فعالية برنامج لتحسين الكفاءة الانفعالية لدى عينة من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن

أمل عادل أحمد كامل
أ.د.محمد رزق البحيري
أستاذ علم النفس كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس
أ.د.توفيق عبدالمنعم توفيق
أستاذ علم النفس كلية الآداب جامعة طنطا

الملخص

هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادى لتحسين الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن، طبقت الدراسة على عينة عددها ٢٠ من المراهقات الموهوبات المؤذين لأنفسهن، تراوحت أعمارهن ما بين (١٦- ١٧) عاما، وتم اختيار العينة بطريقة قصدية، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين أحداهن تجريبية (ن= ١٠) والأخرى ضابطة (ن= ١٠)، اعتمدت على المنهج التجريبى والتصميم التجريبى ذى المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلى البعدى التتبعي، استعانت الباحثة بالأدوات التالية: مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات، ومقياس إيذاء الذات للمراهقات، واستمارة تقييم الموهوبات فنيا فى الرسم، ومقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى (إعداد محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، واختبار المصفوفات المتتابعة لرافن (شيماء مجاهد، ٢٠٠٦) لقياس متغير الذكاء لدى عينة الدراسة من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن، وبرنامج تحسين الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لأنفسهن، ولتحقيق أهداف الدراسة وحساب الكفاءة السيكومترية لمقياس الكفاءة الانفعالية ومقياس إيذاء الذات للمراهقات، والتحقق من صدق فروض الدراسة وعدد أفراد عينة الدراسة استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، المتوسطات، الانحراف المعياري، اختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، النسب المئوية، اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، اختبار مان ويتنى اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، وتوصلت النتائج إلى انه توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياس بعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات وذلك فى اتجاه المجموعة التجريبية"، وتوجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات وذلك فى اتجاه القياس البعدي"، ولا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات"، ولا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياسين البعدى والتتبعى للبرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات.

The Effectiveness of A Program for Improving Emotional Competency in

A Sample of Talented Self- Injurious Female Adolescents

The study aimed to verify the effectiveness of a counseling program to improve the emotional efficiency of gifted and self- harmful adolescent girls (n= 10) and the other as a control (n= 10), which relied on the experimental method, the experimental design with the two experimental and control groups, and the tribal, dimensional, and sequential measurement. The socio- cultural economics (prepared by Muhammad Saafan and Doaa Khattab, 2016), Raven's successive matrices test (Shaima Mujahid, 2006) to measure the intelligence variable among the study sample of gifted and self- harmful adolescent girls, the program for improving the emotional efficiency of gifted adolescent girls who self- harm, use the following statistical methods Pearson correlation coefficient, mean, standard deviation, parametric (t) test for the significance of differences between independent groups, percentages, Wilcoxo test The non- parametric for the significance of the differences between the related groups, the Mann- Whitney non- parametric test for the significance of the differences between the independent groups, and the results showed that there are statistically significant differences between the mean scores of the experimental and control groups of self- harmful adolescent girls in the measurement after the program on the emotional efficiency scale for adolescent girls in the direction of the experimental group There are statistically significant differences between the mean scores of the experimental group of self- harmful adolescent girls in the two measurements before and after the program on the emotional competence scale for adolescent girls in the direction of the post- measurement. The two measurements before and after the program on the emotional competence scale for adolescent girls, There are no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group of self- harming adolescent girls in the two post and follow- up measurements of the program on the emotional competence scale for adolescent girls.

مقدمة:

تعد الانفعالات من الجوانب المهمة فى الشخصية نظرا لدورها فى توجيه سلوك الأفراد إما إلى السواء أو إلى اللاسواء، وذلك تبعا لشدتها ودرجة مناسبتها للموقف، ويعتبر النمو الانفعالى لدى الإنسان بوجه عام ولدى المراهقات الموهوبات بوجه خاص الوجه الرئيسى للسلوك الإنسانى وأحد الأسس التى تعمل فى بناء الشخصية السوية (تامر محمد، ٢٠١٨)، وتظهر لدى المراهقات الموهوبات مشكلات سلوكية وانفعالية عدة نتجت عن خصائصهم الانفعالية المميزة للموهوبين منخفضى الكفاءة الانفعالية وتشمل (افتقاد التحكم فى الانفعالات، وعدم وجود فرص للتعبير عن الانفعالات واليأس والإحباط، وذلك نتيجة الفجوة الكبيرة بين معدل سرعة النمو المعرفى ومعدل سرعة النمو الانفعالي)، حيث تنقصهم القدرة على معالجة وتجهيز المعلومات ذات الطابع الانفعالي مثل انفعالاتهم الذاتية، مما يؤدى إلى معاناتهن من العديد من المشكلات الانفعالية؛ فتظهر نتائج مجمل الدراسات التى أجريت فى هذا المجال أن نسبة انتشار المشكلات الانفعالية بين المراهقات الموهوبات تتراوح ما بين (٢٠%- ٢٥%) مقارنة بنسبة انتشار تتراوح ما بين (٦%- ١٦%) بين العاديين (Cassandra, 1999, 13). ويرى جولمان أن أساس المشكلات السلوكية الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات يكمن فى نقص مستوى كفاءتهن الانفعالية والتى تقوم على فكرة مؤداها: أن نجاحهن فى الحياة الاجتماعية أو المهنية أو الأكاديمية لا يتوقف على ما يملكن من قدرات عقلية فقط ولكن أيضا على ما يمتلكن من مهارات انفعالية تشكل مكونات للكفاءة الانفعالية (إيمان عبدالوهاب، ٢٠١٥).

وبناءا عليه فقد استخدمت البرامج الإرشادية التى هدفت إلى تحسين الكفاءة الانفعالية فى علاج الكثير من المشاكل السلوكية والانفعالية التى تظهر فى صورة استجابات ومظاهر سلوكية غير مرغوبة تصدر عن المراهقات الموهوبات وتتمثل فى السلوكيات العدوانية، ومشاكل القلق وإيذاء الذات (Pellitteri, 2008).

وقد أشارت نعيمة الرفاعى (٢٠١١) إلى انتشار سلوكيات إيذاء الذات بين المراهقات بنسبة أعلى من انتشارها بين المراهقين، وان معدل سلوكيات إيذاء الذات لدى المراهقات فى مرحلة المراهقة المبكرة تكون أعلى بـ٨ مرات منها لدى المراهقين فى نفس المرحلة، وقد توصلت دراسة لويد وبيمنى وديركر وكيلى على عينة من المراهقين والمراهقات قوامها ٦٣٣ مراهقا ومراهقة، متوسط أعمارهم ١٥,٥ عاما، وانحراف معيارى قدرة ١,١٨، وكانت نسبة المراهقات فى العينة ٥٧%، وأسفرت النتائج أن ٢٩٣ من أفراد العينة أى بنسبة ٤٦,٥%، ينتشر بينهم سلوكيات إيذاء الذات فى السنوات الماضية، وتمثلت هذه السلوكيات فى (العض، والجروح، وعمل ندب بالجلد، وحرق الجلد).

