الكفاءة السيكومترية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالي
لدى عينة من الأطفال ذوي تشتت الانتباه وفرط الحركة

هبه فايز منصور محمد حسين
ا.د.محمد رزق البحيرى
أستاذ علم النفس كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس

Heba F. Mansour
Prof. Mohamed R. El-Behairy
Professor of Psychology, Faculty of Postgraduate Childhood Studies,
Ain Shams University

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة من حيث صدقه وثباته، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفى الارتباطى المقارن، وقد تكونت عينة الدراسة من ٣٠ طفلا من ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة، من الملتحقين بالصفوف الدراسية الرابع والخامس والسادس الابتدائي، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٠- ١٢) عاما، وقد تم اختيارهم بطريقة قصدية من مدرسة الشيخة فاطمة بنت مبارك الرسمية للغات بإدارة شرق مدينة نصر بمحافظة القاهرة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاستعانة بأدوات هى مقياس نقص الانتباه وفرط الحركة (إعداد عبدالرقيب البحيري، ٢٠١٧)، ومقياس المصفوفات المتتابعة الملونة لرافن للذكاء (تقنين عماد حسن، ٢٠٢٠)، ومقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى (إعداد محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، كما تم بناء مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لعينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة (إعداد الباحثان)، وقد تكون المقياس فى صيغته النهائية من ٣٠ بندا، تم تطبيقهم على أفراد العينة للتحقق من الكفاءة السيكومترية (الصدق والثبات) للإجابة على سؤال الدراسة، حيث تم التحقق من الصدق عن طريق التمييز بين المجموعات المتباينة بين عينتين من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة والأطفال العاديين، كما تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وطريقة معامل ألفا، وقد أشارت النتائج إلى صدق المقياس المعد حيث ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة والأطفال العاديون على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال وذلك فى اتجاه الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة، كما أظهرت النتائج على اختبار (ت) أن الفروق بين عينة الأطفال العاديين وعينة الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة كانت جميعها ذات دلال إحصائية عند مستوى ٠,٠١، كما تضمنت النتائج توافر الثبات حيث بلغ معامل ألفا ٠,٨٧٦، كما بلغ معامل التجزئة النصفية ٠,٧٣٠ مما يشير إلى توافر درجة مقبولة من الثبات فى المقياس.

الكلمات المفتاحية: صعوبات التنظيم الانفعالي- تشتت الانتباه وفرط الحركة.

Psychometric Efficiency of the Emotional Dysregulation Scale
Among a Sample of Attention Deficit/ Hyperactivity Children

The current study aimed to verify the psychometric efficiency of the scale of Emotional Dysregulation in a sample of children with attention deficit hyperactivity disorder in terms of its validity and reliability, The current study uses the comparative descriptive approach, The study sample consisted of 30 children with attention deficit hyperactivity disorder, Of those enrolled in the fourth, fifth, and sixth grades of primary school, their ages ranged between (10- 12) years old, they were deliberately chosen from Sheikha Fatima Bint Mubarak Official Language School in the East Nasr City Administration in Cairo Governorate, To achieve the objectives of the study tools were used which are the measure of attention deficit hyperactivity disorder (prepared by Abd al- Raqeeb al- Buhairi, 2017), the colored progressive matrices scale of Raven for intelligence (regulation Emad Hassan, 2020), and the scale of the economic, socio- cultural level (prepared by Muhammad Saafan& Doaa Khattab, 2016), and a measure of emotional regulation difficulties was built for a sample of children with attention deficit hyperactivity disorder (prepared by the researchers), In its final form the scale consisted of 30 items, which were applied to the sample members to verify the psychometric efficiency (validity and reliability) to answer the study question, Where the validity was verified by distinguishing between disparate groups between two samples of children with attention deficit hyperactivity disorder and normal children, and reliability was calculated using the split half method and the alpha coefficient method, The results indicated the validity of the prepared scale, as there were statistically significant differences between the mean scores of children with attention deficit hyperactivity disorder and normal children on the scale of emotional regulation difficulties for children, in the direction of children with attention deficit hyperactivity disorder.

KeyWords: Emotional Dysregulation- Attention deficit hyperactivity disorder.

مقبول للنشر فى: ١٦/ ٧/ ٢٠٢٣

مقدمة:

يعد اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة من أكثر الاضطرابات شيوعا فى الانتشار فى مرحلة الطفولة، تتمثل أعراضه الأساسية الثلاثة فى قصور الانتباه، فرط الحركة، والاندفاعية، وتتحدد مشكلة اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة الرئيسة فى أنها تستهلك جزءا كبيرا من طاقة الطفل العقلية والانفعالية، فالأطفال المصابون باضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة ليس لديهم انفعالات ومشاعر مختلفة عن أقرانهم، فهم يشعرون بالخوف والقلق والإحباط تماما مثل الآخرين، ولكن هذه الانفعالات تبدو أكثر تكرارا وأشد حدة وتدوم لفترات أطول مما يجعل من هذه الانفعالات معوقات فى حياة الطفل اليومية، حيث يتسم هؤلاء الأطفال بسرعة شعورهم بالإحباط بسبب مضايقات بسيطة، وشعورهم بالقلق حتى بشأن الأشياء الصغيرة، كما أن أسرهم يجدون صعوبة فى تهدئتهم عندما يكونون غاضبين ومنزعجين. (Philip, 2015)

