مجلة العلوم التربوية

البنية العاملية لمقياس التنظيم الانفعالي للمراهقين

اعداد

أ / حسناء محمد عبد الله أحمد

باحثة ماجستير قسم الصحة النفسية

بكلية التربية بقنا–جامعة جنوب الوادي

أ.د / عبير أحمد ابوالوفا دنقل

أستاذ الصحة النفسية

بكلية التربية بقنا–جامعة جنوب الوادي

د/ احمد مختار نجم الدين

مدرس الصحة النفسية المتفرغ

بكلية التربية بقنا–جامعة جنوب الوادي

المستلخص:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن البنية العاملية لمقياس التنظيم الانفعالي للمراهقين، و لتحقيق هدف البحث أجري البحث على عينة قوامها ٣٠٠ طالبًا و طالبة من طلاب المرحلة الثانوية بمدرسة دشنا الثانوية المشتركة بمحافظة قنا للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣، ١٥٠ من الإناث و ١٥٠ ذكور تراوحت أعمارهم بين ١٦:١٥ عامًا بمتوسط عمري ١٥.٨ و انحراف معياري قدره ٠.٤٧١ .، و باستخدام برنامج Spss للتحليل الإحصائي توصلت نتائج البحث إلى أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق و الثبات، و أسفرت نتيجة التحليل العاملى لفقرات المقياس عن وجود٥ عوامل فسرت مجتمعة ما قيمته ٦٣.١٢٨% من التباين الكلي لمتغيرات المصفوفة، و كانت معظم معاملات الارتباط المقدرة لحساب الاتساق الداخلي جيدة و دالة إحصائيا عند مستوى دالة٠,٠١، كما كان المقياس ذو ثبات مقبول حيث أن قيم معاملات الفا لابعاد مقياس التنظيم الانفعالي و الدرجة الكلية امتدت بين ٠,٨٣٦ : ٠,٩٤٦ و هى قيم مرتفعة ، معاملات الثبات باستخدام طريقة أوميجا بين ٠,٦٥٠ : ٠,٩٥٠ مما يدل على ثبات المقياس .

الكلمات المفتاحية: التنظيم الانفعالي، البنية العاملية، المراهقين

Factorial structure of Emotion regulation scale for adolescents

Abstract:

The current study aimed to identify the factorial structure of emotion regulation scale for adolescents, to achieve the purpose of the research, the research was conducted on a sample of 300 male and female secondary school students at Dashna Secondary School in Qena Governorate for the academic year 2022-2023, 150 females and 150 males, whose ages ranged between 16:15 years. With an average age of 15.8 and a standard deviation of 0.471, using the Spss program for statistical analysis, the results of the research concluded that the scale has a hight degree of validity and stability, and the result of the factorial analysis of the paragraphs of the scale resulted in the presence of 5 factors that collectively explained 63.128% of the total variance of the variables matrix, and most of the estimated correlation coefficients for calculating internal consistency were good and statistically significant at the 0.01 function level, The scale was also of acceptable stability, as the values of the alpha swap for the dimensions of emotion regulation scale and the total score ranged between 0.836: 0.946, which are high values. The stability swap using the Omega method ranged between 0.650: 0.950, which indicates the stability of the scale.

***Key words*:**Emotion regulation**,** factorial structure, Adolescents.

مقدمة:

تعد مرحلة المراهقة من أهم و أدق المراحل التي يمر بها الفرد، و لقد وصف ستانلى هول هذه المرحلة بأنها فترة عواصف و توتر و شدة، تكتنفها الأزمات النفسية و تسودها المعاناة و الإحباط و القلق و الصراع، و صعوبات التوافق، و يرى البعض فى حياة المراهق مجموعة من التناقضات، و يشبهونها بأنها حلم طويل فى ليل مظلم تتخلله أضواء ساطعة تخطف البصر أكثر مما تضيء الطريق؛ فيشعر المراهق بالضياع لفترة تنتهى بأن يجد نفسه و يعرف طريقه عندما يصل إلى مرحلة النضج، و يجرب المراهق كل إمكانياته و قدراته و لكن بدون تخطيط محكم فمثله مثل عازف البيانو يحاول وضع أصابعه على كل مفاتيح البيانو مما يجعل اللحن نشازًا و أقرب للضجيج منه للموسيقى، و بالتدريج و مع النضج يبدأ فى اختيار النغمة الصحيحة و الوضع الصحيح حتى يصل لإتقان عزف السيمفونيات(زهران،١٩٨٦)•.

يواجه المراهقون خلال هذه الفترة عددًا من المشكلات التي من الممكن أن تهدد استقرارهم الاجتماعي و الانفعالي، و تعتبر زيادة انفعالات الغضب و الحزن أمرًا شائعًا للغاية، و غالبًا ما تُعزى هذه الانفعالات إلى النزاعات مع الوالدين، و الضغوط الأكاديمية داخل المدرسة، و ضغوط إدارة العلاقات مع الأصدقاء، و مع الآخرين بشكل عام، و تبعًا لذلك يُنظر إلى القدرة على تنظيم الانفعالات بشكل فعال أثناء التجارب المجهدة كأساس للرفاهية و الأداء الأكاديمي و التكيف الإيجابي طوال الحياة(Eisenberg et al., 2010).

ويتضمن تنظيم الانفعالات جميع العمليات الواعية و غير الواعية التي نستخدمها لزيادة، أو تقليل أو المحافظة على واحد أو أكثر من مكونات الاستجابة الانفعالية(المشاعر/الخبرة الذاتية، السلوكيات، الاستجابات الفسيولوجية) (Gross, 1999).

ويعتمد نموذج عملية تنظيم الانفعالات على النموذج الشكلي لتنظيم الانفعالات و الذي يحدد تسلسل العمليات المتضمنة في توليد الانفعالات، و يتعامل مع كل خطوة من خطوات توليد الانفعالات الموصوفة فى النموذج كهدف محتمل للتنظيم (Gross&Thompson, 2007).

و تعد الاختبارات النفسية من أهم الوسائل التي يعتمد عليه الباحثين في مختلف المجالات، و بخاصةً في مجال العلوم النفسية و التربوية التي تعمل على إخضاع السلوك للتقدير الكمي ليس

•تم اتباع توثيق APA الإصدار السابع.

بهدف الوصف فقط، لكن من أجل التحليل و الاستدلال أيضًا؛ حيث أن جودة و صلاحية أداة القياس تكون أكثر تعقيدًا في العلوم السلوكية ذلك لأن الدرجات المستمدة من هذه الأدوات ينبغي أن تتميز بالاتساق و لا تتغير تغيرًا جوهرياً من تطبيق إلى آخر على الفرد نفسه ما دامت الظروف لم تتغير تغيرا ملحوظاً، كما ينبغي أن

نطمئن أن أداة القياس تقيس بالفعل السمة المحددة لكي تتم الاستفادة من نتائجها في اتخاذ قرارات صائبة تتعلق بالفرد أو بالجماعة، سواء في الانتقاء أو التصنيف أو التشخيص أو العلاج و تشير هذه الخصائص إلى مفهومين من المفاهيم تتعلق بالاختبارات و المقاييس الأساسية التربوبة و النفسية هما مفهوم الصدق Validity، و الثباتReliability(علام،٢٠٠٢).

و تبعًا لذلك هناك العديد من المشكلات التي يعاني منها المراهقون و التي تستدعي الحاجة إلى الاهتمام بإعداد أدوات و مقاييس مقننة، و يلقي البحث الحالي الضوء على متغير التنظيم الانفعالي من حيث ماهيته و أبعاده، وبناء أداة لقياسه تتوافر لها خصائص سيكومترية جيدة و استكشاف البنية العاملية لهذه الأداة.

مشكلة البحث:

تنبثق مشكلة البحث الحالي من الاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت التنظيم الانفعالي، حيث لاحظت الباحثة أن أغلب هذه الدراسات السابقة اعتمدت في إعداد و بناء مقاييس التنظيم الانفعالي استنادًا إلى نموذج Gratz&Romer(2004) و نموذج Garnefski&Kraaij (2007)، منها دراسة دراسة الحوطي(٢٠٢٠)، و دراسة الطيب و آخرون(٢٠٢٢)، ودراسة عليوة(٢٠١٨)، بينما اعتمد البحث الحالي في إعداد و بناء مفرادت المقياس على نموذج Gross(1998)، فقامت الباحثة باستخدام التحليل العاملي و الذي أسلوبًا إحصائيًا يستخدم في تناول بيانات متعددة ارتبطت فيما بينها بدرجات مختلفة من الارتباط لتظهر في صورة تصنيفات مستقلة قائمة على أسس نوعية للتصنيف، و يقوم الباحث بفحص هذه الأسس و استشفاف ما بينها من خصائص مشتركة وفقًا للإطار النظري و المنطق العملي الذي بدأ منه(فرج،١٩٩١)، و من تزايد الاهتمام بالانفعالات و تأثيرها و قلة المقاييس المعدة التي تستهدف قياس التنظيم الانفعالي لدى المراهقين تهدف هذه الدراسة إلى بناء أداة تتمتع بكفاءة سيكومترية جيدة مستمدة من البيئة المصرية تتناسب مع طبيعة العينة و خصائصها.

و في ضوء ذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة في السؤال التالي:

– ما طبيعة البناء العاملي الاستكشافي و التوكيدي لمقياس التنظيم الانفعالي لدى المراهقين؟

هدف البحث:

– الكشف عن البنية العاملية لمقياس التنظيم الانفعالي.

أهمية البحث:

– الحاجة لأدوات ذات خصائص سيكومترية جيدة استخدامها كمدخل تشخيصي.

– قد تفيد الباحثين في مجال القياس و الإحصاء النفسي و التربوي في الاطلاع على أساليب التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

– إثراء المكتبة العربية و التراث السيكولوجي العربي بأداة جديدة في مجال الانفعالات يمكن للباحثين الاستفادة منها في بحوث و دراسات مستقبلية ذات علاقة.

