

**فعالية استخدام فنية التدريب التوكيدي في تحسين الكفاءة
الانفعالية وخفض الحساسية الانفعالية لدي طلاب
كلية التربية جامعة المنوفية**

إعداد

د/ عبير حمدي حسنين علي مصطفى
مدرس الصحة النفسية - قسم علم النفس التربوي
كلية التربية - جامعة المنوفية

المُلخَص:

استهدف البحث الحالي تحسين كل من الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية لدى طلاب كلية التربية جامعة المنوفية، وذلك من خلال برنامج تدريبي قائم علي التدريب التوكيدي واختبار فاعليته في تحسين الكفاءة الانفعالية، وخفض الحساسية الانفعالية. وقد أجري البحث الحالي على (١٦٨) طالبا وطالبة بالفرقة الرابعة بالتحصينات الأدبية والعلمية من طلاب كلية التربية بالفصل الدراسي الثاني (٢٠٢٣/٢٢م)؛ بهدف الكشف عن مستوياتهم في كل من الكفاءة الانفعالية، والحساسية الانفعالية وذلك بالاعتماد على مقياس الكفاءة الانفعالية لسعيد عبد الغني، وعادل المنشاوي (٢٠١٠)، ومقياس الحساسية الانفعالية لشييري مسعد حليم (٢٠٢٠). وباستخدام برنامج تدريبي قائم على التدريب التوكيدي (إعداد الباحثة)، وباستخدام برنامجي (spss) و(SAS) لتحليل البيانات. وقد أسفرت النتائج عن أن أفراد العينة لديهم مستويات مختلفة في الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية بين كل من التطبيقين القبلي والبعدي، والبعدي والتتبعي وذلك نتيجة فاعلية البرنامج التدريبي القائم على التدريب التوكيدي. وبناء على ذلك تم تقديم بعض التوصيات التربوية والأفكار البحثية المقترحة.

الكلمات المفتاحية: الكفاءة الانفعالية – الحساسية الانفعالية – فنية التدريب التوكيدي.

The effectiveness of using the technique of Assertive Technique training to improve emotional competence and reduce emotional sensitivity among students of the Faculty of Education, Menoufia University.

Abstract:

The current research aimed to identify the level of both emotional competence and emotional sensitivity among students of the Faculty of Education, Menoufia University, through a training program based on affirmative training. and testing its effectiveness in improving emotional competence and reducing emotional sensitivity. The current research was conducted on (168) male and female students in the fourth year of scientific and literary specializations from the College of Education students in the second semester (22/2023 AD); to reveal their levels of emotional competence and emotional sensitivity, based on Saeed Abdel Ghani's emotional competence scale. And the emotional sensitivity scale by Sherry Massad Halim (2020). Using a training program based on confirmatory training (prepared by the researcher), and using (SPSS) and (SAS) programs to analyze the data. The results revealed that the sample members had different levels of emotional competence and emotional sensitivity between the pre-and post-applications, as well as the post-applications and the follow-up applications, as a result of the effectiveness of the training program based on affirmative training. Accordingly, some educational recommendations and proposed research ideas were presented.

Keywords: Emotional competence - Emotional sensitivity – Assertive training. Technique.

مقدمة البحث:

تزدهر حياة الطالب الجامعي وذلك باعتبار أن المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي تشكل عقول الطلاب وهم المسؤولون عن إعداد وتربية أجيال المستقبل. يرى علماء النفس أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين الصحة النفسية والكفاءة الانفعالية، ويؤدي انخفاض الكفاءة الانفعالية إلى العديد من المشكلات مثل ارتفاع مستوى الحساسية الانفعالية. وللإسهام والسعي لتوفير بيئة هادئة ونشطة وفعالة وزيادة كفاءة الطلاب والشعور بقدرة الطالب علي أداء مهمة معينة مكلف بها؛ لذا استهدف البحث الحالي الكشف عن فعالية التدريب التوكيدي لتحسين الكفاءة الانفعالية وقياس أثره في خفض الحساسية الانفعالية لدى طلبة كلية التربية جامعة المنوفية.

فالقدره على فهم الانفعالات وتحديدتها والتميز بينها وضبطها والتعبير عنها بإيجابية سمة من سمات الشخصية الإيجابية للفرد الذي يستطيع قراءة مشاعره والتعبير عنها للآخرين فرد متوافق انفعالياً واجتماعياً (Goleman, 1998:71)

ولذا كان بحاجة إلى إعادة بناء تلك الانفعالات لدى أبنائنا وذلك من منطلق أن الحساسية الانفعالية تؤثر في السلوك الاجتماعي للفرد تأثيراً سلبياً حيث ينشأ عنها الكثير من الصعوبات في عمليات النمو والتفاعل الاجتماعي وعدم القدرة على المشاركة في الأنشطة الجماعية والتعامل مع الآخرين وكشفت العديد من الدراسات أن طلاب الجامعة يعانون من مجموعة من المشكلات أهمها أو ارتفاع مستوى القلق وعدم ضبط النفس ونقص الكفاءة الاجتماعية وانخفاض الثقة بالنفس والشعور بالاغتراب وعدم الأمن.

ويعد طلاب الجامعة من أكثر الشرائح عرضة للضغوط النفسية والعصبية خصوصاً طلاب كلية التربية وما يواجهونه من مشكلات وتحديات بعد إلغاء أمر تعيينهم بعد تخرجهم ودخولهم في مسابقات، وضغوطات مجتمعية مما انعكس ذلك بالسلب علي سلوكياتهم، حيث يستجيب الطلاب لتلك العقبات بأساليب مختلفة، فمنهم من يدفعه إلي المثابرة والجدية، و التحدي لتحقيق الأهداف المنشودة، ومنهم من ينخفض لديه مستوى الطموح، وقد تدفع هذه الظروف المجتمعية بهم إلي اليأس والإحباط

^١ يمثل الرقم الأول بين القوسين العام الذي نشر فيه المرجع، أما الرقم أو الأرقام التالية فإنها تمثل رقم أو أرقام الصفحات.

وبالتالي تؤثر علي كفاءتهم الانفعالية سواء أكانت شخصية أو اجتماعية، ومن ثم ينتاب الفرد نوع من الحساسية الانفعالية سواء أكانت إيجابية أو سلبية.

وقد حظي التدريب التوكيدي باهتمام بالغ من علماء النفس والتربية لكونه أحد الفنيات التدريبية والعلاجية المساعدة في خفض أو تقليل المشكلات. وبما أن البيئة الجامعية المحيطة بالطالب الجامعي بها عديد من الصعوبات والإحباطات التي تمس الطالب من قريب أو بعيد وتؤثر في سلوكه مما ينعكس ذلك بالسلب على كفاءته الانفعالية. كما لمست الباحثة هذه المشكلة من خلال شكاوى الطلاب الخاصة؛ ذكورا أو إناثا ومن هنا شعرت الباحثة بمشكلة البحث. ومن خلال ما أكدته البحوث والدراسات السابقة في مجال التدريب والإرشاد والعلاج من ضرورة التدريب على فنية التدريب التوكيدي في تحسين الكفاءة الانفعالية وخفض الحساسية الانفعالية. ولذا تمثلت مشكلة البحث الحالي في خفض الكفاءة الانفعالية والعمل على تحسينها؛ لما له من مردود فعال في تحسين الحساسية الانفعالية لدي طلاب الجامعة.

مشكلة البحث:

ومن ثم يمكن صياغة مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

- ١ مافاعلية البرنامج التدريبي والقائم على فنيات التدريب التوكيدي لتحسين الكفاءة الانفعالية والتخفيف من الحساسية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة؟
- ٢ هل تستمر فاعلية البرنامج التدريبي في تحسين الكفاءة الانفعالية وخفض الحساسية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة بعد التطبيق بفترة زمنية (شهرين ونصف)؟
- ٣ ما تأثير التفاعل بين النوع الاجتماعي، والعمر الزمني ومستوي كل من الكفاءة الانفعالية، والحساسية الانفعالية في فاعلية البرنامج التدريبي المستخدم؟

ثالثاً: أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١ التعرف على درجة اختلاف الدرجة الكلية للحساسية الانفعالية وأبعادها المختلفة باختلاف النوع الاجتماعي (ذكور /إناث)، لدي طلاب كلية التربية جامعة المنوفية.
- ٢ معرفة مدي تأثير البرنامج التدريبي القائم على التدريب التوكيدي لتحسين الكفاءة الانفعالية، وخفض الحساسية الانفعالية لدي طلاب كلية التربية جامعة المنوفية.

٣ الكشف عن استمرارية فاعلية البرنامج التدريبي القائم على التوكيدية في تحسين مستوى الكفاءة الانفعالية، وخفض مستوى الحساسية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة بعد انتهاء تطبيقه خلال فترة المتابعة.

رابعاً: أهمية البحث:

من خلال العرض السابق لمتغيرات البحث الحالي وجدت الباحثة أن موضوع البحث الحالي له أهمية كبيرة على الجانبين النظري والتطبيقي وهي على النحو التالي:

١. الأهمية النظرية:

- أ- أهمية الفئة التي يستهدفها هذا البحث وهم فئة الطلاب الجامعيين.
- ب- يمثل هذا البحث إضافة علمية حول موضوع الكفاءة الانفعالية ودورها البالغ لي طلاب الجامعة.
- ج- يسهم البحث الحالي في تقديم إطار نظري وذلك لندرة الدراسات التي تناولت متغيري الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية موضوع البحث.
- د- ندرة الدراسات- في حدود علم الباحثة- التي تناولت مستوى الكفاءة الانفعالية لدى طلاب الجامعة وربطها بالحساسية الانفعالية.
- هـ- كما تسهم نتائج هذا البحث في إجراء دراسات بحثية ذات الصلة بمتغيرات أخرى، بالإضافة إلى أن هذا البحث يقدم أدوات علمية تقتقر إليها المكتبة العربية في حدود علم الباحثة.
- و- توفير خلفية نظرية عن أدبيات البحث التي تكشف متغيرات الحساسية الانفعالية، الكفاءة الانفعالية، خاصة أنه - في حدود علم الباحثة- وجود ندرة في البحوث العربية التي تناولت المتغيرات مجتمعة معاً.
- ز- أهمية الكفاءة الانفعالية للطالب الجامعي للتمكن من الحصول على المستوى الأعلى فهم وضبط الانفعالات والتحكم بها، والقدرة على ممارسة السلوكيات الانفعالية بالشكل المطلوب وتجاوز المشكلات التي تواجهه بكل نجاح.

ثانيا: الأهمية التطبيقية:

- أ- تقديم برنامج تدريبي قائم على التوكيدية أسهم في تحسين كل من الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية لدى طلاب الجامعة.
- ب- قد تسهم نتائج البحث في لفت نظر الأساتذة والمرشدين في البيئة التعليمية بل التربوية لأهمية الجانب الانفعالي لدى الطلاب الجامعيين.
- ج- ما يوفره البحث الحالي من نتائج تساعد في معرفتنا بمستوى الكفاءة الانفعالية لدى الطلاب الجامعيين حيث إنها تمثل المحرك الأساسي في دفعهم للقيام بالمهام المختلفة.
- د- قد تفيد نتائج البحث في الاطلاع على الكفاءة الانفعالية في توجيه نظر القائمين على العملية التعليمية بأهمية الدور الإيجابي للحساسية الانفعالية والتي تساعد طلبة الجامعة في التغلب على الصعوبات التي تواجههم في الحياة الأكاديمية، والتصدي للظروف والأحداث السلبية التي يمرون بها.
- هـ- كما تبرز أهمية البحث الحالي من خلال العينة التي تناولها البحث وهي فئة لطلبة الجامعة والتي تتشكل فيها شخصيتهم وتتحدد أهدافهم من أجل النجاح الأكاديمي استعدادا للحياة العملية. بالإضافة إلى اختيار الفرقة الدراسية الرابعة في البحث الحالي على اعتبار أن الفرقة الرابعة هي السنة النهائية تمثل نهاية المطاف وتزداد أيضا حساسيتهم الانفعالية استعدادا للحياة العملية فيما بعد.

خامسا: مصطلحات البحث:

١. الحساسية الانفعالية Emotional Sensitivity

تعرف على أنها حالة وجدانية يعبر الفرد عنها بمجموعة من المشاعر التي تمثل قوة الشعور بالظواهر الانفعالية وما تتضمنه من ميول وعواطف واهواء مما تساعد على تكوين روابط عاطفية مع الآخرين، وتتكون من ثلاثة أبعاد:

- أ- الحساسية الانفعالية الفردية السالبة **Negative Emotional Sensitivity**: وتشير إلى ميل الطالب لرد الفعل السالب والتي تتمثل في مشاعر العدوانية والانتقاد واليأس

والغضب الشديد عند التعرض لضغوط نفسية ولمواقف حياتية معينة في البيئة المحيطة به.

ب- **الحساسية الانفعالية الموجبة تجاه الآخرين Positive Emotional Sensitivity**

others towards: ويقصد بها الميل العاطفي لتكوين علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين مع إبراز المقدرة على معرفة عواطف الآخرين وفهمها، كما أنها تمثل القدرة على الوعي الجيد بالسلوك غير اللفظي للآخرين.

ج- **الابتعاد العاطفي Emotional Distancing:** ويشير إلى ميل ورغبة الطالب نحو الابتعاد عن الأشخاص الذين يمرون بأوضاع صعبة أو سيئة، من أجل تفادي الحساسية السالبة نحوهم.

٢. الكفاءة الانفعالية: Emotional Competence

وتعرف الكفاءة الانفعالية بأنها مجموعة من القدرات والمهارات الشخصية للفرد التي تساعده على فهم مشاعره وانفعالاته والسيطرة عليها، وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معها.

٣. البرنامج التدريبي القائم علي التدريب التوكيدي:

هو مجموعة من الإجراءات المنظمة المخطط لها، في ضوء أسس علمية وتربوية تستند إلى مبادئ معينة وفتيات سلوكية للتعبير عن مشاعرهم وأفكارهم وآرائهم والدفاع عن حقوقهم وتنمية ثقتهم بذواتهم تهدف إلى تقديم المساعدة المتكاملة للفرد؛ مما يؤدي به إلى تحسين الكفاءة الانفعالية وخفض الشعور بالحساسية الانفعالية.

سادسا: **حدود البحث:**

يتحدد هذا البحث بخصائص كل من:

١. **العينة الأساسية موضع البحث:** تكونت عينة البحث من (١٦٨) طالبا وطالبة بالفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة المنوفية؛ منهم (١٠٥) طالبا وطالبة مثلوا أفراد العينة الاستطلاعية، ومنهم (٦٣) طالبا وطالبة مثلوا أفراد العينة الأساسية. بموجب متوسط حسابي (٢٢٠.٢٣٨) سنة، وانحراف معياري (٠.٤٨٨) سنة.

٢. أدوات البحث:

أ- مقياس الكفاءة الانفعالية (إعداد: سعيد سرور، عادل المنشاوي). (٢٠١٠).

ب- مقياس الحساسية الانفعالية (إعداد: شيري مسعد حليم) (٢٠٢٠).

ج- برنامج تدريبي قائم على التدريب التوكيدي (إعداد: الباحثة).

٣. الفترة الزمنية: تم تطبيق أدوات البحث في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي

(٢٠٢٢/٢٠٢٣م).

٤. الأساليب الإحصائية في البحث: تم الاعتماد على أساليب إحصائية متعددة في تحليل البيانات،

ثم استخراج النتائج وتفسيرها، وهي المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت)

للفروق بين مجموعتين غير متساويتين، ومعاملات ارتباط بيرسون، ومعامل ألفا كرو نباخ،

والتحليل العاملي فقد تم التأكد من صدق وثبات الأدوات، وجميعها تمت باستخدام البرنامج

الإحصائي SPSS ، والبرنامج الإحصائي (SAS) ..

المراجعة الأدبية

الكفاءة الانفعالية: Emotional Competence

يعد مفهوم الكفاءة الانفعالية من المفاهيم الحديثة نسبياً، ويعني هذا أن المفهوم هو قدرة

الفرد على إدراك مشاعره وانفعالاته والتعبير عن هذه الانفعالات المشاعر والانفعالات بالإضافة إلى

الإحساس بمشاعر الآخرين مما يؤدي إلى الاتزان النفسي والانفعالي إن مفهوم الكفاءة الانفعالية من

المفاهيم التي حظيت باهتمام متزايد في كثير من البحوث والدراسات. أشارت أمال جودة (٢٠٠٧):

(٧٠٣) إلى أن مفهوم الكفاءة الانفعالية من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس. وقد انبثق هذا

المفهوم أساساً من المفاهيم التي طرحها (بار - اون Bar on وماير وسالوفي Mayar&Salove

وجولمان Goleman)، فقد اكدوا جميعهم أن الكفاءة الانفعالية ماهي إلا الجانب الأدائي للذكاء

الانفعالي. وبهذا فقد اعتبرت (Naveen، 14:2011) أن الكفاءة الانفعالية تظهر ويتم تعلمها عبر

إجراءات تستغرق مدة من الزمن طويلة نسبياً، فهي دالة أو وظيفة طموح الفرد وتطلعه ضمن مجال

معين، لذا فإن الكفاءة الانفعالية لا تتطلب بالضرورة مستوى معين من الذكاء الانفعالي، فمع

انخفاض الذكاء الانفعالي عند بعض الأفراد يمكن أن تتحقق الكفاءة الانفعالية ضمن مجال معين

إذا كانت الخبرة قد علمتهم المهارات المطلوبة، وبهذا فإن الكفاءة الانفعالية يمكن اكتسابها نتيجة التعلم في أي وقت طوال حياة الإنسان.

ومن أشهر من تحدث عن الكفاءة الانفعالية هو عالم النفس دانيال جولمان إذ يعد (Goleman,1998) أحد الذين أشاروا إلى مفهوم الكفاءة الانفعالية وميزها عن الذكاء الانفعالي، فعندما نشر جولمان كتابه عن الذكاء الانفعالي، فإن معظم الذين قرأوه لم يكونوا يعرفون أن مجال اهتمام الكتاب هو أنه الكفاءة الانفعالية والاجتماعية.

وبهذا أكد جولمان أن الذكاء الانفعالي يعزز القدرة الكامنة للإنسان على التعلم، وترجم الكفاءة الانفعالية تلك القدرة الكامنة إلى قابليات إتقان المهمة.