وقد أكد ديفينباشر على أهمية إكسابهن فى هذه المرحلة الكفاءة الانفعالية لتساعدهن على التعرف على انفعالاتهن والتعبير عنها بصورة متزنة ومن ثم تسيطر عليها وتدير انفعالاتها وتحفز ذاتها على الوعى بمشاعرهن والوعى بأفكارهن المرتبطة بهذه الانفعالات وكيفية التعامل مع المشاعر التى تؤذيها ومن ثم السيطرة عليها وان يكون هناك تفسيرات مقنعة لسلوكياتهم المؤذية لذواتهن (Deffenbacher, 1997)

ولأهمية الكفاءة الانفعالية للمراهقات الموهوبات لتحسين مستوى وعيهن بذواتهن، وتنظيم انفعالاتهن وتحفيز ذواتهن، ليكن أكثر قدرة على السيطرة على سلوكياتهن المؤذية للذات، ستجرى هذه الدراسة للكشف عن مدى فاعلية برنامج إرشادى لتحسين الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن.

مشكلة الدراسة:

نبعت مشكلة هذه الدراسة من خلال ملاحظة الباحثة لمشكلة إيذاء الذات المنتشرة بين المراهقات الموهوبات حيث تعمل كأخصائية نفسية ومسؤولة موهوبين بالمدرسة، وقد تؤثر هذه السلوكيات بشكل سلبى على صحتهن النفسية، وقدرتهن الإبداعية، فوجد أن من أهم طرق علاج المشكلات السلوكية والانفعالية الخاصة بهؤلاء المراهقات الموهوبات ما يسميه فى الوقت الحاضر بالكفاءة الانفعالية (محمود عكاشة، ٢٠٠٥).

وهذا ما أكدته راندا رضا (٢٠١٦) على أن تحسين الكفاءة الانفعالية فى مرحلة المراهقة أمرا مهما؛ حيث تعد هذه المرحلة تمهيدا لمرحلة الرشد وهذا يتطلب تمتع المراهقين بمهارات عديدة لاستخدامها فى تنظيم انفعالاتهم بشكل جيد فى المواقف المختلفة مما يمكنهم من إقامة علاقة تواصلية على قدر كبير من التوافق النفسي، وفى حالة انخفاض مستوى كفاءة المراهقات الموهوبات انفعاليا، تضعف قدرتهم على الاستخدام الجيد لمهارات الكفاءة الانفعالية فيكن أقل قدرة على منع الانفعالات السلبية وأكثر عرضه للمشكلات السلوكية الانفعالية، إذ تبين أن المراهقات الموهوبات هن أكثر عرضه وبنسبة مرتفعة لإيذاء أنفسهن، ويفسر سلوك إيذاء الذات بأنه نتيجة تراكم المشاعر السلبية تجعله يمرن بحالة إحباط ومع استمرارها يصبح إحباطا قد يدفعهن إلى التفكير فى إيذاء ذاتهن للتعبير عما بداخلهن من المشاعر السلبية، وهذا أيضا ما أكدته دراسة طومسون من وجود علاقة بين ضعف الكفاءة الانفعالية عند المراهقات الموهوبات وبين سلوك إيذاء الذات لديهن (Thomson, 2006).

وتكمن مشكلة إيذاء الذات عندما يقوم الشخص بإيذاء نفسه بنفسه، إذ إن الشخص المؤذى لذاته يجلب المشاكل الصحية لنفسه، والضغوط الاجتماعية لأسرته، والحزن والندم فى نفوس أقاربه وأصدقائه وأفراد مجتمعه على حد سواء، وازدياد ظاهرة إيذاء الذات بدون علاج يساهم فى انحلال المجتمع وتفككه (أحمد الجهينى، ١٩٩٩)، وهذا ما أيدته دراسة كيربرج حيث أشارت إلى أن سلوك إيذاء الذات يخلق مشكلات خطيرة فى الجوانب النفسية والاجتماعية للفرد وخصوصا فى مرحلة المراهقة (Kehrberg, 1997: 35).

ومع تعدد النظريات المفسرة لسلوك إيذاء الذات، تعددت أيضا طرق العلاج، فى محاولة لفهم طبيعة سلوك إيذاء الذات وأسبابه بهدف التحكم فيه، وتعد نظرية جولمان فى الكفاءة الانفعالية من أهم النظريات الحديثة نسبيا التى أكدت أن السلوكيات المؤذية للذات لدى الأفراد سببها افتقارهم للمهارات الانفعالية وعليه تبلورت فكرة الدراسة الحالية، حيث اقترحت الباحثة بناء برنامج إرشادى يستند إلى نظرية جولمان للكفاءة الانفعالية، إذ أن هناك ندرة فى وجود الدراسات التى تناولت الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لأنفسهن (فى حدود ما اطلعت عليه الباحثة) ستجرى هذه الدراسة للتحقق من فاعلية برنامج إرشادى فى تحسين الكفاءة الانفعالية لدى عينة من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن، وتثير مشكلة الدراسة السؤالين التاليين:

١. هل يساعد البرنامج الإرشادى فى تحسين الكفاءة الانفعالية لدى المرهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن؟
٢. هل تستمر فاعلية البرنامج الإرشادى (إن وجدت) فى تنمية الكفاءة الانفعالية لدى عينة الدراسة بعد شهر من انتهاء تطبيقه (من خلال القياس التتبعي)؟

هدف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

١. إعداد برنامج إرشادى لتحسين الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن.
٢. بيان تأثير البرنامج فى تحسين الكفاءة الانفعالية لدى عينة من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن (عبر الزمن) من خلال القياس التتبعى.

أهمية الدراسة:

أمكن تقسيم أهمية الدراسة إلى أهمية نظرية وأخرى تطبيقية فى التالي:

١. الأهمية النظرية:

أ. يزيد من أهمية هذه الدراسة أهمية الشريحة التى سنتناولها وهى جيل الفتيات من طالبات المرحلة الثانوية نظرا لأهمية المرحلة العمرية والمرحلة التعليمية لاتجاه هذه الفئة إلى الاستقلال فى حياتهم، وتأكيد الذات، وحرية التعبير عن مشاعرهم، والبحث عن هويتهم.

ب. أن هذه الدراسة مقدمة لفئة الطالبات الموهوبات فنيا، وهى أحد أبرز فئات المجتمع المنوط بهم تقدم المجتمع ورقية فيما بعد، وهى من الفئات التى تستحق الرعاية والاهتمام، حتى نضمن الارتقاء الكامل بقدرات هؤلاء

الموهوبات، واستغلال طاقاتهم إلى الحد الأقصى.

ج. قلة الدراسات التى تناولت تحسين الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن (فى حدود ما أطلعت عليه الباحثة) فى البيئة العربية.

د. أهمية الكفاءة الانفعالية، حيث تشير العديد من الدراسات على ضرورة الاهتمام بتطوير البحث فيها وفي أدوات قياسها حيث تشير إلى أن هناك بعض الأوضاع المقلقة تزيد من اهتمامنا بالكفاءة الانفعالية وهى أن عدم قدرة الطالب الموهوب على السيطرة والتعبير عن المشاعر السلبية يؤدى إلى ظهور سلوكيات سلبية تشكل مشكلة نفسية واجتماعية وتربوية خطيرة.