فهؤلاء الأطفال يجدون صعوبات فى تنظيم انفعالاتهم المختلفة مثل الغضب والإحباط والسعادة ويسهل استثارتهم انفعاليا، وعادة ما يلجأون إلى استخدام استراتيجيات غير مناسبة للتعبير عن انفعالاتهم مثل التجنب والقمع والاجترار، ويؤدى ذلك إلى رفض الاستجابات الانفعالية، وصعوبة الانخراط فى السلوك الموجه نحو الهدف، وصعوبات ضبط الاندفاع، ويرتبط ذلك بالسلوك العدوانى ونوبات الغضب، وهذا الاختلال الانفعالى يزيد من خطر احتمال إصابة الطفل باضطراب نفسى فى وقت لاحق ناتج عن صعوبات التنظيم الانفعالى. (Thomas, 2006)

ويعد خفض صعوبات التنظيم الانفعالى ضرورة لمساعدة الطفل على الاندماج الاجتماعي، حيث تؤدى عدم قدرة الطفل على تنظيم انفعالات الغضب أو الإحباط أو خيبة الأمل إلى صعوبات فى القيام بالمهام المطلوبة منه، ويتورط الطفل فى صراعات مع المحيطين به، وهذه الصراعات قد تزيد من الحدة الانفعالية لدى الطفل وتعمل على تفاقم عدم قدرته على التنظيم الانفعالى والتى تؤثر بدورها على حياة الطفل بشكل كامل فى مختلف جوانب شخصيته كما تهدد توافقه النفسى والاجتماعى ومعاناته من سلسلة من الصعوبات والمشكلات النفسية.

مشكلة الدراسة:

انبثقت مشكلة الدراسة الحالية من ملاحظة زيادة انتشار اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة، حيث يتراوح معدل الانتشار فيما بين (٣%: ٥%) من عينة الأطفال فى مراحل التعليم الأساسي، وتختلف معدلات الانتشار على أساس الحالة الاقتصادية الاجتماعية، وترتبط المناطق الأقل فى المستوى الاقتصادى والاجتماعى بمعدلات أعلى فى اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة. (عبدالموجود عبدالسميع، ٢٠١٧: ١٨)

وقد لوحظ أن هؤلاء الأطفال يعانون من العديد من المشكلات الانفعالية والسلوكية التى تؤثر عليهم بشكل كبير اجتماعيا ودراسيا، والتى لابد من أخذها فى الحسبان.

وتقدر نسبة الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة الذين يعانون من صعوبات فى التنظيم الانفعالى والتقلبات المزاجية (٢٥- ٤٥%) لدرجة أنه تمت مناقشة مشكلات التنظيم الانفعالى كصفة أساسية محتملة من الممكن إضافتها فى معايير التشخيص المستقبلية لاضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة. (Shaw, et.al., 2014)

هذه الصعوبات تتمثل فى تذبذب المزاج، ونقص القدرة على فهم التعبيرات الانفعالية للوجه وضعف مهارات الفهم غير اللفظى ينتج عنه صعوبة فى التواصل الإيجابى المتبادل مع الآخرين، وتتصف علاقات هؤلاء الأطفال بأنها قاصرة ومحدودة، حيث يتسمون بعدم التعاون مع زملائهم وعدم الالتزام بقواعد اللعب، وسرعة الغضب وإظهار سلوكيات التعدى والعنف وعدم التفكير بعواقب أفعالهم، مما يتسبب فى كونهم غير محبوبين وليس لديهم أصدقاء.

كما لوحظ ندرة وجود المقاييس التى تتناسب مع عينة الدراسة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة وخصائصها وكذلك المرحلة العمرية الخاصة بها، لذا ارتأى الباحثان إعداد مقياس بغرض توفير أداة سيكومترية لقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

وتثير مشكلة الدراسة السؤال التالي: ما الكفاءة السيكومترية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة؟

أهمية الدراسة:

١. الأهمية النظرية:

أ. إلقاء الضوء على الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة باعتبارهم فئة خاصة تستحق المزيد من الاهتمام بدراسة خصائصهم الانفعالية والنفسية.

ب. ندرة البحوث التى تناولت مشكلة صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة (فى حدود ما اطلعت عليه الباحثة) فى البيئة العربية.

ج. إعداد مقياس لصعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة يعد إضافة علمية جديدة للمكتبة العربية تضاف إلى التراث السيكولوجي.

٢. الأهمية التطبيقية:

أ. يتوقع أن تساعد هذه الدراسة فى توفير أداة تصلح للكشف عن صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة وقد يفيد استخدامه مع عينات أخرى من الأطفال.

ب. توجيه نظر القائمين على رعاية وإرشاد الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة إلى أهمية إعداد برامج لخفض صعوبات التنظيم الانفعالى لديهم.

اهداف الدراسة:

١. إعداد مقياس لصعوبات التنظيم الانفعالى للتطبيق على عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

٢. التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

مفاهيم الدراسة:

- صعوبات التنظيم الانفعالى Emotional Dysregulation: هى صعوبة واضحة فى قدرة الفرد على تحمل المشاعر والانفعالات المؤلمة وتعديلها، ونقص فى الوعى الانفعالي، وضعف فى فهم وتقبل الانفعالات ترافقها حالة من نقص القدرة على التحكم فى العاطفة عند التعرض لمواقف ضاغطة، مما يؤدى إلى قصور فى أداء السلوك الهادف. (Feng, 2008)

وتتمثل صعوبات التنظيم الانفعالى فى نقص تقبل الفرد لانفعالاته، وضعف قدرته على ضبط سلوكياته الاندفاعية عند مروره بالمواقف الانفعالية السلبية، ونقص القدرة على توظيف استراتيجيات التنظيم الانفعالى المناسبة للموقف الانفعالى الضاغط الذى يمر به الفرد. (Bariola, 2011)

ويشير مفهوم صعوبات التنظيم الانفعالى إلى الصعوبات التى يواجهها الفرد فى التكامل المرن بين الانفعالات والعمليات الأخرى مثل تنظيم المدركات، والسيطرة على التعبيرات الانفعالية، والاستنتاجات فى معالجة المعلومات والأحداث. (Seymour, 2012)

التعريف الإجرائى لصعوبات التنظيم الانفعالي: هى نقص قدرة الطفل على الوعى بالانفعالات وتقبلها ومن ثم يقوم بقمعها ومنع التعبير عنها، وانخفاض فى قدرة الطفل على ضبط السلوكيات الاندفاعية أثناء مواجهة الانفعالات السلبية، وتركيز انتباهه بشكل متكرر على المواقف السيئة الماضية يصحبها اجترار للانفعالات السلبية، ويعبر عنها إجرائيا بالدرجة التى يحصل عليها الطفل ذى تشتت الانتباه وفرط الحركة على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال (إعداد الباحثان).