وقد وضع (Goleman،2001:27) مجموعة من الكفاءات التي لها أهمية كبيرة لنجاح الفرد في مجالات الحياة المختلفة تفوق ما للذكاء المعرفي من أهمية أن مفهوم الكفاءة الانفعالية من المفاهيم التي تحظى باهتمام متزايد في كتابه الشهير الذكاء الانفعالي، فقد فرق جولمان (١٩٩٨) بين الذكاء الانفعالي والكفاءة الانفعالية فيرى أن الذكاء الانفعالي يعني وجود المهارات والقدرات الانفعالية، أما الكفاءة الانفعالية فهي التعبير عنها ولهذا عرفها كلاً من (Goleman (2001) و(Salovey and Mayer.(1990)، وايزنبرغ وآخرين (Eisenberg, et al. (1998) بأنها عبارة عن وجود القدرة أو المهارة التي يستطيع الفرد من خلالها فهم الفرد لانفعالاته الداخلية وفهم انفعالات الآخرين والقدرة على التعامل معها والتعبير عنها بشكل لائق، وجعل هذه الانفعالات تصب في مصلحة الفرد نفسه ومصلحة من يتعامل معهم (النويران وحمدي:٢٠١٣) و(حسين: ٢٠١٨) و(محسن والسعدي:٢٠٢١). ومن هنا يتضح أن الكفاءة الانفعالية تؤدي دوراً كبيراً في مساعدة الأفراد على اكتساب المهارات الاجتماعية التي بدورها تمكنهم من التعامل مع كافة المواقف الاجتماعية.

وقد عرف كثير من الباحثين كأمثال(Zeng, F. Q.,et al. (2017:22) و(Bar-on 2003) الكفاءة الانفعالية هي القدرة على إدراك الانفعالات بدقة وتقييمها والتعبير عنها وكذلك القدرة على توليدها والوصول إليها من خلال عملية التفكير والقدرة على فهم الانفعال والقدرة على تنظيم الانفعال بما يعزز النمو الانفعالي والعقلي للفرد، وأنها تنظيم مكون من المهارات والكفاءات الشخصية

والانفعالية والاجتماعية التي تؤثر في قدرة الفرد للتعامل بنجاح مع متطلبات البيئة والضغط التي تساعد الشخص علي فهم مشاعره وانفعالاته والسيطرة عليها وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معهم وقدرة الاشخاص علي انفعالاتهم في الأداء الجيد وإقامة علاقة جيدة مع المحيطين.

وقد ذكر كل من عماد أحمد حسن، وعبد الله محمد، صالح عبد الفتاح (٢٠١٩: ٤٧٧) أن الكفاءة الانفعالية هي القدرة على فهم وتحديد الانفعالات والتمييز بينها وضبطها والتعبير عنها.

كما اتفق كل من (سرور والمنشاوي، ٢٠١٠: ١١٥)، وفرحان لافي (٢٠١٤: ٢٥٥)، وكل من (Lasaukein & Asta, 2015: 104)، وكل من (Boogar, et al., 2016: 3)، وأسماء خداوي، عبد العزيز حدار (٢٠١٧: ٧١)، ورضا الجمال (٢٠١٨: ١٤٦) - مع من سبقهم - في تعريفهم للكفاءة الانفعالية بأنها قدرة الفرد علي التعبير عن انفعالاته وتمييزها وتحديد انفعالات الآخرين وتصنيفها وقدراته على ضبط الانفعالات ويتم ذلك من خلال تنمية مهارات الكفاءة الانفعالية المتمثلة في الفهم الانفعالي، التعبير الانفعالي، التحكم الانفعالي.

واتفق كل من حيدر جليل عباس (٢٠١٩: ٩٧)، ورابعة عبد الناصر (٢٠٢١: ٤٥٥)، (Chu Chien, et al., 2020)، ونصرة جلجل (٢٠٢١: ٣٧٨) بأن الكفاءة الانفعالية لا تتطلب نسبة ذكاء انفعالي مرتفع لأنها قد تتحقق عند الأشخاص ذوي نسبة الذكاء الانفعالي المنخفض، فهي قدرة أو مهارة يستطيع الفرد الحصول عليها نتيجة الخبرة والتعلم. وقد أكد كل من مصعب الجبوري، لميس الجبوري (٢٠٢٣: ١٨٥) ماهي إلا قدرة الفرد على إدراك مشاعره وانفعالاته وضبطها بشكل متزن من خلال ملاحظة سلوكياته والتي تساعده على الوعي بمشاعره وانفعالاته وليس الانغماس أو الذوبان فيهما، كما أن هذا الوعي بالانفعالات والمشاعر هو الكفاءة الانفعالية والتي تعمل على بناء شخصية الفرد شخصية سوية.

ومن خلال ما سبق استقرت الباحثة على أن الكفاءة الانفعالية مصطلح يشير إلى تطوير المهارات المرتبطة بالانفعالات والعواطف لدى الفرد. وأن الكفاءة الانفعالية ما هي إلا مجموعة من القدرات والمهارات والخبرات الانفعالية والشخصية والاجتماعية التي تساعد الفرد على النجاح والتكيف مع مطالب الحياة، من خلال الوعي الذاتي للفرد، وتعاطفه مع الآخرين، والمرونة في التعامل المواقف المختلفة وكفاءة الفرد في إدارة الانفعالات.

ومن خلال ما سبق يرى جولمان بأن الذكاء الانفعالي يتضمن مجموعتين من الكفاءات كفاءات شخصية، وكفاءات اجتماعية. وتتقسم كما يأتي.

١ - الكفاءة الشخصية **Personal Competence**

ويقصد به دانيال جولمان ان يكون الفرد دائم الوعي بانفعالاته، وان له القدرة على استخدام توازنه الغريزي، لتوجيه اختياراته وتقييم ذاته بكل موضوعية، مع امتلاك ثقة كبيرة بالذات. ويرى اننا بحاجة لمعرفة اوجه القوة والضعف فينا، وينبغي أن نتخذ من هذه المعرفة اساسا لقدراتنا وسلوكياتنا وثقتنا بأنفسنا.

٢ - الكفاءة الاجتماعية **Social Competence**

وهي قدرة الفرد في التحكم في انفعالاته وفي علاقته مع الآخرين، والتمتع بنظرة دقيقة للكشف عن الأوضاع، وشبكات العلاقات الانسانية وفهمها والتصرف بمقتضاها، واستخدام القدرات المختلفة للإقناع والتوجيه والتفاوض وحل النزاعات، المساعدة وتشجيع الجماعة او الفريق (Goleman, 1998:50).

ويضيف جولمان أن الكفاءة الانفعالية الاجتماعية تتكون من نظامين هما: نظام معرفي ونظام انفعالي، إذ يقوم النظام المعرفي بالاستدلال المجرد حول الانفعالات، في حين يعزو النظام الانفعالي القدرة المعرفية، ويرى جولمان أن لدى الإنسان عقليين هما العقل الانفعالي والعقل المنطقي، وبينهما تنسيق منتظم ومتطور، إذ إن المشاعر والأحاسيس ضرورية للتفكير، والتفكير ضروري للمشاعر والأحاسيس.

مما سبق يتضح أن:

- أ- الكفاءة الانفعالية تعتبر من السلوكيات المعرفية المتعلمة المهمة التي مع تساعد الفرد في السيطرة على انفعالاته نفسه واثاء تعامله مع الآخرين.
- ب- كما أنها تمكن القائمين بعملية التعلم والتدريس من استعمال أساليب وافترضات هذه النظرية في مساعدة الطلبة في التغلب والسيطرة على المواقف الانفعالية.
- ج- تم الاعتماد على هذه النظرية في بناء مقياس الكفاءة الانفعالية يساعد على قياس شخصيات الأفراد والتنبؤ بأحوالها.

أهمية الكفاءة الانفعالية:

ولهذا أكد كل من (Patrick & Florence, 2011)، (Roy S, Haripriya, 2018) أن للكفاءة الانفعالية تأثير على الطلاب في مستوى التحصيل والتعلم، والقدرة على اتخاذ القرارات وحل المشكلات التي تحتاج إلى اتزان انفعالي، وقدرته على أدراك المواقف الحياتية بالشكل المطلوب.

النماذج المقدمة للكفاءة الانفعالية:

قدم كل من جولمان وآخرين (Goleman 2002:et al.) نموذجاً للكفاءة الانفعالية حيث أكد على أهمية أن يكون لدى الفرد كفاءات أو قدرات انفعالية، حيث يؤدي ذلك إلى رفع قدراتهم على النجاح في الحياة، وقدم نموذجاً في الكفاءة الانفعالية وقد عرفت الكفاءة الانفعالية بأنها قدرة متعلمة تعتمد على الذكاء الانفعالي وتؤدي إلى مستوى متميز في الأداء "، ويتمثل جوهرها في عنصرين أولهما: التعاطف ويعني قراءة مشاعر الآخرين، وثانيهما إدارة الانفعالات، وميز Goleman بين الذكاء الانفعالي والكفاءة الانفعالية، حيث يرى أن الذكاء الانفعالي يتكون من مجموعة من القدرات الانفعالية التي تساعد الأفراد في تعلم المهارات الانفعالية، بينما تعد الكفاءة الانفعالية قدرات متعلمة، واعتبر الذكاء الانفعالي ضرورياً للكفاءة الانفعالية ولكنه غير كاف، حيث إن ارتفاع الذكاء الانفعالي لا يعني أن الفرد لديه كفاءة انفعالية.

قدم كل من (Salovey & Mayer: 2004: 185) نموذجاً في الكفاءة الانفعالية وقد اقترحاً أربعة أبعاد للكفاءة الانفعالية هي: الوعي الانفعالي بالذات ومعالجة الانفعالات، ودافعية الذات، والتعاطف.

وقد رأت الباحثة أن الكفاءة الانفعالية ما هي إلا كفاءة شخصية، وكفاءة اجتماعية. كما اعتبرت الكفاءة الشخصية يندرج تحتها الوعي بالذات، وتنظيم الذات، أما الكفاءة الاجتماعية فيندرج تحتها المهارات الاجتماعية.

الدراسات السابقة التي أكدت على أهمية وفعالية الكفاءة الانفعالية، هي كالآتي:

دراسة كل من (Cary Cherniss, Daniel Goleman, 2001): والتي هدفت إلى تحسين مهارات الذكاء الانفعالي لدى الطلبة في اتخاذ القرار الاجتماعي، وحل المشكلات الاجتماعية والوعي الانفعالي والاجتماعي والمشاركة الاجتماعية. ثم اختيار مجموعتين من الطلبة في المدارس

الابتدائية في مدينة نيويورك من الذكور والإناث إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية وبعد تطبيق البرنامج قام Goleman بتقويمه، حيث لوحظ ان المجموعة التجريبية من الذكور والإناث أظهرت تكيفا أفضل في الحياة من المجموعة الضابطة، كما اظهرت ايجابية نحو ذواتهم ونحو المدرسة. وأجرت جيهان مطر (٢٠٠٤) دراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر برنامج تعليمي - تعليمي مستند إلى نظرية جولمان في الذكاء الانفعالي في تنمية الذكاء الانفعالي والتقليل من السلوك العدوانى لدى عينة عدد أفرادها (٧٨) طالباً وطالبة من الطلبة العدوانيين في الصفين الخامس والسادس في مديرية تربية الرصيفة. وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك أثراً دالاً إحصائياً على الدرجة الكلية على قائمة السلوك العدوانى وفق تقدير الطلبة لأنفسهم وكذلك وفق تقديرات المعلمين لصالح المجموعة التجريبية.

كما أجرت زكية مبيضين (٢٠٠٧) دراسة هدفت إلى بناء برنامج تدريبي وقياس فاعليته في تنمية الذكاء الانفعالي واستقصاء أثره وأثر الجنس في مستوى الدافعية ومفهوم الذات لدى طلبة الصف السابع في مديرية تربية عمان الأولى، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالباً وطالبة موزعين عشوائياً إلى مجموعتين الأولى مجموعة تجريبية تكونت من (٦٠) طالباً وطالبة ومجموعة ضابطة تكونت من (٦٠) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أداء المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وذلك على العلامة الكلية لمقياس مفهوم الذات لصالح المجموعة التجريبية.

واستهدفت دراسة سعيد عبد الغني سرور، عادل محمود المنشاوي (٢٠١٠) التعرف على الإبداع الانفعالي والكفاءة الانفعالية، وبلغت عينة الدراسة (٣٠٠) طالباً وطالبة، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الإبداع الانفعالي وأبعاد الكفاءة الانفعالية.

واستهدفت دراسة أمال إسماعيل حسين (٢٠١٨) التعرف على العلاقة بين الكفاءة الانفعالية وتنظيم الذات لدى طلبة الجامعة بالعراق، وبلغت عينه الدراسة (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعة المستنصرية واختيروا بطريقه الطبقيه العشوائية، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي واستخدمت مقياس الكفاءة الانفعالية (إدريس، ٢٠١٤)، وأظهرت النتائج الإحصائية وجود علاقة موجبه بين الكفاءة الانفعالية والتنظيم الذاتي لدى طلبة الجامعة، وتشير الدراسة إلى تمتع الطلاب

درجة متوسطة من الكفاءة الانفعالية، وهذا يرجع إلى اهتمام الطلبة بانفعالاتهم واحتياجاتهم الذاتية والنفسية.

هدفت دراسة حيدر جليل عباس (٢٠١٩) إلى قياس الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الكلية الأساسية في الجامعة المستنصرية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتم استخدام الطريقة العشوائية لاختيار العينة وبلغ حجمها (٤٠٠) طالب وطالبة، وقام الباحث ببناء مقياس الكفاءة الانفعالية من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة وخبرة الباحث، وتوصلت النتائج وجود مستوى كفاءة انفعالية مرتفع لدى الطلاب والطالبات.

كما أكد Aspelin, Jonas (٢٠١٩: ١٥٣) علي أهمية الدور الذي يلعبه المعلمون في تنمية الكفاءة الانفعالية لدي طلابهم. وأشارت كل من Aguinaga San José, et al.(2023:136) إلي أهمية الكفاءة الانفعالية كونها عامل مؤثر وفعال في تحقيق الصحة النفسية جودة الحياة النفسية.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من الملاحظ من الدراسات السابقة أنها اختلفت من حيث الأهداف التي يسعى إليها كل باحث، واختلاف عينة الدراسة من طلاب عاديين وغير عاديين، كما تنوعت أعمار العينة والمراحل الدراسية. هذا وقد درست الكفاءة الانفعالية مع متغيرات عدة ومع عينات مختلفة من الأفراد، وتم تحسينها بفنيات مختلفة وأدوات متنوعة وبرامج متنوعة سواء أكانت البرامج تدريبية أو إرشادية. إلا أنها لم تتناول - في حدود علم الباحثة- العلاقة بينها وبين الحساسية الانفعالية لدي طلاب الجامعة.

ومما سبق رأته الباحثة أن الكفاءة الانفعالية تحددت في خمسة أبعاد رئيسة تمثلت فيما يلي:

أ- قدرة الفرد على التعرف على انفعالاته ووعيه بحالته الانفعالية.

ب- قدرة الفرد على ضبط انفعالاته.

ج- قدرته على التنظيم الذاتي.

د- قدرته على الوعي بذاته.

هـ- تمكنه من اكتساب مهارات اجتماعية.

ومثلت هذه الأبعاد الرئيسية الخمسة لمقياس الكفاءة الانفعالية في البحث الحالي.

الحساسية الانفعالية: Emotional Sensitivity

تعد الحياة الأكاديمية فترة مهمة جدا بالنسبة للطلبة حيث تتشكل فيها شخصيتهم وتتحدد أهدافهم، فهم يسعون للنجاح فيها استعدادا للحياة العملية، ولكن يعوق هذا النجاح صعوبات وانفعالات ومشكلات نفسية يواجهونها بشكل يومي تعرقل مسيرتهم التعليمية مما يؤدي إلي ضعف مستواهم التعليمي والاجتماعي علي حد سواء.

تعريف الحساسية الانفعالية: هناك تعريفات عديدة للحساسية الانفعالية من بينها:

تعريف جاكسون (Jackson,1984:107) للحساسية الانفعالية بأنها قوة الشعور بالظواهر الانفعالية وما تتضمنه من ميول وعواطف. وعرف (Rottenberg ,et al.، 2005:627) الحساسية الانفعالية بأنها التآثر الشديد بمواقف اعتيادية قد لا يتأثر بها الآخرون، بالإضافة إلي الرغبة في تكوين روابط عاطفية مع الآخرين. وقد أشار كل من (Bonanno & Coifman، 2010:479) إلي أن الحساسية الانفعالية تلعب دورا مهما إيجابيا في حياة الطلبة ؛ لأنها تساعدهم على فهم الآخرين، وبالتالي التعامل معهم فهي تساعدهم على أن يدركوا ويفهموا ما يدرسه، كما أن الحساسية الانفعالية تزيد من قدرة الطلبة على مواجهة المواقف الحياتية المتعددة والتفاعل معها وعلى دفع الطالب نحو العمل، في حين أن الحساسية الانفعالية السلبية تعوق الطلبة عن قدرتهم علي تكوين علاقاته اجتماعية بشكل سليم وتؤثر في قدرتهم على النقد والفحص الدقيق. وقد يؤدي ذلك إلى إصابة الطلبة بالكثير من الأمراض والاضطرابات النفسية.

فالحساسية الانفعالية في التآثر الشديد بمواقف عادية قد يعبأ بها الآخرون، والشخص الحساس انفعاليا هم الشخص إلي يتأثر أكثر من اللازم بالعوامل المحيطة به سواء داخلية أو خارجية. كما رأته حنان أبو منصور (٢٠١١: ٤٠) أن الحساسية الانفعالية تمثل القدرة على الوعي الجيد بالسلوك غير اللفظي للآخرين، سواء أكان هذا السلوك يعبر عن مشاعر وانفعالات الآخرين. وأضافت مريم مهذول (٢٠١١: ٤) أن الحساسية الانفعالية رغم أنها حالة انفعالية ووجدانية إلا أنها مرتبطة بالجانب العقلي والتفكير وبخاصة الذكاء.

وأشار أكرم فتحي زيدان (٢٠١٥: ٤) إلى أن الحساسية الانفعالية تعنى التأثير القوى بالأحداث العادية والتهويل والمبالغة بما لا يتطلبه الموقف والقصور في النضج الانفعالي ورفاهة الحس مما يجعل الفرد مفرطاً في الانفعالات ومجتراً للأفكار السلبية.

ورأت الشيماء محمود سالمان (٢٠١٧: ١٣٨) بأنها الاستجابة الخاصة للمواقف المختلفة بردود أفعال انفعالية بصورة إيجابية مبالغ فيها كالتعاطف مع الآخرين والاهتمام بهم، أو بصورة سلبية كالشعور بالتوتر وقلة الراحة.

