة ضغوطاً متساوية نسبياً تدفعهم للبحث عن هدف وتكوين فلسفة للحياة، بالإضافة إلى تعرضهم لضغوط أكاديمية مماثلة، فتعد أزمة الهوية المشكلة الحرجة في مرحلة المراهقة، وهي أزمة يمر بها أغلب المراهقين في وقت ما، ويعانون فيها من عدم معرفتهم لذواتهم، فالبحث عن هدف وتكوين فلسفة للحياة من أهم مطالب النمو للمراهقين (مسعود، 2022، 111).

في المقابل، يظهر ارتفاع دال إحصائية في متوسطات درجات التشكّل والدرجة الكلية للهوية الأيديولوجية لدى الفئة العمرية الأصغر (18-19 عاماً)، يُعزى ذلك إلى أن هذه الفئة تكون في ذروة مرحلة الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الجامعة أو سوق العمل، وما يصاحب ذلك من ضغوط أكاديمية وأسرية، وتوقعات

مجتمعية متزايدة، مما قد يزيد من شعورهم بالضيق، وعدم اليقين بشأن توجهاتهم المستقبلية، وهويتهم الأيديولوجية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة بله (2007) ودراسة عمار (2013).

2-6) التحقق من صحة الفرضية السادسة:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب هوية الأنا الاجتماعية

تعزى لمتغير العمر.

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات لدرجات أفراد عينة البحث على محور الهوية الاجتماعية وأبعاده الفرعية، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي.

جدول (35) نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على محور الهوية

الاجتماعية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير العمر

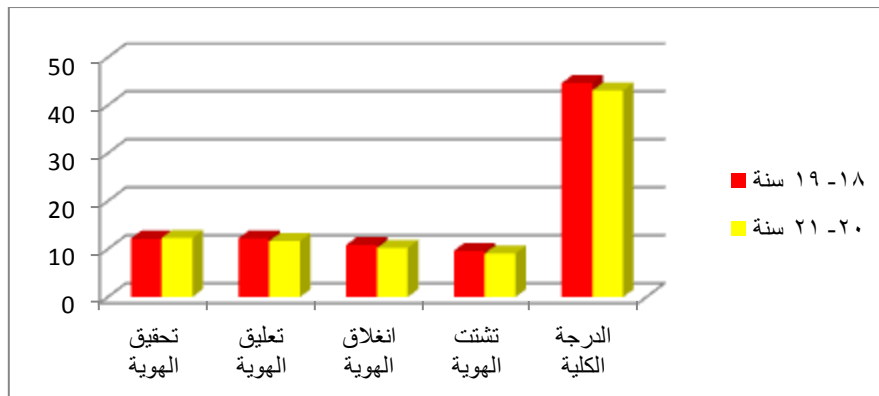
الأبعاد الفرعية	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
تحقيق الهوية	18-19 سنة	261	12.1877	3.38083	-0.484	528	0.629	غير دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	12.3309	3.42377				
تعليق الهوية	18-19 سنة	261	12.2644	3.12235	1.935	528	0.053	غير دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	11.6914	3.66274				
انغلاق الهوية	18-19 سنة	261	10.8851	2.30931	3.115	528	0.002	دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	10.2565	2.33508				
تشككت الهوية	18-19 سنة	261	9.6782	3.00190	2.194	528	0.029	دال إحصائياً
	20-21 سنة	269	9.0967	3.09760				
الدرجة الكلية	18-19 سنة	261	44.6475	4.72048	3.996	528	0.000	دال إحصائياً

				4.18343	43.1004	269	20 - 21 سنة	
--	--	--	--	---------	---------	-----	-------------	--

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) قد بلغت: (0.484-، 1.935، 3.115، 2.194، 3.996) للأبعاد (تحقيق الهوية، تعليق الهوية، انغلاق الهوية، تشتت الهوية، الدرجة الكلية) على الترتيب، وكانت الفروق غير دالة إحصائياً لكل من: تحقيق الهوية، تعليق الهوية، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً على الأبعاد انغلاق الهوية، تشتت الهوية والدرجة الكلية، وكانت القيمة الاحتمالية لها جميعاً (0.002، 0.029، 0.000) على الترتيب، ومن ثم يمكن القول:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب تحقيق الهوية، تعليق الهوية، لمحور الهوية الاجتماعية تُعزى لمتغير العمر.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب انغلاق الهوية، تشتت الهوية، والدرجة الكلية تُعزى لمتغير العمر، وهي لصالح الفئة ذي المتوسط الأعلى أي فئة (18 - 19) سنة.

ويوضح المخطط البياني الآتي المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر.



شكل (6) المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمحور رتب الهوية الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر.

• تفسير الفرضية السادسة:

تشير النتائج الى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في رتب الهوية الاجتماعية (تحقيق، تعليق) بين الفئتين العمريتين (18-19) و (20-21)، مما قد يعكس قدرة بعض أفراد الفئة الأصغر سناً على التكيف الإيجابي، والوصول إلى مستويات متقدمة في تشكيل الهوية الاجتماعية بفضل خصائصهم الشخصية أو الظروف الاجتماعية الداعمة.

بينما يلاحظ ارتفاع دال إحصائياً في متوسطات درجات الانغلاق والتشتت والدرجة الكلية للهوية الاجتماعية لدى الفئة العمرية الأصغر (18-19 عاماً)، يمكن تفسير ذلك بأن هذه الفئة العمرية، التي تكون في أوج استكشاف الذات والتجارب الاجتماعية الجديدة، قد تكون أكثر عرضة للتخبط وعدم وضوح الأهداف والقيم الاجتماعية، بالإضافة إلى تأثير ضغوط المرحلة الانتقالية، وتأثير الأسرة، ووسائل التواصل الاجتماعي، هذه العوامل مجتمعة قد تدفعهم نحو تبني هويات اجتماعية مغلقة، أو الشعور بالتشتت في هويتهم الاجتماعية، خاصة مع الأخذ في الاعتبار التغيرات العصبية الحيوية التي تزيد من حساسيتهم لتأثيرات التوتر، ذلك أن التغيرات العصبية الحيوية في أثناء فترة المراهقة قد تزيد من قابلية الإنسان للتأثر بالتأثيرات غير التكيفية للتوتر والشدائد، يمكن لهذه التأثيرات أن تؤثر على العمليات الإدراكية (a et Insel, 2022, 18), وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Turan, 2017)، ودراسة علاونة (2011)، فيما تختلف مع دراسة (Bang, 2009).

2-7) التحقق من صحة الفرضية السابعة:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجيات التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير الجنس.

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي.

جدول (36) نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير الجنس

الأبعاد الفرعية	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
إعادة التقييم	ذكر	292	16.9178	3.98020	2.553	528	0.011	دال إحصائياً
	أنثى	238	16.0126	4.15570				
إعادة التركيز	ذكر	292	16.5685	3.71476	1.416	528	0.157	غير دال إحصائياً
	أنثى	238	16.0966	3.93662				
الاجترار	ذكر	292	15.4829	2.60512	1.739	528	0.083	غير دال إحصائياً
	أنثى	238	15.0756	2.77165				
الكبت	ذكر	292	14.9795	2.14898	-0.604	528	0.546	غير دال إحصائياً
	أنثى	238	15.0924	2.13071				
الدرجة الكلية	ذكر	292	63.9486	7.89237	2.398	528	0.017	دال إحصائياً
	أنثى	238	62.2773	8.08961				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) قد بلغت: (2.553، 1.416، 1.739، -0.604، 2.398) للأبعاد

(إعادة التقييم، إعادة التركيز، الاجترار، الكبت، الدرجة الكلية) على الترتيب، وكانت الفروق غير دالة

إحصائياً لكل من: إعادة التركيز، الاجترار، الكبت، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً على بُعدي إعادة التقييم

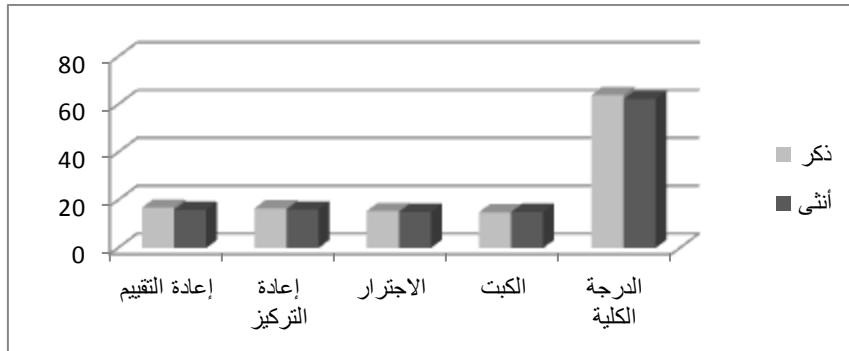
والدرجة الكلية، وكانت القيمة الاحتمالية لها جميعاً (0.011، 0.017) على الترتيب، ومن ثم يمكن القول:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في إعادة التركيز، الاجترار،

الكبت تُعزى لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث إعادة التقييم والدرجة الكلية تُعزى لمتغير الجنس، وهي لصالح الفئة ذي المتوسط الأعلى أي فئة الذكور.