- تشتت الانتباه وفرط الحركة Attention Deficit Hyperactivity Disorder: هو أحد الاضطرابات النمائية التى تظهر فى جوانب معينة تتمثل فى الانتباه والنشاط البدنى الزائد والاندفاعية، وتؤثر هذه السلوكيات تأثيرات سلبية فى واحدة أو أكثر

من نواحى الحياة اليومية مثل العلاقات الاجتماعية والجوانب الأكاديمية والجانب المعرفى. (Antshel& Barkley, 2008)

كما أنه مصطلح تستخدمه الجمعية الأمريكية للطب النفسى (APA) لوصف الأفراد الذين يظهرون أنماطا سلوكية تتمثل فى قصور الانتباه، والحركة المفرطة، والاندفاعية وغالبا ما تبدأ هذه الأعراض فى الظهور فى مراحل مبكرة من حياة الطفل؛ بحيث لا يسير التطور والنمو فى هذه الجوانب كما يسير النمو لدى الأطفال العاديين. (عماد مخيمر وهبه علي، ٢٠١٠: ٢٧٥)

وقد عرفته هدى خرباش بأنه أحد المتلازمات الفردية التى تظهر فى المواقف المعرفية والسلوكية مثل نقص الانتباه والسلوك الاندفاعى والنشاط الزائد، بشرط أن تظهر فى بيئتين مختلفتين لمدة تتجاوز ستة أشهر، بدرجة غير مناسبة إذا تمت مقارنتها بالعمر الزمنى والنمو العقلى للفرد، وتظهر هذه المتلازمة قبل سن السابعة وتكون غير مرتبطة بإصابات عضوية أو اضطرابات نمائية أخرى أو مرض عقلى أو نفسى. (هدى خرباش، ٢٠١٦: ١٦٦)

التعريف الإجرائى لتشتت الانتباه وفرط الحركة: هو واحد من أكثر الاضطرابات السلوكية العصبية تكرارا فى تشخيصها فى مرحلة الطفولة، وتؤثر على الأطفال من مرحلة الطفولة المبكرة وفى المدرسة وحتى حياة الرشد، وقد أصبح الوالدان والمربين والأخصائيين الإكلينيكيين أكثر وعيا ومعرفة به، وأصبح الآن يتم تشخيصه على نحو أكثر وضوحا وتكرارا مما كان منذ عقد من الزمن، وهو ما يمكن قياسه عن طريق استجابات عينة الدراسة من الأطفال على اختبار اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة من إعداد عبدالرقيب البحيرى (٢٠١٧).

محددات الدراسة:

- المحددات المنهجية: اعتمد الباحثان على المنهج الوصفى الارتباطى المقارن؛ بهدف التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.
- المحددات المكانية: أجريت هذه الدراسة فى مدرسة الشيخة فاطمة بنت مبارك الرسمية للغات التابعة لإدارة شرق مدينة نصر التعليمية بمحافظة القاهرة.
- المحددات البشرية: تم الاستعانة بعينتين للتحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس، تكونت العينة الأولى من ٣٠ طفلا ذى تشتت الانتباه وفرط الحركة، اختيروا بطريقة قصدية تراوحت أعمارهم ما بين (١٠- ١٢) عاما من مدرسة الشيخة فاطمة بنت مبارك، وتكونت العينة الثانية من ٣٠ طفلا من الأطفال العاديين، تراوحت أعمارهم ما بين (١٠- ١٢) عاما من نفس مدرسة العينة الأولى ونفس الصفوف الدراسية.
- المحددات الزمنية: تم تطبيق الدراسة فى الفترة ما بين ٩/ ١٠/ ٢٠٢٢ إلى ٢٣/ ١٠/ ٢٠٢٢.

الإطار النظرى:

- صعوبات التنظيم الانفعالي: إن فهم صعوبات التنظيم الانفعالى يتحقق بالتعرف على طبيعة الانفعالات وكيفية حدوثها، ويشير مفهوم صعوبات التنظيم الانفعالى إلى وجود حالة من التوتر التى يعيشها الفرد، تصحبها جملة من التغيرات الفسيولوجية الداخلية تنعكس فى شكل مظاهر سلوكية خارجية، وترتبط تلك التغيرات بطبيعة ونوع وشدة الخبرة الانفعالية واستعداد الفرد لها. (شريهان عفانة، ٢٠١٧)