كما عبر (مصطفى خليل عطا الله، ٢٠١٧: ٤٦٦) عنها بأنها التفسير غير الواقعي للأحداث التي لا يفهمها الفرد، ويعتبرها نقداً له، مما يجعله يتعامل مع الآخرين بحدة وانفعال، ويثور من أنه الأسباب، ويقوم بردود أفعال متهورة لا يمكنه التحكم أو السيطرة عليها

واتفقت كل من (نهلة فرج الشافعي، ٢٠١٨: ١٨٠)، وكل من (Wall, et al.(2018:2) مع من سبقهما أن الحساسية الانفعالية بأنها صعوبة التحكم في الانفعالات وافتقاد القدرة على التكيف والتأثر الشديد بالمواقف وردود أفعال متهورة مع المبالغة والتهويل وسوء الظن والقصور في الثبات الانفعالي.

وذكرت ثريا القرطوبية وأحمد الفواعير (٢٠١٩: ٣٢٣) أن الحساسية الانفعالية تعنى التأثير الشديد لمواقف لا تستدعي ذلك، مما يجعل الفرد متأثراً بالمشيرات الخارجية، ولا يتمكن من وضع الأمور في نصابها.

وبهذا أكد كل من (أكرم فتحي زيدان، ٢٠١٥: ٥)، والشيماء محمود سالمان، (٢٠١٧: ١٣٨)، و(نهلة فرج الشافعي، ٢٠١٨: ١٨٠) (شيرى مسعد حلیم، ٢٠٢٠: ٢٧٦)، أن الحساسية الانفعالية هي حالة وجدانية تؤدي بالفرد إلى أن يعبر بمشاعر قوية وما يتضمن ذلك من عواطف وأهواء وميول تؤثر على الروابط العاطفية بيه وبين الآخرين وتعنى الحساسية الانفعالية ما يود الفرد القيام به من أنشطة في تفاعلات شخصية مع الآخرين، والخوف من الرفض منهم، رغم رغبته في التعاطف معهم، وتكون بصورة إيجابية مبالغ فيها كالفرح الشديد بصورة سلبية كشدة الحزن، مما تؤدي إلى صعوبة في التحكم في الانفعالات. وعلى ذلك فإن الحساسية الانفعالية تعنى حالة نفسية

تجعل الفرد متأثراً بدرجة مبالغ فيها بالأحداث من حوله بانفعالات إيجابية أو سلبية، نتيجة إدراكه الخاطئ للأمور، مما يجعله في حالة تأثر شديد بما لا يمكنه التحكم في انفعالاته. وأكد كل من (Wallbott & Seithe,1993:186)، و(Wall ,et ,Guarino,2003: 25)، (al.,2018:2) أن متغير الحساسية الانفعالية يعد إحدى المشكلات التربوية والنفسية التي لها تأثيرات كثيرة في نمو الطلبة علي المستوى التربوي والجسمي والنفسي. كما تعد الحساسية الانفعالية جانباً أساسياً من جوانب شخصية الطالب، كما أنها تؤثر سلباً وإيجاباً في تفاعله وتواصله الاجتماعي الناجح مع الآخرين داخل الجامعة وخارجها، ولها تأثيرات سلبية في العمليات المعرفية ونجاح أو فشل الطالب في حياته الدراسية والمهنية فيما بعد. فالحساسية الانفعالية لدى طلبة المرحلة الجامعية كثيرة، فمنها على سبيل المثال كثرة الامتحانات الفصلية والابحاث والتكليفات الكثيرة والعديدة التي يطالبها منهم أعضاء هيئة التدريس. فالطالب ذو الحساسية الزائدة لا يقبل النقد، ومن ثم فإن الأشخاص الحساسون عرضة للمعاناة من الاكتئاب المتكرر، والقلق وغيره من الاضطرابات النفسية.

سمات وخصائص الشخص الحساس انفعالياً:

- أجمع عديد من الباحثين أن من سمات وخصائص الشخص الحساس انفعالياً، هي:
١. يكون الشخص الحساس أكثر تأثراً بالمواقف التي يتعرض لها بالمقارنة مع الآخرين.
 ٢. يمتلك القدرة على التفاعل العاطفي والمقدرة على إبراز التعاطف مع الآخرين مثل البكاء لأحزانهم.
 ٣. لديه المهارة في استقبال انفعالات الآخرين وقراءة وتفسير رسائلهم الانفعالية غير اللفظية
 ٤. امتلاك القدرة على بناء العلاقات الشخصية ومهارات التواصل مع الآخرين.
 ٥. سرعة الإثارة هي الخاصية الأساس لجميع الأحكام الوجدانية وهي صفة يتميز بها الشخص الحساس.
 ٦. امتلاك القدرة على تفسير صحيح للإشارات العاطفية من الآخرين وهو أمر حاسم للتفاعل الاجتماعي الناجح.

٧. الشخص الحساس انفعاليا يفكر مليا قبل التصرف، ويتصرف بوعي وتغلب عليه المستويات العالية.

٨. التحفيز والتغيرات المفاجئة والاضطراب العاطفي ولأنه مزيج عدد من الصفات المزاجية وبعض الافراد يعانون من سوء التفاعل ومن التوتر العاطفي، ومنهم هادئين وواعين داخليا أن الشخص الحساس مشاعره عميقة ويدرك تماما مشاعر الآخرين.

٩. يسعى لتجنب أي صراع، فهم يتجنبون الجدل وأي أنواع أخرى من المواجهات لأن سلبيتها تؤثر عليهم بشدة فهم لا يستطيعون التخلص من مشاعرهم بسهولة فبمجرد شعورهم بالحزن والانزعاج لا يستطيعون تبديل مزاجهم ونسيان ذلك لذلك، فهم يتجنبون المواقف المؤلمة.

أبعاد الشخصية الحساسة:

أشار كل من (Leticia Guarino (2008: 185Verloisse Herrera & إلي أن الشخصية الحساسة تتكون من ثلاثة أبعاد (الحساسية الفردية السلبية والحساسية الموجبة للأقران، الابتعاد العاطفي) ويمكن تلخيص هذه المكونات كالآتي:

١. الحساسية الانفعالية الفردية السلبية: اتفق عديد من الباحثين كأكرم فتحي زيدان (٢٠١٥: ٤)، والشيماء محمود سالم (٢٠١٧: ١٣٨)، وشيرى مسعد حلیم، (٢٠٢٠: ٢٧٦) علي أن الحساسية السالبة أو السلبية هي ميل الفرد لردود الفعل السالبة، والتي تتمثل في واليأس والعدوانية والانتقاد الحاد، وذلك عند التعرض لمواقف معينة في البيئة المحيطة أو أوضاع الضغط النفسي. أن الضغط النفسي لهؤلاء الأفراد له عظيم الأثر على المستوى الشخصي والمستوى الاجتماعي ويؤثر بشكل غير مباشر على المجتمع.

٢. الحساسية الانفعالية الموجبة للأقران: ويعبر عنها بأنها الميل العاطفي لتكوين علاقات مع الآخرين مع إبراز المقدره على التعرف على عواطف الآخرين وتقهمها وإبداء التعاطف معها وبخاصة أولئك الأشخاص الذين يعانون أوضاعا صعبة، فيمكن القول بأن الاستحسان العاطفي هو المكون الرئيس لعملية الشعور بالسعادة والنجاح الشخصي والاجتماعي. فهي الأساس التي ينبني عليه التواد والتعاطف مع الآخرين، وهي بذلك موجهة نحو الآخرين.

٣. الابتعاد العاطفي الانفعالي: وهو الشعور بقلّة الراحة والتوتر نحو المواقف الضاغطة، والانسحاب بهدف خفض التوتر مع الحفاظ قدر الإمكان على العلاقات الاجتماعية، وهو اتجاه الأفراد نحو الابتعاد عن الآخرين من أجل تقادي الحساسية الانفعالية وذلك بالابتعاد عن الأشخاص الذين يمرون بأوضاع سيئة أو صعبة. وقد أشارت إليها الشيماء محمود سالماني (٢٠١٧: ١٣٨) فيبتعد عن الذين يمرون بمواقف صعبة بغية تقادي الحساسية السالبة لديهم، وهذا يجعله حساسا من النقد، وتتولد لديه الحساسية القائمة على الشك. ومن هنا ذكر حاتم محمد صالح (٢٠٢٢: ١٧٨-١٧٩) أن متغير الحساسية الانفعالية يعد أحد المتغيرات النفسية المستحدثة في أدبيات البحث العلمي وتم اعتباره منظومة انفعالية ديناميكية.

هذا وقد درست الحساسية الانفعالية سواء أكانت إيجابية أو سلبية مع متغيرات شتي، ومع عينات مختلفة من الأفراد؛ ذكورا، وإناثا باختلاف الأعمار الزمنية والمراحل الدراسية المختلفة إلا أنها لم تدرس مع الكفاءة الانفعالية - في حدود علم الباحثة-.

من كل ما سبق تري الباحثة أن الحياة الانفعالية تشكل جزءاً مهماً في الشخصية، حيث إنها تؤثر في توجيه سلوك الفرد وتتدخل في حالته النفسية، ويمثل الانفعال جانب مهما في عملية النمو الشاملة؛ لأنه أحد الأسس التي تساعد في بناء الشخصية السوية، فهي تعمل على تحديد وتوجيه مسار النمو الصحيح لتلك الشخصية بكل ما تملكه من عواطف وأفكار، وما تحققه من أنماط السلوك المختلفة.

وبناء على ذلك فإن الحساسية الانفعالية يمكن تعريفها على أنها التأثير الشديد بمواقف عادية قد يعبأ بها الآخرون، والشخص الحساس انفعاليا هو الشخص الذي يتأثر أكثر من اللازم بالعوامل المحيطة به سواء داخلية أو خارجية.

ومن البحوث والدراسات السابقة التي اهتمت بالحساسية الانفعالية وعلاقتها بمتغيرات متعددة، البحوث التالية:

فقد اهتم بحث (Shaughnessy, et al., 1995) بالتعرف علي مستوى الحساسية الانفعالية لدي عينة من المراهقين وكذلك التعرف علي اذا ما كان هناك تأثير لكل من النوع والعمر كأحد المتغيرات الديموجرافية علي درجة الحساسية الانفعالية لدى عينة من المراهقين. وفي ضوء ذلك طبق بحثهم

على عينة مكونة من (٢٦٥) مراهقا، وباستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية الملائمة لغرض البحث، توصلت نتائج بحثهم إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحساسية الانفعالية لديهم تعزي لمتغير النوع (ذكور/إناث)، في حين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحساسية الانفعالية لديهم تعزي لمتغير العمر لصالح الفئة العمرية الأقل سنا.

وأوصت نتائج كل من Chandler, D., S., et al. (٢٠٠٧ : ٩) أن الحساسية الانفعالية يمكن تخفيفها عن طريق البرامج الإرشادية لدي طلاب الجامعة.

كما أجري كل من (Coifman & Bonanno, 2009) بحثا بغرض التعرف علي مدى تأثير محتوى متغير الحساسية الانفعالية علي التكيف والتوافق مع الآخرين، وفي ضوء ذلك طبق البحث علي عينة مكونة من مجموعة من المراهقين بواقع ١٤٥ من الذكور، و ٢٢٠ من الإناث، وأشارت نتائج بحثهم إلي وجود فروق ذات دلالة احصائية في الحساسية الانفعالية لديهم تعزي لمتغير النوع (ذكور / إناث) لصالح الإناث.

دراسة (مريم مهذول الطائي، ٢٠١١) هدفت الدراسة الى قياس الحساسية المفرطة لدى طلبة الجامعة والتعرف على الفروق في الحساسية الانفعالية المفرطة لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير الجنس (ذكور، إناث) والتخصص العلمي (علمي، إنساني) تم اعتماد مقياس الحساسية المفرطة القائم على نظرية دبروسكي والذي يتكون من خمس مجالات (الحسية، النفسية، الحركية، العقلية، والتخيلية) توصلت الباحثة إلى أن طلبة الجامعة المستتصيرية لديهم حساسية مفرطة أعلى من المتوسط، كما توجد فروق دالة إحصائية في الحساسية المفرطة وفقا لمتغير الجنس وذلك لصالح الإناث.

وقد قامت حنان خضر (٢٠١١) بإجراء بحث بهدف التعرف على مستوى الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعيا، قامت الباحثة بتصميم استبيان للحساسية الانفعالية، وقد تم معالجة البيانات باستعمال برنامج SPSS واستعمال النسب المئوية والتكرارات معامل ارتباط بيرسون، اختبار ت (للعينتين المستقلتين)؛ وقد توصلت نتائج البحث إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين المهارات الاجتماعية والحساسية الانفعالية لدى المعاقين سمعيا.

والبحث الذي قام به (عماد حمزة، ٢٠١٤) الحساسية الانفعالية لدى طلبة الجامعة وفاعلية الإرشاد بالمفهوم الخاطئ (رايمي) في التقليل من فرط الحساسية السلبية)، هدف البحث الى التعرف على الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلبة قسم الإرشاد النفسي، ومدى فاعلية الإرشاد بفرض المفهوم الخاطئ (رايمي) في التقليل من فرط الحساسية السلبية، ولتحقيق الهدفين اتبع الباحث المنهجين (الوصفي التحليلي)، (المنهج التجريبي) قام الباحث ببناء مقياس الحساسية الانفعالية السلبية كما تم اعداد وتطبيق برنامج إرشادي أظهرت نتائج البحث أن عينة البحث عموماً وإناث منهم خصوصاً تتوافر لديهن مستويات دالة من الحساسية الانفعالية السلبية وكان البرنامج ذو فاعلية دالة إحصائية في التخفيف من الحساسية الانفعالية المفرطة.

كما اهتمت هدي جواد جاسم (٢٠١٥) إلى التعرف على العلاقة بين الحساسية الذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة، كما هدف البحث إلي التعرف علي مدى تأثير كل من النوع (ذكور / اناث) والتخصص الدراسي العلمي / الأدبي) علي متغيرات البحث لدى طلبة الجامعة. وفي ضوء ذلك طبق البحث علي عينة قوامها (٣٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعة بواقع (١٥٠) طالباً و(١٥٠) طالبة، وباستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لغرض البحث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الحساسية الانفعالية والذكاء الوجداني بحيث كلما ارتفع مستوى الحساسية الانفعالية للعينة وازداد مستوى الذكاء الوجداني لديهم، بالإضافة لعدم وجود فروق دالة إحصائية في الحساسية الانفعالية تبعاً لمتغيري النوع (ذكور وإناث)، والتخصص (العلمي والأدبي).

وأجرت الشيماء محمود سالماني (٢٠١٧) دراسة عن الاضطراب الوجداني الموسمي كمنبئ بالحساسية الانفعالية، وذلك على مجموعة من معلمي التعليم الأساسي بالمنيا بلغ عددهم ٦٠ معلماً و٦٣ معلمة طبق عليهم استمارة المقابلة الإكلينيكية ومقياس الاضطراب الوجداني ومقياس الحساسية الانفعالية، وتبين من النتائج وجود علاقة دالة وموجبة بين الاضطراب الوجداني الموسمي والحساسية الانفعالية، ويمكن التنبؤ بالاضطراب الوجداني الموسمي من خلال الحساسية الانفعالية.

وهدف دراسة مصطفى خليل عطا الله (٢٠١٧) إلى التعرف على الأفكار اللاعقلانية وأعراض الشخصية التجنبية كمنبئ بالحساسية الانفعالية لدى المراهقين المكفوفين، بلغت العينة ٢٨ طالبا وطالبة من المراهقين المكفوفين بمدرسة النور بالمنيا، متوسط أعمارهم ١٤,٣ عاماً، طبق عليهم

مقياسي اضطراب الشخصية التجنبية الحساسية الانفعالية من إعداد الباحث ومقياس الأفكار اللاعقلانية من إعداد إيهاب البلاوي، واتضح من النتائج وجود علاقة دالة موجبة بين الحساسية الانفعالية وكل من الأفكار اللاعقلانية واضطراب الشخصية التجنبية، كما يمكن التنبؤ بالحساسية الانفعالية منهما.

ودراسة لافي أحمد إقبالي (٢٠١٨) هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة الحساسية الزائدة لدى الطلبة المتفوقين بمحافظة الليث واختلافها تبعاً لمتغيري المرحلة والجنس. استخدم الباحث المنهج الوصفي من خلال استبانة أعدها لجمع المعلومات، تكونت العينة من ١٢٠ طالباً من الطلبة المتفوقين، أشارت النتائج إلى أن درجة الحساسية لدى الطلبة المتفوقين كانت بدرجة متوسطة، كذلك أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الحساسية الزائدة باختلاف المرحلة الدراسية والجنس.

وقد هدف بحث مالك فضيل (٢٠١٨) إلى التعرف على العلاقة بين الحساسية الانفعالية والتلکؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، بالإضافة إلى التعرف على تأثير متغير النوع (ذكور وإناث) على متغيرات البحث، وفي ضوء ذلك طبق البحث على عينة مكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة جامعية وباستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة لغرض البحث أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الحساسية الانفعالية والتلکؤ الأكاديمي، بالإضافة لعدم وجود فروق دالة إحصائية في الحساسية الانفعالية تعزى لمتغير النوع (ذكور وإناث).

وتصدت دراسة نهلة فرج الشافعي (٢٠١٨) للتأكد من فعالية الارشاد السلوكي الجدلي في خفض الحساسية الانفعالية السالبة لدى طلاب الجامعة بلغ عدد العينة ١٠ طلاب، طبق عليهم مقياس الحساسية الانفعالية السالبة والبرنامج السلوكي الجدلي من إعداد الباحثة، وتبين فعالية البرنامج في خفض الحساسية الانفعالية السالبة لدى الطلاب كما استمرت فعالية البرنامج خلال فترة المتابعة.

وقد قامت ثريا بنت راشد، وأحمد محمد جلال (٢٠١٩) بالتعرف على مستوى الحساسية الانفعالية لدى المعاقين سمعياً وكذلك التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في متغير الحساسية الانفعالية، بالإضافة إلى التعرف على مدى تأثير المرحلة العمرية على الحساسية الانفعالية، وفي ضوء ذلك طبق البحث على عينة مكونة من (٦٥) طالب وطالبة من المعاقين سمعياً. وتوصلت نتائج البحث

إلي انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الحساسية الانفعالية تعزي لمتغير النوع (ذكور (إناث)، كما أشارت نتائج البحث إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحساسية الانفعالية تعزي لمتغير العمر.

واهتم بحث عفيفة طه ياسين (٢٠١٩) بالكشف عن مستوى الحساسية الانفعالية السلبية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية للعلوم الإنسانية، وأيضاً سعى البحث للتعرف في ما اذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الحساسية الانفعالية وفقاً لمتغير المرحلة الدراسية (ثانية، ثالثة)، أظهرت النتائج أن مستوى الحساسية الانفعالية لدى الطالبات المتفوقات أعلى من المتوسط، كما أنه توجد فروق دالة احصائيا في الحساسية الانفعالية تعزي لمتغير المرحلة الدراسية ولصالح المرحلة الثانية.