ويوضح المخطط البياني الآتي المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس.



شكل (7) المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس.

• التفسير:

في خضم التحولات المعرفية والاجتماعية التي تميز مرحلة المراهقة المتأخرة، والتي تتسم بتزايد القدرة على التفكير المجرد والتحليلي لدى طلاب الجامعة من كلا الجنسين، تظهر نتائج الدراسة تقارباً لافتاً في استخدام استراتيجيات تنظيم انفعالي، مثل: إعادة التركيز الإيجابي، والكبت، والاجترار. يمكن فهم هذا التشابه في سياق الضغوط المشتركة التي يواجهها طلاب هذه المرحلة، سواء أكانت نابعة من خصائص هذه المرحلة النمائية الانتقالية، أم من التحديات الأكاديمية المتزايدة، أم من التفكير في المستقبل المهني والشخصي، أم من التأثير بالأحداث الاجتماعية والثقافية المحيطة. ففي هذه المرحلة، يسعى الشباب من كلا الجنسين إلى إيجاد طرق فعالة للتعامل مع المشاعر السلبية التي قد تنشأ نتيجة لهذه الضغوط، وقد يجدون في هذه الاستراتيجيات الثلاث أدوات متاحة وسريعة نسبياً لتحقيق التوازن الانفعالي المطلوب في حياتهم اليومية المليئة بالتحديات،

ففي الظروف اليومية تستخدم مهارات تنظيم الانفعالات في أغلب الأحيان لكبح الإثارة العاطفية، وخاصة المشاعر السلبية (Thompson، 2018، 28).

كما أن التطور النمائي في هذه المرحلة قد يؤدي إلى تقارب في آليات الاستجابة الانفعالية الأولية بين الجنسين، مما يقلل من الفروق في استخدام هذه الاستراتيجيات الأساسية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عياش وفائق (2016)، ودراسة سلوم (2015)، ودراسة صالح (2022).

بالمقابل يشير تفوق الذكور بشكل دال إحصائياً في استخدام استراتيجية إعادة التقييم والدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي إلى وجود تباين في القدرة على تبني استراتيجيات أكثر تعقيداً، فمرحلة المراهقة المتأخرة تشهد نضوجاً في القدرات المعرفية، بما في ذلك التفكير النقدي، والقدرة على تغيير وجهات النظر، ونظراً للخصائص النمطية التي قد تميل نحو التفكير المنطقي والتحليلي لدى الذكور، قد يكونون أكثر ميلاً أو قدرة على استخدام استراتيجية إعادة التقييم، التي تتطلب إعادة بناء وتقييم الموقف المثير للانفعال بطريقة مختلفة لتقليل تأثيره السلبي، هذه القدرة على إعادة التفسير المعرفي للأحداث قد تمثل ميزة في التنظيم الانفعالي الكلي لديهم، ففي هذه المرحلة التي تتطلب اتخاذ قرارات مهمة والتخطيط للمستقبل، قد يجد الذكور أنفسهم أكثر اعتماداً على استراتيجيات تتطلب تحكماً معرفياً أعلى في انفعالاتهم، إذ إن إعادة التقييم استراتيجية متمركزة على سوابق الاستجابة الانفعالية، حيث تظهر قبل إنشاء اتجاهات الاستجابة، وهي تسمح بالتقليل من الانفعالات السلبية، والزيادة في الانفعالات الإيجابية. (صالح وخلف، 2022، 714)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة البزاز (2023).

2-8) التحقق من صحة الفرضية الثامنة:

للتحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجيات التنظيم الانفعالي

تعزى لمتغير العمر.

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدم اختبار (T-Test) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي.

جدول (37) نتائج اختبار (T-Test) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على استراتيجيات

التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير العمر

الأبعاد الفرعية	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
إعادة التقييم	18-19 سنة	261	16.7011	3.94320	1.055	528	0.292	غير دال إحصائياً
	20- 21 سنة	269	16.3271	4.20962				
إعادة التركيز	18-19 سنة	261	16.2912	3.95254	-0.388	528	0.698	غير دال إحصائياً
	20- 21 سنة	269	16.4201	3.69223				
الاجترار	18-19 سنة	261	15.6475	2.53405	2.955	528	0.003	دال إحصائياً
	20- 21 سنة	269	14.9628	2.78966				
الكبت	18-19 سنة	261	15.1149	2.26049	0.898	528	0.370	غير دال إحصائياً
	20- 21 سنة	269	14.9480	2.01605				
الدرجة الكلية	18-19 سنة	261	63.7548	8.57597	1.577	528	0.115	دال إحصائياً
	20- 21 سنة	269	62.6580	7.41130				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) قد بلغت: (1.055، -0.388، 2.955، 0.898، 1.577) للأبعاد

(إعادة التقييم، إعادة التركيز، الاجترار، الكبت، الدرجة الكلية) على الترتيب، وكانت الفروق غير دالة

إحصائياً لكل من: إعادة التقييم، إعادة التركيز، الكبت، الدرجة الكلية، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً على

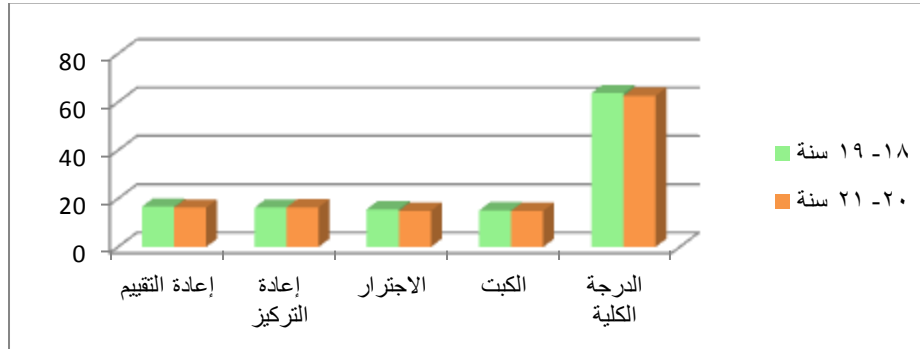
بعد الاجترار، إذ كانت القيمة الاحتمالية لها (0.003)، ومن ثم يمكن القول:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في إعادة التقييم، إعادة التركيز،

الكبت، الدرجة الكلية تعزى لمتغير العمر.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على بعد الاجترار تعزى لمتغير العمر، وهي لصالح الفئة ذي المتوسط الأعلى أي فئة (18 - 19) سنة.

ويوضح المخطط البياني الآتي المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير العمر.



شكل (8) المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي تبعاً لمتغير العمر.

* التفسير:

في خضم مرحلة المراهقة المتأخرة، التي تتميز بتصاعد القدرات المعرفية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة، إلا أنها لا تزال محفوفة بالتحديات والضغوط النمائية، تكشف نتائج الدراسة عن تقارب في استخدام معظم استراتيجيات التنظيم الانفعالي بين الفئتين العمريتين (18-19) و (20-21)، يعكس هذا التشابه حقيقة أن كلا الفئتين تشتركان في المميزات الأساسية لهذه المرحلة، مثل البحث عن الهوية، وتكوين علاقات أكثر نضجاً، والاستعداد للانتقال إلى مرحلة البلوغ. كما أنهما يواجهان معوقات متشابهة، كضغوط الدراسة الجامعية، والقلق بشأن المستقبل المهني، والتأثر بالتغيرات الاجتماعية والثقافية، هذه التجربة المشتركة قد تدفعهم إلى تبني استراتيجيات تنظيم انفعالي مماثلة للتعامل مع المشاعر السلبية التي تنشأ نتيجة لهذه التحديات المشتركة في هذه المرحلة العاصفة، إذ إنه يوجد اتفاق عام على أن مرحلة المراهقة هي مرحلة

أزمة، ولعلّ جورج ستانلي هول كان أول من أطلق هذا الوصف في عبارته الشهيرة "مرحلة الضغوط والعواصف" (صادق وأبو حطب، 2008، 307).

ومع ذلك فإن ميل الفئة العمرية الأصغر (18-19) عاماً لاستخدام استراتيجية الاجترار بشكل أكبر يسلط الضوء على خصائص فريدة لهذه المرحلة الفرعية، ففي بداية المراهقة المتأخرة يكون الطلاب في أوج فترة انتقالية حرجة تنسم بالتحويلات السريعة على المستويات الجسدية والمعرفية والاجتماعية.