ويعتبر الأطفال ذوى صعوبات التنظيم الانفعالى عادى الذكاء حيث يكون مستوى ذكائهم متوسط أو فوق المتوسط، وغالبا ما يتصفون بتدنى مفهوم الذات، وضعف الثقة بالنفس، وضعف القدرة على التفاعل الاجتماعى الفعال، والسلوك العدوانى (مغاورى عبدالحميد، ٢٠١٣)، كما يعانون من قصور فى المعارف الإجتماعية مثل إساءة قراءة وفهم الإشارات الاجتماعية وإساءة تفسير مشاعر الآخرين وانفعالاتهم مما يتسبب فى تعرضهم المتكرر للمشكلات الاجتماعية، بالإضافة إلى أنهم لا يتفاعلون على نحو مقبول مع الآخرين مما يجعلهم أقل تقبلا من أقرانهم والمعلمين ويكونون آخر من يختارهم زملاؤهم فى مشاركة اللعب أو مشاركة المواقف التفاعلية الجماعية، كما تتجه سلوكياتهم وتفاعلاتهم إلى أن تكون مضطربة وتكون التعبيرات التى تصدر عنهم عنيفة وحادة وتتصف فى كثير من الأحيان بالعدوانية والقلق وتتسم بالاندفاع غير المبرر أثناء المواقف الاجتماعية. (سليمان عبدالواحد، ٢٠١٩)

كما أن هناك أثار سلبية لصعوبات التنظيم الانفعالى تشمل جوانب متعددة من حياة الفرد، تظهر هذه الأثار فى شكل استجابات مختلفة يترتب عليها تغيرات فسيولوجية ونفسية وسلوكية واجتماعية كما يظهر فى التالي:

١. الأثار الفسيولوجية: تتضمن عدم انتظام ضربات القلب، واضطراب العادات الغذائية، وتكرار الشكوى من ألام المعدة واضطراب عملية الهضم.
٢. الأثار النفسية: تشمل القلق والاكتئاب والأرق وانخفاض تقدير الذات، وسرعة شعور الفرد بالإرهاق والملل.
٣. الأثار السلوكية: تظهر على الفرد الذى يعانى من صعوبات التنظيم الانفعالى وتتمثل فى التلعثم فى الكلام واضطراب عادات النوم، والارتجاف فى المواقف الانفعالية وزيادة التقلصات العضلية.
٤. الأثار الاجتماعية: تشمل اضطراب العلاقات الاجتماعية للفرد، ولجوؤه للعزلة والانسحاب، وضعف قدرته على تحمل المسؤولية، والتقصير فى أداء الواجبات اليومية المطلوبة منه.

- تشتت الانتباه وفرط الحركة: عرف تشتت الانتباه وفرط الحركة بأنه اضطراب فى النمو العصبي؛ يوصف بأنه نمط مستمر من ضعف الانتباه وفرط النشاط والاندفاع والذى يتعارض مع الأداء الوظيفى وتنفيذ السلوك الموجه نحو الهدف وتنظيم الانفعالات مثل الغضب ونفاد الصبر والإحباط، وبالتالى يواجه الفرد نتائج سلبية فى مجال العلاقات الاجتماعية والمجال الأكاديمى والصحة النفسية. (Leitch, et.al, 2019)

ووفقا للدليل التشخيصى الإحصائى الخامس للأمراض النفسية والعقلية فإن الطفل الذى يعانى نشاطا حركيا مفرطا يجد صعوبة فى الجلوس ساكنا على مقعده لفترات طويلة، كثيرا ما يحرك قدميه أو يديه أثناء الجلوس، كما أنه دائم الحركة على نحو غير ملائم، يتحدث كثيرا ويقدم الإجابات قبل استكمال الأسئلة، ويجد صعوبة فى انتظار دوره ويقاطع الآخرين فى أثناء عملهم ولعبهم.

وقد قسمت الجمعية الأمريكية للطب النفسى نمطين رئيسيين للاضطراب وهما: تشتت الانتباه كنمط أول يسود عليه ضعف الانتباه، والاندفاعية وفرط الحركة كنمط ثان؛ حيث وجد أن السلوك الاندفاعى يصاحب الحركة المفرطة فى جميع الحالات التى يتم تشخيصها، وأخيرا نجد النوع المشترك أو المتحد والذى يجمع بين النمطين السابقين.

يواجه الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة صعوبات فى تنظيم انفعالاتهم تظهر فى ضعف القدرة على تنظيم الغضب، وقدرتهم المنخفضة على تحمل الإحباط؛ مما يترتب عليه ظهور مجموعة من السلوكيات السلبية كتخريب وإتلاف ممتلكات الغير، والسلوك العدوانى ضد الآخرين، كما يجدون صعوبة الانخراط فى السلوك الموجه نحو الهدف، وصعوبات فى الضبط الذاتي، مما يزيد من خطر احتمال الإصابة باضطراب نفسى للطفل فى وقت لاحق ناتج عن صعوبات التنظيم الانفعالى. (American Academy of Pediatrics, 2011)

دراسات سابقة:

١. أجرى هارتى وآخرون (Harty, et.al, 2009) بدراسة لتقييم درجة وأنواع صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى ١٦٨ طفلا، قسمهم إلى مجموعتين ٨٥ للمجموعة التجريبية، و٨٣ للمجموعة الضابطة، تراوحت أعمارهم من (٧- ١١) عاما، طبق عليهم مقياس تشتت الانتباه وفرط الحركة، ومقياس مشكلات التنظيم الانفعالي، وقائمة السلوك العدواني، ومقياس الغضب، وأظهرت النتائج ارتفاع درجة مشكلات التنظيم

الانفعالي، وارتباط موجب بين اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة واضطراب التحدى والمعارضة، بالإضافة إلى مستويات مرتفعة من العدوان الجسدى واللفظى وزيادة فى انفعال الغضب لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

٢. وقامت شيماء نايف المطيرى (٢٠١٧) بدراسة هدفت إلى إجراء مقارنة بين مجموعة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة وبين زملائهم من العاديين فيما يتعلق بصعوبات التنظيم الانفعالى فى ستة مجالات (عدم قبول الانفعالات السلبية، عدم القدرة على ممارسة السلوكيات الموجهة ذاتيا، صعوبات التحكم فى السلوكيات الاندفاعية، ضعف الوعى الانفعالي، محدودية استراتيجيات التنظيم الانفعالى الفعال، ضعف الوضوع الانفعالي)، وتكونت عينة الدراسة من ٧٢ طفلا، ٣٤ منهم من ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة و٣٨ من العاديين، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٩- ١١) عاما واستخدم مقياس نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى صعوبات التنظيم الانفعالى فى اتجاه الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