المفاهيم الأساسية للبحث:

البنية العاملية – Factor structure :

أسلوب إحصائي منظم يهدف إلى اختزال عدد كبير من المتغيرات الملاحظة إلى عدد أقل من المتغيرات غير الملاحظة، و المتغيرات الملاحظة هى المتغيرات التي يمكن قياسها مباشرةً بواسطة أدوات معدة لذلك، أما المتغيرات غير الملاحظة فهي متغيرات لا يمكن قياسها بطريقة مباشرة، و لكن كل متغير منها عبارة عن تجميع بواسطة التحليل العاملي لمجموعة من المتغيرات الملاحظة، و لذلك يطلق عليها أيضًا المتغيرات الكامنة لأنها تكمن في كل متغير ملاحظ(غانم،٢٠١٣).

أسلوب رياضي يمثل عددًا من العمليات و المعالجات الرياضية في تحليل الارتباطات بين المتغيرات (فقرات المقياس أو الاختبار)، و من ثم تفسير هذه الارتباطات و اختزالها في عدد أقل من المتغيرات تدعى عوامل، و يساعد التحليل العاملي في الحكم على أن السمة التي يقيسها الاختبار ذات بعد واحد أو متعددة الأبعاد(النبهان،٢٠٠٤).

البنية العاملية– Factor structure:

و تُعرف الباحثة البنية العاملية إجرائيًا في البحث الحالي بتلك التركيبة العاملية وفقًا لمخرجات التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات **مقياس التنظيم الانفعالي** بطريقة المكونات الأساسية و باستخدام برنامج الحزم الإحصائية Spss ، و وفقًا لمخرجات التحليل العاملي التوكيدي التي تدعم جودة النموذج الناتج من التحليل العاملي الاستكشافي بتطبيق برنامج AMOS.

تنظيم الانفعالات – Emotion Regulation :

يشير تنظيم الإنفعالات إلى العمليات التى نؤثر بها على الإنفعالات التى نمتلكها و متى نمتلك هذه الإنفعالات و كيف نختبرها و نعبر عنها(Gross,2002).

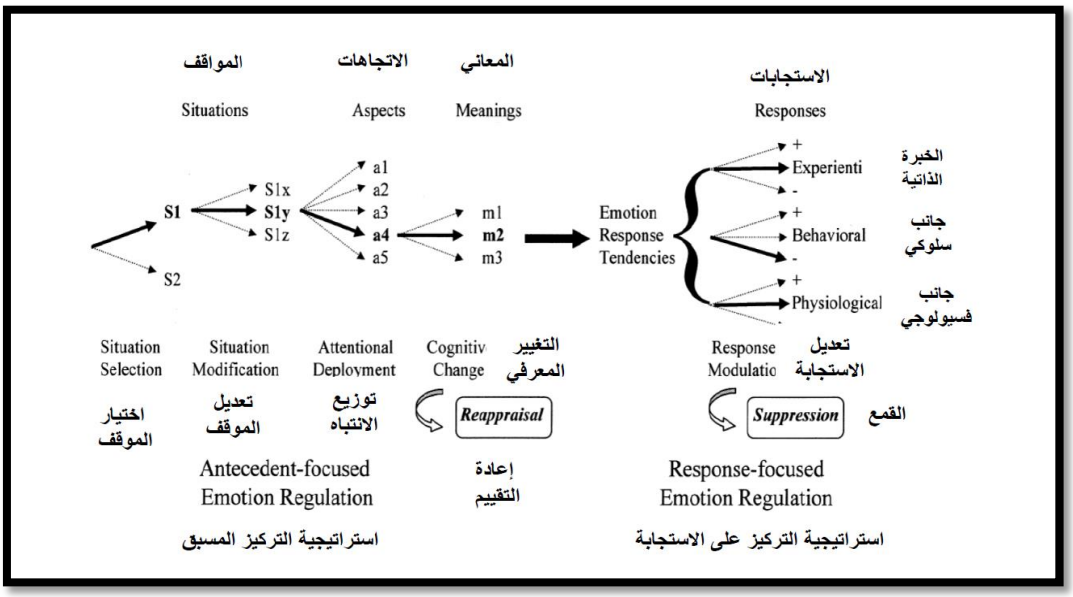
محددات البحث:

تحدد البحث **بموضوعه** المتمثل في الكشف عن البنية العاملية لمقياس التنظيم الانفعالي و التحقق من الخضائص السيكومترية لمقياس تنظيم الانفعالات، و **الحد البشري** الذي اقتصر على عينة قوامها ٣٠٠ طالبًا و طالبة من طلاب المرحلة الثانوية، **و الحد المكاني** في محافظة قنا– مدرسة دشنا الثانوية المشتركة، **و الحد الزمني** العام الدراسي ٢٠٢٣– ٢٠٢٤ م.

الإطار النظري:

أولاً: نموذج عملية تنظيم الانفعالات– Emotion Regulation process Model

يرتكز الإطار النظري للبحث الحالي على إلقاء الضوء على نموذج عملية تنظيم الانفعالات الذي أعده (Gross,1998)، و يعتمد نموذج عملية تنظيم الانفعالات على النموذج الشكلي لتنظيم الانفعالات، و الذي يحدد تسلسل العمليات المتضمنة في توليد الانفعالات، و يتعامل مع كل خطوة من خطوات توليد الانفعالات الموصوفة فى النموذج كهدف محتمل للتنظيم، و يسلط النموذج الضوء على خمس نقاط يمكن للأفراد من خلالها تنظيم انفعالاتهم(Gross&Thompson,2007).



شكل:١ نموذج عملية تنظيم الانفعالات

ثانيًا: استراتيجيات التنظيم الانفعالي– Emotion regulation strategies

يوضح Gross (2001) أنه يمكن التمييز بين نوعين من استراتيجيات تنظيم الانفعالات

١: استراتيجية التركيز المسبق Antecedent–focused Strategies

تشير إلى العمليات التي يقوم بها الأفراد، قبل أن تصبح ميول الاستجابة الانفعالية نشطة بالكامل، و تقوم بتغيير سلوكنا و استجاباتنا الفسيولوجية، مثل النظر إلى مقابلة العمل على أنها فرصة لمعرفة المزيد عن الشركة بدلًا من اعتبارها اختبارًا لمدى استحقاقك، أو نجاحك و فشلك.

٢: استراتيجية التركيز على الاستجابة–Response–focused Strategy

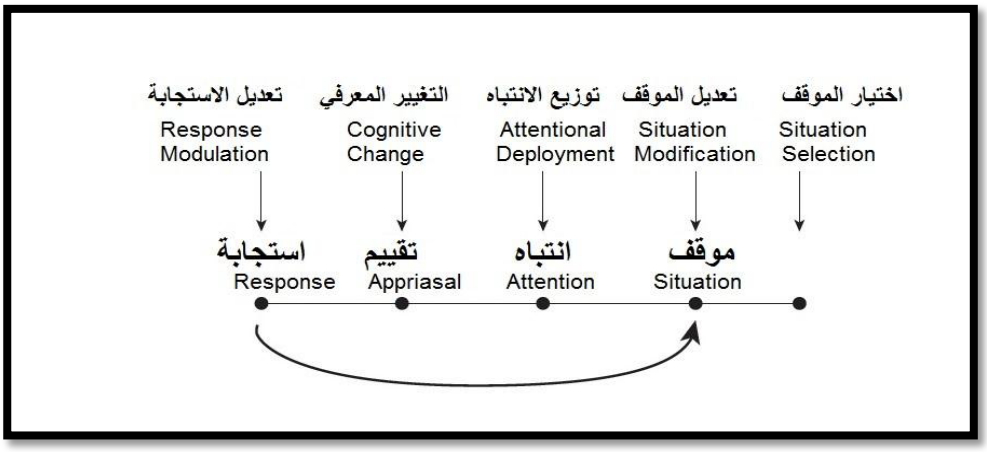
تشير إلى العمليات التى يقوم بها الأفراد بمجرد أن تظهر الانفعالات، و بعد أن يتم توليد ميول الاستجابة الانفعالية، أحد الأمثلة هو الاحتفاظ بوجه البوكر الوجه الصلب الذي لايظهر أى تعبيرات، عند الشعور بالسيطرة و الفوز أثناء لعبة ورق مثيرة.

بعد هذا التصنيف ثنائي الاتجاه نتطرق إلى عمليات التنظيم الانفعالي التى تندرج تحتهما.

ثالثًا:عمليات التنظيم الانفعالي– Emotion regulation processes

١:اختيار الموقف– Situation Selection

يشير اختيار الموقف إلى الاقتراب، أو تجنب بعض الأشخاص، أو الأماكن، أو الأشياء من أجل تنظيم الانفعالات، و يتضمن اختيار الموقف اتخاذ الإجراءات التي من شأنها زيادة احتمالية وجودنا فى موقف نتوقع فيه ظهور للانفعالات التي نرغب في امتلاكها، أو العكس من ناحية تقليل احتمالية ظهور انفعالات لا نرغب فى امتلاكها.



شكل:٢ عمليات التنظيم الانفعالي

٢:تعديل الموقف–Situation Modification

يشير تعديل الموقف إلى اتخاذ إجراءات من شأنها أن تغير الموقف من أجل تغيير تأثيره الانفعالي، مثل محاولة إقناع الجيران بتهدئة الموسيقى الصاخبة المنبعثة فى الساعة الثالثة صباحًا، و تختلف المواقف من حيث عدد التعديلات التي يمكن تعديلها، بدءًا من حالة محدودة من التعديلات لحالة لا يوجد فيها مجال للتعديل إلى حالة فيها مجال بسيط للتعديل، و قد أشير إلى هذه الجهود فى أدبيات الإجهاد و التأقلم على أنها تكيف يركز على المشكلة، و قد تكون

المواقف التي يتم تعديلها خارجية أو داخلية فإن المقصود بتعديل الموقف هنا له علاقة بتعديل البيئة الخارجية.