وتعرضت دراسة ثريا القرطوبية وأحمد الفواعير (٢٠١٩) للحساسية الانفعالية لدى المعاقين سمعياً بكلية الخليج في سلطنة عمان، وتكونت العينة من ٦٥ طالبا وطالبة من المعاقين سمعياً، طبق عليهم مقياس الحساسية الانفعالية من إعداد أبو منصور بعد ترجمته إلى أبجدية الهجاء الأصبعي، وتبين النتائج أن مستوى الحساسية الانفعالية لديهم كان متوسطاً، كما لا توجد فروق دالة بين الطلاب تعزي للنوع (ذكور - إناث) والسنة الدراسية من (أولى حتى خامسة).

أجرت شيري مسعد حليم (٢٠٢٠) دراسة عن الحساسية الانفعالية وعلاقتها بضعف المهارات الاجتماعية والتلكؤ الأكاديمي لدى طلاب جامعة الزقازيق، بلغ عددهم ٦٨٩ طالبا وطالبة بكليات التربية الآداب، العلوم، طبق عليهم مقياس الحساسية الانفعالية، المهارات الاجتماعية، التلكؤ الأكاديمي، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الحساسية الانفعالية، ووجدت علاقة دالة موجبة بين الحساسية الانفعالية وكل من القصور في المهارات الاجتماعية والتلكؤ الأكاديمي.

كما أجرى على محمود شعيب (٢٠٢١) دراسة عن الإسهام النسبي للحساسية الانفعالية والقلق والاكتئاب في التنبؤ بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، بلغ عدد أفراد العينة ١٠١٣ طالبا وطالبة بكلية التربية، طبق عليهم المقياس التالية الحساسية الانفعالية، القلق، الاكتئاب، جودة الحياة، وتبين

من النتائج انه يمكن التنبؤ بجودة الحياة من خلال تلك المتغيرات على الترتيب التالي: القلق، الاكتئاب، الحساسية الانفعالية.

ومن الباحثين الذين اهتموا بدراسة الفروق بين الجنسين في الحساسية الانفعالية دراسة Marston,et al. (٢٠١٠) فقد أسفرت نتائج تلك الدراسة عن أن الذكور أكثر حساسية انفعالية من الإناث وبخاصة في مرحلة المراهقة من سن (١٦-١٧) سنة، مما أثر علي النمو الانفعالي الاجتماعي لديهم. وقد أشارت كل من Newton,et al. (٢٠١٠: ١٠) إلي أنه ينبغي علي الوالدين تربية أولادهم منذ الصغر علي اكتساب مهارات معينة مثل مهارة ضبط الذات والوعي الذاتي والعمل علي تطوير ذاتهم وذلك لأهميتها في ضبط الحساسية الانفعالية تجاه المواقف الاجتماعية وقدرتهم علي التحكم فيها في مختلف مواقف التفاعل الاجتماعي. وقد رأي كل من Dereli,Esra,Karakus,Ozlem (٢٠١١: ٧٣١) أن الحساسية الانفعالية لها علاقة بكل من التعبير الانفعالي وال ضبط الاجتماعي وضبط الانفعالات؛ مما يؤكد أن لها علاقة بالضبط ومراقبة الذات ولذا فلا بد للمعلمين أن يتدربوا على دورات تدريبية لرفع الحساسية الانفعالية وتنمية المهارات الاجتماعية.

فنية التدريب التوكيدي :- Assertive Training Technique

أثبت كثير من الباحثين والمهتمين بالتدريب والعلاج النفسي الذين اعتبروا فنية السلوك التوكيدي إحدى فنيات التدريب والعلاج النفسي "Fagan, M. (١٩٧٩: ١٣٥) فقد اعتبر أن فنية التدريب علي السلوك التوكيدي تعد إحدى فنيات العلاج النفسي بصفة عامة والعلاج النفسي الجماعي وخاصة وفعالية هذه الفنية في العلاج. كما أشارت كل من Rossman,et al. (١٩٨٠: ١٢) في دراستهم على فاعلية فنية التدريب على السلوك التوكيدي في تنمية الثقة بالنفس والعمل علي توكيد الذات. واتفقت كل من Stewart, et al. (١٩٨٦) في دراستهم على أهمية التدريب على فنية السلوك التوكيدي وفعاليتها في نمو وتقدير الذات. وقد عرف رامز طه (١٩٨٧: ١٧٧) أسلوب تأكيد الذات على أنه يدرّب الفرد نفسه باستمرار علي التعبير عن النفس بثقة وبدون مبالغة.. على أن يعبر عن مشاعره - سواء أكانت إيجابية أو سلبية - وعن آرائه. فعلي الفرد أن يدرّب نفسه على تنمية قدرته على التعبير عن مشاعر الحب.. أو الإعجاب أو التقدير وأيضاً عن مشاعر

الرفض أو الغضب أو الكراهية تعبيراً لفظياً واضحاً، ومباشراً ويؤدي اتباع هذا الأسلوب إلي الثقة بالنفس، واحترام الذات. كما أشار كل من Weher, et al. (١٩٨٧: ١٩٥) إلى أن التدريب على فنية السلوك التوكيدي يؤدي إلي انخفاض حالة القلق ويؤدي إلي زيادة تأكيد الذات. وقد أكد كل من Ferguson, et al. (١٩٩٢: ٨٣) على أن فنية التدريب على السلوك التوكيدي ذات فاعلية في تعديل السلوك. وأنها تتضمن مجموعة من الفنيات لمساعدة الأفراد على التعبير عن حقوقهم، أو رغباتهم ومشاركتهم في المواقف المختلفة بطريقة أكثر فاعلية، والتدريب على استجابات جديدة بهدف زيادة الكفاءة والثقة بالنفس وتقدير وضبط الذات وخفض الخوف والقلق. كما أشار محمد عيد (١٩٩٥: ٢١٠) إلى أن التدريب التوكيدي تعبير عن توازن نسبي داخلي فهو وسط بين الإذعان استلاباً للذات لحساب الآخرين والعدوان استلاباً للآخرين على حساب الذات.

ومن الدراسات التي أكدت على أهمية السلوك التوكيدي في تعديل السلوك دراسة أحمد فتحي (١٩٩٧) والتي استهدفت إلقاء الضوء على أهمية السلوك التوكيدي للمراهقين، وعلاقته بالمناخ الأسري. وأسفرت نتائج هذه الدراسة عن جدوى التدريب التوكيدي في تعديل السلوك. كما أكد عادل عبدالفتاح (١٩٩٨: ١٠، ٦٣) أن التوكيدية هي قدرة الفرد علي التعبير عن آرائه، ومعتقداته نحو الآخرين بطريقة مقبولة اجتماعياً. وأشار إلي أنه يمكن التعبير عنه بمحتوي لفظي موجب أو سالب. وقد اتفق معه طريف شوقي (١٩٩٨: ٥٩) علي أن التوكيد عبارة عن مهارات سلوكية لفظية وغير لفظية، نوعية موقفية متعلمة، ذات فعالية نسبية، تتضمن تعبير الفرد عن مشاعره الإيجابية (تقدير - ثناء)، والسلبية (غضب - احتجاج) بصورة ملائمة، ومقاومته للضغوط التي يمارسها الآخرون لإجباره علي إتيان ما لا يرغبه، أو الكف عن فعل ما يرغبه. أما عن مكونات السلوك التوكيدي فله جانبان رئيسان، هما: الجانب اللفظي، الجانب غير اللفظي. حيث يتم قياس الجانب اللفظي عادة من خلال التقرير الذاتي، أما الجانب غير اللفظي فهو إما يكون سلوكاً خارجياً (إيماءات - حركات - إشارات)، وعندئذ فإنه يقاس من خلال ملاحظة الفرد وهو يؤدي سلوكاً فعلياً، وإن تعذر ذلك ففي هذه الحالة نقيسه بالأساليب والأدوات العملية التي تمكننا من الحصول على مؤشرات لبعض العمليات الفسيولوجية المصاحبة لأداء الاستجابات التوكيدية في المواقف المختلفة، مثل معدل نبضات القلب، ومستوي ضغط الدم، والتي قد يستدل منها على مستوي التوكيد. كما رأي

علاء الدين كفاقي (١٩٩٩: ٢٩٦ - ٢٩٧) أن التدريب المؤكد أو التدريب على التوكيدية صورة نوعية من أسلوب الاقتداء أو النمذجة ويكون التدريب على التوكيدية في المفاهيم السلوكية إجراء يستطيع الناس - من خلاله - الذين يجدون أنفسهم غير قادرين على مواجهة الصراع أو التحدي أو نقص الثقة بالنفس أن يتعلموا بعض مهارات التواصل التي تساعدهم على أن يتواصلوا مع الآخرين من أجل إشباع حاجاتهم، وأفكارهم، ومشاعرهم بشكل أكثر فعالية ولهذا فهو من أكثر الفنيات المستخدمة في العلاج.

هذا وقد اتفق كل من مصطفى عبد الباقي (٢٠٠١: ١٤٦)، وإيمان عبد المنعم (٢٠٠٢: ٣٥ - ٣٩)، (Parmaksiz, İ (2019:132) أن أسلوب التدريب التوكيدي يتم بمساعدة الفرد على التعبير عن مشاعره بطريقة صحيحة. فالتدريب التوكيدي يعتبر فنية من فنيات العلاج السلوكي، يحدث من خلالها التغلب على بعض عادات واستجابات القلق، والخجل السلبي المعوق للأداء، والمتسبب في عديد من المشكلات أن من فنيات التدريب على السلوك التوكيدي أو الأساليب الإجرائية لتعلم السلوك التوكيدي، هي: لعب الدور، والتدريب الاسترخائي، والتشكيل بالأنموذج، والتعزيز لكل محاولة توكيدية. ومن بين من أكدوا إلى أهمية التدريب التوكيدي في دراساتهم رجب علي شعبان (٢٠٠٣) والتي اهتمت معرفة العلاقة بين التدريب التوكيدي وسمات الشخصية لدى طلاب الجامعة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى نجاح التدريب التوكيدي في تمكين المتدربين من ممارسة قدر من تنظيم الذات والقدرة على التعبير والاختلاف مع الآخرين، مع انخفاض القلق الاجتماعي.

وإضافة إلى ذلك، ودراسة عبد الله محمد عبد الظاهر (٢٠٠٤) والتي اهتمت بخفض الفوبيا الاجتماعية لدى طلاب الجامعة من الجنسين بكلية التربية عن طريق التدريب التوكيدي. وأسفرت نتائجها عن فعالية التدريب التوكيدي.

واعتبر كل من عبد الهادي والعزة (٢٠٠٥ : ١٠٥) أن أسلوب توكيد الذات إحدى الوسائل السلوكية الإجرائية المستعملة في علاج ضعف الثقة بالنفس لدى الأفراد والشعور بالخجل والانسحاب من المواقف الاجتماعية واللامبالاة وفقدان الهدف في الحياة ويستهدف هذا الأسلوب

مساعدة الافراد على التعبير عن مشاعرهم وافكارهم والمطالبة بحقوقهم بحيث يلحقوا الأذى بالآخرين وأن يقوموا بسلوكيات مقبولة اجتماعياً.

وأشارت فائقة محمد بدر (٢٠٠٦: ٢٠، ٢٢) إلي أن السلوك التوكيدي يعمل علي تقوية وتعزيز استجابات مضادة. ويتأثر مستوى التوكيدية دائرة علاقات الفرد، حيث لوحظ أن مرتفعي التوكيدية تكون دائرة علاقتهم أكر من منخفضي التوكيدية مما يقلل من فرص التعامل الاجتماعي مع الآخرين. وقد ذكرت شريفة شحاتة (٢٠٠٧: ٧، ٨٨) أن التوكيدية مفهوم حديث نسبيا وهو يعني بصفة عامة الإيجابية في العلاقات الاجتماعية، فالفرد مرتفع التوكيدية يتميز بالثقة بالنفس، والقدرة علي الدفاع عن آرائه، ومعتقداته، دون التعدي علي حقوق الآخرين، والقدرة علي إقامة علاقات اجتماعية فعالة مع الآخرين، كما يتميز بقدر من الرضا عن الذات الذي هو من أهم محاور التوافق النفسي بينما يتصف الفرد منخفض التوكيدية بالخجل، وعدم القدرة علي التفاعل بنجاح في المواقف الاجتماعية، وأن التدريب التوكيدي يتألف من خمس فنيات، هي لعب الأدوار، النموذج، التغذية الرجعية، التدريب على طريقة الدروس الخصوصية. وأشار معتز عبيد (٢٠٠٧: ٥) إلي أن التدريب التوكيدي هو مجموعة من الفنيات المتنوعة التي تساعد الأفراد علي ممارسة السلوك التوكيدي، وممارسة التعبير عن الذات.

وقد أكد كل من (Mousa & Amira (2011:254)، Dewantari, Izzaty (2018:58)، وكل من نورة عبد المحسن السهلي، أحمد محمد جاد الرب (٢٠١٨: ٥٨٤)، وكل من Bulantika.& Sari, (2019:2)، وكل من جيكر لقمان رشيد، وعلي حسين علي (٢٠٢١: ٢٦١) علي أن التدريب التوكيدي يهدف إلي تغيير سلوكيات الأفراد واعتقاداتهم حتي يكونوا قادرين علي التغيير بشكل أفضل عن احتياجاتهم ورغباتهم، وآرائهم للآخرين. ويتضمن التدريب التوكيدي تغيير اعتقادات الفرد حول ذاته، وفيما يتعلق بالتفاعل الاجتماعي، إضافة إلى تعلم أنماط سلوكية جديدة.

وأكد كل من محمد مسعد مطاوع (٢٠٢٣: ٩)، فؤاد محمد زايد (٢٠٢٣: ٩)، وعفاف أحمد جعيص، وآخرين (٢٠٢٣: ٩٧)، (Svetlana Tolstaia; Oxana Revenco.(2023: 156) أن التدريب التوكيدي له جدوي مهمة جدا في العديد من النتائج الإيجابية كمدخل لتنمية الكفاءة الشخصية والحرية الانفعالية والرضا عن الحياة يكون أكثر إيجابية، ولديه القدرة علي حرية التعبير الانفعالي في

كافة المواقف التي تواجهه. هذا وقد اقترحت الباحثة من خلال اطلاعها على كثير من الدراسات السابقة والمهتمة بالتدريب التوكيدي، تبين للباحثة أن فنية التدريب على السلوك التوكيدي - باعتبارها فنية رئيسة - ينطوي تحتها عديد من الفنيات الفرعية وقد تم تحديد فئتين من فنيات التدريب التوكيدي وهما: النمذجة ولعب الدور لأنهما متساويتين مع متغيرات البحث. وفيما يلي عرض لهاتين الفئتين. والتي وظفتها الباحثة بجلسات البرنامج التدريبي.

فنية النمذجة: Modeling Technique

أكد عديد من الباحثين في مجال العلاج النفسي والصحة النفسية على أهمية فنية النمذجة، باعتبارها فنية علاجية وتدريبية للتدريب على السلوك المرغوب فيه.

وقد عرض جابر عبد الحميد جابر (١٩٩٠ : ٤٤٤) النمذجة وأوضحها في الصورة التالية، وهي أن النمذجة ملاحظة الفرد للآخرين وهم ينجحون وملاحظته هذه ترفع الفاعلية أو ملاحظة فرد آخر بنفس كفاءتك وهو يخفق في عمل يميل إلي خفض فاعلية الذات وعندما يكون النموذج مختلف عن الملاحظ تؤثر المثيرات البديلة أدنى تأثير علي الفاعلية والخبرات البديلة أقوى تأثير حينما تكون خبرة الناس السابقة بالنشاط قليلة؛ وأن آثار النمذجة بصفة عامة ليست في قوة الأداء الشخصي من حيث تأثيرها في رفع مستويات الفاعلية وقد تكون لها آثار قوية في إنقاص الفاعلية. وقد أشار كل من لويس كامل مليكة (١٩٩٠ : ١٠٤ - ١٩٩٤ : ١٠٥)، مجدي الدسوقي (١٩٩٤ : ٤٧)، ابتسام حامد السطيحة" (١٩٩٧ : ٤٩)، ومحمد الشناوي، محمد عبد الرحمن(١٩٩٨ : ١٥٥) إلي أن التعلم بالنمذجة يستند إلي افتراض أن الإنسان قادر علي التعلم عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين وتعرضهم بصورة منتظمة للنماذج. إذ يعطي الشخص فرصة لملاحظة نموذج ويطلب منه أداء نفس العمل الذي يقوم به النموذج.

وقد أوضح رشدي منصور (٢٠٠٠ : ١٠٤) أن النمذجة هي تعلم سلوك معين من خلال ملاحظة شخص يؤدي هذا السلوك، ويتم التأكيد علي أهمية العوامل الاجتماعية في التعلم بما فيها القدوة، وملاحظة الآخرين، وملاحظة النماذج السلوكية في البيئة وذلك من خلال ثلاثة صور كبرى للنمذجة؛ وهي: النماذج المباشرة أو الصريحة Overt modeling، والنمذجة غير المباشرة أو الضمنية Covert modeling، النمذجة بالمشاركة وتصحيح المسار Participant modeling.

وقد اتفق كل من فاروق الروسان (٢٠٠١: ١٢٥ - ١٢٨)، فاروق السيد عثمان (٢٠٠١: ١٥٥)، إيمان عبد المنعم عباس (٢٠٠٢: ٣٨)، وكل من جلال كايد نمرة، وآخرين (٢٠٠٧: ١٧٤) النمذجة كأسلوب من أساليب تعديل السلوك بأنه إجراء يتضمن تعلم استجابات جديدة عن طريق ملاحظة السلوك حيث يؤدي إلي نتائج إيجابية مقارنة بطرائق وأساليب تعديل السلوك الأخرى؛ نظراً لسهولة تطبيقه مع كافة الفئات العمرية العاديين وغير العاديين. وقد أشارت كل من ناز بدرخان السندي، شيماء عبد العزيز عبد الحميد، ايمان حسن جعدان (٢٠١٣: ٥٣٥) إلى أن النمذجة من الأساليب المهمة في تعلم السلوك التوكيدي والتي يمكن أن تزيد من اكتساب المهارات الاجتماعية والتعامل مع الآخرين من خلال التقليد للنموذج وملاحظة تصرفات الآخرين، ومن هنا يكون التعلم بالملاحظة وعن طريقها يمكن أن يزداد تكرار السلوك المرغوب فيه. وأسفرت نتائج دراسة كل من Saab,et al. (2022) علي أهمية النمذجة ولعب الدور في تعديل سلوكيات الفرد.