٣. وأجرى جونسون (Johnson, 2017) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين صعوبات التنظيم الانفعالى والضغوط الوالدية المدركة لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة، وتكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طفلا، ١٢٠ منهم من ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة، و٨٠ طفلا عاديا، تراوحت أعمارهم من (٧- ١٣) سنة، وتم تطبيق مقياس الضغوط الوالدية المدركة، وقائمة تشخيص نقص الانتباه وفرط الحركة، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين صعوبات التنظيم الانفعالى وكل من الضغوط الوالدية المدركة واضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة، وأنه لا يجب أن يتم التركيز على معالجة الضغوط الوالدية فحسب، وإنما الكشف عن نوع الضغوط الوالدية قبل تنفيذ العلاج، وارتفاع صعوبات التنظيم لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة مقارنة بالعاديين.

٤. وبهدف الكشف عن صعوبات التنظيم الانفعالى لدى عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة، أجرى إريكا وجويل (Erica& Joel, 2019) دراسة تكونت عينتها من ١٠٠ طفلا، ٥٠ منهم مصابين باضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة و٥٠ منهم من العاديين، تراوحت أعمارهم ما بين (٧- ١١) عاما، استخدم الباحثين مقياس تشتت الانتباه وفرط الحركة، وقائمة صعوبات التنظيم الانفعالي، ومخطط رسم القلب الكهربائي، وأسلوب الملاحظة لتبين العلاقة بين مخطط رسم القلب والانفعالات الظاهرة على الوجه، وأظهرت مجموعة الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة انخفاض فى التماسك بين تعبيرات وانفعالات الوجه وبين مؤشر الأداء السيمبثاوى المتمثل فى انتظام عملية التنفس وانتظام ضربات القلب، بينما أظهر أطفال المجموعة الضابطة ارتباطا إيجابيا بين تعبيرات الوجه ووظائف الجهاز السيمبثاوي، واتضح ارتفاع درجة صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة مقارنة بالعاديين.

تعقيب على الدراسات السابقة:

١. اتفقت الدراسات السابقة على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين صعوبات التنظيم الانفعالى واضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة.

٢. كما اتفقت الدراسات التى قارنت بين الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة والأطفال العاديين فى مستوى صعوبات التنظيم الانفعالى على وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى صعوبات التنظيم الانفعالى فى اتجاه الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

فرض الدراسة:

يمكن التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

عينة الدراسة:

اختيرت عينة الدراسة بطريقة قصدية من مدرسة الشيخة فاطمة بنت مبارك الرسمية للغات بإدارة شرق مدينة نصر بمحافظة القاهرة، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٠- ١٢) عاما من الصفوف الدراسية الرابع والخامس والسادس الابتدائي.

وقد تمت الاستعانة بعينتين للتحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس، تكونت العينة الأولى من ٣٠ طفلا ذى تشتت الانتباه وفرط الحركة، وتكونت العينة الثانية من ٣٠ طفلا من الأطفال العاديين. وكانت شروط اختيار العينة:

١. أن تتراوح نسبة ذكائهم من (٩٠- ١١٠) على مقياس المصفوفات المتتابعة الملونة لرافن (تقنين عماد حسن، ٢٠٢٠).
٢. ألا يقل المستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافى لهم عن المتوسط بعد تطبيق مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى (إعداد محمد سعفان، ودعاء خطاب، ٢٠١٦).
٣. ألا يكون لديهم أمراض مزمنة أو إعاقات.
٤. أن يكون جميع أفراد العينة من الذكور.

أدوات الدراسة:

مقياس نقص الانتباه وفرط الحركة (إعداد عبدالرقيب البحيري، ٢٠١٧)، ومقياس المصفوفات المتتابعة الملونة لرافن للذكاء (تقنين عماد حسن، ٢٠٢٠)، ومقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى (إعداد محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة (إعداد الباحثان).

الأساليب الإحصائية:

حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، ومعامل ارتباط بيرسون لحساب ثبات التجزئة النصفية لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، ومعامل ألفا لحساب ثبات مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال، واختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة لحساب صدق التمييز بين المجموعات المتباينة لمقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال.

- مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة:

١. مبررات إعداد مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال: أعد الباحثان هذا المقياس بغرض توفير أداة سيكومترية لقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى قصور الانتباه وفرط الحركة، وذلك نظرا لعدم توافر مقياس يلائم عينة الدراسة وخصائصها وكذلك المرحلة العمرية الخاصة بها.

٢. مراحل إعداد المقياس:

أ. المرحلة الأولى الدراسة الاستطلاعية المكتبية: تضمنت الاطلاع على الدراسات السابقة الخاصة بموضوع صعوبات التنظيم الانفعالى بشكل عام، ولدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة بشكل خاص، وكذلك استقراء الكتب والدوريات والرسائل المتخصصة فى علم النفس وتضمنت معلومات عن صعوبات التنظيم الانفعالي.

ب. المرحلة الثانية تحديد شكل محتوى المقياس: توقف تحديد شكل المقياس على بعض المحددات منها ما يتعلق بطبيعة العينة والسن والمستوى التعليمي؛ حيث يطبق على الأطفال ذوى قصور الانتباه وفرط الحركة من عمر (١٠- ١٢) عاما وهم فى مرحلة التعليم الابتدائى لذا كان أنسب شكل للمقياس هو مقياس الورقة والقلم.