المميزات الجديدة لهذه المرحلة، مثل: الوعي المتزايد بالذات، والقدرة على التفكير التأملي، قد تدفعهم إلى تحليل وتقييم مكثف لتجاربهم وعلاقاتهم وقراراتهم الماضية والحالية، لكن في الوقت نفسه فإن المعوقات التي يواجهونها في هذه الفترة، مثل: عدم اكتمال النضج الانفعالي والخبرة الحياتية المحدودة، قد تجعلهم أكثر عرضة للانغماس في التفكير المتكرر في المشكلات والمشاعر السلبية (الاجترار) كمحاولة لفهمها والتغلب عليها، حتى وإن لم تكن هذه الاستراتيجية دائماً فعالة.

أما بالنسبة لعدم وجود فروق في استراتيجيات أخرى مثل إعادة التقييم وإعادة التركيز والكبت، فقد يشير ذلك إلى أن هذه الاستراتيجيات إما أنها تتطلب مستوى نضج انفعالي ومعرفي قد يكون متقارباً بين الفئتين العمريتين ضمن المراهقة المتأخرة، أو أنها تمثل آليات أساسية للتكيف يلجأ إليها المراهقون بغض النظر عن اختلافاتهم الطفيفة في العمر لمواجهة الضغوط المتزايدة التي تميز هذه المرحلة، فالمراهقة فترة ديناميكية من عمر الإنسان تتشكل من خلال التفاعلات مع العوامل البيئية والاجتماعية، ويمكن لمعظم أدمغة المراهقين واستجاباتهم السلوكية أن تتكيف مع التحديات العديدة التي يواجهونها (Insel et al, 2022, 18)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة جروان (2019).

❖ خاتمة:

تعد مرحلة المراهقة المتأخرة فترة انتقالية حاسمة في حياة الفرد، تتميز بتغيرات جسمانية ونفسية واجتماعية متسارعة، من بين أهم هذه التغيرات تطوير هوية الأنا وبناء استراتيجيات فعالة للتنظيم الانفعالي.

حيث تعد هوية الأنا من المفاهيم النفسية الأساسية التي تؤدي دوراً محورياً في تشكيل شخصية الفرد وتوجهاته السلوكية، وتتعلق هوية الأنا بكيفية إدراك الفرد لنفسه، بما في ذلك القيم، والمعتقدات، والاتجاهات التي تسهم في بناء صورة متكاملة عن الذات، ومن جهة أخرى تمثل استراتيجيات التنظيم الانفعالي الآليات التي يستخدمها الأفراد لإدارة وتوجيه مشاعرهم لضبطها والتحكم بها.

ويأتي هذا البحث انطلاقاً من إدراكنا لأهمية دور الوصول بالهوية إلى رتبة الإنجاز في تبني استراتيجيات إيجابية لإدارة المشاعر وضبطها بشكل صحي، تناول البحث العلاقة بين رتب هوية الأنا واستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى عينة من الطلبة في مرحلة المراهقة المتأخرة من طلبة جامعة دمشق.

ففي الجزء التمهيدي تم الحديث عن مقدمة البحث وإشكاليته المتمثلة بالسؤال الآتي: ما طبيعة العلاقة بين رتب هوية الأنا (الأيدولوجية والاجتماعية) واستراتيجيات التنظيم الانفعالي في مرحلة المراهقة المتأخرة؟ وتحديد أهداف البحث وأهميته وتعريف مصطلحاته، أما الجزء الأول فقد تناول الإطار النظري، وتمثل الجزء الثاني في الجانب التطبيقي الذي تناول المنهج المتبع في الدراسة، والعينة، والأدوات المستخدمة، ثم عرض النتائج التي تم التوصل إليها وتحليلها ومناقشتها، وقد توصلت النتائج إلى:

- رتب هوية الأنا الأيدولوجية الأكثر انتشاراً لدى أفراد عينة البحث على التوالي (تعليق، تحقيق، تشتت، وانغلاق الهوية).

- رتب هوية الأنا الاجتماعية الأكثر انتشاراً لدى أفراد عينة البحث على التوالي (تحقيق، تعليق، تشتت، وانغلاق الهوية).

- استراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكثر انتشاراً لدى أفراد عينة البحث على التوالي (إعادة التركيز الإيجابي، الكبت، الاجترار، إعادة التقييم).

- يمكن التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي من رتب هوية الأنا.

- توجد علاقة طردية إيجابية دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس رتب هوية الأنا والدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة البحث على الأبعاد الفرعية لمقياس رتب هوية الأنا والأبعاد الفرعية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب (تحقيق وتشتت الهوية) والدرجة الكلية على محوري رتب هوية الأنا (الأيدولوجية والاجتماعية) تبعاً لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب (تعليق وانغلاق الهوية) على محوري رتب هوية الأنا (الأيدولوجية والاجتماعية) تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور في رتبة التعليق، والإناث في رتبة الانغلاق.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب (تحقيق، تعليق، وانغلاق الهوية) على محور رتب هوية الأنا الأيدولوجية تبعاً لمتغير العمر.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتبة (تشتت الهوية) والدرجة الكلية على محور رتب هوية الأنا الأيدولوجية تبعاً لمتغير العمر ولصالح (18-19).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب (تحقيق وتعليق الهوية) على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في رتب (انغلاق وتشتت الهوية) والدرجة الكلية على محور رتب هوية الأنا الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر ولصالح (18-19).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجيات (إعادة التركيز الإيجابي، الاجترار، والكبت) تبعاً لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجية إعادة التقييم والدرجة الكلية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجيات (إعادة التقييم، إعادة التركيز الإيجابي، الكبت، والدرجة الكلية) تبعاً لمتغير العمر.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في استراتيجية الاجترار تبعاً لمتغير العمر ولصالح (18-19).

ثالثاً: مقترحات البحث:

- تصميم وتقييم فعالية برامج تدخلية تهدف إلى تعزيز تحقيق الهوية، وتنمية استراتيجيات تنظيم انفعالي تكيفية لدى الطلاب.
- دراسة تأثير متغيرات ديمغرافية أخرى غير العمر والجنس (مثل المستوى الاجتماعي والاقتصادي، أو التخصص الدراسي، أو مستوى تعليم الوالدين) على رتب الهوية، واستراتيجيات التنظيم الانفعالي، والعلاقة بينهما.
- إجراء بحوث تركز بشكل خاص على تأثير أنواع محددة من الأحداث الضاغطة (مثل: فقدان أحد الأقارب، أو الصعوبات الاقتصادية) على تطور الهوية، واستخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى الطلاب الجامعيين.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ابتسام، بو بكر، ومحمد، أجرد. (2022). علاقة استراتيجيات التنظيم الانفعالي بالسمنة في ضوء علم النفس الصحة. *مجلة الحكمة للدراسات الفلسفية*. مج: 10. العدد: 3. ص ص: 1442-1464. الجزائر.
- أبو أسعد، مصطفى. (2010). ناسلية الذات والهوية من الطفولة إلى المراهقة سيروية لا تتوقف. *المجلة الجزائرية للطفولة والتربية*. العدد: 25. ص ص: 199-224.
- أبو شرار، جهاد طه محمد. (2013). *العلاقة بين أزمة الهوية والاكتئاب لدى عينة من طلبة جامعتي القدس وبيت لحم في فلسطين*. رسالة ماجستير. عمادة الدراسات العليا. جامعة القدس. القدس: فلسطين. ص: 119.
- الأشول، عادل عز الدين. (2008). *علم نفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة*. القاهرة: مصر. مكتبة الأنجلو المصرية. ص: 712.
- البزاز، عبير عبد الجواد. (2023). استراتيجيات تنظيم الانفعال لدى طلبة الجامعة. *مجلة نسق*. مج: 38. العدد: 95. ص ص: 613-638. بغداد: العراق.
- بلّ، فاديا. (2007). *الارتقاء المعرفي والتمركز حول الذات وعلاقتها بحالات الهوية: دراسة ارتقائية كLINIكية*. رسالة دكتوراه. معهد الدراسات والبحوث التربوية. جامعة القاهرة. القاهرة: مصر. ص: 409.
- بن علي، مسعودة. (2015). *أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهق الجزائري*. رسالة دكتوراه. قسم العلوم الاجتماعية. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة محمد خيضر. بسكرة: الجزائر. ص: 207.
- بوعود، أسماء. (2022). *هوية الأنا وعلاقتها بالتفكير الإيجابي والأمل عند طلبة جامعة سطيف 2*. *المجلة الدولية لإعادة التأهيل النفسي والاجتماعي*. مجلد: 26. العدد: 1. ص - ص: 834 - 816.