فنية لعب الدور Role Playing Technique

أشارت كل من فريدة عبد الغني (١٩٨٨:٤٤)، وعيسى جابر (١٩٨٩:٣)، وعزيز حنا، وآخرين (١٩٩١: ٣٠٤) إلى أهمية استخدام فنية اللعب واعتبروا اللعب تكتيك إسقاطي لتشخيص الجوانب المخفاة من الشخصية، كما أن العلاج باللعب وسيلة يعبر فيها الطفل عن نفسه، ويساعد على تحليلها، وتفسيرها. وهذا يساعده على النمو الشامل جسميا ونفسيا وخلقيا واجتماعيا من خلال التعامل مع الزملاء، والقادة، حيث يكتسب الخبرات التي تعدل من سلوكه، وتتمي جوانب شخصيته، ويساعده على ضبط ذاته، واكتساب الثقة في ذاته. وقد عرف مجدي الدسوقي (١٩٩٤ : ١٣) لعب الدور Role Playing بأنه أسلوب تعليمي إرشادي يتضمن قيام الفرد بأداء دور معين بطريقة نموذجية، وذلك من خلال التفاعل مع الآخرين، حيث يقوم الفرد بوضع نفسه موضع الآخرين، ويتخذ قرارات وردود أفعال كما لو كان في موقف يتطلب منه هذا السلوك.

كما رأت إجلال سري (١٩٩٧ : ١٣٥) أن التمثيل الاجتماعي المسرحي تمثيلا نفسيا ويطلق عليه لعب الدور ويفيد في التخلص من القلق والإحباط وحل الصراع في مواقف تشبه مواقف الحياة الواقعية.

وعلى ذلك اعتبره حامد زهران (١٩٩٩: ٣٠٣) أداة علاجية نفسية مهمة المشكلين أو المصابين باضطرابات نفسية. واتفق عبد الرحمن العيسوي (٢٠٠٠: ٤٥، ٥٦) مع من سبقه في أن منهج العلاج عن طريق اللعب يتيح الفرص للتعبير عن إحباطاتهم، وتوتراتهم، وصراعاتهم، وآلامهم، وأعراضهم، ومشاكلهم، وذلك داخل قاعة اللعب. كما أكد على أنه تم استخدام منهج العلاج عن طريق اللعب في علاج الاضطرابات المختلفة، ومنها القلق. كما خصت Dianna (٢٠٠٥) في دراستها فنية لعب الدور في تنمية المشاعر الإيجابية، وتدعيمها لما لها من تأثير إيجابي في التعبير عن المشاعر والأحاسيس والانفعالات أثناء عملية التواصل مع الآخرين.

أشار أسامة فاروق (٢٠١١: ٧) إلى أهمية فنية لعب الدور في تعديل السلوك وأن فنية لعب الدور لها أهمية بالغة الإرشاد النفسي. كما أكدت كل من ناز بدرخان السندي، شيماء عبد العزيز عبد الحميد، إيمان حسن جعدان (٢٠١٣: ٥٣٥) أن لعب الدور هو تقليد أدوار اجتماعية من خلال تمثيل مشهد محدد من المسترشد امام المجموعة، لإثارة ضغوط نفسية أو توتر أو إحباط، وتدريبه على أداء الاستجابة الملائمة التي تؤدي إلى تأكيد ذاته وزيادة ثقته بنفسه ويعد لعب الدور أحد طرائق السيودراما psychodrama وهي وسيلة علاجية ضمن إطار الجماعة.

وأشار كل من مازن محمد صالح (٢٠٢٠: ٢٨١)، Saab,et al. (2022: 219) إلي الدور الفعال لفنية لعب الدور في تنمية السلوكيات الإيجابية.

من خلال ما سبق عرضه من دراسات سابقة عن فاعلية التدريب علي السلوك التوكيدي وفنياته في تحسين المهارات والكفاءات وخفض عديد من السلوكيات غير المرغوب فيها.

فروض البحث:

مما سبق وعلى ضوء نتائج الإطار النظري والدراسات السابقة، يمكن صياغة الفروض

التالية:

- ١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين (القبلي، والبعدى) على مقياس الكفاءة الانفعالية لصالح القياس البعدى.

- ٢ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\Rightarrow 0.05$) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين (البعدي، والتتبعي) على مقياس الكفاءة الانفعالية.
- ٣ توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\Rightarrow 0.05$) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين (القبلي، والبعدي) على مقياس الحساسية الانفعالية لصالح القياس البعدي.
- ٤ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\Rightarrow 0.05$) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين (البعدي، والتتبعي) على مقياس الحساسية الانفعالية.
- ٥ لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى ($\Rightarrow 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية تعزي لاختلاف النوع الاجتماعي.
- ٦ لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى ($\Rightarrow 0.05$) بين درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية تعزي لاختلاف العمر.

إجراءات البحث:

أولاً: عينة البحث:

تكونت عينة البحث الحالي من (١٦٨) طالبا وطالبة بموجب متوسط حسابي (٢٢.٠٢٣) سنة، وانحراف معياري (٠.٤٨٨) سنة. مكونة من عينة استطلاعية وعينة تجريبية، وتمثلت العينة الاستطلاعية من (١٠٥) خمسة بعد المائة طالبا وطالبة من طلاب الفرقة الرابعة وتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٢١ - ٢٣) سنة بموجب متوسط حسابي (٢٢.٠١٩) سنة، وانحراف معياري (٠.٥٥٤) سنة. أما العينة التجريبية فتمثلت من (٦٣) ثلاث وستين طالبا وطالبة بالفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة المنوفية بموجب (٢٦) ستة وعشرين ذكرا، و(٣٧) سبع وثلاثين أنثى بموجب متوسط حسابي (٢٢.٠٣١٧)، وانحراف معياري (٠.٣٥٧).

حساب المحددات السيكومترية للمقاييس

صدق مقياس الكفاءة الانفعالية:

تم التحقق من صدق المقياس وثباته بالطرق التالية:

١. الصدق العاملي:

تم استخدام مقياس الكفاءة الانفعالية لكل من سعيد عبد الغني، عادل المنشاوي (٢٠١٠) حيث تم حساب صدق المقياس عن طريق التحليل العاملي وأشارت النتائج إلي أن معامل الصدق بلغ ٠.٧٥٥ بالنسبة للبعد الأول وهو تنظيم الذات وهو أفضل مؤشر صدق للمتغير الكامن، يليه الوعي الاجتماعي والذي بلغ ٠.٧٣٢، ثم الوعي بالذات والتي بلغ ٠.٦٧٥، ودافعية الذات والتي بلغت ٠.٦١٣، أما المهارات الاجتماعية فبلغت ٠.٦١٢. وأن قيمة (ت) هو دال إحصائيا عند مستوي (٠.٠٠١).

٢. ثبات المقياس:

وقد تم حساب الثبات بحساب ألفا، وتراوحت معاملات الثبات علي أبعاد المقياس مابين (٠.٦٥ - ٠.٧٦)، وطريقة التجزئة النصفية وقد تراوحت معاملات الثبات مابين (٠.٥٥ - ٠.٧٨) وهي معاملات ثبات مرتفعة وتشير إلي تجانس مفردات المقياس.

٣. الاتساق الداخلي:

كما تم التحقق من الاتساق الداخلي لمفردات مقياس الكفاءة الانفعالية على مستويين؛ الأول منهما تمثل في حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والثانية تمثلت في حساب معامل الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للبعد وأشارت إلي أن معاملات الثبات مرتفعة كلها وأن الاتساق الداخلي لمقياس الكفاءة الانفعالية مناسباً. (سعيد عبد الغني، عادل المنشاوي: ٢٠١٠: ١٢٩ - ١٣١).

٤. صدق وثبات المقياس في البحث الحالي:

تم التحقق من صدق مقياس الكفاءة الانفعالية عن طريق التحليل العاملي، وذلك بتطبيق المقياس على طلاب الفرقة الرابعة من طلاب كلية التربية، وقد تراوحت قيم التثبات في

المفردات الأربعين ما بين (٠.٥٣١)، (٠.٨٩٦). وهي دالة جميعها عند مستوى ٠.٠٥، ومستوي ٠.٠١.

حيث تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة الاستطلاعية على كل مفردة ودرجاتهم على الأبعاد التي تنتمي له هذه المفردات وكذلك بين درجاتهم على كل مفردة ودرجاتهم الكلية على المقياس.

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الكفاءة الانفعالية باستخدام معامل ارتباط بيرسون وذلك عن طريق حساب معامل ارتباط درجة كل مفردة بدرجة التُعد الذي تنتمي إليه، وبالدرجة الكلية والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

صدق الاتساق الداخلي لمفردات مقياس الكفاءة الانفعالية

مهارات اجتماعية		وعى بالذات		تنظيم الذات		ضبط انفعالاتي		ادارة الانفعالات	
معامل الارتباط بالدرجة الكلية	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	م
**٠.٧٦٥	١	٠.٨٢٨	١	٠.٧٥٤	١	٠.٨٩٦	١	٠.٧٣٣	١
**٠.٧٤٨	٢	٠.٦٩٩	٢	٠.٧٦٥	٢	٠.٧١٣	٢	٠.٨٥٨	٢
**٠.٧٩١	٣	٠.٧٨٢	٣	٠.٧٤٨	٣	٠.٦٤٣	٣	٠.٧٣١	٣
*٠.٨٠٤	٤	٠.٥٩٩	٤	٠.٧٩١	٤	٠.٨٨١	٤	٠.٧٢٦	٤
**٠.٦٤٣	٥	٠.٥٣١	٥	٠.٨٠٤	٥	٠.٦٧٧	٥	٠.٧٤٥	٥
**٠.٦٩٣	٦	٠.٨٠٥	٦	٠.٧٤٩	٦	٠.٧٢٩	٦	٠.٥٧٨	٦
**٠.٨١٨	٧	٠.٦٧٧	٧	٠.٧٣١	٧	٠.٧٥٩	٧	٠.٥٥٥	٧
**٠.٧١٣	٨	٠.٧٢٩	٨	٠.٨١٣	٨	٠.٨٩٦	٨	٠.٨٥٨	٨
**٠.٦٤٣	٩								
**٠.٨١٣	١٠								
*٠.٧٢١	١١								

** احصائيا عند مستوى ٠.٠١ * دال عند مستوى ٠.٠٥

اتضح من نتائج جدول (١) أن مفردات مقياس الكفاءة الانفعالية لها علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بدرجة البُعد التي تنتمي إليها وبالدرجة الكلية للمقياس. مما يعنى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي الذي يعنى أن المفردات تشترك في قياس الكفاءة الانفعالية. كما تم حساب معامل ارتباط درجة كل بُعد بالدرجة الكلية والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

علاقة الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الانفعالية.

الأبعاد	إدارة الانفعالات	ضبط الانفعالات	تنظيم الذات	وعي بالذات	مهارات اجتماعية
الارتباط بالمقياس ككل	**٠.٧٦٨	**٠.٨٢١	**٠.٧٦٨	**٠.٧٩٢	**٠.٧٥٧

(**) دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على أن المقياس بوجه عام يتمتع بدرجة عالية من الصدق وصادق لما وضع لقياسه.

٣- الصدق المقارنة الطرفية:

تم تطبيق المقياس على العينة وحساب مجموعة ٢٥% الإرباعي الأعلى ومجموعة ٢٥% الإرباعي الأدنى وحساب قيمة ت للمقارنة بين المجموعتين ويوضح الجدول التالي نتيجة حساب قيمة ت للفرق بين متوسطي درجات المجموعتين المرتفعتين والمنخفضين.

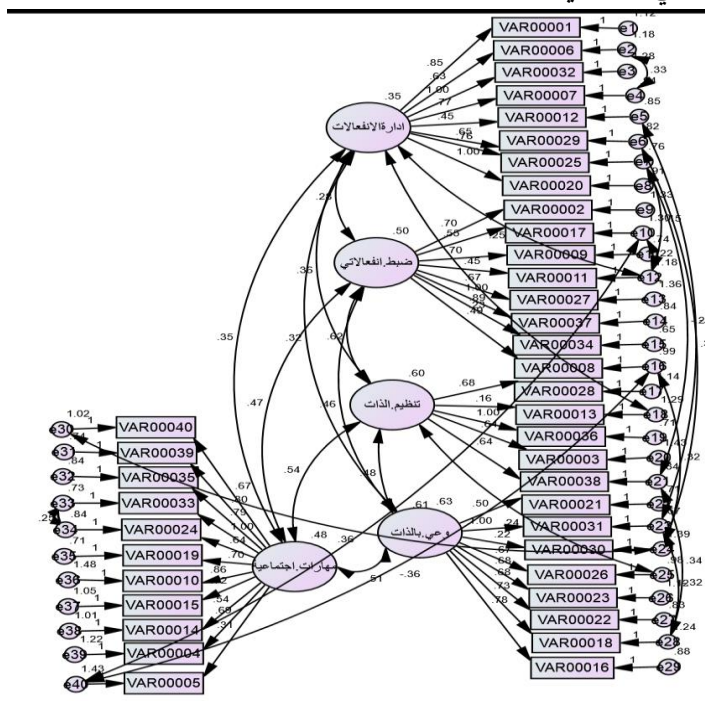
جدول (٣)

قيمة ت للفرق بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة

المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
المرتفعة	٢٧	١٦٧.٢٥	٢.٩٨	٤٥.٣٨٥	٥١	دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١
المنخفضة	٢٦	١٢٩.١٩	٣.١٢			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) دالة إحصائياً مما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق التمييزي مما يعكس صدق المقياس وصلاحيته للتطبيق.
الصدق العاملي التوكيدي:

تم اختبار التحليل العاملي التوكيدي لاختبار مدى مطابقة نموذج اشتق من نظرية ما لمجموعة من البيانات، وبناء عليه تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج Amos الإصدار ٢٦ عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام حيث افترض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس الكفاءة الانفعالية تنتظم حول عامل كامن واحد وأسفرت النتائج عن تشعب العوامل الخمسة للمقياس علي عامل كامن واحد ويبين الشكل (١) التالي التمثيل المخطط للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الكفاءة الانفعالية.



شكل (١)

نموذج للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الكفاءة الانفعالية.

Minimum was achieved

Chi-square = 1606.06

Degrees of freedom = 714

يوضح الجدول (٤) التالي مؤشرات حسن المطابقة للنموذج.

جدول (٤)

مؤشرات حسن المطابقة وقيمة المؤشر والمدى المثالي لكل مؤشر .

قيمة المؤشر التي تشير إلي أفضل مطابقة	المدى المثالي للمؤشر	قيمة المؤشر	مؤشرات حسن المطابقة
٠	تكون غير دالة	1606.06	مربع كاي (k^2)
من صفر الي ١	صفر الي ٥	٢.٢٤٩	نسبة مربع كاي / درجة الحرية (k^2/df)
١	صفر الي ١	٠.٦١٢	مؤشر حسن المطابقة (GFI)
١	صفر الي ١	٠.٥٥٥	مؤشر حسن المطابقة المصحح (AGFI)
١	صفر الي ١	٠.٥٣٣	مؤشر الافتقار الي حسن المطابقة (PGFI)
١	صفر الي ١	٠.٣٦٧	مؤشر المطابقة المعيارية (NFI)
١	صفر الي ١	٠.٤٩٢	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)
١	صفر الي ١	٠.٣٠٨	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)
١	صفر الي ١	٠.٥١١	مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)
١	صفر الي ١	٠.٣٣٦	مؤشر الافتقار الي المطابقة المعيارية (PNFI)
٠	صفر الي ١	٠.١٠٩	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)

** تم الرجوع في تحديد المدى المثالي لكل مؤشر وقيم أفضل مطابقة إلى (عزت عبد الحميد،

٢٠٠٨: ٣٧٠ - ٣٧١).

وبالنسبة لمؤشرات مطابقة النموذج لبيانات مقياس الكفاءة الانفعالية فكانت النتائج جيدة وجميعها تدل علي تمتع نموذج التحليل العاملي التوكيدي بدرجة جيدة من المطابقة لبيانات مقياس الكفاءة الانفعالية. وبذلك يكون المقياس يتمتع بدرجة كبيرة من الصدق وصادق لما وضع لقياسه.

الثبات: تم حساب ثبات المقياس بالطرق التالية:

١ - الثبات بطريقة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach:

تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لدرجات أفراد العينة الاستطلاعية علي كل بعد من أبعاد المقياس الخمسة، وكذلك لدرجاتهم الكلية، حيث تم حساب ثبات المقياس وحساب الثبات في حالة حذف المفردة والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

المفردة	معامل الفا كرونباخ	المفردة	معامل الفا كرونباخ
١	.894	٢١	.893
٢	.895	٢٢	.893
٣	.894	٢٣	.895
٤	.894	٢٤	.893
٥	.897	٢٥	.894
٦	.896	٢٦	.893
٧	.894	٢٧	.895
٨	.895	٢٨	.894
٩	.892	٢٩	.893
١٠	.893	٣٠	.897
١١	.894	٣١	.892
١٢	.894	٣٢	.893
١٣	.895	٣٣	.891
١٤	.894	٣٤	.891
١٥	.894	٣٥	.893
١٦	.893	٣٦	.891
١٧	.895	٣٧	.893
١٨	.892	٣٨	.892
١٩	.892	٣٩	.892
٢٠	.893	٤٠	.894

ألفا كرونباخ للمقياس ككل = ٠.٨٩٧

ويتضح من الجدول أن ثبات المقياس يتأثر سلبيا بحذف أي من مفرداته مما يعني ثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق وكذلك تم حساب معامل ألفا لثبات أبعاد المقياس وحساب ثبات المقياس؛ ويوضح جدول رقم (٦) ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ.

جدول رقم (٦)

ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

المقياس ككل	مهارات اجتماعية	وعي بالذات	تنظيم الذات	ضبط انفعالاتي	إدارة الانفعالات	الأبعاد
٠.٨٩٧	٠.٨٩٢	٠.٨٩٥	٠.٨٩٤	٠.٨٩٦	٠.٨٩١	ألفا للبعد

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٢- الثبات بطريقة التجزئة النصفية Split-half:

تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية حيث تم تقسيم المقياس الي قسمين المفردات فردية الرتبة والمفردات زوجية الرتبة وتم حساب معاملات الارتباط بين نصفي المقياس وحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس بطريقتي سيبرمان براون وطريقة جتمان ويوضح ذلك الجدول (٧)

جدول (٧)

ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

جتمان	طريقة سيبرمان	الأبعاد
٠.٧٩٦	٠.٧٩٧	معامل الثبات

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٣- الثبات بطريقة إعادة التطبيق:

تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق، حيث تم حساب ثبات المقياس ومعامل ثبات أبعاد المقياس بطريقة إعادة التطبيق ويوضح جدول رقم (٨) ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق.