ج. المرحلة الثالثة تحديد مكونات المقياس: تحددت مكونات المقياس من خلال مصدرين هما:

- استقراء التراث النظرى النفسى والإطلاع على الدراسات السابقة الخاصة بصعوبات التنظيم الانفعالي.
- مراجعة المقاييس التى أعدت من قبل حول التنظيم الانفعالى كمقياس

مشكلات التنظيم الانفعالى لجروس وجون (Gross& John, 2003)، ومقياس مشكلات التنظيم الانفعالى لجراتز ورومير (Gratz, Roemer, 2004)، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لصلاح عراقى (٢٠١٤)، ومقياس التنظيم الانفعالى لنسرين البراهمة (٢٠١٧)، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالى المترجم لبيجوريبيرج (عادل عبادى وآخرون، ٢٠١٩).

وبناء على المصادر السابقة تم تحديد مكونات مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى وهي: نقص الوعى بالانفعالات، والاندفاعية، والاجترار، والقمع الانفعالي.

التعريف الإجرائى لصعوبات التنظيم الانفعالي: ضعف قدرة الطفل على الوعى بانفعالاته وتقبلها ومن ثم فإنه يقوم بقمعها ويمنع التعبير عنها، وانخفاض قدرة الطفل على ضبط السلوكيات الاندفاعية، وتركيز الانتباه بشكل متكرر على المواقف الأليمة الماضية يصحبها اجترار للانفعالات السلبية، ويعبر عنها إجرائيا بالدرجة التى يحصل عليها الطفل ذى تشتت الانتباه وفرط الحركة على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال (إعداد الباحثان).

التعريف الإجرائى لمكونات مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي:

- نقص الوعى بالانفعالات: ضعف قدرة الطفل على تحديد انفعالاته الداخلية ووصفها وتسميتها وإدراكها بدقة، وضعف القدرة على تمييز مشاعر الآخرين وفهمها والاستجابة لها بشكل صحيح.
- القمع الانفعالي: إخفاء ظهور السلوك الانفعالى مثل عدم استخدام تعبيرات الوجه والتعبيرات اللفظية عند حدوث الاستثارة الانفعالية.
- الاجترار: تركيز الانتباه على الأحداث السيئة والمشكلات التى تعرض لها الطفل فى الماضي، بشكل متكرر وذلك بقصد اجترار الانفعالات السلبية ومعايشتها دون التفكير فى حلول أو استنباط حكمة من الحدث السيئ أو المشكلة.
- الاندفاعية: التصرف بطرق متهورة غير مناسبة فى حالة المواقف الانفعالية سواء السارة أو السلبية، ويرتبط ذلك بالاندفاع اللفظى والحركي، والسلوكيات العدوانية العنيفة.

د. المرحلة الرابعة صياغة البنود: صيغت البنود صياغة سهلة لتتناسب مع عينة الدراسة، وقد تنوعت البنود فى الصياغة بين الإيجاب والسلب، وبلغ عدد بنود المقياس فى صورته الأولية ٤٠ بندا ثم تم تعديله ليكون فى صورته النهائية ٣٠ بندا.

ه. المرحلة الخامسة تحديد بدائل الاستجابة: اعتمد الباحثان على البديل الثلاثى لإتاحة فرصة أكبر للعينة لحرية الاختيار ومراعاة سن العينة وخصائصها وهى (أوافق، أحيانا، لا أوافق).

أعطيت بدائل الاستجابة الدرجات التالية: أوافق= ٣، أحيانا= ٢، لا أوافق= ١ للبنود الإيجابية (أوافق= ١، أحيانا= ٢، لا أوافق= ٣ للبنود السلبية). وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع صعوبات التنظيم الانفعالى للطفل.

و. المرحلة السادسة تعليمات المقياس: اشتملت التعليمات على بيانات تعريفية مثل (اسم الطفل- السن- السنة الدراسية- تاريخ التطبيق)، فضلا عن توضيح طريقة الاستجابة على عبارات المقياس، وقد روعى فيها البساطة والوضوح لتناسب عينة الدراسة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

ز. المرحلة السابعة تجريب المقياس: بعد صياغة البنود وتحديد بدائل الاستجابة عليها والتعليمات تم تجريب المقياس على عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة (ن= ١٠) وذلك للتعرف على التالي:

- مدى وضوح التعليمات.
- مدى وضوح البنود.
- مدى مناسبة البدائل.

ح. المرحلة الثامنة توزيع عبارات المقياس: تم توزيع عبارات المقياس على مكونات صعوبات التنظيم الانفعالى الأربعة بالطريقة التالية وذلك للحد من المرغوبية الإجتماعية التى قد يلجأ إليها بعض الأطفال فى استجاباتهم:

- القمع الانفعالى (٢- ٦- ١٠- ١٤- ١٧- ٢١- ٢٥*- ٢٩*).
- نقص الوعى بالانفعالات (١- ٥- ٩- ١٣- ١٨- ٢٢- ٢٦*- ٣٠*).
- الاجترار (٣- ٧- ١١- ١٥- ٢٠- ٢٤*- ٢٨*).
- الاندفاعية (٤- ٨- ١٢- ١٦- ١٩- ٢٣- ٢٧*). وتشير (*) إلى العبارات السلبية.

ط. المرحلة التاسعة حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس:

- ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس لعينة من الأطفال ذوى قصور الانتباه وفرط الحركة (ن=٣٠)، بطريقة التجزئة النصفية، وطريقة معامل ألفا لكرونباخ، والجدول (١) يوضح ذلك:

جدول (١) طريقتى حساب ثبات مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة

المتغير	عدد أفراد العينة	معامل ألفا	معامل التجزئة الصفية بعد تصحيح طول المقياس
صعوبات التنظيم الانفعالي	٣٠	٠,٨٧٦	٠,٧٣٠

أشارت نتائج الجدول السابق إلى أن معاملى الثبات برغم اختلاف طريقة حسابهما إلا أنهما دالان ومرتفعان، مما يشير إلى توافر درجة مقبولة من الثبات فى المقياس.