٣-توزيع الانتباه-Attentional Deployment

يشير توزيع الانتباه إلى كيفية توجيه الأفراد انتباههم فى موقف معين من أجل التأثير على انفعالاتهم عندما لا يكون من الممكن تغيير أو تعديل الموقف، و تتفاوت المواقف من حيث التعقيد، إذ تتراوح بين حالات و مواقف ذات جانب واحد إلى حالات و مواقف ذات جوانب متعددة، في هذه الحالة يستخدم توزيع الانتباه لتحديد أى جانب من جوانب الموقف يتم التركيز عليها.

٤-التغيير المعرفي-Cognitive Change

التغيير المعرفي يشير إلى اختيار معنى من المعاني العديدة المحتلمة للموقف و تعديل تقييم الفرد للمواقف من أجل تغيير تأثيرها الانفعالي، فى بعض الأحيان يتم تطبيق التغيير المعرفي على موقف خارجي مثل النظر إلى مقابلة العمل على أنها فرصة لمعرفة المزيد عن المجال و ليست مسألة حياة أو موت، وفي أحيان أخرى يتم تطبيق التغيير المعرفي على موقف داخلي على سبيل المثال دقات القلب المتسارعة ليست علامة على القلق إنها تعنى الاستعداد الجسدي للتحدث.

٥-تعديل الاستجابة -Response Modulation

يحدث تعديل الاستجابة فى وقت لاحق من عملية توليد الانفعالات و يشير إلى محاولات تنظيم الجوانب الفسيولوجية، أو السلوكية، أو جانب الخبرة الذاتية للانفعالات بشكل مباشر قدر الإمكان و هذه المحاولات شائعة؛ حيث يمكن استخدام الأدوية لاستهداف الاستجابات الفسيولوجية مثل التوتر العضلي(مضادات القلق)، و يمكن أيضًا استخدام التمارين، و الاسترخاء لتقليل الجوانب الفسيولوجية، و التجريبية للانفعالات السلبية، و يمكن أيضًا استخدام الكحول و السجائر و المخدرات و حتى الطعام لتعديل التجربة الانفعالية.

الدراسات السابقة:

تناولت عدة دراسات البنية العاملية و الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي منها :

دراسة الحوطي(٢٠٢٠) التي هدفت إلى إعداد مقياس التنظيم الانفعالي و التحقق من خصائصه السيكومترية، توصلت نتائجها إلى أن المقياس تشبع على عاملين هما؛ إعادة التقييم المعرفي و القمع التعبيري، كما تمتع المقياس بثبات مرتفع حيث بلغت قيمة ألفا كرونباك(٠,٨٢)، و التجزئة النصفية(٠,٧٩) للمقياس ككل.

دراسة الطيب و آخرون(٢٠٢٢) التي هدفت إلى التعرف الخصائص السيكومترية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة قنا للعام الدراسي ٢٠٢٠ –٢٠٢١ م، و قد كشفت النتائج عن تمتع المقياس بخصائص سيكومترية مقبولة، حيث أظهرت نتائج صدق البناء باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي مع التدوير المائل بطريقة promaxتحقق صدق المقياس، حيث جاءت نتيجة اختبار مدى مناسبة حجم العينة لإجراء التحليل العاملي ٠,٩١٦، ومحدد المصفوفة 0,006، وكانت نسبة إسهام العامل الأول ٣٩,٣٧٤، و نسبة إسهام العامل الثاني 14,129%، أما العامل الثالث فبلغت نسبة إسهامه ٥٨,٤٥٠%، بينما بلغت نسبة إسهام العامل الرابع ٦٢,٧٥٦%، وذلك في التباين الكلي. وكانت جميع قيم معاملات الارتباط المقدرة لحساب الاتساق الداخلي جميعها جيدة ودالة عند مستوى ٠,٠١. كما كانت قيم معاملات ثبات المقياس وأبعاده مقبولة؛ حيث بلغت قيمة معامل ألفا كرونباك للمقياس ككل (٠.٨٤٩)، بينما بلغت قيمته للعامل الأول ٠,٨٨١، وللعامل الثاني ٠,٨٦٢، وللعامل الثالث ٠.٨٤٩، بينما بلغت قيمته للعامل الرابع ٠,٧٧٩، و جميعها قيم مقبولة إحصائيًا، مما يشير لصلاحية مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي للتطبيق على طلاب المرحلة الثانوية.

و دراسة سلوم(٢٠١٥) التي هدفت إلى التعرف الخصائص السيكومترية لمقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي، و أظهرت الدراسة أنَّ الدرجة الكلية لمعامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ بلغت ١.٧٤٥ ، في حين تراوحت معاملات ثبات أبعاد الأداة بين ٠.٢٢ ، و ٠.١١ ، و استخدمت الدراسة أيضًا طريقة التجزئة النصفية لحساب الثبات حيث تم تجزئة فقرات الأداة إلى جزأين، يمثل الأول الأسئلة الفردية و يمثل الثاني الأسئلة الزوجية، ثم حساب معامل الارتباط بين

مجموع درجات الأسئلة الفردية ومجموع درجات الأسئلة الزوجية، صحح معامل الإرتباط بمعادلة بيرسون – براون، وقد بلغت قيمته(٠,٨٢)،

تشير هذه القيم إلى تمتع الأداة بدرجة مقبولة من الثبات، و بالتالي صلاحية الأداة للاستخدام، و استخدمت الدراسة التحليل العاملي الذي أظهر أنَّ هناك عامل واحد يمكن تسميته بعامل استراتيجيات التنظيم الانفعالي الذي ينطوي على أنواع عدة للاستراتيجيات. و كان الجذر الكامن له (٤.١٥٤) و التباين المفسر له ٥١.٩٣ %، وتشير هذه النسبة إلى تمتع الاستبانة بالصدق العاملي، كما تم حساب تشبعات بنود الاستبانة و جذرها الكامن و التباين المفسر لها، و وجد أن جميع تشبعات البنود و تباينها المفسر جيد، مما يشير إلى الصدق العاملي للاستبانة.

و دراسة عليوة(٢٠١٨) التي هدفت إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لاستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي، وأظهرت الدراسة تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق تسمح باستخدامه عند استخدام صدق المقارنة الطرفية؛ حيث كانت قيم"ت" جميعها دالة عند مستوى(٠,٠١) للأبعاد و الدرجة الكلية للمقياس مما يدل على قدرة المقياس على التمييز بين بين أداء الطلاب المرتفع و الأداء المنخفض وفقًا للدرجات عليه، تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية، و كانت قيم ثبات متقاربة باستخدام معادلات سبيرمان– براون، و جيتمان مما يدل على ثبات المقياس، و تم استخدام طريقة إعادة الاختبار و كانت معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يدل على أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

تعقيب على الدراسات السابقة:

يتفق البحث الحالي مع الدراسات السابقة في الهدف؛ حيث استهدفت التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس، و في العينة حيث اتفقت مع دراسة الطيب و آخرون(٢٠٢٢)، و دراسة عليوة(٢٠١٨)، و دراسة سلوم(٢٠١٥)، و اتفقت معها في بعض الأساليب الإحصائية المستخدمة كاستخدام التحليل العاملي للتحقق من صدق الأداة، و ذلك في دراسة سلوم(٢٠١٥)، و دراسة الطيب و آخرون(٢٠٢٢)، بينما اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في الأساس النظري الذي اشتق منه أبعاد و عبارات المقياس؛ حيث اعتمدت الأداة الحالية في بناء الأبعاد و اشتقاق العبارات على نموذج عملية تنظيم الانفعالات لجروس، بينما اعتمدت الدراسات السابقة على نماذج أخرى مثل(Garnefski&Kraaij(2007، و Gratz&Roemer(2011).

إجراءات البحث:

منهج البحث:

اتبعت الباحثة المنهج الوصفي كونه مناسبًا لهدف البحث الحالي الذي يتمثل في الكشف عن البنية العاملية و حساب الخصائص السيكومترية لأداة البحث الحالي.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من ٣٠٠ طالبًا و طالبة من طلاب المرحلة الثانوية بمدرسة دشنا الثانوية المشتركة كعينة للتقنين بطريقة عشوائية ١٥٠ من الإناث و ١٥٠ ذكور، تراوحت أعمارهم بين ١٥:١٦عامًا بمتوسط عمري ١٥.٨ و انحراف معياري قدره ٠.٤٧١ .

أداة البحث:

- مقياس التنظيم الانفعالي للمراهقين إعداد:الباحثة.

وصف المقياس:

- تكون المقياس في صورته الأولية من ٥٠ مفردة، و وصل في صورته النهائية إلى ٤٨ مفردة وزعت على ٥ أبعاد.

تصحيح المقياس:

نمط الإجابة على المقياس من نوع ليكرت رباعي الاستجابة، و تتطلب الإجابة عليه الاختيار من بين أربعة بدائل هى:(لا تنطبق أبدًا)، (تنطبق بدرجة بسيطة)، (تنطبق بدرجة متوسطة)، (تنطبق بدرجة كبيرة) و يتم التصحيح بإعطاء الاختيارات السابقة الدرجات الآتية (١)، (٢) ،(٣) ، (٤) على التوالي، و ذلك في حالة الفقرات الموجبة و عكس الأوزان فى حالة الفقرات السالبة، و تتراوح درجة المفحوص ما بين ٤٨ درجة تمثل أقل درجة يمكن الحصول عليها و يطلق عليها(أرضية المقياس)، و ١٩٢ درجة تمثل أعلى درجة يمكن الحصول عليها، و يطلق عليها(سقف المقياس)، الدرجة المرتفعة على المقياس تشير إلى **مستوى عالي** من التنظيم الانفعالي ، الدرجة المنخفضة تشير إلى **انخفاض** التنظيم الانفعالي.

طرق حساب الصدق و الثبات:

- الاتساق الداخلي.
- التحليل العاملي الاستكشافي.
- التحليل العاملي التوكيدي.
- معامل أوميجا للتحقق من الثبات.
- معامل ألفا كرونباخ للتحقق من الثبات.