جدول رقم (٨)

ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق

المقياس ككل	مهارات اجتماعية	وعي بالذات	تنظيم الذات	ضبط انفعالاتي	إدارة الانفعالات	الأبعاد
٠.٨٣٩	٠.٨٧٧	٠.٨٢٥	٠.٨١٨	٠.٨٧٦	٠.٨٢٣	معامل الارتباط بين التطبيقين

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ضبط مقياس الحساسية الانفعالية:

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس بالطرق التالية:

صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الحساسية الانفعالية باستخدام معامل ارتباط بيرسون وذلك عن طريق حساب معامل ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٥١٨، ٠.٩٢٨) وهي قيم مرتفعة دالة إحصائياً تعني الاتساق الداخلي للمقياس واشتراك المفردات في قياس الحساسية الانفعالية. مما يدل على أن المقياس بوجه عام يتمتع بدرجة عالية من الصدق وصادق لما وضع لقياسه.

الصدق المقارنة الطرفية:

تم تطبيق المقياس علي العينة وحساب مجموعة ٢٥% الأعلى ومجموعة ٢٥% الأدنى وحساب قيمة ت للمقارنة بين المجموعتين ويوضح الجدول التالي نتيجة حساب قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات المجموعتين المرتفعين والمنخفضين.

جدول (٩)

قيمة ت للفرق بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة

المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	مستوي الدلالة الإحصائية
المرتفعة	٢٦	٥٦.٦٢	٢.٩١	١٨.٩٥	٥٠	دالة عند ٠.٠١
المنخفضة	٢٦	٤٣.٧٦	١.٨٦			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة ت دالة احصائيا مما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق التمييزي مما يعكس صدق المقياس وصلاحيته للتطبيق.

الثبات: تم حساب ثبات المقياس بالطرق التالية:

الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وبلغ معامل الثبات ٠.٨٠٩ وهي قيمة مرتفعة مما يعني ثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق وأن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية حيث تم تقسيم المقياس الي قسمين المفردات فردية الرتبة والمفردات زوجية الرتبة وتم حساب معاملات الارتباط بين نصفي المقياس وحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس بطريقتي سيبرمان براون وطريقة جثمان ويوضح ذلك الجدول (١٠).

جدول (١٠)

ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

الأبعاد	طريقة سيبرمان براون	جثمان
معامل الثبات	٠.٧٤٥	٠.٧٤٣

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

الثبات بطريقة إعادة التطبيق:

تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق، حيث تم حساب ثبات المقياس ومعامل ثبات أبعاد المقياس بطريقة إعادة التطبيق وبلغ معامل الارتباط بين درجات التطبيقين ٠.٨٧١ وهي قيمة مرتفعة مما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

البرنامج التدريبي:

البرنامج التدريبي في هذا البحث عبارة عن عملية منظمة ومخططة تهدف إلي تدريب وتبصير طلاب كلية التربية علي التوكيدية بهدف تخفيف الحساسية الانفعالية ورفع مستوي الكفاءة الانفعالية، وتم تدريب العينة بطريقة التدريب الجماعي.

أهمية البرنامج والحاجة إليه:

أوضحت العديد من الدراسات السابقة أن التدريب على التوكيدية وزيادة الثقة بالنفس وتقدير الذات من شأنه خفض مستوي الحساسية الانفعالية وزيادة مستوي الكفاءة الانفعالية، وذلك من خلال إعداد برنامج تدريبي القائم علي فنية التدريب التوكيدي وذلك من خلال التدريب علي بعض المهارات التي من شأنها زيادة مستوي التوكيدية في المواقف الاجتماعية (التفاعلية بين الطالب والأستاذ الجامعي) المختلفة.

التخطيط العام للبرنامج:

سارت عملية تخطيط وإعداد البرنامج بعدد من الخطوات وذلك على النحو التالي: تحديد أهداف البرنامج، خطوات إعداد البرنامج وتنفيذه، إعداد محتوى البرنامج، الفنيات والأساليب المستخدمة، الأدوات والوسائل، مدة البرنامج، مكان تطبيق البرنامج، تقويم البرنامج.

أولاً: تحديد أهداف البرنامج: -

الهدف العام: يهدف البرنامج إلي خفض مستوي الحساسية الانفعالية ورفع مستوي الكفاءة الانفعالية من خلال التدريب على التوكيدية. وتوجد مجموعة من الأهداف الفرعية المنبثقة من الهدف العام، وهي أهداف إجرائية متضمنة في كل جلسة، وهي العمل علي:

- تثبيت وتقوية السلوك المرغوب فيه من خلال استخدام التعزيز.

- إحلال السلوك المرغوب فيه بدلا من السلوك غير المرغوب فيه، وإكسابهم أنماط سلوكية مقبولة، وتحقيق التوازن النفسي لديهم؛ مما يثري كفاءة الطالب الانفعالية والعمل على تنميتها ويحسن من الحساسية الانفعالية.
- تنمية روح الجماعة، والعمل علي زيادة التماسك الاجتماعي من خلال تنمية روح التعاون بينهم مما يؤدي إلي تحسين ورفع الكفاءة الانفعالية وخفض مستوى الحساسية الانفعالية لديهم.
- تنمية الثقة بالنفس والقدرة علي تحمل المسؤولية؛ مما يسهم في زيادة التوافق الشخصي
- استخدام أنشطة متنوعة تساعد الطالب أو المتعلم القدرة علي التعبير والإفصاح عن انفعالاته، علاوة علي التدعيم المادي والمعنوي المختلفة.

ثانيا: التخطيط العام للبرنامج:

تتلخص خطوات إعداد البرنامج وتنفيذه في الآتي:

جدول (١١)

المخطط العام للبرنامج

م	الموضوع	التفاصيل
١	الأيام	السبت - الأربعاء
٢	عدد الأيام	يومان أسبوعيا عدا الأسبوع الأخير تضمن ثلاثة أيام.
٣	نوع وعدد الجلسات وزمنها	جماعية - ٢٣ جلسة تراوحت ما بين (٥٠ - ٧٠)
٤	مدة البرنامج	شهران وثلاثة أسابيع
٥	مكان الجلسات	كلية التربية - جامعة المنوفية.

- ١- إعداد محتوى البرنامج: استفادت الباحثة خلال إعدادها لمحتوي البرنامج من الإطار النظري والبحوث والدراسات السابقة، إضافة إلى بعض البرامج التدريبية منها الإرشادية التي اهتمت بالتدريب وتنمية التوكيدية. وتكون البرنامج من (٢٣) جلسة بواقع جلستين أسبوعيا، وتراوحت مدة كل جلسة ما بين (٥٠ : ٧٠) دقيقة.
- ٢- تقويم البرنامج: تم عمل تقييم للبرنامج؛ لتحديد مدي الاستفادة من البرنامج حيث تم تقسيم التقويم القبلي لمعرفة مستوى أفراد العينة، والتقويم البعدي: حيث قامت الباحثة بهذا النوع من التقويم بعد نهاية تطبيق البرنامج التدريبي، وذلك لمعرفة مدي التحسن لدي أفراد العينة

مضاهاة بالتطبيق القبلي، ولمعرفة مدى تأثير البرنامج. وقد قامت الباحثة بالتقويم التتبعي وذلك بفترة فاصلة مدتها شهرين ونصف بالضبط بينها وبين التقويم البعدي. وفيما يلي جدول بملخص جلسات البرنامج التدريبي.

جدول (١٢)

جلسات البرنامج التدريبي من حيث عنوان الجلسة والأهداف الإجرائية والفيئات.

م	عنوان الجلسة	الأهداف الإجرائية	الفيئات	زمن الجلسة
١	افتتاحية تمهيدية	- التعرف على أفراد العينة - وبناء علاقة سليمة ومستمرة. - معرفة المفحوصين بالبرنامج وما يشتمل عليه. - إجراء التطبيق القبلي لمقاييس البحث الحالي	الحوار والمناقشة	٧٠ دقيقة
٢	توكيد الذات	التدريب على السلوك التوكيدي الانتباه إلى النموذج والإنصات إليه	النمذجة.	٦٠ دقيقة
٣	السلوك التوكيدي	التعرف على معنى التوكيدية التعرف على أهمية التوكيدية	الحوار والمناقشة.	٦٠ دقيقة
٤	توكيد الذات	ترك مشاعر الخوف والتوتر.	الحوار والمناقشة.	٦٠ دقيقة
٥	توكيد الذات	- اكتساب الفرد القدرة على تجنب التوتر والقلق والتحكم في الانفعالات.	لعب الدور	٥٠ دقيقة
٦	توكيد الذات	- اكتساب الفرد القدرة على تجنب التوتر والقلق والتحكم في الانفعالات.	لعب الدور	٥٠ دقيقة
٧	توكيد الذات	التعرف على استخدام الأساليب التوكيدية واكتساب مهارات سلوكية اجتماعية	لعب الدور	٥٠ دقيقة
٨	توكيد الذات	التعرف على استخدام الأساليب التوكيدية واكتساب مهارات سلوكية اجتماعية	لعب الدور التخيل الذهني	٦٠ دقيقة
٩	توكيد الذات	التعرف على استخدام الأساليب التوكيدية واكتساب مهارات سلوكية اجتماعية	لعب الدور التخيل الذهني	٦٠ دقيقة
١٠	وقف الأفكار اللاعقلانية	التعرف على الحوار السلبي للذات ووقف الأفكار اللاعقلانية السلبية.	الحوار والمناقشة.	٧٠ دقيقة
١١	وقف الأفكار اللاعقلانية	التعرف على الحوار السلبي للذات ووقف الأفكار اللاعقلانية السلبية.	الحوار والمناقشة.	٦٠ دقيقة
١٢	تعديل البناء المعرفي عن الذات	تنمية الحوار الذاتي الإيجابي لتوكيد الذات	الحوار والمناقشة.	٥٠ دقيقة

٦٠ دقيقة	الحوار والمناقشة.	تنمية الحوار الذاتي الإيجابي لتوكيد الذات	١٣ تعديل البناء المعرفي عن الذات وبت الثقة بالنفس
٦٠ دقيقة	النمذجة والحوار والمناقشة.	- تنمية الحوار الذاتي الإيجابي لتوكيد الذات. - تنمية القدرة علي التعبير عن مشاعره بالقبول أو الرفض	١٤ تعديل البناء المعرفي عن الذات وبت الثقة بالنفس
٦٠ دقيقة	الحوار والمناقشة.	- تنمية الحوار الذاتي الإيجابي لتوكيد الذات. - تنمية القدرة علي التعبير عن مشاعره بالقبول أو الرفض	١٥ تعديل البناء المعرفي عن الذات وبت الثقة بالنفس
٧٠ دقيقة	الحوار والمناقشة النمذجة باستخدام بطاقات مصورة في برنامج Power Point	استخدام البطاقات في التعرف على أشكال الحساسية الانفعالية وتحديد نوع الحساسية الانفعالية.	١٦ التعرف علي معني الحساسية الانفعالية والكفاءة الانفعالية.
٧٠ دقيقة	الحوار والمناقشة - النمذجة باستخدام بطاقات مصورة في برنامج Power Point	استخدام البطاقات في التعرف علي أشكال الحساسية الانفعالية وتحديد نوع الحساسية الانفعالية.	١٧ التعرف علي معني الحساسية الانفعالية والكفاءة الانفعالية.
٧٠ دقيقة	الحوار والمناقشة النمذجة التدريب التوكيدي	التحدث بصراحة عن خبرات الحساسية الانفعالية السلبية التي مروا بها.	١٨ التعرف علي مصادر الحساسية الانفعالية وتحليل مواقفها
٦٠ دقيقة	الحوار والمناقشة النمذجة التدريب التوكيدي	التحدث بصراحة عن خبرات الحساسية الانفعالية السلبية التي مروا بها.	١٩ التعرف علي مصادر الحساسية الانفعالية وتحليل مواقفها.
٦٠ دقيقة	التخيل الذهني. والنمذجة لعب الدور الحوار والمناقشة التدريب التوكيدي	تخيل حوار معين مع آخرين وتمثيل الحوار بالكلام وتكوين صورة للموقف المشكل ومحاولة حل هذه المشكله أو الخروج منها	٢٠ اكتساب مهارات سلوكية اجتماعية وتنمية الكفاءة الانفعالية.
٦٠ دقيقة	التخيل الذهني. والنمذجة الحوار والمناقشة التدريب التوكيدي	تخيل حوار معين مع آخرين وتمثيل الحوار بالكلام وتكوين صورة للموقف المشكل ومحاولة حل هذه المشكله أو الخروج منها.	٢١ تحسين الكفاءة الانفعالية
٧٠ دقيقة	التخيل الذهني. والنمذجة الحوار والمناقشة لعب الدور والتدريب التوكيدي	تخيل حوار معين مع آخرين وتمثيل الحوار بالكلام وتكوين صورة للموقف المشكل ومحاولة حل هذه المشكله أو الخروج منها.	٢٢ تحسين الكفاءة الانفعالية
٧٠ دقيقة	الحوار والمناقشة الدعاية والمرح والتعزيز.	إعلان إنهاء البرنامج تشجيع أفراد العينة وتعزيز أدانهم وتقديم الشكر لهم تقييم البرنامج. التطبيق البعدي لأدوات البحث. كما نوهت الباحثة أن هناك تطبيق تنبعي بعد شهرين ونصف من الآن.	٢٣ ختامية

نتائج البحث وتفسيرها:

١- اختبار صحة الفرض الأول:-

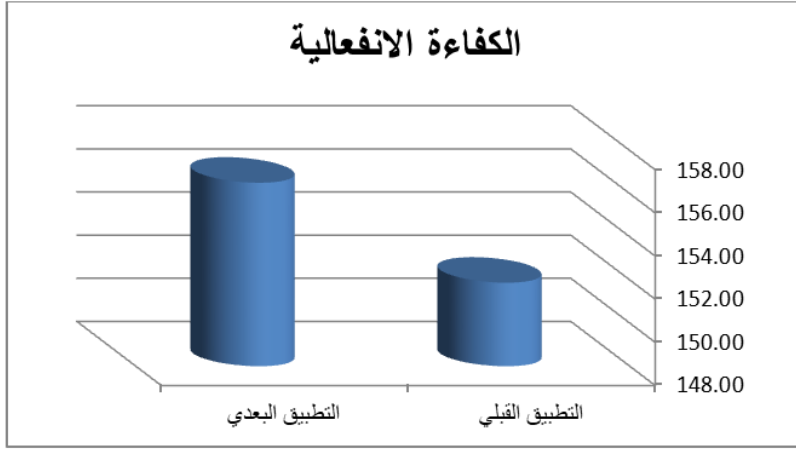
ينص الفرض الأول علي أنه: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في الأداءين القبلي، والبعدي على مقياس الكفاءة الانفعالية، وذلك لتأثير البرنامج التدريبي القائم على فنيات التدريب التوكيدي ".
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار T. test لمعرفة الفروق بين المتوسطات في قياس الأداء القبلي والبعدي. وفيما يلي جدول يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أداء أفراد المجموعة التجريبية في مقياس (الكفاءة الانفعالية) قبل وبعد البرنامج التدريبي (ن = ٦٣).

مستوي الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		التطبيقين
			ع	م	ع	م	
٠.٠١	٦٢	١١.١٨٦	٢٦.٢٨	١٥٦.٥١	٢٦.٩٨	١٥١.٨٧	الكفاءة الانفعالية

يتضح من الجدول أعلاه أن متوسط درجات التطبيق البعدي لمقياس الكفاءة الانفعالية بلغت (١٥٦.٥١) درجة وهو أعلى من المتوسط الحسابي لدرجات التطبيق القبلي الذي بلغ (١٥١.٨٧) درجة مما يدل علي وجود فرق بين متوسطي درجات التطبيقين لمقياس الكفاءة الانفعالية لصالح التطبيق البعدي نتيجة تعرضهم للمعالجة التجريبية (استخدام برنامج تدريبي قائم علي فنيات التدريب التوكيدي). وبتمثيل درجات التطبيقين باستخدام شكل الأعمدة البيانية انضح ما يلي:



شكل (٢)

التمثيل البياني بالأعمدة لمتوسطي درجات التطبيقين.

ويتضح من التمثيل البياني السابق وجود فروق واضحة بينا بين درجات التطبيقين لصالح التطبيق البعدي الأعلى في قيم المتوسط الحسابي. ولتحقق من الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين تم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المترابطتين (مجموعة واحدة: تطبيق متكرر)، وتطبيق اختبار (ت) للفرق بين المتوسطين اتضح ما يلي:

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة (١١.١٨٦) تجاوزت قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٦٢) ومستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على وجود فرق حقيقي بين متوسطي درجات التطبيقين لصالح التطبيق البعدي (ذا المتوسط الأكبر). فقد اشتملت جلسات البرنامج التدريبي والقائم علي فنيات التدريب التوكيدي علي عديد من الفنيات والأنشطة الفعالة والمستخدمه لتحسين الكفاءة الانفعالية وخفض الحساسية الانفعالية لدي أفراد العينة وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج الدراسات الأخرى في الدور الذي تلعبه فنيات التدريب التوكيدي مثل نتائج دراسة كل من (Susanne A., et al.(2003)، ونتائج دراسة (Mills, kia (2011)، ونتائج دراسة كل من (Aithal, A.,et al.(2016)، ونتائج دراسة أمال إسماعيل (٢٠١٨)، ونتائج دراسة كل من (Chu Chien-Chi, et Vagos,P.,& Pereira,A.(2019)، ونتائج دراسة كل من

al..(2020)، ونتائج دراسة كل من فؤاد محمد زايد (٢٠٢٣)، ونتائج دراسة يوسف الشهري (٢٠٢٣) والتي أكدت أن ارتفاع الكفاءة الانفعالية منبئ بالنجاح في الدراسة والعمل وفي العلاقات الاجتماعية، وأداء المهام المختلفة؛ مما يعني قبول الفرض الأول وأن الفروق لصالح التطبيق البعدي وأن استخدام برنامج تدريبي قائم على فنيات التدريب التوكيدي أسهم في تنمية مستوى الكفاءة الانفعالية لدى أفراد العينة.