- صدق المقياس: حسبت الباحثة صدق التمييز بين المجموعات المتباينة بين عينتين من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة والأطفال العاديين، ويوضح جدول (٢) النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٢) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودلالتها بين عينتى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة والأطفال العاديين على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالي

البعد / المجموعة والقيم	الأطفال ذوى تشتت الانتباه (ن= ٣٠)		الأطفال العاديين (ن= ٣٠)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
نقص الوعى بالانفعالات	١٣,٩٣٣	١,١٤٢	٩,٥٦٧	٠,٧٢٧	١٧,٦٥٣	٠,٠١
القمع الانفعالي	١٣,٨٦٧	٠,٨٩٩	١٠,٠٣٣	٠,٧٦٤	١٧,٧٨١	٠,٠١
الاجترار	١٢,٣٦٧	٠,٨٠٨	١٠,٥٣٣	٠,٦٨١	٩,٤٩٥	٠,٠١
الاندفاعية	١٣,٢٣٣	٠,٧٢٧	١٠,٨٣٣	٠,٧٩١	١٢,٢٢٥	٠,٠١
الدرجة الكلية	٥٣,٤٠٠	١,٨٣٠	٤٠,٩٦٦	١,٧٩٠	٢٦,٥٩٤	٠,٠١

أشارت نتائج الجدول السابق إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة والأطفال العاديين على مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال وذلك فى اتجاه الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة، وهذا يوضح أن المقياس يتوافر فيه هذا النوع من الصدق.

نتائج الدراسة:

من خلال العرض السابق أمكن الإجابة على سؤال الدراسة وتحقق الفرض، حيث أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بكفاءة سيكومترية من معاملات صدق وثبات مقبولة، ومن ثم فهو صالح للكشف عن مستويات صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

توصيات الدراسة:

١. التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس على عينات أخرى من الأطفال.
٢. توعية المعلمين والأخصائيين النفسيين بالمدارس وإمدادهم بالمعلومات عن صعوبات التنظيم الانفعالى وعلاقته بتشتت الانتباه وفرط الحركة.
٣. تصميم برامج وأنشطة مدرسية لخفض صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال.
٤. توفير أنشطة مدرسية لتعليم الأطفال استراتيجيات التنظيم الانفعالى الفعال.

البحوث المقترحة:

١. الكشف عن العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية وصعوبات التنظيم الانفعالى لدى الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

٢. فاعلية برنامج فى تحسين التنظيم الانفعالى لدى عينة من الأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة.

٣. فاعلية برنامج لخفض المشكلات السلوكية لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات التنظيم الانفعالي.

المراجع:

١. سليمان عبدالواحد. (٢٠١٩). صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بين الأجداد والأحفاد. **مجلة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بالجزائر**، ١٧(١٨)، ١٤١- ١٦٠.

٢. شريهان عفانة. (٢٠١٧). الحرمان الوالدى وعلاقته بالتحمل النفسى والضبط الذاتى لدى المراهقين الأيتام فى محافظة غزة. **رسالة دكتوراه** غير منشورة. كلية التربية، جامعة الأقصى.

٣. شيماء المطيرى. (٢٠١٧). التنظيم الانفعالى لدى طلاب المرحلة الابتدائية ذوى اضطراب قصور الانتباه وفرط النشاط وأقرانهم العاديين بدولة الكويت: دراسة مقارنة. **مجلة كلية التربية جامعة طنطا**، ٦٧(٣)، ٦٧٢- ٦٨١.

٤. صلاح عراقى. (٢٠١٤). الحساسية للقلق وعلاقتها بكل من تنظيم الانفعال وأعراض القلق لدى عينة من طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية جامعة بنها**، ٢٥(١٠٠)، ٢٣١- ٢٦٧.

٥. عادل عبادي، ونبيل سفيان، وعبدالناصر أمين. (٢٠١٩). تقنين مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى لبيجوريبرج على طلبة الجامعة. **مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية**، ٢١(١)، ١٧٦- ١٩٩.

٦. عبدالرقيب البحيرى. (٢٠١٧). **اختبار اضطراب نقص الانتباه مفرط الحركة**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٧. عبدالموجود عبدالسميع. (٢٠١٧). **اختبار الشخصية والمشكلات السلوكية للأطفال والمراهقين**. القاهرة: المؤسسة العربية لإعداد وتقنين ونشر الاختبارات النفسية.

٨. عماد مخيمر، وهبه على. (٢٠١٠). **المشكلات النفسية للأطفال بين عوامل الخطورة وطرق الوقاية والعلاج**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٩. محمد سعفان، ودعاء خطاب. (٢٠١٦). **مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى والثقافي**. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

١٠. مغاورى عبدالحميد. (٢٠١٣). فاعلية برنامج إرشادى فى خفض الصعوبات الاجتماعية والانفعالية لدى عينة من التلاميذ ذوى صعوبات القراءة بدولة الكويت. **مجلة كلية التربية بجامعة الإسماعيلية**، ٢٥(١)، ١٦٩- ٢٠٦.

١١. نسرين البراهمة. (٢٠١٧). التنظيم الانفعالى وعلاقته بقلق الاختبار لدى طلبة جامعة اليرموك. **رسالة ماجستير** غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك.