- تونسية، يونسى. (2012). تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المصريين والمراهقين المكفوفين. رسالة ماجستير. قسم علم النفس. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة مولود معمري- تيزي وزو. الجزائر: الجزائر. ص: 297.
- جاسم، مؤيد حامد. (2015). تشكيل هوية الأنا لدى المراهقين. مركز أبحاث الطفولة والأمومة. <https://childcenter.uodiyala.edu.iq>
- الجبوري، سيف محمد رديف، والكبيسي، مائل كامل ثامر. (2021). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها برتب هوية الأنا باستعمال الارتباط القانوني لدى طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة آداب المستنصرية. مج: 45. العدد: 94. ص ص: 1-25. بغداد: العراق.
- جروان، ولاء. (2019). استراتيجيات التنظيم الانفعالي كمؤشر للعلاقة بين الكفاءة الذاتية والالتزام الصحي لدى عينة من المسنين المصابين بالسكري في محافظة دمشق. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. كلية التربية. جامعة دمشق. دمشق: سورية. ص: 145.
- الحاجي، محمد عمر. (2007). دنيا المراهقة. ط: 1. دار المكتبي للطباعة والنشر والتوزيع. دمشق: سوريا. ص: 142.
- الحارثي، نورة دخيل الله علي. (2021). استراتيجيات تنظيم الانفعال معرفياً وعلاقتها بالصمود الأكاديمي لدى طالبات جامعة الطائف. المجلة العلمية لكلية التربية. مج: 27، العدد: 1. ص ص: 311-241. القاهرة: مصر.
- حسن، جهاد جمال علي. (2020). العوامل المسهمة في بناء التمكين النفسي في مرحلة المراهقة (نظرياً). مجلة دراسات تربوية واجتماعية. مج: 26، العدد: 2. ص ص: 180-134. القاهرة: مصر.
- حماد، علا فؤاد عيسى. (2022). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالتعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في محافظة عمان. مجلة جرش للبحوث والدراسات. مجلد: 23، العدد: 1. ص ص: 1155-1119. عمان: الأردن.

- حمصي، أنطون. (1994). *أصول البحث في علم النفس*. ط: 1. دمشق: سورية. ص: 260.
- حميدات، هبة نبيل. (2022). *الهوية النفسية وعلاقتها بتقدير الذات والاعترا ب النفسى لدى عينة من طلاب الجامعات الفلسطينية في المخيمات الفلسطينية*. رسالة ماجستير. قسم الإرشاد النفسى والتربوى. كلية الدراسات العليا والبحث العلمى. جامعة الخليل. الخليل: فلسطين. ص: 176.
- الخالدى، أمال ابراهيم حسون. (2022). *رتب هوية الأنا لدى الطالب الجامعى. مجلة كلية التربية*. عدد (1). ص ص: 343-360. القاهرة: مصر.
- دليلة، لقوفى. (2016). *مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول فى أسرة بديلة دراسة حالة لمراهقين مكفولين*. رسالة ماجستير. شعبة علم النفس. قسم العلوم الاجتماعىة. كلية العلوم الإنسانىة والاجتماعىة. جامعة محمد خضيرة بسكرة. بسكرة: الجزائر. ص: 190.
- زهران، حامد عبد السلام. (1986). *علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)*. القاهرة: مصر. دار المعارف. ص: 495..
- سعاد، بوسعيد. (2016). *التحكم فى الفكر وتنظيم الانفعال كمنبئات بظهور الاكتئاب لدى الطلبة*. رسالة ماجستير. قسم علم النفس وعلوم التربية. كلية العلوم الإنسانىة والاجتماعىة. جامعة قاصدى مرياح ورقلة. ورقلة: الجزائر. ص: 94.
- سعد، يوسف عبد الكرىم. (2002). *علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)*. مديرىة الكتب والمطبوعات الجامعىة. حلب: سوريا. ص: 517.
- سلوم، هناء عباس. (2015). *استراتيجىات تنظيم الانفعال وعلاقتها بحل المشكلات*. رسالة ماجستير. قسم الإرشاد النفسى. كلية التربية. جامعة دمشق. دمشق: سورية. ص: 146.
- سليم، مرىم. (2002). *علم نفس النمو*. ط: 1. بيروت: لبنان. دار النهضة العربىة. ص: 560.
- السىد، فؤاد البهى. (1956). *الأسس النفسىة للنمو*. ط: 1. القاهرة: مصر. دار الفكر العربى. ص: 280.

- شريم، رغدة. (2009). سيكولوجية المراهقة. عمان: الأردن. دار المسيرة للنشر والطباعة. ص: 344.
- الشمري، مدين نوري، وكامل، جنان بدر. (2020). أنماط الهوية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية. مجلد: 37. العدد: 4. ص ص: 1-16. العراق.
- الشهري، محمد خلوفه عبدالله. (2020). مستوى التنظيم الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى المتزوجين حديثاً بمنطقة مكة المكرمة. مجلة بحوث في التربية النوعية. مجلد: 37. ص ص: 633-664. جامعة القاهرة كلية التربية النوعية. مصر.
- الشيباني، بدر إبراهيم. (2000). سيكولوجية النمو (تطور النمو من الإخصاب حتى المراهقة). مركز المخطوطات والتراث والوثائق. ط: 1. الكويت: الكويت. ص: 242.
- صادق، آمال، وأبو حطب، فؤاد. (2008). نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين. ط: 5. القاهرة: مصر. مكتبة الأنجلو المصرية. ص: 720.
- صالح، أفراح ابراهيم سعيد. (2022). استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية الأساسية. مج: 28. العدد: 144. ص ص: 451-476. بغداد: العراق.
- صالح، زينة علي، وخلف، لينا عدنان. (8,6,2022). استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى أبناء الشهداء. المجلة العراقية للبحوث الإنسانية والاجتماعية والعلمية. العدد: 6. ص ص: 713-734. بغداد: العراق.
- الصبان، عبير محمد، السلمي، سماح عمر، والأنصاري، هبة عبد الحي. (2020). التنظيم الانفعالي وعلاقته بدافع الانجاز لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. مجلة جامعة الملك عبد العزيز. مج: 28. العدد: 3. ص ص: 217-248. مكة المكرمة: المملكة العربية السعودية.
- صوالحة، عبد المهدي محمد. (2013). النزاعات الأسرية كمتنبئات بالهوية النفسية لدى عينة من المراهقين. مجلة الدراسات التربوية والنفسية. مج: 8. العدد: 2. ص ص: 304-318. إربد: الأردن.

- الطنطاوي، حنان سامي عبد الهادي. (2021). *العلاقة بين هوية الأنا والتعاطف الذاتي لدى طلبة الجامعات النظامية في محافظة الخليل*. رسالة ماجستير. برنامج الإرشاد النفسي التربوي. كلية الدراسات العليا والبحث العلمي. جامعة الخليل. الخليل: فلسطين. ص: 130.
- عبد الرحمن، محمد السيد. (1998). *مقياس موضوعي لرتب الهوية الأيديولوجية والاجتماعية في مرحلتي المراهقة والرشد المبكر*. القاهرة: مصر. دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع. ص: 159.
- عبد الرحمن، محمد السيد. (1998). *مقياس موضوعي لرتب الهوية الأيديولوجية والاجتماعية في مرحلتي المراهقة والرشد المبكر*. القاهرة: مصر. دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع. ص: 159.
- عبد العزيز، حدار، وآمال، عيد. (2014). *ناسلية الذات والهوية من الطفولة إلى المراهقة سيرورة لا تتوقف. المجلة الجزائرية للطفولة والتربية*. العدد: 25. ص ص: 199-224. الجزائر.
- عبد المعطي، حسن مصطفى، وقناوي، هدى محمد. (2001). *علم نفس النمو*. الإسكندرية: مصر. دار قباء للطباعة والنشر. ص: 970.
- العدارية، خولة خليل عبدالله، ومطر، جيهان. (2022). *حالات الهوية لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء بعض المتغيرات. المجلة التربوية الأردنية*. مجلد: 7. العدد: 1. ص - ص: 84 - 110. الأردن.
- علاونة، ربيعة. (2011, 6, 30). *رتب الهوية لدى الشباب الجزائري. مجلة دراسات نفسية وتربوية*. مج: 4. العدد: 1. ص ص: 62-102. الجزائر.
- علي، لينا. (2006). *رتب الهوية الاجتماعية والأيديولوجية وعلاقتها بالاغتراب النفسي*. رسالة ماجستير غير منشورة. قسم علم النفس. كلية التربية. جامعة دمشق. دمشق: سورية.
- عليوة، سهام علي عبد الغفار. (2018). *استراتيجيات تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين دراسة سيكومترية إكلينيكية*. مجلة كلية التربية. المجلد: 4. العدد: 116. ص ص: 41-69. مصر.