٢- اختبار صحة الفرض الثاني:-

ينص الفرض الثاني علي أنه: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في الأداءين القبلي، والبعدي علي مقياس الحساسية الانفعالية، وذلك لتأثير البرنامج التدريبي القائم علي فنيات التدريب التوكيدي ".
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار T. test لمعرفة الفروق بين المتوسطات في قياس الأداء القبلي والبعدي. وفيما يلي جدول يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

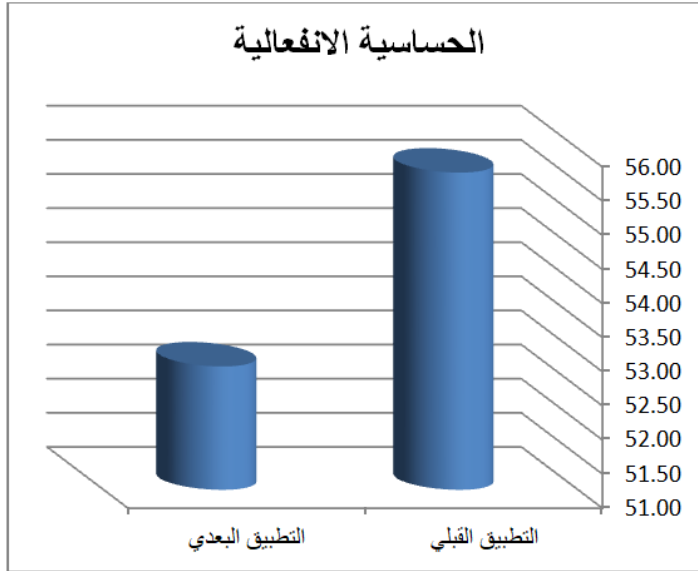
جدول (١٤)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أداء أفراد المجموعة التجريبية في مقياس (الحساسية الانفعالية) قبل وبعد البرنامج التدريبي (ن = ٦٣).

التطبيقات	التطبيق القبلي		التطبيق البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوي الدلالة الإحصائية
	م	ع	م	ع			
الحساسية الانفعالية	٥٥.٦٥	٦.٣٨	٨١.٥	٦.٠٦	٦.٩٦٣	٦٢	٠.٠١

يتضح من الجدول أعلاه أن متوسط درجات التطبيق البعدي لمقياس الحساسية الانفعالية بلغت (٥٥.٦٥) درجة وهو أقل من المتوسط الحسابي لدرجات التطبيق القبلي الذي بلغ (٥٢.٨١) درجة مما يدل على وجود فرق بين متوسطي درجات التطبيقين لمقياس الحساسية الانفعالية لصالح التطبيق البعدي نتيجة تعرضهم للمعالجة التجريبية (استخدام برنامج تدريبي قائم على فنيات التدريب التوكيدي والتي أكدت في مضمونها على أهمية الكفاءة الانفعالية، حيث أثرت فنيات التدريب

التوكيدي في تحسن الحساسية الانفعالية وذلك بانخفاضها). ويتمثل درجات التطبيقين باستخدام شكل الأعمدة البيانية اتضح ما يلي:



شكل (٣)

التمثيل البياني بالأعمدة لمتوسطي درجات التطبيقين

ويتضح من التمثيل البياني السابق وجود فروق واضحة بيانياً بين درجات التطبيقين لصالح التطبيق القبلي الأعلى في قيم المتوسط الحسابي. وللتحقق من الدلالة الإحصائية للفروق بين المتوسطين تم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المترابطتين (مجموعة واحدة: تطبيق متكرر)، وبتطبيق اختبار (ت) لفروق المتوسطين اتضح ما يلي:

جدول (١٥)

نتائج اختبار " ت " للفروق بين متوسطي درجات التطبيقين في الحساسية الانفعالية

المقياس	فرق المتوسطين	الانحراف المعياري للفروق	قيمة ت	درجة الحرية	مستوي الدلالة
الحساسية الانفعالية	٢.٨٤	٣.٢٤	٦.٩٦٣	٦٢	٠.٠١

اتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة (٦.٩٦٣) تجاوزت قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٦٢) ومستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على وجود فرق حقيقي بين متوسطي درجات التطبيقين لصالح التطبيق القبلي (ذا المتوسط الأكبر). ومن الدراسات السابقة الدالة علي ذلك دراسة فيصل الشماسي (٢٠٢١) مما يعني قبول الفرض الثاني وأن الفروق لصالح التطبيق البعدي وأن استخدام برنامج تدريبي قائم علي التدريب التوكيدي لتحسين الكفاءة الانفعالية أسهم في خفض مستوى الحساسية الانفعالية. وبهذا فقد انخفضت مستوي الحساسية الانفعالية نتيجة أثر البرنامج التدريبي المستخدم في البحث والقائم علي التدريب التوكيدي ومن الدراسات المؤكدة لذلك نتائج (Leticia, et al. (2005)، ونتائج دراسة كل من (Jovev M, et al. (2011، ونتائج دراسة محمد مقدار (٢٠١٥)، و نتائج دراسة (Wall, K. (2018)، ونتائج دراسة كل من (Al-Qortoubiya, S., & Al-Fawaeir, A. (2019)، ونتائج دراسة محمد غازي وآخرين (٢٠٢٣)، ونتائج دراسة ذكرى يوسف جميل الطائي (٢٠٢٣)، ونتائج دراسة حسن إبراهيم محمد أبو حشيش (٢٠٢٣). ويمكن تفسير ذلك أن الطلاب جميعا تعرضوا لنفس التدريب وتعرضوا لنفس المواقف أثناء تطبيق البرنامج. وتري الباحثة أن هذه النتيجة منطقية نظرا لأن الطلاب بالفرقة الرابعة يعيشون نفس ظروف الواقع المجتمعي الجامعي.

٣- اختبار صحة الفرض الثالث :-

ينص الفرض الثالث علي أنه: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في الأداءين البعدي، والتتبعي علي مقياس الكفاءة الانفعالية، وذلك لتأثير البرنامج التدريبي القائم علي فنيات التدريب التوكيدي ".
وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار T. test لمعرفة الفروق بين المتوسطات في قياس الأداء البعدي، والتتبعي.
وفيما يلي جدول يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أداء أفراد المجموعة التجريبية في مقياس (الكفاءة الانفعالية) في الأداءين البعدي والتتبعي (ن = ٦٣).

التطبيقين	التطبيق البعدي		التطبيق التتبعي		قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوي الدلالة الإحصائية
	م	ع	م	ع			
الكفاءة الانفعالية	١٥٦.٥١	٢٦.٢٨	١٥٦.٥١	٢٦.٢٨	٠.٥٠٧	٦٢	غير دالة احصائيا
	١٥٦.٥١	٢٦.٢٨	١٥٦.٥١	٢٦.٢٨			

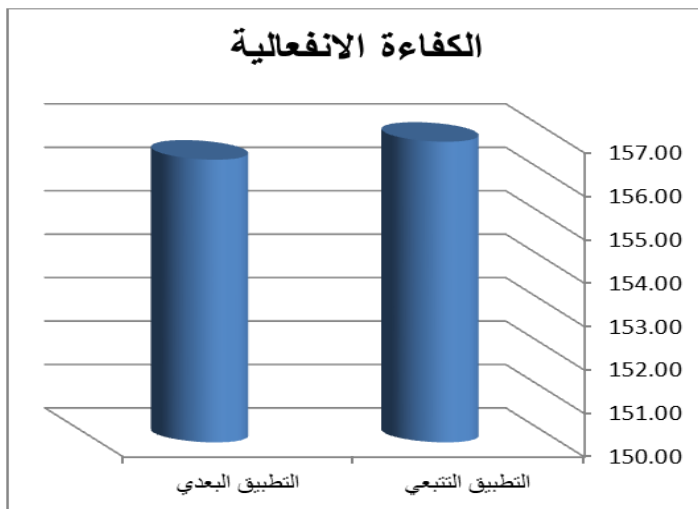
اتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق بين التطبيقين البعدي والتتبعي علي مقياس الكفاءة الانفعالية. يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة (٠.٥٠٧) لم تتجاوز قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٦٢) ومستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على عدم وجود فرق حقيقي بين متوسطي درجات التطبيقين. مما يعني قبول الفرض الصفري الثالث وأن للبرنامج التدريبي أثر مستمر في تنمية الكفاءة الانفعالية. ولاختبار صحة هذا الفرض تم وصف وتلخيص بيانات البحث بحساب (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، أكبر درجة، أصغر درجة) لدرجات التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس الكفاءة الانفعالية كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (١٧)

الإحصاءات الوصفية لدرجات التطبيقين لمقياس الكفاءة الانفعالية. (ن = ٦٣).

المقياس	التطبيقين	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أصغر درجة	أكبر درجة
الكفاءة الانفعالية	البعدي	١٥٦.٥١	٢٦.٢٨	١٠٧	٢٤٠
	التتبعي	١٥٦.٩٢	٢٥.٦٢	١٠٧	٢٤٢

يتضح من الجدول أعلاه تقارب قيم متوسطي درجات التطبيقين القبلي والبعدي مما يدل على بقاء واستمرارية أثر استخدام برنامج تدريبي قائم على أبعاد الكفاءة الانفعالية. ويتمثل درجات التطبيقين باستخدام شكل الأعمدة البيانية اتضح ما يلي:



شكل (٤)

التمثيل البياني بالأعمدة لمتوسطي درجات التطبيقين

ويتضح من التمثيل البياني السابق عدم وجود فروق واضحة بيانياً بين درجات التطبيقين.

٤- ينص الفرض الرابع على أنه:

" لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس الحساسية الانفعالية".

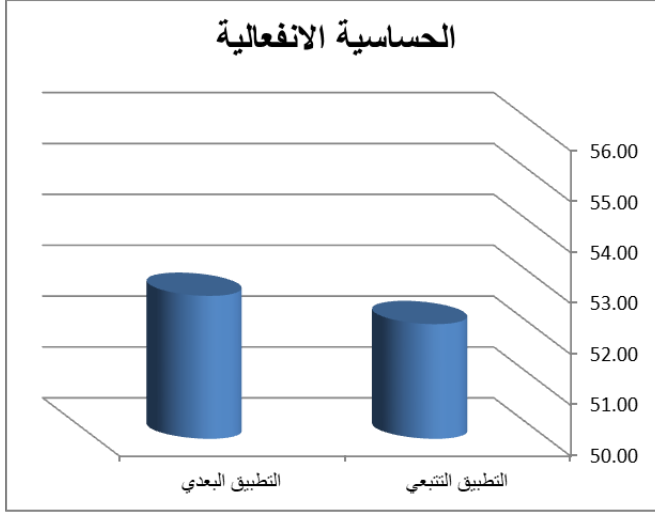
ولاختبار صحة هذا الفرض تم وصف وتلخيص بيانات البحث بحساب (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، أكبر درجة، أصغر درجة) لدرجات التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس الحساسية الانفعالية كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (١٨)

الإحصاءات الوصفية لدرجات التطبيقين لمقياس الحساسية الانفعالية.

المقياس	التطبيقين	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أصغر درجة	أكبر درجة
الحساسية الانفعالية	البعدي	٦٣	٥٢.٨١	٦.٠٦	٤٠	٧١
	التتبعي	٦٣	٥٢.٢٥	٦.٤٢	٤٣	٧١

يتضح من الجدول أعلاه تقارب قيم متوسطي درجات التطبيقين البعدي والتتبعي مما يدل على بقاء واستمرارية أثر استخدام برنامج تدريبي قائم على فنيات التدريب التوكيدي وبتمثيل درجات التطبيقين باستخدام شكل الأعمدة البيانية اتضح ما يلي:



شكل (٥)

التمثيل البياني بالأعمدة لمتوسطي درجات التطبيقين.

ويتضح من التمثيل البياني السابق عدم وجود فروق واضحة بيانياً بين درجات التطبيقين. وللتحقق من الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين تم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المترابطتين (مجموعة واحدة: تطبيق متكرر)، وتطبيق اختبار (ت) لفرق المتوسطين اتضح ما يلي:

جدول (١٩)

نتائج اختبار " ت " للفرق بين متوسطي درجات التطبيقين في الحساسية الانفعالية

المقياس	فرق المتوسطين	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت	درجة الحرية	مستوي الدلالة
الحساسية الانفعالية	٠.٥٦	٣.٢٨	١.٣٤٦	٦٢	غير دالة إحصائياً

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة (١.٣٤٦) لم تتجاوز قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٦٢) ومستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على عدم وجود فرق حقيقي بين متوسطي درجات التطبيقين (ذا المتوسط الأكبر). مما يعني قبول الفرض الصفري الرابع وأن للبرنامج التدريبي أثر مستمر في خفض مستوى الحساسية الانفعالية.

٥- اختبار صحة الفرض الخامس:

"لا يوجد فرق دال إحصائيا عند مستوي ($\alpha = 0.05$) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية تعزي لاختلاف النوع الاجتماعي".

للتحقق من الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين تم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين (الذكور والإناث) في التطبيق البعدي للمقياسين وتطبيق اختبار (ت) لفرق المتوسطين اتضح ما يلي:

جدول (٢٠)

نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسطي درجات التطبيقين بين الذكور والإناث في كل من الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية.

المقياس	المجموعتين	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوي الدلالة
الكفاءة الانفعالية	ذكر	٢٦	١٤٥.٨١	١٩.٤٤	٢.٨٦٢	٦١	دالة عند مستوي ٠.٠١
	أنثي	٣٧	١٦٤.٠٣	٢٨.٠٤			
الحساسية الانفعالية	ذكر	٢٦	٥٢.٩٢	٥.٨٢	٠.١٢٤	٦١	غير دالة
	أنثي	٣٧	٥٢.٧٣	٦.٣٠			

يتضح من الجدول السابق: بالنسبة للكفاءة الانفعالية فإن قيمة "ت" المحسوبة (٢.٨٦٢) تتجاوز قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٦١) ومستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على وجود فرق حقيقي بين متوسطي درجات المجموعتين لصالح الإناث الأكثر كفاءة انفعالية. وقد انققت هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من مصعب الجبوري، لميس الجبوري (٢٠٢٣)، ويمكن تفسير هذه

النتيجة بأن الإناث قد وصلوا إلي مرحلة أصبحن فيها أكثر اعتمادا علي أنفسهن، وكذلك شعورهن بتعزيز الجانب النفسي لديهن.

أما بالنسبة للحساسية الانفعالية فإن قيمة "ت" المحسوبة (٠.١٢٤) لم تتجاوز قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (٦١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) مما يدل على عدم وجود فرق حقيقي بين متوسطي درجات المجموعتين. ومن الدراسات التي اتفقت مع هذه النتيجة دراسة شاجونسي وآخرين (Shaughnessy, et al. (1995)، ومع نتائج دراسة هدي جاسم (٢٠١٥)، ومع نتائج دراسة الإقبالي (٢٠١٨)، ومع نتائج دراسة عبد الله (٢٠١٨)، ومع نتائج دراسة مالك فضيل (٢٠١٨)، ومع نتائج دراسة كل من ثريا راشد، وأحمد محمد جلال (٢٠١٩) في أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الحساسية الانفعالية، في حين اختلفت دراسات أخرى مع هذه النتيجة مثل نتائج دراسة مريم مهذول (٢٠١١)، ونتائج دراسة عماد حمزة (٢٠١٦)، ونتائج دراسة فؤاد محمد زايد حسين (٢٠٢٣: ٩) التي أظهرت أن الإناث توافرت لديهن مستويات مرتفعة من التوكيدية أثرت علي الحساسية الانفعالية. وتري الباحثة ان كل الطلاب يعيشون نفس الظروف الجامعية؛ ذكورا وإناثا.

٦- اختبار صحة الفرض السادس:

" لا يوجد فرق دال إحصائيا عند مستوي ($\Rightarrow 0.05$) بين درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس الكفاءة الانفعالية والحساسية الانفعالية تعزي لاختلاف العمر."

للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way Anova لدلالة الفرق بين درجات مجموعات البحث، والجدول (٢٢) يوضح نتائج تحليل التباين

جدول (٢١)

تحليل التباين أحادي الاتجاه للفرق بين المجموعات وفقاً للعمر الزمني.

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
الكفاءة الانفعالية	بين المجموعات	٤١٧٩.٥٧٨	٢	٢٠٨٩.٧٨٩	٣.٢٤٤	مستوي ٠.٠٥
	داخل المجموعات	٣٨٦٤٦.١٦٨	٦٠	٦٤٤.١٠٣		
	الكلية	٤٢٨٢٥.٧٤٦	٦٢			
الحساسية الانفعالية	بين المجموعات	١١٤.٦٥٧	٢	٥٧.٣٢٩	١.٥٩٢	غير دال إحصائياً
	داخل المجموعات	٢١٦١.٠٥٧	٦٠	٣٦.٠١٨		
	الكلية	٢٢٧٥.٧١٤	٦٢			

يتضح من الجدول السابق أنه:

- بالنسبة للكفاءة الانفعالية توجد فروق بين مجموعات البحث تعزي لاختلاف العمر حيث كانت قيمة تحليل التباين أحادي الاتجاه (ف) دالة إحصائياً وباستخدام اختبار شيفيه تبين أن الفروق لصالح الأقل عمراً.
- بالنسبة للحساسية الانفعالية لا توجد فروق بين مجموعات البحث تعزي لاختلاف العمر الزمني حيث قيمة تحليل التباين أحادي الاتجاه (ف) غير دالة إحصائياً. وقد اختلفت هذه النتيجة مع من سبقها من دراسات سابقة. فقد أكدت بعض الدراسات السابقة كدراسة عماد حمزة (٢٠١٦) أنه توجد فروق دالة إحصائياً في الحساسية الانفعالية تعزي لمتغير العمر الزمني ولصالح العمر الأصغر.

استنتاجات حول فعالية البرنامج في تنمية الكفاءة الانفعالية وخفض الحساسية الانفعالية"

- يتضح من الفرضين الأول والثاني وجود فروق ونتائج ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التطبيقين القبلي والبعدي ولكن تسليماً بأن وجود الشيء قد لا يعني بالضرورة أهميته، فالدلالة الإحصائية في ذاتها لا تقدم للباحث سوي دليلاً علي وجود فرق بين متغيرين بصرف

النظر عن ماهية هذا الفرق وأهميته، من هنا فالدلالة الإحصائية وحدها غير كافية لاختبار فروض البحث فهي شرط ضروري ولكنه غير كافي فالضرورة تتحقق بوجود الدلالة الإحصائية والكفاية تتحقق بحساب الفعالية وحجم الأثر وأهمية النتيجة التي ثبت وجودها إحصائياً، ولذلك يجب أن تتبع اختبارات الدلالة الإحصائية ببعض الإجراءات لفهم النتائج الدالة إحصائياً وتحديد أهمية النتائج التي تم التوصل إليها، ومن هذه الأساليب المناسبة للبحث الحالي اختبار مربع ايتا (η^2) واختبار حجم الأثر (d)، ويهدف اختبار مربع ايتا (η^2) الى تحديد نسبة من تباين المتغير التابع ترجع للمتغير المستقل.