١٢. هدى خرباش. (٢٠١٦). **قراءة تحليلية لبعض برامج علاج قصور الانتباه وفرط الحركة فى الدراسات المعاصرة**. الجزائر: دار المنظومة.

13. American Academy of Pediatrics. (2011). ADHD: Clinical practice guideline for the diagnosis, evaluation, and treatment of attention-deficit/ hyperactivity disorder in children and adolescents. **Pediatrics**, 51(128), 1007- 1022.

14. Antshel, K.& Barkley, R. (2008). Psychosocial interventions in attention deficit hyperactivity disorder. **Child and Adolescent Psychiatry Clinics of North America**, 17(1), 421- 437.

15. Bariola, E. (2011). Child and Adolescent Emotion regulation: The role of parental emotion regulation and expression. **Clinical Child and Family Psychology Review**, 14(1), 198- 2012.

16. Erica, D.& Joel, T. (2019). Emotion Dysregulation Across Emotion Systems in ADHD, **Journal of clinical Child& Adolescent Psychology**, 48(1), 312- 322.

17. Feng, X. (2008). Emotion Regulation in Preschoolers: The roles of behavioral inhibition. **Journal of Child Psychology& Psychiatry**, 49(2), 132- 141.

18. Harty, S., Miller, C., Newcorn, J.& Halperin, J. (2009). Adolescents with childhood ADHD and comorbid disruptive behavior disorders: aggression- anger and hostility. **Child Psychiatry**, 40(3), 85- 97.

19. Leitch, S., Sciberras, E., Post, B., Gerner, B., Rinehart, N., Nicholson, J.& Evans, S .(2019). Experience of stress in parents of children with ADHD: A qualitative study. **Health Well- Being**, 14(1), 169- 191.

20. Philip M. (2016). Emotion Dysregulation in Attention Deficit Hyperactivity Disorder. **American Journal of Psychiatry**, 171(30), 276- 293.

21. Seymour T. (2007). Aging and goal- directed emotional attention: Distraction reverses emotional biases. **Emotion**, 7(14), 705- 714.

22. Shaw, P., Stringaris, A., Nigg, J.& Leibenluft, E. (2014). Emotion dysregulation in attention deficit hyperactivity disorder. **Archives of General Psychiatry**, 171(3), 276- 293.

23. Thomas, E. (2006). Executive Functions and Attention Deficit Hyperactivity Disorder. **International Journal of Disability**, 53(1), 35- 46.

مقياس صعوبات التنظيم الانفعالى للأطفال ذوى تشتت الانتباه وفرط الحركة

الاسم/ ..... الفصل/ .....

العمر/ ..... المدرسة/ .....

التعليمات:

أود معرفة رأيك حول بعض الموضوعات أو القضايا المهمة التى تخصك وتدور حول بعض أمور حياتك السابقة أو الحالية أو المستقبلية، والمطلوب منك قراءة العبارات بعناية، ثم الاستجابة عليها بوضع علامة (√) تحت الاستجابة التى ترى أنها تنطبق عليك وذلك من بين بدائل ثلاثة هى (أوافق- أحيانا- لا أوافق). وإذا كنت لا تعرف أو متردد فى درجة انطباق العبارة عليك فضع علامة (√) تحت خانة (أحيانا). ويجب أن تعرف وتتأكد أنه لا توجد استجابة صحيحة وأخرى خطأ؛ حيث أنها تعبر عن موقف يخصك، وتذكر أن استجابتك هذه مهمة جدا؛ لذا ينبغى عدم تركك أية عبارة دون الاستجابة عليها.

وشكرا لحسن تعاونكم

العبارة	أوافق	أحيانا	لا أوافق
١. أجد صعوبة فى وصف مشاعرى عندما أكون غاضبا			
٢. أخجل من أن يرانى أحد عندما أكون منفعلا			
٣. أغضب عندما أتذكر مشاجرتى مع زميلي			
٤. أضرب أخى عندما يضايقني			
٥. أعجز عن توضيح أسباب غضبي			
٦. أمنع نفسى من البكاء أمام زملائى فى الفصل			
٧. أخاصم زملائى الذين ضايقوني			
٨. أكسر ألعابى عندما أغضب			
٩. أجد صعوبة فى تحديد ما إذا كنت حزينا أم سعيدا			
١٠. أجلس وحدى عندما يضايقنى شقيقى الأصغر			
١١. ألوم نفسى على تعرضى للمواقف المحرجة			
١٢. أتحدث بسرعة عندما أكون غاضبا			
١٣. أصف ما أشعر به تجاه الآخرين بصعوبة			
١٤. أتجنب الكلام عن الأمر الذى يزعجني			
١٥. أستعيد المواقف التى أزعجتنى عدة مرات			
١٦. أصرخ فى وجه زميلى إذا استفزني			
١٧. أفكر فى شيء آخر عندما أشعر بالحزن			
١٨. أعجز عن فهم أسباب غضب أمى مني			
١٩. أجيب على السؤال قبل أن تكمله المعلمة			
٢٠. أجد صعوبة فى العفو عن زميلى الذى أخذ قلمى دون علمي			
٢١. أكتم غضبى عندما توبخنى المعلمة			
٢٢. أضحك على شكل زميلى وهو غاضب			
٢٣. أكسر بعض الأشياء فى المنزل وأنا أركض			
٢٤. أسامح زميلى إذا اعتذر لى بعد مضايقتي*			
٢٥. أعاتب صديقى إذا ضايقني*			
٢٦. أفهم مشاعر أبى من تعبيرات وجهه*			
٢٧. ألتزم بدورى فى الطابور بهدوء*			
٢٨. أتعلم من المواقف السيئة التى حدثت لي*			
٢٩. أبوح بمخاوفى لأمي*			
٣٠. أتعاطف مع أخى عندما يبكي*			