- عمّار، دلال أسعد. (2013). هوية الأنا لدى الطلبة الجامعيين وعلاقتها ببعض المتغيرات دراسة ميدانية في جامعة تشرين. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات الجامعية. مجلد: 36. العدد: 1. ص ص: 299-316. اللاذقية: سورية.
- عمار، دلال أسعد. (2015). رتب الهوية وعلاقتها بكل من أسلوب الاختيار والتوافق الزوجي. رسالة دكتوراه. قسم الإرشاد النفسي. كلية التربية. جامعة دمشق. دمشق: سورية. ص: 316.
- العنزي، خالد الحميدي هدمول. (2020). تشكيل هوية الأنا وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعية لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية في المملكة العربية السعودية. المجلة الدولية للبحوث التربوية. مجلد: 44. العدد: 1. ص - ص: 284-317. المملكة العربية السعودية.
- عوض، عباس محمود. (1999). المدخل إلى علم نفس النمو الطفولة-المراهقة-الشيخوخة. القاهرة: مصر. دار المعرفة الجامعية. ص: 206.
- عياش، ليث محمد، وفائق، صبا دريد. (2016). التنظيم الانفعالي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية الأساسية. مج: 22. العدد: 95. ص ص: 638-613. بغداد: العراق.
- غالي، لورنا عادل، كرم الدين، ليلي أحمد، وعوض، مصطفى إبراهيم. (2019). أزمة الهوية والمتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بالعالم الافتراضي-دراسة ميدانية على عينة من شباب الجامعات المستخدمين لشبكات التواصل الاجتماعي. مجلة العلوم البيئية. مج: 46. العدد: 27. ص ص: 212-185.
- الغامدي، حسين عبد الفتاح. (2001). علاقة تشكل هوية الأنا بنمو التفكير الأخلاقي لدى عينة من الذكور في مرحلة المراهقة والشباب بالمنطقة الغربية من المملكة العربية السعودية. المجلة المصرية للدراسات النفسية. مج: 29. العدد: 34. ص ص: 255-221. القاهرة: مصر.

- فاطمة الزهراء، بن سعيد، وأمانى، حلوز. (2022). مستوى اكتساب الهوية لدى المراهقين التوهم. رسالة ماجستير. قسم العلوم الاجتماعية. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة ابن خلدون-تيارات. تيارات: الجزائر. ص: 89.
- الفلاحى، حسن حمود، والعكيدى، معياد ضاري. (2017). الاستقلالية الذاتية والهوية النفسية لدى طلبة جامعة الأنبار. *المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث*. مج: 3. العدد: 1. ص ص: 13-141. الرمادي: العراق.
- قصيبات، سعاد هاشم عبد السلام. (2007). *علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)*. ط: 1. مصراته: ليبيا. دار مصراته للكتاب. ص: 127.
- الكندري، ندى حسن، وجاد الرب، هشام فتحي. (2023). السعة الرقمية للذاكرة العاملة وعلاقتها بالتنظيم الذاتي الانفعالي. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*. العدد: 144. ص-ص: 151-176. الكويت.
- كوزن، ب. (2010). *البحث عن الهوية (الهوية وتشنتها في حياة إيريك إريكسون وأعماله)*. ترجمة: سامر جميل رضوان. العين: الإمارات العربية المتحدة. دار الكتاب الجامعي. ص: 514.
- اللمسى، فاطمة حسن ابراهيم. (2022). الإسهام النسبي لكل من التفكير الإيجابي ومنظور زمن المستقبل في التنبؤ باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلاب جامعة دمنهور. *مجلة كلية التربية*. مجلد: 32. العدد: 1. ص - ص: 305-333. البحيرة: مصر.
- محمود، إبراهيم وجيه. (1981). *المراهقة وخصائصها ومشاكلها*. ط: 1. دار المعارف. القاهرة: مصر. ص: 193.
- محمود، حنان حسين. (2016). التنظيم الانفعالي والمعتقدات ما وراء المعرفية وعلاقتها بقلق الامتحان لدى عينة من طالبات المرحلة الجامعية. *مجلة العلوم التربوية*. مج: 24. العدد: 4. ص ص: 70-117. القاهرة: مصر.

- مخول، مالك سليمان. (1980). علم نفس الطفولة والمراهقة. ط: 1. دمشق: سورية. منشورات جامعة دمشق. ص: 472.
- مراح، علي، عرقوب، محمد، وحمادي، فتحي. (2022). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرفاه النفسي لدى طلبة الجامعة. مجلة دراسات في سيكولوجيا الانحراف. مج: 7. العدد: 11. ص ص: 430-441. تيارت: الجزائر.
- مسعود، سناء. (2022). مبادرة النمو الشخصي وعلاقتها بالمعنى في الحياة لدى المراهقين دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية. مج: 38. العدد: 1. ص ص: 107-149. دمشق: سورية.
- مظلوم، مصطفى علي رمضان. (2017). تنظيم الانفعال وعلاقته بالأليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة (دراسة سيكومترية كLINيكية). مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس. مج: 82. ص ص: 143-212. القاهرة: مصر.
- مليكي، مروة. (2023). مراتب الهوية وعلاقتها بكل من الذكاء الوجداني والاجتماعي لدى الطالب الجامعي. رسالة دكتوراه. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة محمد خيضر. بسكرة: الجزائر. ص: 182
- مليكي، مروة. (2017). مراتب الهوية لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية-دراسة ميدانية مطبقة بثنائيات مدينة بسكرة. رسالة ماجستير. قسم العلوم الاجتماعية. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة محمد خيضر. بسكرة: الجزائر. ص: 102.
- مليكي، مروة، ورابي، إسماعيل. (2019). مراتب الهوية لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية بجامعة محمد خيضر بسكرة. مجلة العلوم الإنسانية. مج: 19. العدد: 2. ص ص: 295-307. بسكرة: الجزائر.

- ميكشيللي، أ. (1993). الهوية. ترجمة: علي وطفة. دمشق: سورية. دار الوسيم للخدمات الطباعية. ص: 190.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Aldao, A & Nolen-Hoeksema, S. (2010). *Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. Behavior research and therapy*. The United States of America.
- Allen. N. B & Sheeber. L. B. (2009). *Adolescent emotional development and the emergence of depressive*. Cambridge university press. Cambridge: England. P: 362.
- Atak. H. (2023). *Ego identity formation: from theory to life _A developmental approach* Institution of economic development and social researches publications. Ankara: Turkey. P:94.
- Baillet, S., Bertrand, O & Lindenberger, U. (2018). *late adolescence: critical transitions into adulthood*. <https://www.researchgate.net/publication/326377536>.
- Bang, H. (2009). *The relationship of wisdom and ego-identity for korean and american adolescents*. The degree of doctor of philosophy. The oklahoma state university.
- Berzonsky, M. D & Kuk, L.S. (2005). Identity style, psychological maturity, and academic performance. *Personality and individual differences. Scientific Research*. Vol: 39. Pp: 235-247. The United States of America
- Denmark, F. L & Paludi, M. A. (2008). *Psychology of women: A handbook of issues and theories*. Ed: 1. New York: The United States of America. Library of congress. P: 786.
- Eryigit. S. (2010). *Identity formation in context*. Unpublished doctoral dissertation. Auburn university, Alabama.
- Fromm. E. (1956). *The sane society*. University of Jodhpur library. London: Britain. P:364.
- Garnefski, N & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five

- specific samples. *Journal of personality and individual differences*. Vol: 40. No: 10. pp: 1659-1669. Holland.
- Garnefski. N & Kraaij. V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European journal of psychological assessment*. Vol: 23. No: 3. pp: 141-149.
 - Garnefski. N, Kraaij. V. & Spinhoven. P. (2001). *Negative life events, cognitive emotion regulation and depression Personality and individual differences*. pp: 1311_1327
 - Goleman. D. (2005). Emotional intelligence-the 10th anniversary edition. Bantam dell. A division of random house. New York. P:386.
 - Gross, J. (2015).Emotion regulation: status and future projects. *Psychological inquiry*. Vol: 26. PP: 1-26.
 - Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*. Vol: 39. No: 3. pp: 91-281. London: Britain.
 - Gross. J. J. (2014). Handbook of emotion regulation. The Guilford press. New York: The United States Of America. P:669.
 - Hu, T., Zhang, D., Wang, J., Mistry, R., Ran, G., & Wang, X. (2014). Relation between emotion regulation and mental health: a meta-analysis review. *Psychological reports*. Vol: 114. No: 2. Pp: 341-362.
 - Insel, C., Tabashneck.S., Shen, F.X., Edersheim, J.G., & Kinscherff, R.T. (2022). *White paper on the science of late adolescence*. MGH center for law. <https://clbb.mgh.harvard.edu>.
 - Ivanov, M.S. (2022). Attitude to personal security during identity formation in university students. *Bulletin of kemerovo state university*. Vol: 24. No: 1. pp: 83-91. Kemerovo: Russia.
 - Kaddoura, N & Sarouphim, K. M. (2019). *Identity development among lebanese youth: an investigation of marcia's paradigm*. Heliyon. [https:// doi .org 110.1016 / j.heliyon.2019eo2851](https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019eo2851).
 - Krogee, J. (2001). *Identity in adolescence the balance between self and other*. Ed:2. New York: The United States Of America. p: 233.
 - Kroger, J& Marcia, J.E. (2011). *The identity statuses: Origins, Meanings, and interpretation*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9-2>.