ه. إعطاء المراهقات الموهوبات المعرفة الادراكية الواقعية لذواتهن ليتقبل نقاط ضعفهن وقوتهن ويستطعن تحمل الإجهاد والإحباط أو الفشل دون أن يفقدن توازنهن الشخصي.

٢. الأهمية التطبيقية:

أ. الاستفادة من نتائج هذه الدراسة فى العملية التعليمية، ويساعد فى عملية التوجيه والإرشاد النفسى لهذه الفئة.

ب. يمكن أن توجه نتائج هذه الدراسة أنظار المسؤولين فى وزارة التربية والتعليم إلى ضرورة مراعاة الجوانب الوجدانية والانفعالية أثناء تصميم البرامج الإرشادية والعلاجية بما يعود بالفائدة على الطالبات الموهوبات المؤذين لأنفسهن.

ج. يساعد تطبيق البرنامج على تحسين الكفاءة الانفعالية للتقليل من ممارسة سلوك إيذاء الذات لدى المراهقات الموهوبات.

مفاهيم الدراسة:

- الكفاءة الانفعالية Emotional Competency: تعرف على أنها الوعى بالانفعالات والتعبير عنها، مع القدرة على ضبط وتعديل الانفعالات وتبادل وإظهار الانفعال المناسب لمعطيات الموقف، وهى تعنى وعى الفرد بانفعالاته، وفهم انفعالات الآخرين، والتعبير الانفعالى بالوجه واستخدام المفردات الدالة على الانفعالات الداخلية والخارجية، والوعى بالتواصل الانفعالى (رضا الجمال، ٢٠١٨).

التعريف الإجرائي: هى مجموعة من القدرات والمهارات الانفعالية التى تساعد المراهقات الموهوبات على الوعى بمشاعرهن وانفعالاتهن وفهمها وملاحظة أفكارهن ومراقبتها ليسيطرن على انفعالاتهن السلبية وجعلها قوة دافعة لتحقيق أهدافهن وإدارة علاقتهن الاجتماعية مع الآخرين وبالتالى تزداد فرص نجاحهن فى حياتهن الشخصية والاجتماعية مما يجعلهن يستمتعن بالحياة وبالصحة النفسية الجيدة، وتشمل الوعى بالذات، والتنظيم الانفعالي، والدافعية الذاتية، وإدارة العلاقات، ويمكن قياسها بالدرجة التى يحصل عليها المفحوصات على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات (إعداد الباحثة).

- الموهوب Gifted: يعرف الموهوب بأنه الذى يتمتع بذكاء رفيع يضعه فى الطبقة العليا التى تمثل أذكى ٢% ممن هم فى سنه من الأفراد وهو الذى يتسم بموهبة بارزة فى أية ناحية (أشرف سعد، ٢٠١٢: ١٣).

التعريف الإجرائي: هن الطالبات اللاتى لديهن استعدادات وقدرات فطرية غير عادية فى الرسم، تجعلهن عند القيام بالرسم يظهر أدائهن بالتميز المستمر والملحوظ فى هذا النشاط عن بقية زميلاتهن فى نفس العمر، ويحددن المراهقات الموهوبات من خلال الأدوات التالية: واستمارة تقييم الموهوبات فنيا فى الرسم.

- سلوك إيذاء الذات Self- Injurious Behavior: يتضمن عددا من أنماط السلوك التى يمارسها المراهق. ويحدث الأذى الجسمى لنفسه، مثال التخميش، أو التخديش، أو العض، أو ضرب الرأس، وشد الشعر (Carr, 2009).

ويعرف إجرائيا فى هذه الدراسة: سلوك موجه لإيذاء الذات من الشخص نفسه للتخلص من مشاعر الألم النفسى والعاطفى التى نشأ نتيجة تعرضه لموقف محبط وفشله فى تصريفها نحو العالم الخارجي، فأثارت لديه دافعا لعقاب ذاته.

محددات الدراسة:

- المحددات المكانية: أجريت هذه الدراسة فى مدرسة الأورمان الثانوى بنات.
- المحددات البشرية: تكونت عينة الدراسة من ٢٠ طالبة من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن، مقسمون بالتساوى فى مجموعتين ١٠ طالبات للمجموعة التجريبية و١٠ للمجموعة الضابطة، اختيروا بطريقة قصدية ووزعوا عشوائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة وتراوحت أعمارهم ما بين (١٦- ١٧) عاما.
- المحددات الزمنية: استغرق تطبيق البرنامج شهرا ونصف فى الفترة من ٣٠/ ٢/ ٢٠٢١ إلى ١٥/ ٣/ ٢٠٢١ ثم تم إعادة التطبيق فى ١٥/ ٤/ ٢٠٢١ للتأكد من استمرارية فاعلية البرنامج.

دراسات سابقة:

- دراسات تناولت الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات:

١. قدم شان (Chan, 2003) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الكفاءة الانفعالية والقدرة على مواجهة الضغوط النفسية، ومستوى المشكلات النفسية لدى المراهقين الموهوبين، وقد أجريت الدراسة على عينة من المراهقين الموهوبين الأمريكيين من أصول افريقية تراوحت أعمارهم من (١٢- ١٨) عاما، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن المراهقين الموهوبين ذوى الكفاءة الانفعالية المرتفعة أكثر قدرة على مواجهة الضغوط النفسية التى تجعل الفرد أكثر قلقا واكتئابا وأكثر ميلا للاشتراك فى سلوكيات غير اجتماعية، وأقل قدرة على التوافق بالمقارنة بالمراهقين منخفضى الكفاءة الانفعالية، كما أوضحت الدراسة أن المراهقين الموهوبين ذوى الكفاءة الانفعالية المرتفعة أقل عرضة للمشكلات النفسية والسلوكية مقارنة بنظائرهم من ذوى الكفاءة الانفعالية المنخفضة.

٢. أما دراسة فتحى عكاشة وأمانى فرحات (٢٠١٢) فقد هدفت إلى التعرف عن مدى فاعلية برنامج تدريبي في تنمية بعض مهارات الكفاءة الانفعالية، والتخفيف من حدة المشكلات السلوكية التى يعانى منها الموهوبين، وتكونت العينة من ٢٦ طالبا وطالبة من الموهوبين الذين يعانون من مشكلات سلوكية، (٧ طلاب منهم موهوبين أكاديميا وموسيقيا، و٦ طلاب موهوبين فى الرسم وأكاديميا، و٨ طلاب موهوبين أكاديميا ورياضيا، و٥ طلاب موهوبين أكاديميا وموهوبين فى الشعر)، وقد استخدم الباحثان اختبار المصفوفات المتتابعة لرافن، واختبار التفكير الابتكارى إعداد بول تورانس، ومقياس المهارات الاجتماعية، وقائمة المشكلات السلوكية، واعتمدت الدراسة التصميم التجريبى ذى المجموعة التجريبية الواحدة، وأظهرت نتائج الدراسة فعالية البرنامج التدريبي، كما تحسن تقييم الطلاب على مقاييس المشكلات السلوكية.