خطوات إعداد المقياس:

مرت عملية إعداد المقياس بعدة مراحل حتى توصلت الباحثة لصورته النهائية، و كانت المراحل كالتالي:

١- تحديد الهدف من المقياس:

قامت الباحثة بإعداد مقياس التنظيم الانفعالي بهدف قياس التنظيم الانفعالي لدى المراهقين

٢- مصادر بناء مفردات المقياس:

- الاطلاع على الأطر النظرية و الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث الحالي و ما تضمنته من تعريفات، و استراتيجيات لتنظيم الانفعالات.
- الاطلاع على المقاييس ذات العلاقة بتنظيم الانفعالات، و منها على سبيل المثال لا الحصر:
- استبيان التنظيم الانفعالي المعرفي- Cognative Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) إعداد Garnefski&Kraaij(2007):
- استبيان التنظيم الانفعالي – ERQ:Emotion Regulation Questionnaire، إعداد Gross&John(2003)
- استبيان التنظيم الانفعالي للأطفال و المراهقين- The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents(ERQ-CA) إعداد Gullone&Taffe(2011)

– مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي– Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) إعداد (2011)Gratz& Roemer.

٣– إعداد الصورة الأولية للمقياس:

يتكون المقياس في صورته الأولية من٥٠ عبارة، موزعة على٥ أبعاد.

أبعاد المقياس:

البعد الأول: اختيار الموقف– Situation Selection

البعد الثاني: تعديل الموقف–Situation Modification

البعد الثالث: توزيع الانتباه–Attentional Deployment

البعد الرابع: التغيير المعرفي–Cognitive Change

البعد الخامس: تعديل الاستجابة –Response Modulation

٤ – عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين ذوي الخبرة و الاختصاص في مجال الصحة النفسية، و علم النفس، و قد بلغ عددهم ١٠ محكمين، و في ضوء توجيهات و توصيات المحكمين، قامت الباحثة بما يلي:

– الابقاء على العبارات التي اتفق عليها المحكمون

– إعادة صياغة و حذف بعض العبارات حسب توصيات المحكمين.

– حساب صدق و ثبات المقياس بالطرق الاحصائية.

– تكوين المقياس في صورته النهائية.

٥– حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

الاتساق الداخلي:

للتأكد من الاتساق الداخلى للمفردات تم ذلك بحساب معامل الارتباط بين كل مفردة و الدرجة الكلية لمقياس تنظيم الانفعالات و في ضوء معاملات الارتباط تم استبعاد المفردات التي لم تصل معاملات ارتباطها إلى مستوى الدلالة، و يوضح الجدول:٢

جدول:٢ معاملات الارتباط بين كل مفردة في مقياس التنظيم الانفعالي و الدرجة الكلية للمقياس (ن = ٣٠٠)

رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	**٠.٤١١	١١	**٠.٤٢٢	٢١	**٠.٣٠٣	٣١	**٠.٥٤٤	٤١	٠.٠٧٥
٢	**٠.٢٢٢	١٢	**٠.٤٠٩	٢٢	**٠.٣٧١	٣٢	**٠.٢٥٥	٤٢	**٠.٣١٥
٣	**٠.٤٦٨	١٣	**٠.٤٥٢	٢٣	**٠.٤٧٥	٣٣	**٠.٢٤٢	٤٣	**٠.٤٢١
٤	**٠.٤٣٢	١٤	**٠.٤٠٣	٢٤	**٠.٢١٢	٣٤	**٠.٤٩٠	٤٤	**٠.٣٥٧
٥	**٠.٤١٣	١٥	**٠.٣٩٤	٢٥	**٠.٢٥٢	٣٥	**٠.٥١٦	٤٥	**٠.٣٩٦
٦	**٠.٤٤٥	١٦	**٠.٤٠١	٢٦	**٠.٢٨٣	٣٦	**٠.٤٩٣	٤٦	**٠.٢٠٠
٧	**٠.٤٦١	١٧	**٠.٣١٠	٢٧	**٠.٣١١	٣٧	**٠.٢٠٤	٤٧	**٠.٢٨٧
٨	**٠.٢١٧	١٨	**٠.٣٣٨	٢٨	**٠.٢٨٦	٣٨	**٠.٤٥٥	٤٨	**٠.٣٥٥
٩	**٠.٤٠٥	١٩	**٠.٣٢٣	٢٩	**٠.٥٠٩	٣٩	**٠.٢٦٩	٤٩	**٠.٤٠١
١٠	**٠.٤٥٨	٢٠	**٠.٣٥٠	٣٠	**٠.٢٥٨	٤٠	**٠.٣٨٩	٥٠	**٠.٣٠٨

معظم معاملات الارتباط بين المفردات و الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الانفعالي دالة إحصائيا ماعدا المفردة٤١ فهى غير دالة و بناءً على ذلك أصبح عدد مفردات المقياس ٤٩ مفردة جميعها دالة عند مستوى دالة٠,٠١

للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس تنظيم الانفعالات، قامت الباحثة باستخدام عدة طرق لحساب الصدق و الثبات و هى:

أولاً الصدق:

١- الصدق الظاهرى

تم حساب صدق المقياس في البداية من خلال الصدق الظاهري Face Validity من خلال عرض المقياس على١٠ من المحكمين ذوي الاختصاص و الخبرة فى مجال علم النفس و الصحة النفسية للقيام بتحكيمها.

و قد أعدت الباحثة استمارة خاصة لاستطلاع آراء المحكمين، و طلب منهم إبداء أرائهم حول

- مدى ملائمة أبعاد المقياس المفترضة نظريًا، وعبارته ككل.
- مدى ملائمة كل عبارة و وضوح معناها و إنتماءها للبعد الذي تندرج تحته.
- الصياغة اللغوية الملائمة للعبارات التي تحتاج لإعادة صياغة.
- إضافة عبارات ترون أنها ضرورية للمقياس.

و قد تفضل السادة المحكمون مشكورين بإبداء أرائهم، و ملاحظاتهم و مقترحاتهم على أداة الدراسة و بعد عرض المقياس تم تعديل و حذف و اضافة عدد من العبارات، و بعد العرض على السادة المحكمين قامت الباحثة باجراء التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمين، و هو ما ساعد على أن يصبح المقياس في صورة قابلة للتطبيق على عينة البحث.

و يوضح الجدول التالي العبارات التي تم تعديلها:

جدول: ١

العبارات المعدلة في مقياس تنظيم الانفعالات حسب آراء المحكمين

م	العبارات قبل التعديل لبعد اختيار الموقف	العبارات بعد التعديل لبعد اختيار الموقف
١	أتجنب الجلوس بجوار زميلي الذي يشتت انتباهي أثناء الدرس.	
٢	أتجنب الذهاب إلى بعض الأماكن التي لا أشعر فيها بالارتياح.	
٣	أراجع بمفردي في الليلة السابقة للامتحان بدلًا من المراجعة مع زملاء لي يشعروننني **بالتوتر و القلق.**	أراجع بمفردي في الليلة السابقة للامتحان بدلًا من المراجعة مع زملاء لي **يشعروننني بالقلق.**
٤	أتجنب المراجعة عقب الانتهاء من أداء الامتحان حتى **لا أصاب بالإحباط.**	أتجنب المراجعة عقب الانتهاء من أداء الامتحان **حتى لا أحبط** .

م	العبارات قبل التعديل لبعد اختيار الموقف	العبارات بعد التعديل لبعد اختيار الموقف
٥	أتجنب لقاء بعض الزملاء الذين أشعر بالضيق أثناء تواجدى بينهم.	
٦	أتجنب التحدث مع الأصدقاء فى الأمور التي تثير غضبي	
٧	أفضل استذكار دروسي على فترات يتخللها راحة حتى لا أصاب بالملل.	
٨	اختار مشاهدة فيلم مع الأصدقاء بعد يوم شاق.	
٩	أهاتف أحد أصدقائي المفضلين عندما أكون حزينًا، بدلًا من البكاء بمفردي	
١٠	أفضل البقاء في المنزل و الارتياح عن الخروج مع الأصدقاء.	
١١	عندما يقوم زميل لي بإزعاجي أثناء الحصة أطلب منه أن يتوقف عن ذلك.	أغير مكان جلوسي عندما يقوم زميلي بازعاجي أثناء الحصة.
١٢	عندما يتعرض أحد الزملاء للحديث عن أمر يزعجني أحاول تغيير الموضوع، و التحدث في أمر أخر.	أغير موضوع الحديث عندما يتعرض أحد الزملاء للحديث عن أمر يزعجني.
١٣	عندما ألتقي مع أحد الأشخاص الذين تربطني بهم علاقة سيئة أجلس في مكان آخر بعيدًا عنهم.	أجلس في مكان أخر عند لقاء أحد الأشخاص الذين تربطني بهم علاقة سيئة.
١٤	عندما أجد صعوبة في حل بعض الأسئلة أثناء الامتحان أنتقل لحل سؤال آخر أقل صعوبة حتى لا أشعر بالتوتر.	

م	العبارات قبل التعديل لبعد اختيار الموقف	العبارات بعد التعديل لبعد اختيار الموقف
١٥	عندما أجد الأجواء متوترة في المنزل أذهب للتمشية بالخارج قليلًا.	أذهب للتمشية بالخارج قليلًا عندما أجد الأجواء متوترة في المنزل.
١٦	ألقي نكتة أو أذكر موقف مضحك لأنهي شجار بين أصدقائي.	
١٧	أتابع دروسي مع زملائي عبر الانترنت عندما يمنعني ظرف طارىء من الحضور.	
١٨	أطلب المساعدة عندما أتعرض لمشكلة ما.	
١٩	عندما يقلقني موضوع ما أقوم بالتفكير في مواقف تجعلني أقل قلقًا.	
٢٠	عندما أواجه موقفًا صعبًا أظل أفكر فيه للحد الذي يجعلني أشعر بالسوء.	
٢١	**أنغمس** في ممارسة هواياتي المفضلة حتى أتناسي مشكلاتي التي تضايقني.	**أندمج** في ممارسة هواياتي المفضلة حتى أتناسي مشاكلي التي تسبب لي الضيق.
٢٢	أكون أفضل حالًا عندما أفكر في مواقف سعيدة مررت بها.	
٢٣	عندما يزعجني أمر ما أجد صعوبة في تحويل انتباهي بعيدًا عنه.	
٢٤	أغمض عيني عند مشاهدة مشهد دموي مخيف على التلفاز.	
٢٥	أجد صعوبة في تحويل انتباهي بعيدًا عندما أواجه أمر مزعج.	