- Kroger. J. (2000). Ego identity status research in the new millennium. *International Journal of Behavioral development*. Vol: 24. No: 2. pp: 145-148.
- Kroger. J. (2015). *Identity development through adulthood: the move toward "wholeness"*. https://www.researchgate.net/publication/275337420_Identity_development_in_adulthood_the_move_toward_wholeness.
- Luyckx, K., Klimstra, T., Duriez, B., Schuartz, S., & Vanhalst, J. (2013). Identity Processes and Coping Strategies in College Students: Short-term Longitudinal Dynamics and the Role of Personality. *Journal of Youth Adolescence*. Vol: 41. No: 9. PP: 1226-1239.
- Marcia, J. & Todor, N.L. (1973). Ego identity status and response to conformity pressure in college women. *Journal of personality and social psychology*. Vol: 26. No: 2. pp: 287-294.
- Marcia, J. (1980). *Identity in adolescence*. Ed: J. Adelson. New York: Wiley.
- Marcia, J. E. (1966). Development & Validation of ego identity status. *Journal of personality & social psychology*. Vol: 3. No: 5. pp: 551-558.
- Marcia, J. E. (1980). *Identity in adolescence*. New York.
- Martin, R. E. & Ochsner, K. N. (2017). The neuroscience of emotion regulation development implications for education. *Current opinion in behavioral sciences*. Vol: 10. pp: 142-148.
- Nadeem, A., Umer, F. & Anwar, M. J. (2023). Emotion regulation as predictor academic performance in university students. *Journal of professional & applied psychology*. Vol: 4. No: 1. pp: 20-30. Pakistan.
- Niven, K. (2017). The four key characteristics of interpersonal emotion regulation. *Current opinion in psychology*. Vol: 17. PP: 89-93.
- Ochsner, K. N., Bunge, S. A., Gross, J. J. & Gabrieli, J. D. E. (2002). Rethinking feelings: an fMRI study of the cognitive regulation of emotion. *Journal of cognitive neuroscience*. Vol: 14. pp: 1215-1229.
- O'Donohue, W.T., Benuto, L.T. & Tolle, L.W. (2013). *Handbook of adolescent health psychology*. Springer science business media. New York: The United States Of America. P: 735.
- Rageliené, T. (2016). *Links of adolescents identity development and relationship with peers: A systematic literature review*.

- Robinson, M.D, Watkins.E.R, & Harmon-Jones, E. (2013). *Handbook of cognition and emotion*. New York: The United States Of America. Library of congress. P: 594.
- Rusk. N. (2011). *Learning goals for emotion regulation a randomized intervention study*. The degree of doctor of philosophy in child development. Tufts university. P:162.
- Santrock. J.w. (2019). *Adolescence*. Ed: 17. University of texas at dallas. New York. Megraw hill education. P:160.
- Shah, S., Basri. N., Ibrahim. M & Hashim. N. N. (2022). Correlation between Emotion regulation abd mental well_being among university students during COVID-19. *Journal psikologi Malaysia*. Vol: 36. No: 2. pp: 41-52. Malaysia.
- Sitrava. S. (2021). *Romantic relationship issues described by young adults with moratorium ego identity status and anxious attachment style*. The degree of doctor of clinical practice. University of Exeter. Exeter: United Kingdom. P: 201.
- Thompson, R.A. (2018). Emotional regulation: a theme in search of definition, the development of emotion regulation. *Monographs of the society for research in child development*. Vol: 59. No: 213. pp: 25-52. California: The United States Of America.
- Turan, M.B., Koç, K & Karaoglu, B. (2017). Analysis of ego identity status of school of physical education and sports. *Universal Journal of educational research*. Vol: 5. pp: 1580-1588. Kayseri: Turkey.
- Verschueren, M., Rassart, J., Claes, L., Moons, P & Luyckx, K. (2017). Identity ststuses throughout adolescence and emerging adulthood: a large- scale study into gender, age, and contextual differences. *Psychological Belgica journal of the Belgian association for psychological science*. Vol: 57. No: 1. pp: 32-42. Belgica.

المحلق (1)

مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بشكله الأولي

تصحيح المقياس:

سيكون تصحيح المقياس وفق سلم خماسي متدرج وفقاً لطريقة ليكرت (ينطبق تماماً، ينطبق بدرجة متوسطة، متأرجحة، لا ينطبق بدرجة متوسطة، لا ينطبق أبداً)، وتقدر الدرجات بإعطاء الإجابة ينطبق تماماً (5 درجات)، والإجابة لا ينطبق أبداً (درجة واحدة).

إعادة التقييم	
1	أعتقد أن الأحداث والمواقف القاسية تعلمني العديد من الدروس المفيدة
2	أشعر بأن المواقف والخبرات الصعبة والمؤلمة جعلتني إنسان أقوى
3	أعتقد أنه كما يوجد للموقف نواحي سلبية له أيضاً نواحي إيجابية
4	أحاول تغيير طريقة تفكيري في الموقف أو الحدث لكي أشعر بالبهجة والسرور
5	أعتقد أن تغيير طريقة التفكير حيال الموقف تجعلني أكثر وعياً وأكثر قدرة على ضبط انفعالاتي
6	أحول فصل انفعالاتي عن الموقف الذي أعيشه وإعادة تقييمه بطريقة أخرى
7	أحاول إعادة تقييم الموقف والتعامل معه بانفعالات ملائمة
8	أعتقد أن مثل هكذا مواقف تساعدني على ضبط انفعالاتي
إعادة التركيز الإيجابي	
1	عند التعرض لموقف مزعج أفكر بالأمر السارة التي تمدني بالبهجة
2	عندما أواجه حدث مزعج، أفكر في أمور أخرى أفضل لها الأولوية في شغل حيز من حياتي
3	أفضل التفكير في المواقف والأشياء الجميلة والمبهجة عوضاً عن التفكير في المواقف القاسية والمؤلمة
4	أفكر في مواقف الأفراد السارة التي أنجزوها رغم حياتهم القاسية.
5	أفكر بما هو أجمل مما تعرضت له
6	أبحث عن الجانب الإيجابي في كل موقف يحدث لي
7	عندما يعترضني موقف حزين أو يشعرني بالضيق والعصبية، أفكر بمواقف أخرى كانت سعيدة ومريحة
8	أفكر في أشخاص أكثر هدوءاً بالتعامل مع انفعالاتهم، وبأحداث حياتهم السارة
الاجترار	
1	كثيراً ما يستحوذ على تفكيري ما حدث لي في الماضي من مواقف قاسية

2	أجد نفسي في كثير من الأوقات منغمس بالتفكير بالمشاعر المؤلمة للأحداث التي عايشتها
3	أستحضر التجارب والخبرات غير السارة مراراً وتكراراً دون نسيانها
4	أحاول أن أجد تبرير لما عايشته وأن أفهم ما يثيره من مشاعر بداخلي
5	انفعالاتي ومشاعري التي أثارها التجارب الماضية لها أهمية بالغة في ذكرياتي وتفكيري
6	عندما أستحضر موقف انفعالي غير سار ، تحضر معه كل المشاعر والأحاسيس المؤلمة وانتذكر كل شيء يتعلق به
7	ليس بإمكانني التوقف عن التفكير بما عايشته من مواقف ومشاعر مؤلمة
8	تشغل مواقف الماشي وأثارها أكثر مشاعري في الحاضر
الكبت	
1	أبقي على مشاعري وانفعالاتي داخلي بيني وبين نفسي
2	عندما تراودني مشاعر سلبية وانفعالاتي مؤلمة أكون حذر جداً من إظهارها للآخرين من حولي
3	أفضل عدم الإفصاح عن مشاعري مهما أنت مؤلمة وسلبية
4	أشعر بأنني ضعيف إذا أظهرت ما أشعر به من ألم لذا أفضل عدم البوح
5	لا أستطيع التعبير عن مشاعري بوضوح وكلمات مناسبة لذا لا أفصح عنها
6	أخاف التعبير عن انفعالاتي بغضب وأسلوب غير لائق يعود عليّ بالإحراج لذا أفضل الاحتفاظ بها
7	أشعر بالخوف وعدم الارتياح للبوخ بمشاعري وانفعالاتي الحقيقية لذا لا أبوح بها
8	مهما كان الموقف الذي عايشته أعلم أنني لن أفصح عن مشاعري التي سببها لي

الملحق (2)

مقياس رتب هوية الأنا بشكله الأولي

تصحيح المقياس:

سيكون تصحيح المقياس وفق سلم خماسي متدرج وفقاً لطريقة ليكرت (موافق بشدة، موافق بدرجة متوسطة ، ما بين، غير موافق بدرجة متوسطة، غير موافق أبداً) وتقدر الدرجات بإعطاء الإجابة موافق تماماً (6) درجة والإجابة غير موافق إطلاقاً (1 درجة).