٣. أجرى العربى محمد وأمير عبدالصمد (٢٠١٥) دراسة هدفت إلى إعداد برنامج إرشادى لتنمية الكفاءة الانفعالية لدى الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية، تكونت من ٦٠ موهوب واستخدم المنهج التجريبي، وقسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين (٣٠ تجريبية، ٣٠ ضابطة)، وتم استخدام مقياس بار- اون (Bar- on, 2003)، للكفاءة الانفعالية، ومقياس المشكلات السلوكية (إعداد الباحثة)، وأسفرت نتائج الدراسة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية، وأظهرت النتائج فعالية البرنامج الإرشادى لتنمية الكفاءة الانفعالية وخفض المشكلات السلوكية لدى الطلاب الموهوبين.

- دراسات تناولت سلوك إيذاء الذات لدى المراهقات الموهوبات:

١. أجرت برانت (Bryant, 1998) دراسة هدفت معرفة العلاقة بين العدوان الموجه نحو الذات وضغوط الحياة العاطفية لدى المراهقين الموهوبين، وتكونت عينة الدراسة من ٤٥ مراهقا، تراوحت أعمارهم بين (١٥- ٢٠) عاما وبواقع ٢٥ من الإناث و٢٠ من الذكور طبق عليهم مقياس إحداث

الحياة الضاغطة لقياس الضغوط التى يعانون منها ومقياس الأفكار والمحاولات الانتحارية لقياس العدوان الموجه نحو الذات، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية عالية بين العدائية الموجه نحو الذات وإحداث الحياة الضاغطة أى كلما زادت الضغوط الحياتية فى حياة المراهق الموهوب زاد العدوان الموجة نحو الذات.

٢. أجرت زينب شقير (٢٠٠٦) دراسة هدفت إلى تشخيص سلوك إيذاء الذات لدى الموهوبين، وإعداد مقياس لتشخيص سلوك إيذاء الذات لدى المراهقين العاديين وغير العاديين، وكانت عينة الدراسة ٥٠ طالب و٥٠ طالبة موهوبة، وأظهرت النتائج أن إيذاء الذات البدنى وإهمال الذات أقل عند الطلبة الموهوبين من المجموعة الطلبة العاديين، ووجد أن إيذاء الذات الوجدانى والفكرى أعلى عند الطلبة الموهوبين من العاديين.

٣. أجرت نعومى مراد وابتسام صدوقى (٢٠١٥) دراسة هدفت إلى التعرف على مدى فعالية برنامج تدريبى سلوكى معرفى قائم على تنمية الكفاءة الانفعالية للتخفيف من السلوك العدوانى الموجه نحو الذات لدى المراهقين الموهوبين بالمرحلة الثانوية، بالاعتماد على المنهج شبه التجريبى وتقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، حيث بلغ عدد الطلاب ١٥ طالب فى كل مجموعة، وتم الاعتماد على مقياس الذكاء العاطفى لبلقاس محمد، واحتوى البرنامج على ١٧ جلسة، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى مقياس الذكاء العاطفى بعد تطبيق البرنامج التدريبى السلوكى فى كل الأبعاد ماعدا بعدى الكفاءة الشخصية وإدارة الضغوط.

- دراسات تناولت الكفاءة الانفعالية لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن:

١. هدفت دراسة طومسون (Thomson, 2006) إلى الكشف عن الدوافع التى تفضى إلى انخراط المراهقين فى الإيذاء المتعمد للذات. وقد شارك فى هذه الدراسة ٢١٨ مراهق ممن تراوحت أعمارهم من (١٤- ١٦)، وقد تم جمع البيانات باستخدام إستبيانات تقيس متغيرات الدراسة، وأشارت النتائج إلى وجود اختلال فى مستوى الكفاءة الانفعالية لدى من يقومون بإيذاء أنفسهم من المراهقين، وخلل فى استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي، فتؤكد نتائج الدراسة أن اختلال مستوى الكفاءة الانفعالية ترتبط بإيذاء الذات لدى المراهقون الموهوبون.

٢. قدم كلا من كامب، ويدسون، وكروسلى، وأنجل، وميتشل، وسيموتشى (Kamp, Wadeson, Crossly, Engel, Mitchell& Simomch 2009) دراسة هدفت إلى الكشف عن الحالة الانفعالية التى تسبق والتى تلى سلوك الذات لدى عينة من المراهقات الموهوبات فنيا، واشتملت العينة على ١٣١ من المراهقات أعمارهن الزمنية أقل من ١٨ عاما، وقد أقرت ١٩ منهن إحدى سلوكيات إيذاء الذات التالية: (الجرح، والخدش، والحرق، وخبط الرأس) وتم قياس الانفعالات الايجابية التالية: (الفرح، والبهجة، والحماس، والفخر، والثقة، والاهتمام، والحيوية، والهدوء، القوة، والانتباه، والاسترخاء). كما تم قياس الانفعالات السلبية التالية (الخوف، والوحدة، وعدم والاستقرار، والخزي، والعصبية، والاشمئزاز، وعدم الرضا عن الذات، والاكتئاب، والغضب) وذلك قبل سلوك إيذاء الذات وبعد سلوك إيذاء الذات، وقد أشارت النتائج إلى أن المراهقات ممن يؤذين ذواتهن لديهن تزايد ملحوظا فى الانفعالات السلبية وانخفاضا ملحوظا فى الانفعالات الايجابية قبل سلوك إيذاء الذات، وعلى حين تزداد لديهن الانفعالات الموجبة وتبقى الانفعالات السلبية كما هى بعد سلوك إيذاء الذات، تؤكد النتائج بأن الاستقرار وتنظيم الانفعالات وهى مهارة من مهارة الكفاءة الانفعالية يساعد على خفض سلوك إيذاء الذات.

٣. قدم (Adrian, 2009) دراسة هدفت إلى تحديد دور كل من البيئة غير المناسبة (الأسرة والأقران)، وصعوبة تنظيم الانفعالات في التنبؤ بسلوك إيذاء الذات لدى عينة من المراهقين قوامها ١٣٩، منهم ٩٩ من الإناث، و٤٠ من الذكور وقد تراوحت أعمارهم من (١٣- ١٨) عاما، وقد راعت الباحثة خلو العينة من الاضطرابات النفسية أو العقلية، وتم تشخيص الأفراد بأن لديهم سلوك إيذاء الذات، واستخدمت الباحثة مقاييس التقارير الذاتية لأفراد العينة، والعلاقات بين أفراد، والعلاقات مع الأقران، وأسلوب تنظيم الانفعالات، وسلوك إيذاء الذات، وقد أشارت النتائج إلي أن العوامل البيئية غير المناسبة، وصعوبة تنظيم الانفعالات، ترتبط بسلوك إيذاء الذات.

تعقيب على الدراسات السابقة:

١. ندرة الدراسات التي تناولت الكفاءة الانفعالية للمراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن فى البيئة العربية، رغم اهتمام الدراسات الأجنبية بالكفاءة الانفعالية اهتماما كبيرا، نظرا لأهميتها في استعادة الفرد لفاعليته النفسية وعودته لحالة الاتزان والتوافق.

٢. وجدت بعض الدراسات أن من أنماط سلوك إيذاء الذات والتى يمارسها المراهق ويحدث الأذى الجسمى لنفسه مثل (الجرح، أو التخديش، أو العض، أو خبط الرأس، والحرق) أظهرت الدراسة أن المراهقات الموهوبات ممن يؤذين ذواتهن لديهن تزايد ملحوظا فى الانفعالات السلبية والتى تسبق سلوك إيذاء الذات مثل (الخوف، والوحدة، وعدم والاستقرار، والخزي، والعصبية، والاشمئزاز، وعدم الرضا عن الذات، والاكتئاب، والغضب).