م	العبارات قبل التعديل لبعد اختيار الموقف	العبارات بعد التعديل لبعد اختيار الموقف
٢٦	أسد أذني عندما لا أرغب في سماع أشياء تزعجني.	
٢٧	أخرج مع أصدقائي لأشتت انتباهي عن ما يضايقني.	
٢٨	أقضي وقت على مواقع التواصل لأقلل التفكير فيما يغضبني.	
٢٩	أشعر أنني أفضل حالًا عندما أقارن وضعي السيىء بمن هو أسوأ.	عندما أقارن وضعي السيىء بمن هو أسوأ أشعر أنني أفضل حالًا.
٣٠	عندما أحصل على درجات متدنية أراها فرصة للاستذكار جيدا و ليست نهاية المطاف.	عندما أحصل على درجات متدنية أراها فرصة للاستذكار جيدا و ليست النهاية.
٣١	عندما لا يعطيني أحد الأصدقاء انتباهه أفكر أنه من الممكن أن يكون مشغولاً أو مشتتًا بعض الشيء.	عندما لا **يعيرني** أحد الأصدقاء انتباهه أفكر أنه من الممكن أن يكون مشغولاً أو مشتتًا بعض الشيء.
٣٢	أعتقد أن زميلي يتعمد السخرية مني و أنها ليست طريقته في المزاح.	
٣٣	عندما أمر بموقف صعب أحاول النظر إلى الجانب الايجابي منه.	
٣٤	رؤيتي للجوانب الفكاهية من المواقف المحرجة تمنعني من الانزعاج.	
٣٥	أرى أن المواقف السيئة التي مررت بها علمتني الكثير	
٣٦	المواقف الصعبة التى مررت بها جعلتني أرى نقاط القوة و الضعف لدي.	

م	العبارات قبل التعديل لبعد اختيار الموقف	العبارات بعد التعديل لبعد اختيار الموقف
٣٧	أخبر نفسي أن الجميع يمر بخبرات و مواقف سيئة و لست الوحيد الذي يتعرض لذلك.	
٣٨	عندما أكون في موقف سيئ أتذكر أنني مررت بمواقف أكثر سوءًا و تغلبت عليها.	
٣٩	عندما يضايقني أحدهم يمكنني أن أخفي غضبي و لا أظهره.	يمكنني إخفاء غضبي و لا أظهره عندما يضايقني أحد الأشخاص.
٤٠	عندما أحصل على درجات مرتفعة بينما لم يحصل صديق لي على درجات مرتفعة مثلي أحاول ألا أبالغ في إظهار فرحتي أمامه.	أخفي فرحتي عندما أنجح في اختبار بينما لم ينجح صديق لي.
٤١	عندما يلقي صديق لي نكات سخيفة أحاول أن أظهر بعض المرح المفتعل حتى لا أشعره بالحرج.	أظهر بعض المرح عندما يلقي أحد زملائي نكتة سخيفة حتى لا أشعره بالحرج.
٤٢	عندما أمر بموقف مزعج أمارس بعض التمارين الرياضية التي تجعلني أهدأ قليلاً.	أمارس بعض التمارين الرياضية التي تجعلني أهدأ قليلا عندما أمر بموقف مزعج .
٤٣	عندما أمر بمواقف صعبة لا أمتلك القدرة على الاسترخاء.	استرخي عندما يواجهني موقف صعب.
٤٤	يمكنني التحكم في تعبيرات وجهي بما يتناسب مع الموقف الذي أكون فيه.	
٤٥	أحطم أى شيء أمامي عندما أغضب.	
٤٦	أخفي ما يزعجني عن أصدقائي حتى لا أفسد الأجواء المرحة	
٤٧	يمكنني السيطرة على كلماتي و ألفاظي عندما يضايقني أحد الأشخاص.	أسيطر على تصرفاتي عندما يزعجني أحد
٤٨	البكاء يشعرني بالارتياح في المواقف الضاغطة.	

م	العبارات قبل التعديل لبعد اختيار الموقف	العبارات بعد التعديل لبعد اختيار الموقف
٤٩	أكون أفضل حالاً عندما أكتب ما يضايقني.	
٥٠	أكون أفضل حالاً عندما أحكي لصديقي ما يؤلمني.	

ثانيًا الثبات:

جدول:٢

حساب معامل الثبات لأبعاد مقياس تنظيم الانفعالات بطريقتى (الفا كرونباخ ، اوميجا) ن =٣٠٠

م	العوامل	ألفا كرونباخ	أوميجا
١	اختيار الموقف	٠.٩٤٦	٠.٩٥٠
٢	التغير المعرفى	٠.٩٢٩	٠.٩٣٥
٣	تعديل الاستجابة	٠.٩٢٢	٠.٩٣٣
٤	تعديل الموقف	٠.٨٤٩	٠.٩١٥
٥	توزيع الانتباه	٠.٨٣١	٠.٨٢٥
٦	المقياس ككل	٠.٨٣٦	٠.٦٥٠

يتضح من جدول:٨ أن المقياس ذو ثبات مقبول حيث أن قيم معاملات ألفا لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي و الدرجة الكلية امتدت بين ٠,٨٣٦ : ٠,٩٤٦ و هى قيم مرتفعة ، معاملات الثبات باستخدام طريقة اوميجا بين ٠,٦٥٠ : ٠,٩٥٠ مما يدل على ثبات المقياس .

٢-الصدق العاملي و عرض هذا الإجراء مفصلاً بنتائج فرض البحث.

نتائج البحث و تفسيرها:

عرض نتائج فرض البحث و تفسيره:

و الذي ينص على " ما طبيعة البناء العاملي الاستكشافي و التوكيدي لمقياس التنظيم الانفعالي لدى المراهقين"

و للتحقق من الفرض في البحث الحالي تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي ثم التوكيدي كما يلي:

التحليل العاملى الاستكشافى لمقياس التنظيم الانفعالي Factor Analysis Exploratory:

تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي **Exploratory factor Analysis** للتحقق من البنية العاملية لمقياس التنظيم الانفعالي، و لتحديد أبعاد المقياس، بطريقة المكونات الأساسيةComponents Analysis Principal و التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس (Varimax) لكايزر، و ذلك لدرجات العينة الاستطلاعية البالغ عددها ٣٠٠ لمقياس التنظيم الانفعالي الذى يتكون من ٤٩ مفردة.

و اتبعت الباحثة المحكات الآتية:

- يتم أخذ العوامل التى جذرها الكامن أكبر من أو يساوى ٢ .
- محك التشبع الجوهرى للعامل وفقاً لمحك جيلفورد الذى يكون له دلالة لا تقل عن القيمة ≤ ٠.٣، لقبول تشبعات البنود على الأبعاد عند التركيز على الفائدة العملية فإن التشبع ٠.٣ يعتبر الحد الأدنى لقبول التشبعات.

و تم التحقق من مدى قابلية البيانات و كفاية العينة لإجراء للتحليل العاملي عليها من خلال مجموعة من المؤشرات و الاختبارات و تم التحقق من التحليل العاملي عليها و ذلك من خلال:

محك Kaiser-Meyer-Olin للحكم على مدى كفاية العينة واختبار Bartlett's Test of Sphericity وبلغت قيمته محك Kaiser_ Meyer – Olin ٠.٨٣٩ و هي قيمة أكبر من المحك

٠,٦٠ ، بلغت قيمة واختبار Bartlett's حيث مربع (كاي) ١٣٠٠٣.٣٣٥ و درجة حرية ١١٢٨ مستوى دلالة ٠,٠٠٠ و هو دال إحصائيًا، و جاءت القيمة المطلقة لمحدد المصفوفة (Determinant=9.683E-21) و هى قيمة أكبر من ٠,٠٠٠٠١ ، مما يدل على كفاية بيانات العينة للتحليل العاملي و يتضح ذلك من الجدول الآتي:

جدول: ٣

قابلية البيانات و كفاية العينة لإجراء للتحليل العاملي

KMO and Bartlett's Test		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		٠.٨٣٩
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	١٣٠٠٣.٣٣٥
	Df	١١٢٨
	Sig.	٠٠٠.

و فيما يلي نتائج عملية التحليل العاملي لمقياس التنظيم الانفعالي لعينة البحث و قد تم إجراء التحليل العاملي لـ ٤٩ مفردة يمثلون عبارات المقياس و أسفرت نتائج التحليل العاملي لبنود المقياس استخلاص أربعة عوامل فسرت ما قيمته ٦٣.١٢٨% من التباين لمتغيرات المصفوفة و تم حذف المفردة رقم٨ ، أسفرت نتائج التحليل العاملي عن أن عدد المفردات المستخلصة ٤٨ مفردة موزعة على خمسة عوامل و يتم عرض النتائج على النحو التالي :

جدول: ٤

خلاصة نتائج التحليل العاملي لاستجابة ٣٠٠ من من طلاب الثانوى على مقياس التنظيم الانفعالي

رقم العامل	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر%	نسبة التباين المفسر التراكمي %
١	٧.٥٥٦	١٨.٦٩١	١٨.٦٩١
٢	٧.٠٤٤	١٥.٦٤٤	٣٤.٣٣٥
٣	٥.٥٤٦	١١.٩٧١	٤٦.٣٠٧

رقم العامل	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر%	نسبة التباين المفسر التراكمي %
٤	٥.٠٤٢	١٠.٥٠٣	٥٦.٨١٠
٥	٣.٢٧٢	٦.٣١٨	٦٣.١٢٨

يتضح من جدول:٤ أن نتيجة التحليل العاملي لفقرات المقياس أسفرت عن وجود٥ عوامل فسرت مجتمعة ما قيمته ٦٣.١٢٨% من التباين الكلي لمتغيرات المصفوفة.