الهوية الأيديولوجية
1 - اختيار الفرع الدراسي وتحديد المهنة:
_ لك رغبتك وآرائك التي كونتها باقتناع حول فرعك الدراسي (انجاز)
_ استندت في اختيار الفرع الدراسي إلى آراء ورغبة والديك (انغلاق)
_ لست متأكد بعد من أن فرعك الدراسي الذي اخترته هو ما يناسب قدراتك (تعليق)
_ اخترت فرعك الدراسي لأنه هو ما كان متاح لك؛ ولا يهملك الاختيار كثيراً (تشئت)
_ أنت على يقين بصحة توجهك المهني (انجاز)
_ مازلت تحاول تحديد المهنة التي تناسبك قدراتك (تعليق)
_ اخترت المهنة التي حددها لك والديك والمحيطون بك (انغلاق)
_ تمارس أي مهنة تتاح لك (تشئت)
2 - الموضوعات الدينية:
_ لديك قناعاتك التي كونتها بنفسك حول الموضوعات الدينية (انجاز)
_ مازال هناك بعض الأمور الغامضة بالنسبة لك فيما يتعلق بالموضوعات الدينية (تعليق)
_ تتبنى قناعات أسرتك في الموضوعات الدينية (انغلاق)
_ قليلاً ما يشغلك التفكير في الموضوعات الدينية (تشئت)
3 - الموضوعات السياسية:
_ حددت اتجاهاتك وأفكارك السياسية بعد تفكير عميق (انجاز)
_ مازلت تحاول تحديد اتجاهاتك وأفكارك السياسية (تعليق)

تتبع ما يفعله الآخرون في مجال الانتخابات أو غيرها من الأمور السياسية. (انغلاق)
أفكارك واتجاهاتك السياسية غير محددة (تشتت)
4- المبادئ والقيم:
متمسك بشكل كبير في بعض القيم والمبادئ مهما كانت الظروف (انجاز)
متردد في الالتزام لأن بعض المبادئ والقيم مازالت مختلطة عليك (تعليق)
تلتزم بمبادئ وقيم أسرتك فقط (انغلاق)
نادراً ما تلتزم بقيم معينة وتترك الأمر للظروف (تشتت)
5- العادات والتقاليد:
لك وجهة نظر خاصة حول بعض العادات والتقاليد السائدة في المجتمع (انجاز)
مازالت آرائك مشوشة حول بعض العادات والتقاليد السائدة في المجتمع (تعليق)
تتبع والديك في وجهة نظرهم حول بعض العادات والتقاليد السائدة في المجتمع (انغلاق)
نادراً ما تفكر في العادات والتقاليد السائدة في المجتمع (تشتت)
6- مواجهة المشكلات:
تستطيع إيجاد حلول بديلة لأي مشكلة تعترضك (انجاز)
تجد صعوبة في مواجهة المشكلات التي تعترضك (تعليق)
نتجاً للآخرين في حل المشكلات التي تعترضك (انغلاق)
تترك الأمور للظروف في مواجهة المشكلات (تشتت)
7- تحمل المسؤولية:
أنت مستعد لتحمل نتائج أعمالك (انجاز)
تكتره القيام بأعمال تتحمل فيها المسؤولية بمفردك (انغلاق)
تفضل القيام بأعمال يشاركك الآخرون المسؤولية فيها (تعليق)
متردد بالقيام بعمل تتحمل فيه المسؤولية (تشتت)
8- تحديد الأهداف:
تعتقد أنك تسير في الطريق الصحيح لتحقيق هدفك في الحياة (انجاز)
تعتمد على أسرتك في اختيار الطريق الأمثل للوصول لهدفك في الحياة (انغلاق)
مازالت متردداً في اختيار الطريق الذي سيوصلك لهدفك في الحياة (تعليق)
ليس لديك هدف واضح في الحياة تسعى إليه (تشتت)

الهوية الاجتماعية
1- الصداقة:
_لديك فكرة واضحة عما يجب توافره في صديقك من صفات (نجاز)
_مازلت تفكر في الصفات التي تحب أن تكون في أصدقائك (تعليق)
_تتبنى رأي أفراد أسرتك في اختيار من يناسبك من الأصدقاء (انغلاق)
_نادراً ما تفكر في الصفات التي يجب توافرها في أصدقائك (تشنتت)
2- التعامل مع الجنس الآخر:
_تتعامل مع الجنس الآخر وفق قواعد وضعتها لنفسك (انجاز)
_لم تصل بعد إلى الأسلوب الذي يريحك بالتعامل مع الجنس الآخر (تعليق)
_تتعامل مع الجنس الآخر وفق أسلوب حددت قواعده أسرتك (انغلاق)
_لا يشغلك التفكير بأسلوب تتبعه بالتعامل مع الجنس الآخر (تشنتت)
3- التعامل مع وقت الفراغ:
_تمارس نشاطات محددة تشعرك بالمتعة والسرور خلال أوقات فراغك (انجاز)
_مازلت تحاول اكتشاف الأنشطة التي تشعرك بممارستها بالمتعة والسرور (تعليق)
_اكتفيت بممارسة ما يمارسه والديك أو أصدقائك من أنشطة خلال أوقات الفراغ (انغلاق)
_قليلاً ما يجذبك أي نشاط لتمارسه خلال وقت الفراغ (تشنتت)
4- اختيار شريك الحياة:
_لك وجهة نظر خاصة بك حول موضوع اختيار شريك الحياة (انجاز)
_تعتمد على أسرتك في اختيار شريك الحياة (انغلاق)
_مازلت غير مستقر بعد على رأي محدد حول موضوع اختيار شريك الحياة (تعليق)
_نادراً ما تتشغل بموضوع اختيار شريك الحياة (تشنتت)
5- تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية:
_حددت لنفسك فكرة واضحة عن تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية (انجاز)
_تتفق مع أفكار والديك حول تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية (انغلاق)
_مازلت تبحث وتحاول أن تجد لنفسك طريقة تناسبك في تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية (تعليق)
_لم تفكر بعد بشكل جدي ومعمق حول تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية (تشنتت)

ملحق (3)

مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي بشكله النهائي

العبارة	ينطبق تماماً	ينطبق بدرجة متوسطة	متأرجحة	لا ينطبق بدرجة متوسطة	لا ينطبق أبداً
1- تعلمني الأحداث القاسية العديد من الدروس المفيدة					
2 - أنغمس بالتفكير بمشاعر مؤلمة عايشتها في الماضي					
3 -أركز تفكيري في الأولويات الأكثر أهمية عندما أواجه حدثاً مزعجاً					
4 -أحتفظ بمشاعري وانفعالاتي لنفسى					
5 -أستحضر التجارب والخبرات غير السارة مراراً وتكراراً دون نسيانها					
6 -أعتقد أن لكل حدث جوانب إيجابية وأخرى سلبية.					
7 -أشعر أنني ضعيف إذا أظهرت ما أشعر به من ألم					
8 -أنظر إلى الجانب الإيجابي في كل موقف يحدث لي					
9 -أحاول أن أجد تبرير لما عايشته وفهم ما يثيره من مشاعر بداخلي					
10 -أغير طريقة تفكيري في الحدث حتى أشعر بالبهجة والسرور					
11 -أعبر عن مشاعري بوضوح وكلمات مناسبة					
12 -عندما يعترضني موقف مزعج، أفكر بمواقف تمدني بالبهجة					
13 -أتوقف عند التفكير بما عايشته من مواقف ومشاعر مؤلمة مضت					
14 -أحاول فصل انفعالاتي عن الحدث الذي عايشته وأعيد تقييمه بطريقة أخرى					
15 -أحتفظ بانفعالاتي حتى لا أعبر عنها بطريقة محرجة					
16 -أقتدي بالأشخاص ذوي التعامل الهادئ مع انفعالاتهم					
17 -تحضرني كل المشاعر المؤلمة عندما أصادف موقف محبط.					
18 -أغير طريقة تفكيري بالحدث لأكون أكثر قدرة على ضبط انفعالاتي					
19 -أبوح وأفصح عن مشاعري إذا كانت مؤلمة أو سلبية.					
20 -أفضل التفكير بالأحداث السارة بدلاً من التفكير بالأحداث السلبية					