٣. كما اتفقت الدراسات السابقة فى اهتمامها بالطلاب الموهوبين فى المرحلة الثانوية لانتشار المشكلات السلوكية بينهم، والذين تم اختيار أفراد العينة الضابطة والتجريبية منهم.

٤. يتضح أن نتائج بعض الدراسات قد كشفت عن أن المراهقين الموهوبين ذوى الكفاءة الانفعالية المرتفعة أقل عرضة لسلوك إيذاء الذات مقارنة بنظائرهم من ذوى الكفاءة الانفعالية المنخفضة، وأن تنمية مهارات الكفاءة الانفعالية، يؤدى خفض مستويات الغضب لدى الطلاب الموهوبين مما يؤدى إلى انخفاض مستوى السلوك العدوانى نحو الذات.

فروض الدراسة:

١. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات الكفاءة الانفعالية للمجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس بعد تطبيق إجراءات البرنامج، وذلك فى اتجاه المجموعة التجريبية.

٢. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات الكفاءة الانفعالية لدى المجموعة التجريبية فى القياسين قبل تطبيق البرنامج وبعده، وذلك فى اتجاه القياس البعدي.

٣. لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات الكفاءة الانفعالية لدى المجموعة الضابطة فى القياسين قبل تطبيق البرنامج وبعده.

٤. لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات الكفاءة الانفعالية لدى المجموعة التجريبية فى القياس بعد تطبيق إجراءات البرنامج والقياس التتبعي.

منهج الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة فى هذه الدراسة على المنهج التجريبى والتصميم التجريبى ذى المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلى البعدى التتبعي. حيث تم اختيار العينة من الطالبات الموهوبات بطريقة قصدية، وكذلك تحديد خصائصها ثم تقسيم العينة عشوائيا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، ثم محاولة تحقيق التجانس بين المجموعتين فى كل من الذكاء والمستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافي، والعمر ثم القياس القبلى للكفاءة الانفعالية ومن خلال مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات المصمم لهذه الدراسة، ومقياس إيذاء الذات للمراهقات، ثم التدخل التجريبى من خلال تطبيق برنامج تحسين الكفاءة الانفعالية على المجموعة التجريبية من الطالبات

الموهوبات المؤذين لأنفسهن عينة الدراسة، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تم قياس درجة الكفاءة الانفعالية مرة أخرى لكلا المجموعتين للتأكد من فاعلية التدخل التجريبى وأثره على المجموعة التجريبية، ثم بعد ذلك بشهر أعيد قياس درجة الكفاءة الانفعالية لدى المجموعة التجريبية، وذلك للتأكد من بقاء أثر البرنامج.

عينة الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على عينة عددها ٢٠ من المراهقات الموهوبات المؤذين لأنفسهن، تراوحت أعمارهن ما بين (١٦- ١٧) عاما، وتم اختيار العينة بطريقة قصدية من مدرسة الأورمان الثانوية بنات، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين أحدهن تجريبية (ن= ١٠) والأخرى ضابطة (ن= ١٠).

- التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة عينة الدراسة: قامت الباحثة بحساب التكافؤ بين المجموعة التجريبية والضابطة فى عدة متغيرات من شأنها التأثير فى نتائج الدراسة كالتالي:

جدول (١) متوسطى الرتب ومجموعهما وقيمتى (U) و(Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة فى العمر والذكاء والمستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى والكفاءة الانفعالية ودرجة إيذاء الذات

المجموعة والقيم / المتغير	تجريبية (ن= ١٠)		ضابطة (ن= ١٠)		قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
الذكاء	١١	١١٠	١٠	١٠٠	٤٥	٠,٤٣٨	غير دالة
العمر	١٠,٢٥	١٠٢,٥	١٠,٧٥	١٠٧,٥	٤٧,٥	٠,٢٠١	غير دالة
المستوى الاقتصادي	١١,٠٥	١١٠,٥	٩,٩٥	٩٩,٥	٤٤,٥	٠,٤٢٤	غير دالة
إيذاء الذات	١٠,٨٥	١٠٨,٥	١٠,١٥	١٠١,٥	٤٦,٥	٠,٢٦٧	غير دالة
الكفاءة الانفعالية	١١,٠٥	١١٠,٥	٩,٩٥	٩٩,٥	٤٤,٥	٠,٤٢٧	غير دالة

أدوات الدراسة:

١. مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات:

أ. ثبات المقياس: حسب ثبات المقياس لعينة من المراهقات، وذلك بطريقتين، جدول (٢) يوضح النتائج التى تم التوصل إليها.

جدول (٢) طريقتى حساب ثبات مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات

المتغير	عدد أفراد العينة	معامل ألفا	معامل التجزئة الصفية بعد تصحيح طول المقياس
الكفاءة الانفعالية	٣٠	٠,٩٧٧	٠,٩٠٨

أشارت النتائج إلى أن معاملى الثبات وبرغم اختلاف طريقتى حسابهما إلا أنهما دالان ومرتفعان، مما يشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.

ب. صدق المقياس: صدق التمييز بين المجموعات المتباينة: حسبت الباحثة صدق التمييز بين المجموعات المتباينة بين المراهقات المؤذين لذواتهن والمراهقات العاديات، ويوضح جدول (٣) النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٣)

المجموعة / البعد	المراهقات المؤذين لذواتهن (ن= ٣٠)		المراهقات العاديات (ن= ٣٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
الوعى الانفعالي	١٠,٩٣٣	٠,٨٢٧	١٤,٢٣٣	٠,٦٧٨	١٦,٨٨٤	٠,٠٠١
التنظيم الانفعالي	١٢,٣٠٠	٠,٧٠٢	١٤,٨٣٤	٠,٧٩١	١٣,١١٤	٠,٠٠١
إدارة العلاقات	١١,٧٦٧	٠,٦٢٦	١٤,٣٠٠	٠,٩١٥	١٢,٥١٢	٠,٠٠١
الدافعية	١١,٥٦٦	١,٠٤٠	١٤,٢٣٣	٠,٨٩٧	١٠,٦٣٢	٠,٠٠١
الدرجة الكلية	٤٦,٥٦٦	١,٦٧٥	٥٧,٦٠٠	١,٤٠٤	٢٧,٦٤٦	٠,٠٠١

أشارت نتائج جدول (٣) إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينتى المراهقات المؤذين لذواتهن والمراهقات العاديات على مقياس الكفاءة الانفعالية.

٢. مقياس إيذاء الذات للمراهقات:

أ. ثبات المقياس حسب ثبات المقياس لعينة من المراهقات وذلك بطريقتين، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

المتغير	عدد أفراد العينة	معامل ألفا	معامل التجزئة الصفية بعد تصحيح طول المقياس
إيذاء الذات	٣٠	٠,٨٩٧	٠,٧٨٢

أشارت النتائج إلى أن معاملى الثبات وبرغم اختلاف طريقتى حسابهما إلا أنهما دالان ومرتفعان، مما يشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.