جدول:٥

قيم التشبع و الشيوع على عوامل مقياس التنظيم الانفعالي

العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	الشيوع
١	٠.٧٧٨					٠.٦٢٩
٢	٠.٤٩٦					٠.٤٤٨
٣	٠.٨٠٦					٠.٦٦٥
٤	٠.٧٦٤					٠.٥٩٥
٥	٠.٨١٧					٠.٦٧٤
٦	٠.٨٧١					٠.٧٦٢
٧	٠.٨٤٥					٠.٧٢٣
٨	محذوفة					
٩	٠.٨١٤					٠.٦٨١
١٠	٠.٨٥٣					٠.٧٣١
١١	٠.٨٦٨					٠.٧٦٠
١٢				٠.٨١٥		٠.٦٧٢
١٣	٠.٨١١					٠.٦٧٤
١٤				٠.٩٠٧		٠.٨٢٥
١٥	٠.٠.٧٢٨					٠.٥٩٧

العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	الشيوع
١٦				٠.٩١٢		٠.٨٣٥
١٧				٠.٨٥٢		٠.٧٣٦
١٨				٠.٨٧٢		٠.٧٦٤
١٩				٠.٧٨٧		٠.٦٢٤
٢٠				٠.٨٤٦		٠.٧١٩
٢١		٠.٦٨٩				٠.٤٨٨
٢٢		٠.٨٠١				٠.٦٩٢
٢٣		٠.٧٤٩				٠.٥٧٣
٢٤					٠.٧١٧	٠.٥١٨
٢٥					٠.٦١٦	٠.٣٩٠
٢٦					٠.٧٣٥	٠.٥٥١
٢٧					٠.٧٧٥	٠.٦٧٨
٢٨					٠.٦٠٩	٠.٤٥٧
٢٩		٠.٨٠٦				٠.٦٥٧
٣٠		٠.٤١٢				٠.٤٢٤
٣١		٠.٨٧٠				٠.٧٧٤
٣٢					٠.٥٤٣	٠.٤٣٤
٣٣					٠.٧٥٦	٠.٥٨١
٣٤		٠.٩٠٥				٠.٨٢١
٣٥		٠.٨٣٠				٠.٧٠٨
٣٦		٠.٨٧٠				٠.٧٦٤
٣٧		٠.٣٤٩				٠.٢٧٦

Print: (ISSN: 0561-2537) Online:(ISSN: 5292-2735)

العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	الشيوع
٣٨		٠.٨١٩				٠.٦٧٦
٣٩		٠.٣٦٨				٠.٣٩٠
٤٠		٠.٧٧٣				٠.٦٠٥
٤١	محذوفة					
٤٢			٠.٨٣٨			٠.٧١٩
٤٣			٠.٨١٢			٠.٦٨٠
٤٤			٠.٨٦٧			٠.٧٦٠
٤٥			٠.٨٦٣			٠.٧٥٤
٤٦			٠.٥٠١			٠.٢٨٧
٤٧			٠.٦٩٢			٠.٥١٧
٤٨			٠.٨٨٣			٠.٧٩٥
٤٩			٠.٨٦٥			٠.٧٥٤
٥٠			٠.٦٥٦			٠.٤٦٨
الجذر الكامن	٧.٥٥٦	٧.٠٤٤	٥.٥٤٦	٥.١٤٠	٣.٢٧٢	التباين الكلى
نسبة التباين	١٨.٦٩١	١٥.٦٤٤	١١.٩٧١	١٠.٥٠٣	٦.٣١٨	٦٣.١٢٨

يتضح من جدول: ٥ أن

العامل الأول تشبعت به ١٢ مفردة امتدت هذا التشبعات ما بين ٠.٤٩٦: ٠.٨٧١ و قد استوعب هذا العامل نسبة تباين مقدارها ١٨.٦٩١ من نسبة التباين العاملى للمصفوفة ككل، و التي بلغت ٦٣.١٢٨، حيث أن معظم مفردات هذا العامل تدور إلى الاقتراب، أو

تجنب بعض الأشخاص، أو الأماكن، أو الأشياء من أجل تنظيم الانفعالات لذلك سمى العامل **اختيار الموقف– Situation Selection**

العامل الثانى تشبعت به ١٣ مفردة امتدت هذا التشبعات ما ٠.٣٦٨: ٠.٩٠٥ و قد استوعب هذا العامل نسبة تباين مقدارها ١٥.٦٤٤ من نسبة التباين العاملى للمصفوفة ككل، و التي بلغت ٦٣.١٢٨، حيث أن معظم مفردات هذا العامل يتضمن التغيير المعرفي يشير إلى اختيار معنى من المعاني العديدة المحتلمة للموقف، و تعديل تقييم الفرد للمواقف من أجل تغيير تأثيرها الانفعالي؛ لذلك سمى العامل **التغيير المعرفي–Cognitive Change**

العامل الثالث تشبعت به ٩ مفردات امتدت هذا التشبعات ما ٠.٤٩٢: ٠.٨٨٧ و قد استوعب هذا العامل نسبة تباين مقدارها ١١.٩٧١ من نسبة التباين العاملي للمصفوفة ككل ، و التي بلغت ٦٣.١٢٨، حيث أن معظم مفردات هذا العامل تدور حول محاولات تنظيم الجوانب الفسيولوجية، أو السلوكية، أو جانب الخبرة الذاتية للانفعالات بشكل مباشر قدر الإمكان. لذلك سمى العامل **تعديل الاستجابة–Response Modulation**

العامل الرابع تشبعت به ٧ مفردات امتدت هذا التشبعات ما ٠.٧٨٧: ٠.٩١٢ و قد استوعب هذا العامل نسبة تباين مقدارها ١٠.٥٠٣ من نسبة التباين العاملى للمصفوفة ككل ، و التي بلغت ٦٣.١٢٨، حيث أن معظم مفردات هذا العامل تدور حول تعديل الموقف إلى اتخاذ إجراءات من شأنها أن تغير الموقف من أجل تغيير تأثيره الانفعالي؛ لذلك سمى العامل **تعديل الموقف–Situation Modification**

العامل الخامس تشبعت به ٧ مفردات امتدت هذا التشبعات ما ٠.٥٤٣: ٠.٧٧٥ و قد استوعب هذا العامل نسبة تباين مقدارها ٦.٣١٨ من نسبة التباين العاملي للمصفوفة ككل ، و التي بلغت ٦٣.١٢٨، حيث أن معظم مفردات هذا العامل تدور حول يشير توزيع الانتباه إلى كيفية توجيه الأفراد انتباههم فى موقف معين من أجل التأثير على انفعالاتهم عندما لا يكون من الممكن تغيير أو تعديل الموقف؛ لذلك سمى العامل **توزيع الانتباه– Attentional Deployment**

التحليل العاملى التوكيدىConfirmatory Factor Analysis (CFA) :

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية العاملية باستخدام التحليل العامل التوكيدى عن طريق برنامج AMOS20 و يوضح جدول: ٦ معاملات الانحدار المعيارية و غير المعيارية و أخطاء القياس و النسبة الحرجة و مستوى الدلالة على عوامل مقياس تنظيم الانفعالات.

جدول:٦

تشبعات مفردات عوامل مقياس تنظيم الانفعالات باستخدام التحليل العامل التوكيدى

المتغير	الفقرات	الوزن الانحدارى المعيارى	الوزن الانحدارى غير المعياري	الخطأ المعيارى	النسبة الحرجة	الدلالة
اختيار الموقف	١	٠.٧٦١	١.٠٠٠			٠.٠٠١
	٢	٠.٤٣٣	٠.٥٣٠	٠.٠٧٠	٧.٥١٤	٠.٠٠١
	٣	٠.٧٧٩	١.٠٦٩	٠.٠٧٤	١٤.٣٦٨	٠.٠٠١
	٤	٠.٧٣٦	١.٠٤٣	٠.٠٧٨	١٣.٤٤٨	٠.٠٠١
	٥	٠.٨٠٦	١.١٧٠	٠.٠٧٨	١٤.٩٧٦	٠.٠٠١
	٦	٠.٨٧٤	١.٣٧٨	٠.٠٨٣	١٦.٥٢٤	٠.٠٠١
	٧	٠.٨٢٥	١.١٧٧	٠.٠٧٦	١٥.٤٠٠	٠.٠٠١
	٩	٠.٧٩٥	١.١٣٠	٠.٠٧٧	١٤.٧٢٥	٠.٠٠١
	١٠	٠.٨٥٣	١.٢٧٠	٠.٠٧٩	١٦.٠٣١	٠.٠٠١
	١١	٠.٨٥٥	١.٤٠٢	٠.٠٨٧	١٦.٠٩٤	٠.٠٠١
	١٣	٠.٨١١	١.٤١٣	٠.٠٩٤	١٥.٠٨٦	٠.٠٠١
	١٥	٠.٧٠٧	١.١٠٣	٠.٠٨٦	١٢.٨٣٠	٠.٠٠١