الملحق (4)

مقياس رتب هوية الأنا بشكله النهائي

غير موافق بدرجة متوسطة أبداً	غير موافق بدرجة متوسطة	ما بين	موافق بدرجة متوسطة	موافق بشدة	العبارة
					1- أمر اختيار الفرع الدراسي ليس مهم بالنسبة لي؛ فما هو متاح هو مناسب
					2- أتعنى رأي أفراد أسرتي في اختيار ما يناسبني من أصدقاء
					3- مازال هناك بعض الأمور الغامضة بالنسبة لي فيما يتعلق بالموضوعات الدينية
					4- أتعامل مع الجنس الآخر وفق قواعد منطقية واضحة وضعتها لنفسني
					5- السياسية لا تثير اهتمامي وليس لدي ميول لاعتماد اتجاهات سياسية محددة
					6- أكتفي بممارسة الأنشطة المفضلة لدى والدي في أوقات الفراغ
					7- أحاول أن أكتشف ذاتي باحثاً عن أسلوب الحياة الذي يناسبني
					8- حددت لنفسني فكرة واضحة عن تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية
					9- اخترت فرعي الدراسي استناداً إلى آراء والدي
					10- غير مهتم في اختيار صفات محددة يجب توافرها في أصدقائي
					11- كونهت قناعاتي بنفسني حول الموضوعات الدينية
					12- غير متأكد بعد من أن أسلوبني في التعامل مع الجنس الآخر هو ما يناسبني
					13- أتبع ما يفعله الآخرون في مجال الانتخابات وغيرها من الأمور السياسية
					14- ليس لدي أنشطة محددة أمارسها في أوقات الفراغ
					15- اخترت أسلوباً في الحياة يناسبني
					16- أبحث عن طريقة تناسبني في تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في

					العلاقة الزوجية
					17- اخترت فرعي الدراسي انطلاقاً من قناعاتي الخاصة
					18- لدي فكرة واضحة عما يجب توافره من صفات في صديقي
					19- أتبنى قناعات أسرتي في الموضوعات الدينية
					20- أجد نفسي غير مهتم بتحديد أسلوب أتبعه بالتعامل مع الجنس الآخر
					21- مازلت أحاول تحديد اتجاهاتي وأفكاري السياسية
					22- أمارس نشاطات محددة تشعرني بالمتعة والسرور خلال أوقات الفراغ
					23- اكتسبت أسلوباً في الحياة من أسرتي فقط
					24- أبتعد عن التفكير بشكل جدي حول تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية
					25- مازلت غير متأكد من أن فرعي الدراسي الذي اخترته هو ما يناسب قدراتي
					26- ما زلت أفكر في الصفات التي أحب أن تكون في اصدقائي
					27- غير مهتم بالتفكير بالقضايا الدينية لشعوري بعدم الحاجة لذلك
					28- ألتزم بما حددته لي أسرتي من قواعد للتعامل مع الجنس الآخر
					29- حددت اتجاهاتي وأفكاري السياسية بعد تفكير عميق
					30- مازلت أحاول اكتشاف الأنشطة التي تشعرني ممارستها بالمتعة والسرور
					31- ليس لدي أسلوب محدد في الحياة ألتزم به
					32- أتفق مع أفكار والدي حول تقسيم المسؤوليات وتوزيع الأدوار في العلاقة الزوجية

الملحق (5)

قائمة المحكمين

الاسم	الاختصاص العام والدقيق	المرتبة العلمية	المكان
غسان منصور	علم النفس (علم النفس المعرفي)	أستاذ	جامعة دمشق
أمينة رزق	علم النفس (علم النفس التربوي)	أستاذ	جامعة دمشق
منى الحموي	علم النفس (علم النفس العام)	أستاذ مساعد	جامعة دمشق
سناء مسعود	علم النفس (علم النفس النمو)	أستاذ مساعد	جامعة دمشق
لينا علي	علم النفس (علم النفس المعرفي)	مدرس	جامعة دمشق
رغد عابدين	علم النفس (علم النفس النمو)	مدرس	جامعة دمشق كلية التربية في القنيطرة
أمانى اسكندراني	علم النفس (علم النفس النمو)	مدرس	جامعة دمشق كلية التربية في القنيطرة

الملحق (6)

أسئلة الدراسة الاستطلاعية

1. أجد صعوبة في اختيار المهنة التي أرغب حقاً في العمل بها، وأعمل الآن في أي مجال متاح لي.
2. البحث في المسائل الدينية غير مهم لدي، فأنا لا أجد فيها ما يشغلني.
3. أعتقد أنه من المهم أن أحدد اتجاهاتي وأفكاري السياسية، بالرغم أن السياسة من الأمور التي لا أثق بها.
4. هناك أسلوب معين في الحياة يجذبني أكثر من غيره.
5. مازلت أبحث عن ذلك النوع من الأصدقاء الذي يناسبني.
6. أسلوب التعامل مع الجنس الآخر آخر ما أفكر به عند مقابلتهم فأنا غير مهتم بذلك.
7. أمارس أنشطة ترفيهية متعددة محاولاً البحث عن تلك التي تمتعني وأثق بها
8. تتطابق أفكاري مع أفكار والدي في العلاقة الزوجية.
9. يشغلني التفكير حول التجارب السلبية التي أعيشها.
10. أحتفظ بمشاعري في داخلي.
11. أفكر في التجارب السارة.
12. أحاول التفكير في جميع جوانب الموقف السلبي إذا ما اعترضني، وليس فقط كما يبدو لي

SUMMARY OF THE RESEARCH

SUMMARY OF THE RESEARCH

The present study aimed to identify the most prevalent ego identity statuses—both ideological and social—and the most commonly used emotion regulation strategies among the study sample. It also sought to examine the nature of the relationship between these two variables, assess differences in mean scores on the Ego Identity Statuses Scale and the Emotion Regulation Strategies Scale based on age and gender, and determine the predictive power of ego identity statuses for emotion regulation strategies.

The study adopted a descriptive methodology and employed the Ego Identity Statuses Scale and the Emotion Regulation Strategies Scale, both developed by the researcher.

The sample consisted of 530 male and female students from Damascus University during the 2023/2024 academic year. The study yielded several key findings:

- The most prevalent ideological ego identity statuses were: Moratorium, followed by Achievement, Diffusion, and Foreclosure. In the social domain, the order was: Achievement, followed by Moratorium, Diffusion, and Foreclosure.
- The most commonly used emotion regulation strategies were: Positive Refocusing, Suppression, Rumination, and Reappraisal.
- The results indicated that emotion regulation strategies can be predicted based on ego identity statuses. A statistically significant positive correlation was found between the total score on the Ego Identity Statuses Scale and the total score on the Emotion Regulation Strategies Scale. Additionally, statistically significant relationships were observed between the subscales of both instruments.
- Regarding gender differences on the Ego Identity Statuses Scale, no significant differences were found in the Achievement and Diffusion statuses or in the total scores of the ideological and social domains. However, significant differences

SUMMARY OF THE RESEARCH

were found in the Moratorium status (favoring males) and the Foreclosure status (favoring females).

- As for age differences, no significant differences were found in the Achievement, Moratorium, and Foreclosure statuses on the ideological domain, while significant differences emerged in the Diffusion status and total ideological score in favor of the 18–19 age group. On the social domain, no significant differences appeared in the Achievement and Moratorium statuses, while significant differences were found in the Diffusion and Foreclosure statuses and the total social score, also favoring the 18–19 age group.
- Regarding the Emotion Regulation Strategies Scale, no significant gender differences were found in Positive Refocusing, Rumination, or Suppression strategies. No significant age differences appeared in Reappraisal, Positive Refocusing, or Suppression. However, significant gender differences were found in the Reappraisal strategy and the total score (favoring males), and significant age differences were found in the Rumination strategy and the total score (favoring the 18–19 age group).

Keywords: Ego identity statuses, emotion regulation strategies, late adolescence, Damascus University students.

Syrian Arab Republic
Damascus university
Faculty of Education
Department Of Psychology



The Identity Status and Its Relationship with Emotion Regulation Strategies in Late Adolescence

A Case study: Students of the University of Damascus

**Thesis Submitted in partial fulfillment of the
Requirements for the Master's degree in Developmental
Psychology**

Prepared by

Nour Abdullah

Supervised by

Dr. Bushra Ali

Assistant Professor in the Department of
Psychology

2024– 2025 D.A