ب. صدق المقياس: صدق التمييز بين المجموعات المتباينة: حسبت الباحثة صدق التمييز بين المجموعات المتباينة بين عينتى المراهقات المؤذين لذواتهن والمراهقات العاديات، ويوضح جدول (٥) النتائج التى تم التوصل إليها.

جدول (٥)

المجموعة / البعد	المراهقات المؤذين لذواتهن (ن= ٣٠)		المراهقات العاديات (ن= ٣٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
الإيذاء الجسدي	٢٤,٣٦٧	١,٩٠٢	٢١,٠٣٣	١,٤٤٩	٧,٦٣٣	٠,٠٠١
الإيذاء النفسي	٢٣,٤٦٦	٠,٩٧٣	١٩,١٣٣	١,٢٧٩	١٤,٧٦٥	٠,٠٠١
الدرجة الكلية	٤٧,٨٣٣	٢,١٠٢	٤٠,١٦٦	٢,٠٥٢	١٤,٢٩٢	٠,٠٠١

أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات المراهقات المؤذين لذواتهن والمراهقات العاديات مما يؤكد على قدرة المقياس على التمييز بين المجموعات المتباينة.

٣. استمارة تحديد الموهوبين فنيا فى الرسم لدى الطالبات: هدف الاستمارة جمع معلومات حول خصائص المراهقات الموهوبات فى الرسم ممن تراوحت أعمارهن (١٦- ١٧) عاما، وتوضيح آراء وتصورات مدرسى وموجهى التربية الفنية، كما أن ترشيح المعلم أكثر جدوى عملية لأنه لا بديل علمى عنه فى المرحلة الأولى من عملية الكشف عن الموهوب ويعتبر الأساس فى اكتشاف الموهوب فنيا، ويحدد فيها بعض الصفات والخصائص التى يجب أن تتوفر فى الطفل الموهوب فنيا، وهى تتكون من ١٢ عبارة، وترى الباحثة أن الطالبة الموهوبة يجب أن تحصل على ٨٠% أى تكون مستواها جيد جدا.

٤. مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافي: أعده كل من محمد إبراهيم سعفان ودعاء محمد حسن خطاب (٢٠١٦)، ويتكون المقياس من ثلاثة مقاييس فرعية الاقتصادى والاجتماعى والثقافى والأطفال العاديين على مقياس التقبل الايجابى للاختلاف مع الآخرين، ولقد تم تقنين المقياس على عينة من المراهقين والراشدين وقد بلغ حجمها ٥٠ فردا من الجنسين واستخدم فى تقنين المقياس التجزئة النصفية وكانت النتائج للاتساق الداخلى للمستوى الاقتصادى (٠,٤١- ٠,٦٣). وللمستوى الاجتماعى (٠,٦٥- ٠,٨٢)، وللمستوى الثقافى (٠,٢٣- ٠,٦٠)، وكانت جميع القيم دالة عند مستوى ٠,٠١ ماعدا حالة واحدة كانت دالة عند مستوى ٠,٠٥. أما بالنسبة لثبات المقياس تبين أن جميع القيم دالة إحصائيا عند ٠,٠١، مما يؤكد ثبات المقياس.

٥. اختبار المصفوفات المتتابعة لرافن: وصف المقياس: أعد الاختبار شيماء مجاهد (٢٠٠٦)، لتقدير القدرة العقلية العامة وهو من الاختبارات غير اللفظية، ويمكن تطبيقه فردى أو جماعي، ويتألف من ٦٠ مصفوفة على خمسة مجموعات (أ)، (ب)، (ج)، (د)، (هـ) وتحتوى كل منها على ١٢ مصفوفة متزايدة الصعوبة، ولكنها متشابهة من حيث المبدأ، والمصفوفة عبارة عن تصميم هندسى تنقصه قطعة وضعت مع بدائل تتراوح بين (٦- ٨) أشكال، وعلى المفحوص أن يختار القطعة المتممة للشكل ويسجل رقمها فى نموذج تسجيل الإجابات، ودرجة المفحوص على هذا الاختبار هى المجموع الكلى للإجابات، ودرجة المفحوص على هذا الاختبار من (٦- ٦٠) سنة، وقد استخدم فى هذه الدراسة لحساب التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقات المؤذين لأنفسهن فى الذكاء، وقد تم حساب ثبات الاختبار بطريقة الجداول التقريبية لحساب معامل الثبات (ديدرش) حيث بلغ معامل الثبات ٠,٨٤ وهو معامل ثبات مرتفع، وتم حساب معامل الثبات بطريقة صدق المحكمين.

الأساليب الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة وحساب الكفاءة السيكومترية لمقياس الكفاءة الانفعالية ومقياس إيذاء الذات للمراهقات، والتحقق من صدق فروض الدراسة وعدد أفراد عينة الدراسة استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون، والمتوسطات، والانحراف

المعياري، واختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، والنسب المئوية، واختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، واختبار مان ويتنى اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة.

نتائج الدراسة:

- نتائج الفرض الأول: ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياس بعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات وذلك فى اتجاه المجموعة التجريبية". وقد حسبت الباحثة اختبار مان ويتني اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة للتحقق من صدق هذا الفرض، ويوضح ذلك جدول (٦).

جدول (٦)

المجموعة / البعد	المجموعة التجريبية (ن= ١٠)		المجموعة الضابطة (ن= ١٠)		قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
الوعى الانفعالي	١٥,٥٠	١٥٥	٥,٥٠	٥٥	صفر	٣,٨٣٢	٠,٠١
التنظيم الانفعالي	١٥,٥٠	١٥٥	٥,٥٠	٥٥	صفر	٣,٨٧٩	٠,٠١
إدارة العلاقات	١٥,٥٠	١٥٥	٥,٥٠	٥٥	صفر	٣,٨٧٧	٠,٠١
الدافعية	١٥,٥٠	١٥٥	٥,٥٠	٥٥	صفر	٣,٨٩٢	٠,٠١
الدرجة الكلية	١٥,٥٠	١٥٥	٥,٥٠	٥٥	صفر	٣,٧٩٧	٠,٠١

أظهرت النتائج تحقق صدق هذا الفرض بوجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياس بعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات؛ وذلك فى اتجاه المجموعة التجريبية، فسر الباحث هذه النتائج في ضوء اعتماد البرنامج الإرشادي المستخدم فى الدراسة على الاتجاه الانتقائي التكاملي الذى وظفت فيه الأساليب والفنيات الإرشادية المتنوعة في شكل منظومة مترابطة ومتكاملة تقدم فى صورة جلسات إرشادية جماعية تم تنسيق مراحلها وأنشطتها وخبراتها وإجراءاتها وفق جدول زمني متتابع، وقدمت في ضوء علاقة إرشادية وجو نفسى اجتماعي آمن أتاح لأعضاء المجموعة الإرشادية المشاركة الإيجابية، ولهذا جاء اختيار الباحثة للإرشاد الانتقائي لفنيات متعددة يسهم كل منها بدور في مواجهة الاختلافات والفروق والتغيرات في المواقف والحالات والمشكلات والأعضاء أنفسهم، كما تتفق مع نتائج دراسات (حسام الدين عزب، ٢٠٠٣: ٨١؛ وسحر عبدالغنى، وصلاح الدين عبود، ٢٠٠٣: ٣٤٥) والتى أشارت إلى فعالية البرامج الإرشادية الانتقالية التكاملية فى خفض السلوكيات المندفعة والسلبية وتحسين الكفاءة الانفعالية، وقد يعزى نجاح البرنامج إلى تنوع الأنشطة ما بين أنشطة جماعية وقصصية وفنية وحركية والتى أكدت الدراسات جدواها ودورها الفعال فى تحسين الكفاءة الانفعالية ومكوناتها.