المتغير	الفقرات	الوزن الانحدارى المعيارى	الوزن الانحدارى غير المعياري	الخطأ المعيارى	النسبة الحرجة	الدلالة
التغيير المعرفي	٢١	٠.٦٢٠	١.٠٠٠	٠.١٤٣	١١.٠٣٠	٠.٠٠١
	٢٢	٠.٧٥٨	١.٥٧٢	٠.١١٧	١٠.٢٧٥	٠.٠٠١
	٢٣	٠.٦٩٠	١.٢٠٠	٠.١٣٨	١١.٣٠٤	٠.٠٠١
	٢٩	٠.٧٨٣	١.٥٦٥	٠.١٤٤	١٢.١٥٨	٠.٠٠١
	٣٠	٠.٨٦٩	١.٧٥٥	٠.١١٣	٧.٥٩٨	٠.٠٠١
	٣١	٠.٤٨٠	٠.٨٥٨	٠.١٥٦	١٢.٦٣٤	٠.٠٠١
	٣٤	٠.٩٢٠	١.٩٧٣	٠.١٣٤	١١.٧٩٦	٠.٠٠١
	٣٥	٠.٨٣٢	١.٥٧٧	٠.١٤٦	١٢.٣١٧	٠.٠٠١
	٣٦	٠.٨٨٦	١.٧٩٧	٠.١٠١	٥.٤٧٩	٠.٠٠١
	٣٧	٠.٣٣٥	٠.٥٥٥	٠.١٢٨	١١.٣٦٤	٠.٠٠١
	٣٨	٠.٧٨٩	١.٤٥٥	٠.١٠١	٥.٦٥٨	٠.٠٠١
	٣٩	٠.٣٤٦	٠.٥٧١	٠.١٢٠	١٠.٧٧٨	٠.٠٠١
	٤٠	٠.٧٣٤	١.٢٩٨	٠.١٤٣	١١.٠٣٠	٠.٠٠١
تعديل الاستجابة	٤٢	٠.٨٣٣	١.٠٠٠			٠.٠٠١
	٤٣	٠.٨٠٢	٠.٨٢٩	٠.٠٤٩	١٦.٨٥١	٠.٠٠١
	٤٤	٠.٨٩٣	٠.٩٦١	٠.٠٤٨	٢٠.٠٨٨	٠.٠٠١
	٤٥	٠.٨٧٢	٠.٩١١	٠.٠٤٧	١٩.٢٧٦	٠.٠٠١
	٤٦	٠.٣٦٢	٠.٣٣٣	٠.٠٥٣	٦.٣٥١	٠.٠٠١
	٤٧	٠.٥٦٥	٠.٤٥٩	٠.٠٤٤	١٠.٥٠٨	٠.٠٠١
	٤٨	٠.٩١٨	١.٠٦١	٠.٠٥٠	٢١.٠٨١	٠.٠٠١
	٤٩	٠.٨٧٣	١.٠١٤	٠.٠٥٣	١٩.٣٠٦	٠.٠٠١
	٥٠	٠.٥٠٥	٠.٤٠٧	٠.٠٤٤	٩.٢٠٨	٠.٠٠١

تابع جدول:٦

تشبعات مفردات عوامل مقياس تنظيم الانفعالات باستخدام التحليل العامل التوكيدى

المتغير	الفقرات	الوزن الانحدارى المعيارى	الوزن الانحدارى غير المعياري	الخطأ المعيارى	النسبة الحرجة	الدلالة
تعديل الموقف	١٢	٠.٧٧٨	١.٠٠٠			٠.٠٠١
	١٤	٠.١٩٩	٠.١٨٠	٠.٠٥٤	٣.٣٣٦	٠.٠٠١
	١٦	٠.٨٥٦	١.١٧٥	٠.٠٧٢	١٦.٢٩١	٠.٠٠١
	١٧	٠.٨٣٧	١.١٣٩	٠.٠٧٢	١٥.٨٣٥	٠.٠٠١
	١٨	٠.٨٧١	١.١١٩	٠.٠٦٧	١٦.٦٣٧	٠.٠٠١
	١٩	٠.٧٦٨	٠.٩٥٦	٠.٠٦٧	١٤.٢١١	٠.٠٠١
	٢٠	٠.٨١٨	١.٠٠٠	٠.٠٦٥	١٥.٣٨٩	٠.٠٠١
توزيع الانتباه	٢٤	٠.٧٨٦	١.٠٠٠			٠.٠٠١
	٢٥	٠.٦٠٨	٠.٧٢٦	٠.٠٧١	١٠.٢١٣	٠.٠٠١
	٢٦	٠.٧٩٤	١.١٤٩	٠.٠٨٥	١٣.٥٨٥	٠.٠٠١
	٢٧	٠.٦٧٤	١.٠٢٧	٠.٠٩٠	١١.٤٢٩	٠.٠٠١
	٢٨	٠.٤٨٠	٠.٧٣٥	٠.٠٩٣	٧.٩٣٣	٠.٠٠١
	٣٢	٠.٥١٧	٠.٧٢٢	٠.٠٨٤	٨.٥٧٨	٠.٠٠١
	٣٣	٠.٦٢٥	٠.٨٩١	٠.٠٨٥	١٠.٥٣٢	٠.٠٠١

يتضح من الجدول :٦ أن جميع المفردات دالة إحصائيًا عند درجة دلالة ٠.٠١ و ذات تشبعات مرتفعة، و يلاحظ من الشكل:٣ أن أوزان الانحدار المعيارية للفقرات على عامل اختيار الموقف تراوحت بين ٠.٤٣٣ –٠.٨٧٤، فى حين تراوحت للفقرات على عامل التغيير المعرفى تراوحت بين ٠.٣٣٥–٠.٩٢٠، فى حين تراوحت الفقرات على عامل تعديل الاستجابة تراوحت بين ٠.٣٦٢–٠.٩١٨، و تراوحت للفقرات على عامل تعديل الموقف بين ٠.١٩٩–٠.٨٧١، و على عامل توزيع الانتباه تراوحت

٠.٤٨٠–٠.٧٨٦، كانت جميعها دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة أقل من ٠.٠٠١ ، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات جيد.

تشير معاملات الوزن الانحداري للعبارات العوامل الكامنة إلى مدى مساهمة كل عبارة في النموذج نحو العامل الكامن، فكلما كان مستوى الوزن الانحداري مقبولاً، كان مدى مساهمتها نحو العامل الكامل مقبول أيضاً على سبيل المثال، في العامل الكامن الأول "اختيار الموقف"، كانت أقل عبارة ذات وزن انحداري معياري ٠.٤٣٣ و كانت أكثر عبارة ذات عامل انحدار معياري ٠.٨٧٤، حيث أن المساهمة تعد مقبولة إذا تعدت القيمة المعيارية ٠.٤٠٠، فإذا كانت تلك القيم أو إحداها أقل من ٠.٤٠٠، استوجب ذلك حذف تلك العبارة لعدم مساهمتها نحو العامل الكامن.

و تشير المراجع أيضًا أن من بين عبارات المتغير إذا كانت هناك عبارة تقل مساهمتها عن ٠.٤٠٠، فيجب التأكد من معايير الصدق و الثبات الخاصة بالمتغير الكامن الذي يشمل تلك العبارة فإذا كانت قيم الصدق و الثبات لا تتأثر بوجود العبارة قليلة المساهمة فإنه يمكن الاحتفاظ بالعبارة الواحدة أقل مساهمة في المتغير، لأنه إذا تأثرت قيم الصدق و الثبات، فإنه يجب التخلص من تلك العبارة ذات المساهمة المنخفضة في المتغير.

نستنتج من ذلك بأن جميع عبارات النموذج محل الدراسة تتمتع بمستوى إنحداري معياري مقبول مما يجعل نموذج الدراسة قابلاً للاستخدام لقياس الأربعة المتغيرات في دراسات أخرى و يعرض الشكل أدناه شكل:٣، حيث يعرض النموذج المتغيرات الأربعة مع العبارات المدرجة تحت كل متغير، و يعرض النموذج أيضًا الوزن الانحداري المعياري لعبارات كل متغير على الأسهم المستقيمة من دوائر المتغيرات إلى مربعات العبارات و يعرض النموذج أيضًا الارتباطات بين المتغيرات الأربعة على الأسهم المنحنية بين دوائر المتغيرات الرئيسية، حيث أن من مؤشرات جودة نماذج التحليل العاملي التوكيدي هو قلة قيم الارتباط بين تلك بين المتغيرات، لأن العبارات تساهم نحو متغيراتها بشكل كبير و تساهم بأقل قدر ممكن تجاه المتغيرات الأخرى، حيث تشير النتيجة إلى انخفاض قيم الارتباط بين المتغيرات و هو ما يعني استقلالية المتغيرات عن بعضها البعض حيث بلغت أقل قيمة للارتباط هي (٠.٠٠٠) و هو ما يعني عدم وجود الارتباط، بينما كانت أكبر قيمة من قيم الارتباط تلك هي (٠.٣٦) و هو ما يعني ارتباط منخفض بين المتغيرات، يدل كل ذلك على المستوى المقبول لمتغيرات نموذج التحليل العاملي التوكيدي و مدى مساهمة عبارات كل متغير نحو العامل العامل الكامن المخصص لها.