ومما زاد من ثراء البرنامج استخدام فنيات الجلسة كالإقتداء بالنموذج، ولعب الأدوار، والتخيل، والتقييم الذاتي، والحديث الإيجابى مع الذات، والاسترخاء، والمناقشة والحوار، والتنفيس الانفعالي، والواجب المنزلي، وصرف الانتباه؛ كما كشفت السيكودراما عن جوانب مهمة من شخصية المشاركات، ودوافعهن وحاجاتهن وصراعاتهن ومشاعرهن بكفاءة، ويتفق هذا مع نتائج دراسة (عبدالله الشهرى، ٢٠٠٩: ٢٤٤)، ودراسة (حامد زهران، ١٩٩٨: ٣٢٧).

- نتائج الفرض الثاني: ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات وذلك فى اتجاه القياس البعدي". وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، ويوضح ذلك جدول (٧).

جدول (٧)

البعد / القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
الوعى الانفعالي	صفر	صفر	٥,٥	٥٥	صفر	٢,٩٧٠	٠,٠١
التنظيم الانفعالي	صفر	صفر	٥,٥	٥٥	صفر	٢,٨٣١	٠,٠١
إدارة العلاقات	صفر	صفر	٥,٥	٥٥	صفر	٢,٧١٦	٠,٠١
الدافعية	صفر	صفر	٥,٥	٥٥	صفر	٢,٨٣٠	٠,٠١
الدرجة الكلية	صفر	صفر	٥,٥	٥٥	صفر	٢,٨٢٠	٠,٠١

أظهرت نتائج جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات؛ وذلك فى اتجاه القياس البعدي، وهذا يشير إلى أن البرنامج الذى طبق فى هذه الدراسة فعال فى تحسين الكفاءة الانفعالية ومكوناتها للمراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن، وهذا ما يتفق مع نتائج دارسة (نعومى مراد وابتسام صدوقى، ٢٠١٥)، ودراسة (أحمد جنيدى، ٢٠٠٩)، ودراسة (أحمد فلاح، ٢٠١٦)، ودراسة (Yilmaz, 2009) واللاتى أشارت إلى أن التدريب على مكونات الكفاءة الانفعالية يزيد من قدرة المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن على الوعى بمشاعرهن وانفعالاتهن وفهمها وملاحظة أفكارهن ومراقبتها ليسيطرن على انفعالاتهن السلبية وجعلها قوة دافعة لتحقيق أهدافهن وإدارة علاقتهن الاجتماعية مع الآخرين.

- نتائج الفرض الثالث: ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات". وقد حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة للتحقق من صدق هذا الفرض، ويوضح ذلك جدول (٨).

جدول (٨)

البعد / القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
الوعى الانفعالي	٤,١٧	١٢,٥١	٣,٨٨	١٥,٥٢	١٢,٥١	٠,٢٦٤	٠,٠١
التنظيم الانفعالي	٥,٥	٢٢	٣,٥	١٤	١٤	٠,٥٨٧	٠,٠١
إدارة العلاقات	٣,٥	١٤	٣,٥	٧	٧	٠,٨١٦	٠,٠١
الدافعية	٣	٩	٣	٦	٦	٠,٤٤٧	٠,٠١
الدرجة الكلية	٥,١٠	٢٥,٥	٤,٨٨	١٩,٥٢	١٩,٥٢	٠,٣٥٧	٠,٠١

أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات. أن التقارب بين جميع متوسطات المجموعة الضابطة فى القياس القبلى والبعدى لا توجد فروق دالة إحصائيا، ويرجع ذلك لعدم تعرض المجموعة الضابطة لأنشطة البرنامج، وهذا ما أكدته دراسة (Chan, 2003) التى أشارت إلى أهمية تدريب المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن على مكونات الكفاءة الانفعالية (الوعى الانفعالي، والتنظيم الانفعالي، وإدارة العلاقات، والدافعية)، فى تقليل حدة المشكلات السلوكية والانفعالية للمجموعة التجريبية، فى حين ظلت المجموعة الضابطة تعانى من المشكلات السلوكية والانفعالية والتى تصيبهم بتوتر فى أمنهم واستقرارهم النفسى والتى تجعلهم أكثر قلقا، وأكثر ميلا للاشتراك فى سلوكيات غير اجتماعية، وأقل قدرة على التوافق، واتفق أيضا مع دراسة (Nixon, Mclagan, Landell& Carter, 2004) التى أشارت إلى أهمية التدريب على مكونات الكفاءة الانفعالية كطريقة من طرق العلاج لهذه المشكلات.

- نتائج الفرض الرابع: ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياسين البعدى والتتبعى للبرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات". وقد حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة

للتحقق من صدق هذا الفرض، ويوضح ذلك جدول (٩).

جدول (٩)

القياس / البعد	القياس البعدي		القياس التتبعي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
الوعى الانفعالي	٣	٩	٤	١٢	٩	٠,٣٢٢	٠,٠١
التنظيم الانفعالي	٢,٥٠	٥	٣,٣٣	٩,٩٩	٥	٠,٧٠٧	٠,٠١
إدارة العلاقات	٣	٦	٣	٩	٦	٠,٤٤٧	٠,٠١
الدافعية	٣,٦٧	١١,٠١	٤,٢٥	١٧	١١,٠١	٠,٥٢٠	٠,٠١
الدرجة الكلية	٣,٥	٧	٣,٥	١٤	٧	٠,٧٤٠	٠,٠١

أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقات المؤذيات لذواتهن فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الكفاءة الانفعالية للمراهقات، مما يعنى استمرار أثر البرنامج وفاعليته بعد فترة من الزمن فى محاولة تحسين الكفاءة الانفعالية وبعض مكوناتها لدى المراهقات الموهوبات المؤذين لذواتهن وهو ما أكدت عليه دراسة (Nixon, et.al, 2004)، ودراسة (Yilmaz, 2009) اللتين أكدتا على عدم وجود فروق بين القياسين البعدى والتتبعى لعينة الدراسة وإرجاع ذلك إلى استمرار أثر أنشطة البرنامج وإجراءاته.

توصيات الدراسة:

١. ضرورة الاهتمام بطلاب المرحلة الثانوية الموهوبين، كونهم أكثر فئات المراهقة عرضة للاضطراب نتيجة التغيرات النفسية والجسمية المتلاحقة فى تلك المرحلة العمرية، مما يتطلب تحصين هؤلاء الطلاب ضد المشكلات الانفعالية والسلوكية.
٢. عمل برامج إرشادية تقدم للآباء تهتم بالجوانب التالية:
   أ. تقديم الدعم النفسى والمساندة الاجتماعية للمراهقين ممن لديهم سلوك إيذاء الذات.
   ب. تقديم الدعم النفسى للموهوب ومساعدته على مواجهة مشكلاته.
   ج. توفير الرعاية للأبناء وتجنب إهمالهم وتعرضهم للإساءة.
٣. العمل على تدريب الطلاب الموهوبين على تحقيق الرقابة الذاتية لسلوكهم، وكذلك تدريبهم على تحقيق الضبط الذاتي للسلوك، مما يدعم لديهم القدرة على ضبط الانفعالات وإدارتها.
٤. إشراك الطلبة الموهوبين الذين يعانون من مشكلات سلوكية وانفعالية فى الأنشطة الاجتماعية والرياضية والفنية والثقافية بالمدرسة، لتوظيف طاقاتهم وقدراتهم واستثمارها فيما يعود عليهم بالنفع والفائدة.
٥. الاهتمام بتطبيق البرامج الإرشادية الانتقائية والتوسع في استخدامها بشكل جماعي فى المرحلة الثانوية.
٦. استثمار المسرح المدرسي المعطل وظيفيا، وتهيئة المجتمع المدرسى لاستخدام وتطبيق السيكودراما بأشكالها الثلاثة الإرشادية والتعليمية التربوية والترفيهية الترويحية بشكل متكامل ومستمر لتسهم في التنفيس الانفعالى وتفريغ الشحنات السالبة.
٧. الاستفادة من مقياس الكفاءة الانفعالية من قبل المراكز الإرشادية الموجودة وتطبيقه من قبل القائمين عليها.

البحوث المقترحة:

١. فاعلية برنامج قائم على اللعب فى التخفيف من حدة المشكلات السلوكية والانفعالية للأطفال الموهوبين المؤذون لأنفسهن.
٢. فاعلية برنامج لتنمية الدافعية الذاتية النفسية لدى للأطفال الموهوبين المؤذون لأنفسهن.
٣. فاعلية برنامج إرشادى مختصر للأسرة لتخفيف سلوك إيذاء الذات للأبناء.
٤. فاعلية برنامج لتحسين الكفاءة الانفعالية لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات تعلم القراءة.
٥. الكفاءة الانفعالية لدى عينة من المراهقين الموهوبين وعلاقتها بضبط الذات لدى أمهاتهم.

المراجع:

١. أحمد الزغبى (٢٠١١). العلاقة بين الذكاء الاجتماعى والسلوك العدوانى لدى الطلبة العاديين والمتفوقين. **المجلة الأردنية فى العلوم التربوية**، ٧(٤)، ٤١٩- ٤٣١.
٢. أشرف سعد (٢٠١٢). **سيكولوجية الأطفال الموهوبين**. الإسكندرية: دار الفكر الجامعي.
٣. إيمان عبدالوهاب (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادى مستند إلى نظرية جولمان للذكاء الانفعالى لخفض السلوك العدوانى لدى الفتيات الجانحات للمرحلة العمرية (١٢- ١٨) عاما. **مجلة دراسات عربية فى علم النفس**، ٤١(٣)، ٤٦٥- ٥٠٩.
٤. تامر محمد (٢٠١٨). استراتيجيات تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية لدى طلاب المرحلة الثانوية. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة الأزهر.
٥. راندة رضا (٢٠١٦). العلاقات بين أنماط التعلق الوجدانى واستراتيجيات تنظيم الانفعال لدى المراهقين. **مجلة علم النفس**، ٧٦(١)، ١٥٥- ٢٠٠.
٦. رضا الجمال (٢٠١٨). علاقة ما وراء الانفعال لدى الأمهات بالكفاءة الانفعالية والسلوك العدوانى لدى أطفالهن فى مرحلة الروضة. **مجلة دراسات عربية فى التربية وعلم النفس**، ٩٣(١)، ١٣٩- ١٧٠.
٧. زينب محمود (٢٠٠٠). **علم النفس، العيادة الإكلينيكية، التشخيص النفسي، العلاج النفسي، الإرشاد النفسي**. القاهرة: مكتبة النهضة العربية.
٨. العربى محمد (٢٠١٥). **الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين أكاديميا**. ٤(١٦٢).
٩. فتحى عكاشة، أمانى فرحات (٢٠١٢). تنمية الكفاءة الانفعالية للأطفال الموهوبين ذوى المشكلات السلوكية. **المجلة العربية لتطوير التفوق**، جامعة العلوم والتكنولوجيا، ٣(٤)، ١١٦- ١٤٧.
١٠. فرحان النويران، ومحمد حمدى (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادى مستند إلى الكفاءة الانفعالية فى خفض سلوك العدوان وتحسين تقدير الذات لدى طلاب الصفوف الثامن والتاسع والعاشر فى مدرسة الحلابات الغربى بالأردن. **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات**، ٢٤(٢)، ٢٥١- ٢٧٤.
١١. محمود عكاشة (٢٠٠٥). أدوار المعلم فى تنمية الذكاء الانفعالى لدى الأطفال الموهوبين. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة الإسكندرية.
١٢. نعومى مراد، وابتسام صدوقى (٢٠١٥). فعالية برنامج سلوكى معرفى على تنمية الذكاء العاطفى للتخفيف من السلوك العدوانى لدى المراهق الجزائري. **مجلة آفاق لعلم الاجتماع**، ٥(١)، ١٣٨- ١٦٢.
١٣. نعيمة الرفاعى (٢٠١١). فاعلية برنامج معرفى سلوكى قائم على انعكاس الذات فى تنظيم الانفعالات وخفض سلوك إيذاء الذات لدى عينة من طالبات الجامعة. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة المنوفية.
14. Adrian, M. (2009). Accumulative model of non- suicidal self injury, contribution of emotion regulation and contextual invalidation. **Ph. D**. Dissertation University of Maine.
15. Bryant, R. (1998). Why is Hostility directed toward self when the adolescent faces emotional stress. **American Journal of psychiatry** 24(106), 184- 182.
16. Carr. E. (2009). The Motivation of Self- injurious Behavior A review of Same Hypotheses. **Psychological Bulletin**, 90(5), 700- 712.
17. Cascassandra, M. (1999). **Understanding the tension between the cognitive and the emotional development of gifted children**. New York Family Institutes North Western University press.

18. Chan, D. (2003). Dimensions of emotional intelligence and their relationships with social coping among gifted adolescents in Hong Kong. **Journal of youth& adolescence**, 32(9), 409- 418.
19. Deffenbacher, J. (1996). Anger reduction in early adolescents. **Journal of counseling psychology**, 34(2), 149- 157.
20. Kehrberg, C. (1997). Self- mutative behavior. **Journal of psychiatry**, A.P.A. Prees Inc, U.S.A.
21. Nixon, M; Mclagan, L; Landell, S& Carter, E. (2004). Developing and piloting community- Based self- injury treatment groups for adolescents and their parents. **The Canadian Child and Adolescent Psychiatry Review**, 13(3), 885- 890.
22. Pellitteri, F. (2008). Emotional Intelligence: Theory Measurement and counseling implications. Emotionally Intelligent. **School Counseling**, 7(2), 30- 47.
23. Thomson, R. (2006). Self- harm, emotion regulation, body image and timing of puberty in clinical and non- clinical adolescent populations. **PhD**, University of Edinburgh.