كما قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البينية و كانت النتائج كما فى جدول:٧

جدول:٧ يوضح مؤشرات جودة المطابقة:

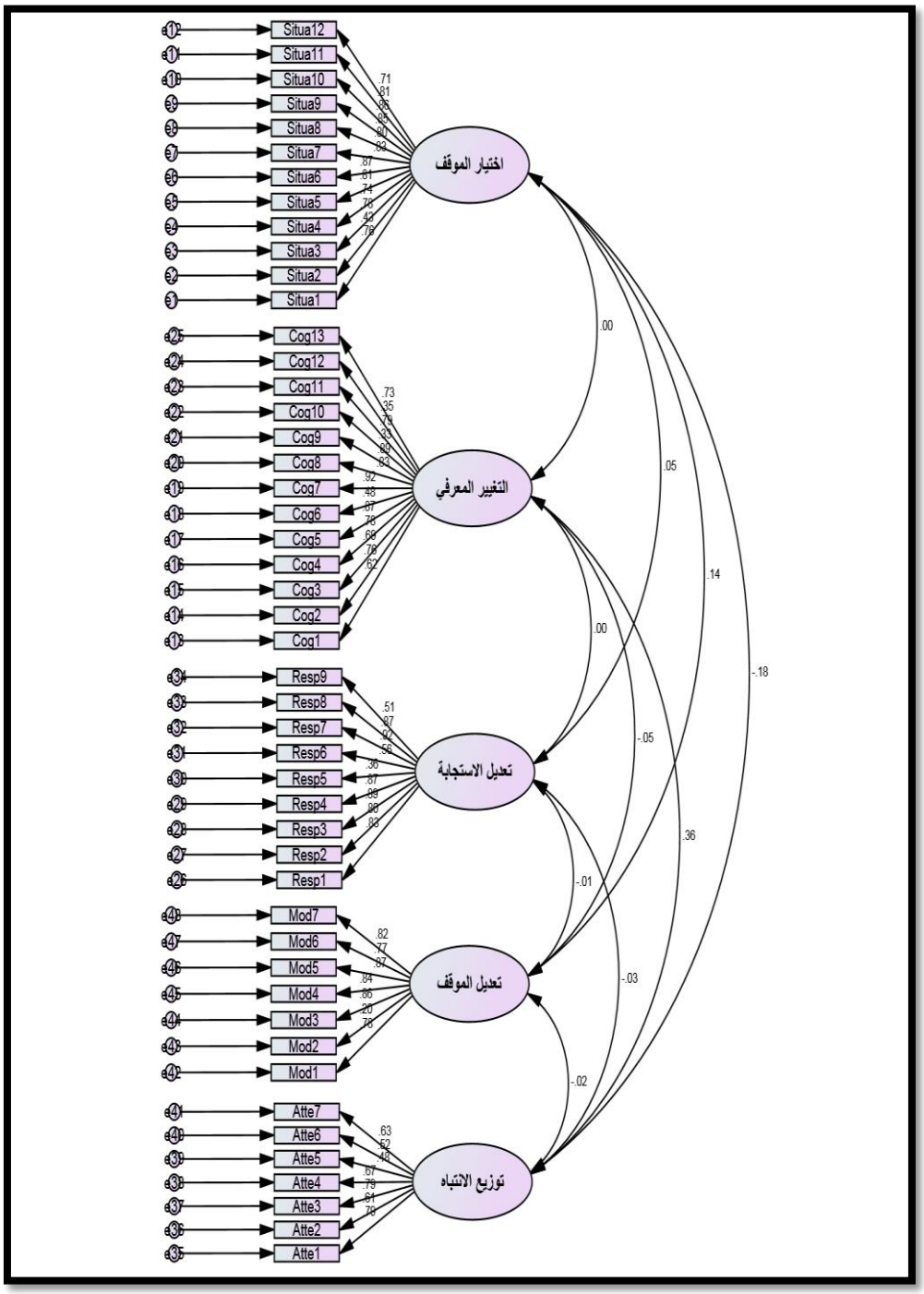
مؤشر المطابقة	مربع كاي χ2	درجات الحرية df	P.value	(χ2 / df)	CFI مؤشر المطابقة المقارن	جذر متوسط مربعات الخطأ التقريبي RMSEA	مؤشر الجذر التربيعي لمربع متوسطات البواقي RMR R
النتيجة	٤٢١٦.٣٧	١٠٧٠	٠.٠٠٠	٣.٩٤١	٠.٦٢٨	٠.٠٩٩	٠.٠٨٨
المحك	–	–	–	أقل من ٥	أعلى من ٠.٩	أقل من ٠.٠٨	أقل من ٠.٠٨
القرار	–	–	–	مقبول	مقبول	مقبول	مقبول

يتضح من جدول: ٧ أن قيم جودة المطابقة النموذج جيدة حيث كانت قيمة (Chi–square(CMIN للنموذج = ٤٢١٦.٣٧ بدرجة حرية =١٠٧٠ و هى دالة احصائيًا عند ٠.٠٠٠ و كانت النسبة بين Chi–square(CMIN) و درجات الحرية = ٣.٩٤١ و هى دالة احصائيًا عند ٠.٠١ و درجات جودة **المطابقة CFI**=(٠.٦٢٨) و **RMSEA** = (٠.٠٩٩) و **SRMR** =(٠.٠٨٨) أن جميع مؤشرات المطابقة تقع في المدي المثالي و الشكل:٣ يوضح نموذج التحليل العاملي التوكيدي للمقياس.

تعكس هذه القيم مدى التوافق بين نموذج الدراسات وبيانات النموذج التي تم جمعها من المستجيبين، حيث أن أهم القيم الحرجة لقياس جودة مطابقة النموذج هي قسمة قيمة مربع كاي (Chi Square) على قيمة درجة الحرية، و تعكس هذه القيمة جودة النموذج بشكل عام، حيث تشير المعايير إلى أن هذه القيمة يجب أن تكوم أقل من خمسة أو أقل من ثلاثة بوجه أخص، حيث تشير النتائج إلى أن قسمة قيمة مربع كاي على درجة الحرية كان مقدارها ٣.٩٤١ وهي قيمة مقبولة تعكس جودة المطابقة للنموذج طالما أنها لم تزد على خمسة، و على نفس السياق تأتي قيمة (CFI) حيث ان اقتراب هذه القيمة من الواحد الصحيح يدل على اثبات جودة مطابقة النموذج، وعندما تقترب

القيمة من الصفر يدل ذلك على غياب جودة مطابقة النموذج. أما بالنسبة لقيمة (RMSEA) وقيمة (SRMR) فهما قيمتان تشيران إلى سوء النموذج، فكلما كان هذه القيم أقل كلما دل ذلك على جودة مطابقة النموذج، حيث أشارت النتيجة إلى أن هذه القيمتين لم تزد على ٠.٠٨، مما يعني أن النموذج يتمتع بجودة مطابقة مقبولة.

و اتضح من من نتائج التحليل العاملي الاستكشافي و التحليل العاملي التوكيدي توافر بنية عاملية لمقياس التنظيم الانفعالي من خمسة عوامل كامنة، **العامل الأول** تشبعت به ١٢ مفردة امتدت هذا التشبعات ما بين ٠.٤٩٦: ٠.٨٧١، **العامل الثانى** تشبعت به ١٣ مفردة امتدت هذا التشبعات ما ٠.٣٦٨: ٠.٩٠٥، **العامل الثالث** تشبعت به ٩ مفردات امتدت هذا التشبعات ما ٠.٤٩٢: ٠.٨٨٧، **العامل الرابع** تشبعت به ٧ مفردات امتدت هذا التشبعات ما ٠.٧٨٧: ٠.٩١٢، **العامل الخامس** تشبعت به ٧ مفردات امتدت هذا التشبعات ما ٠.٥٤٣: ٠.٧٧٥، و توافقت نتائج التحليل العاملي مع الإطار النظري المعد لهذا البحث و الذي يستند إلى نموذج جروس للتنظيم الانفعالي، و الذي يحدد تسلسل العمليات المتضمنة في توليد الانفعالات، و يتعامل مع كل خطوة من خطوات توليد الانفعالات الموصوفة فى النموذج كهدف محتمل للتنظيم و يسلط النموذج الضوء على خمس نقاط يمكن للأفراد من خلالها تنظيم انفعالاتهم تمثل العوامل التي تم استكشافها بواسطة التحليل العاملي، و بذلك تحققت صحة فرض البحث.



شكل:٣ نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس التنظيم الانفعالي

ابراهيم، ولاءالدين رفعت، الطيب، عصام علي، و محمد عبد العزيز، دعاء. (٢٠٢٢). الخصائص السيكومترية لمقياس إستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدي طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة قنا. *مجلة العلوم التربوية–كلية التربية بقنا*.٥٢ (٥٢)،٦٢٣–٦٤٠.

زهران،حامد عبد السلام.(١٩٨٦). *علم نفس الطفولة و المراهقة*. عالم الكتب.

سلوم، هناء.(٢٠١٥).*إستراتيجيات التنظيم الانفعالي و علاقتها بحل المشكلات : دراسة مقارنة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعية بمدينة دمشق*[رسالة ماجستير–جامعة دمشق].قاعدة معلومات دار المنظومة.

عبد الخالق، محمد أحمد.(١٩٩٦). *قياس الشخصية*. جامعة الكويت:لجنة التأليف و النشر.

علام، صلاح الدين محمود. (٢٠٠٢).*القياس والتقويم التربوي و النفسي أساسياته وتطبيقاته و توجهاته المعاصرة*.دار الفكر العربي.

عليوة، سهام.(٢٠١٨). استراتيجيانت تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين.*مجلة كلية التربية.بنها*،٢٩ (١١٦ أكتوبر ج ٤), ١–٦٩.

غانم، حجاج.(٢٠١٣).*التحليل العاملي في العلوم الإنسانية و التربوية نظريًا و عمليًا*. عالم الكتب.

فرج، صفوت.(١٩٩١). *التحليل العاملي في العلوم السلوكية*. دار الفكر العربي.

النبهان، موسى.(٢٠٠٤).*أساسيات القياس في العلوم السلوكية*. دار الشروق.

Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-related self-regulation and its relationship to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 495–525

Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European journal of psychological assessment*, *23*(3), 141-149

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26, 41-54.

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology, 2*(3), 271-299.

Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & emotion, 13*(5), 551-573.

Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39*(3), 281-291.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). New York: Guilford Press

Gross,J.J.(2008).Emotion regulation.In M.Lewis,L.F.Barrett&J.M-jones.(Eds).*Handbook of Emotions*(3rd ed).Guilford press.

Gullone, E., & Taffe, J. (2012). The emotion regulation questionnaire for children and adolescents (ERQ–CA): *a psychometric evaluation. Psychological assessment, 24*(2), 409.

Norris, M & Lecavalier, L. (2009). "Evaluating the Use of Exploratory Factor Analysis in Developmental Disability Psychological Research". *Journal of Autism and Developmental Disorders*. *40* (1): 8–20.

Sobhi-Gharamaleki, N., Porzoor, P., Aghajani ,S.,& Narimani ,M. (2015). Effectiveness of emotion regulation training on reduction of anxiety, stress and depression symptoms among university students. *Iranian Journal of Health Education & Promotion, 3*(1), 5.

Wolff, J. C., & Ollendick, T. H. (2006). The comorbidity of conduct problems and depression in child hood and adolescence. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 9, 201–220