جدول (٢٢)

نتائج اختبار حجم الأثر (d)، واختبار مربع ايتا (η^2)

المقياس	قيمة ت	درجة الحرية	مستوي الدلالة	مربع ايتا (η^2)	حجم الأثر (d)	الفاعلية والأثر
الكفاءة الانفعالية	١١.١٨ ٦	٦٢	٠.٠١	٠.٦٧	١.٤٢	أثر كبير وفاعلية مرتفعة
الحساسية الانفعالية	٦.٩٦٣	٦٢	٠.٠١	٠.٤٤	٠.٨٨	أثر كبير وفاعلية مرتفعة

وتبين من الجدول السابق أن:

- بالنسبة للكفاءة الانفعالية: قيمة اختبار مربع ايتا (η^2) لنتائج التطبيقين (= ٠.٦٧) وقد تجاوزت القيمة الدالة علي الأهمية التربوية والدلالة العملية ومقدارها (٠.١٤) (صلاح مراد، ٢٠٠٠). وهي تعني أن ٦٧٪ من التباين بين متوسطي درجات التطبيقين يرجع الي متغير المعالجة التدريسية (استخدام برنامج تدريبي قائم على أبعاد الكفاءة الانفعالية) ويتضح من الجدول أن قيمة حجم الأثر = ١.٤٢ وقد تجاوزت قيمة (٠.٨٠) مما يدل علي أن مستوي الأثر كبير جداً، وأن هناك فعالية وأثر كبير ومهم تربويًا لاستخدام برنامج تدريبي قائم علي أبعاد الكفاءة الانفعالية في تنمية الكفاءة الانفعالية لدي طلاب الجامعة.
- بالنسبة للحساسية الانفعالية: قيمة اختبار مربع ايتا (η^2) لنتائج التطبيقين (= ٠.٤٤) وقد تجاوزت القيمة الدالة علي الأهمية التربوية والدلالة العملية ومقدارها (٠.١٤) (صلاح مراد،

٢٠٠٠). وهي تعني أن (٤٤ %) من التباين بين متوسطي درجات التطبيقين يرجع الي متغير المعالجة التدريسية (استخدام برنامج تدريبي قائم على أبعاد الحساسية الانفعالية) ويتضح من الجدول أن قيمة حجم الأثر = ٠.٨٨ وقد تجاوزت قيمة (٠.٨٠) مما يدل على أن مستوي الأثر كبير جدا، وأن هناك فعالية وأثر كبير ومهم تربوياً لاستخدام برنامج تدريبي قائم على فنيات التدريب التوكيدي في تحسين الكفاءة الانفعالية، وخفض مستوي الحساسية الانفعالية لدي طلاب الجامعة. مما يشير إلي أن أفراد العينة التجريبية تمتعوا بحساسية انفعالية وإدراكه بمعرفة قوته وضعفه. وفهم مشاعره وانفعالاته والسيطرة عليها وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معها. ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل Webster-Stratton, C., & Reid, M. J. (2003). ونتائج دراسة كل من Mousa, A., & Amira Y.S. (2011)، ونتائج دراسة كل من Dewantari, T., (٢٠١٨)، ودراسة كل من Rizki Mutia Faradita & Muh Izzaty, RE. (2018). ودراسة كل من Farozin.(2019)، ودراسة كل من Bulantika,S.,& Sari,P.(2019)، ودراسة عباس (٢٠١٩)، ونتائج دراسة فاطمة المومني (٢٠٢٠)، ونتائج دراسة جيكر لقمان (٢٠٢١)، ونتائج دراسة كل من محمد غازي الدسوقي، شادي محمد أو السعود، فتحي محمد الشرفاوي، ومصطفى علي عبد الله (٢٠٢٣) والتي أكدت انخفاض مستوي الحساسية الانفعالية نتيجة أثر البرنامج التدريبي المستخدم والقائم علي فنيات التدريب التوكيدي.

توصيات البحث:

في ضوء الإطار النظري وما توصل اليه البحث الحالي من نتائج يمكن تقديم مجموعة من

التوصيات التالية:

١. الاهتمام بمساعدة الطلاب في المرحلة الجامعية بصفة عامة وطلاب كلية التربية بصفة خاصة على معرفة وفهم انفعالاتهم والتحكم فيها والقدرة على ربط الانفعالات بالتفكير، إضافة الى معرفة وفهم انفعالات الآخرين، ويمكن تحقيق ذلك من خلال عمل ندوات ومحاضرات إرشادية في كيفية تنمية الكفاءة الانفعالية، الأمر الذي يؤدي إلى تحسين الحساسية الانفعالية لدى الطلاب.

٢. التأكيد على أهمية الجانب الانفعالي في عملية التعلم لارتباطها وتداخلها مع الجوانب المعرفية للمتعلم وتهيئة المواقف التعليمية التي تسمح بتدريب الطلاب على الفهم والتنظيم والتنوع في الاستجابات الانفعالية.

٣. تشجيع الطلبة على قضاء أغلب أوقاتهم مع الأشخاص الداعمين لهم ؛ لأن ذلك يزيد من ثقتهم بأنفسهم ومن ثم زيادة مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي لديهم ومن ثم زيادة قدرتهم على التغلب على مواجهة الضغوط اليومية.

٤. العمل رفع مستوى الكفاءة الانفعالية لدى الطالب الجامعي وذلك من خلال عقد الندوات والمؤتمرات وإقامة الفعاليات والأنشطة التي تعمل على تحقيق مستوى معين من تحقيق لديهم القدرة على ضبط انفعالاتهم تجاه أنفسهم وتجاه الآخرين.

٥. عقد ورش عمل لتوعية أساتذة الجامعات بأهمية التغذية الراجعة الإيجابية للطلبة التي تساعدهم على تقوية وتعزيز الكفاءة الانفعالية لديهم وهذا يساعد على التغلب على الحساسية الانفعالية لديهم.

٦. تخصيص أساتذة الجامعة وقت مخصص كالساعات المكتبية ومن الممكن تسميتها بالساعات الإرشادية كل محاضرة للتعرف على مشاكل الطلبة النفسية ومساعدتهم على إيجاد الحلول لها.

٧. مساعدة الطلاب أثناء تدريس المقررات الجامعية من قبل أعضاء هيئة التدريس؛ مما يساعد الطلاب على مواجهة الضغوط النفسية والتغلب على مشاعرهم وأحاسيسهم تجاه الآخرين السلبية وعدم الابتعاد العاطفي نحو الآخرين.
٨. توصية الأساتذة الجامعيين بتقدير شخصية طلابهم ورفع من روحهم المعنوية وتشجيعهم والعمل على رفع وتعزيز فاعلية الذات لديهم.

مقترحات البحث:

١. فعالية برنامج إرشادي لتعزيز الكفاءة الانفعالية لدى طلاب المرحلة الجامعية.
٢. فعالية برنامج إرشادي قائم على التوكيدية في الحد من الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلاب الجامعة.

المراجع

- ابتسام حامد السطحية (١٩٩٧): استخدام كل من العلاج السلوكي المعرفي والتعليم بالملاحظة (النمذجة) في تعديل بعض خصائص الأطفال مضطربي الانتباه - رسالة دكتوراه - جامعة طنطا: كلية التربية.
- إجلال محمد سري (١٩٩٧): علم النفس العلاجي، القاهرة: عالم الكتب.
- أسامة فاروق مصطفي سالم (٢٠١١): فاعلية برنامج إرشادي قائم على فنية لعب الدور في تنمية القيم الأخلاقية لدى الطلاب الصم، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢١(٧٣)، (١-٤٣).
- أسماء خداوي، عبد العزيز حدار (٢٠١٧): إشكالية القمع الانفعالي على ضوء الكفاءة الانفعالية الأساسية لدى المراهق. المجلة الجزائرية للطفولة والتربية. ٢٠١٧، (١٣)، (٧١-٨٥).
- أكرم فتحي زيدان (٢٠١٥): سلوك الثرثرة وعلاقته بالحساسية الانفعالية والتوكيدية لدى الجنسين. مجلة دراسات الطفولة جامعة عين شمس، ١٨ (٦٩)، ١-١٠.
- آمال إسماعيل حسين (٢٠١٨): علاقة الكفاءة الانفعالية بتنظيم الذات لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية الجامعة المستنصرية، (٣١)، ٥٣١-٥٨٠.
- آمال عبد القادر جودة (٢٠٠٧): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، ٢١(٣)، (٦٩٧-٧٣٨).
- إيمان عبد المنعم عباس (٢٠٠٢): مدى فاعلية برنامج للتدريب على السلوك التوكيدي عند الصم، خفض السلوك العدواني - رسالة ماجستير - جامعة أسيوط: كلية التربية.
- ثريا القرطوبية وأحمد الفواعير (٢٠١٩). الحساسية الانفعالية لدى المعاقين سمعيا بكلية الخليج في سلطنة عمان المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ٥(٣)، ٣١٩-٣٣٠.
- ثريا بنت راشد، أحمد محمد جلال (٢٠١٩). الحساسية الانفعالية لدى المعاقين سمعيا بكلية الخليج في سلطنة عمان. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ٥ (١)، ٣١٩ - ٣٣٠.
- جعفر محسن حسين، وفاطمة ذياب السعدي (٢٠٢١). الكفاءة الانفعالية لدى كلية الشرطة العراقية. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، (٢١).

- جلال كايد نمره، غريب أبو عميرة، انتصار خليل عشا (٢٠٠٧): تعديل السلوك، عمان، الأردن: دار صفاء.
- جيكو لقمان رشيد، وعلي حسين علي (٢٠٢١): تأثير برنامج التدريب التوكيدي في تعلم بعض المهارات الأساسية بتنس الطاولة - مجلة علوم التربية الرياضية، ١٤ (١٤)، (٢٥٠ - ٢٧٧).
- جيهان مطر (٢٠٠٤). أثر برنامج تعليمي - تعليمي مستند إلى نظرية الذكاء الانفعالي على مستوى هذا الذكاء ودرجة العنف لدى الطلبة العدوانيين في الصف الخامس والسادس. أطروحة دكتوراه، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- حاتم محمد صالح عبد الوهاب (٢٠٢٢). قوة الأنا والضغط النفسي المدرك والحساسية الانفعالية كعوامل منبئة بالضجر الأكاديمي لدى طلاب جامعة جدة - مجلة العلوم التربوية - ٨ (١)، (١٦٩ - ٢٠٣).
- حامد عبد السلام زهران (١٩٩٩): التوجيه والإرشاد النفسي - القاهرة: عالم الكتب.
- حسن إبراهيم محمد أبو حشيش (٢٠٢٣): اضطراب صورة الجسم وعلاقته بالحساسية الانفعالية وتقدير الذات لدى المراهقين: دراسة تنبؤية - جامعة بني سويف - كلية التربية: مجلة كلية التربية، ٢٠ (١١٧)، (٦٢٤ - ٦٨٠).
- حسين جعفر محسن، وفاطمة ذياب السعدي. (٢٠٢١). الكفاءة الانفعالية لدى كلية الشرطة العراقية. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، (٢١).
- حنان خضر أبو منصور (٢٠١١). الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى المعاقين سمعياً في محافظة غزة رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة - فلسطين.
- حيدر جليل عباس (٢٠١٩). قياس الكفاءة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية الأساسية. جامعة المنصورة، مجلة كلية التربية الأساسية، ١٠٤ (٢٥)، (٩٧ - ١١٩).
- ذكري يوسف جميل الطائي (٢٠٢٣): الحساسية الانفعالية لدى طلبة كلية التربية الأساسية وعلاقتها ببعض المتغيرات - مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، ١٩ (٣)، (١٦٨ - ١٨١).

- رابعة عبد الناصر محمد مسحل (٢٠٢١): ما وراء الانفعال في ضوء التنظيم الذاتي والكفاءة الانفعالية والهزيمة النفسية لدي عينة من لاعبي كرة السلة "دراسة تنبؤية فارقة" - جامعة الأزهر: مجلة التربية - ١٩١ (٥)، (٤٤٨ - ٥١٣).
- رجب على شعبان محمد (٢٠٠٣): التدريب التوكيدي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لطلاب الجامعة- مجلة الإرشاد النفسي- مركز الإرشاد النفسي - جامعة عين شمس، (١٧)، (١٥٥) -٢١٥).
- رشدي فام منصور (٢٠٠٠): علم النفس العلاجي والوقائي.. رحيق السنين -القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- رضا مسعد أحمد الجمال (٢٠١٨): علاقة ما وراء الانفعال لدي الأمهات بالكفاءة الانفعالية والسلوك العدوانى لدي أطفالهن في مرحلة الروضة - دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (٩٣)، (١٧٠ - ١٣٩).
- زكية مبيضين (٢٠٠٧). بناء برنامج تدريبي استنادا لمفهوم الذكاء الانفعالي وقياس فاعليته في مفهوم الذات والدافعية لدى طلبة المرحلة الأساسية في الأردن. أطروحة دكتوراه، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.
- سعيد عبد الغني سرور، عادل محمود المنشاوي (٢٠١٠): نموذج بنائي للإبداع الانفعالي والكفاءة الانفعالية والتفكير الإبداعي وأساليب مواجهة الضغوط الدراسية لدي الطالب المعلم- مجلة كلية التربية بدمنهور -جامعة الإسكندرية، ٢ (١) - (٩٣ - ١٧٥).
- شريفة مسعود شحاته (٢٠٠٧): فاعلية برنامج إرشادي باستخدام السلوك التوكيدي في تنمية مهارات التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة نوات الاحتياجات البصرية الخاصة - رسالة ماجستير - جامعة عين شمس: كلية التربية.
- شيري مسعد حلیم (٢٠٢٠). الحساسية الانفعالية وعلاقتها بكل من المهارات الاجتماعية والتكؤ الأكاديمي لدى طلبة جامعة الزقازيق في ضوء بعض الديموغرافية. مجلة كلية التربية جامعة بني سويف، ٣، ٢٦٧-٣٣١.

- الشيماء محمود سالمان (٢٠١٧). الاضطراب الوجداني الموسمي كمنبئ بالحساسية الانفعالية لدى معلمي التعليم الأساسي بالمنيا. المؤتمر الدولي الثالث مستقبل إعداد المعلم، كلية التربية، جامعة ٦ أكتوبر بالتعاون مع رابطة التربويين العرب. ١٦-١٣٣.
- طريف شوقي فرج (١٩٩٨): توكيد الذات (مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية) - القاهرة: دار غريب.
- عادل عبد الفتاح محمد الهجين (١٩٩٨): أثر التفاعل بين البيئة الأسرية والبيئة المدرسية على مستوى التوكيدية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية - رسالة ماجستير - جامعة المنوفية: كلية التربية.
- عبد الله محمد عبد الظاهر خليل (٢٠٠٤): مدي فاعلية العلاج العقلاني والانفعالي والتدريب التوكيدي في خفض القوبيا الاجتماعية لدى الطلاب المعلمين بجامعة أسيوط- رسالة ماجستير - جامعة أسيوط: كلية التربية.
- عزت عبد الحميد محمد (٢٠٠٨): الإحصاء المتقدم للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية، بنها: دار المصطفى.
- عزيز حنا داود، محمد عبد الظاهر الطيب، فاطمة هاشم العبيدي (١٩٩١): الشخصية بين السواء والمرض، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- عفاف أحمد جعيس، مصطفى عبد المحسن الحديبي، فاطمة محمد علي عمران، ومروة كمال الدين حسين (٢٠٢٣): فاعلية العلاج القائم على التدريب التوكيدي في خفض حدة اضطراب الشخصية العدوانية-السلبية لدى طلاب كلية التربية- مجلة دراسات في مجال الإرشاد النفسي التربوي -جامعة أسيوط: كلية التربية - المجلد السادس - العدد الأول - (٧٦- ١٠١).
- عفيفة طه ياسين (٢٠١٩). الحساسية الانفعالية السلبية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية للعلوم الإنسانية. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، ٤٤(٤)، (١٦٩- ١٧٩).
- عماد أحمد حسن علي، وعبد الله محمد عبد الظاهر، صالح عبد الفتاح (٢٠١٩): أثر برنامج إرشادي قائم على التربية العقلانية الانفعالية في تحسين الكفاءة الانفعالية والاجتماعية لدي

التلاميذ المكفوفين بالمرحلة الابتدائية بمدينة أسبوط - المجلة العلمية - المجلد (٣٥) - العدد الخامس - الجزء الثاني - (٤٧٧-٤٩٢).

- على محمود شعيب (٢٠٢١). الإسهام النسبي للحساسية الانفعالية والقلق العام والاكتئاب في التنبؤ بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة - المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية، ٤(٢)، (٧١-١٣٠).
- عماد حمزة العتابي (٢٠١٦) الحساسية الانفعالية لدى طلبة الجامعة وفاعلية الإرشاد بفرض المفهوم الخاطئ (رامي) في التقليل من فرط الحساسية السلبية، جامعة المثنى، العراق. مجلة آداب ذي قار: جامعة ذي قار - كلية الآداب - العراق، (١٩)، (٣٣٤-٣٧١).
- عيسى عبد الله جابر (١٩٨٩) "دراسة ميدانية لبناء برنامج إرشادي لعلاج أطفال مضطربين سلوكيا عن طريق اللعب" - رسالة دكتوراه - جامعة عين شمس: معهد الدراسات العليا للطفولة.
- جودت عزت عبد الهادي، سعيد حسني العزة (٢٠٠٥): تعديل السلوك الانساني - دليل الاباء والمرشدين التربويين في القضايا التعليمية والنفسية والاجتماعية، عمان - الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- فاطمة أحمد المومني (٢٠٢٠) فاعلية برنامج إرشادي في تنمية توكيد الذات لدي طالبات كلية العلوم التربوية جامعة جرش - مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٦(٢٨)، (٢٣٩-٢٥٤).
- فائقة محمد بدر (٢٠٠٦): وجهة الضبط وتوكيد الذات: دراسة مقارنة بين طلاب الجامعة المقيمين في المملكة العربية السعودية وخارجها -دراسات عربية في علم النفس، القاهرة: دار غريب، (١)، (١١ - ٤٣).
- فرحان النويران لافي، ومحمد نزيه حمدي (٢٠١٣). فاعليه برنامج إرشادي مستند إلى الكفاءة الانفعالية في خفض سلوك العدوان وتحسين تقدير الذات لدى الصفوف الثامن والتاسع والعاشر في مدرسه الحلابات الغربي بالأردن. مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، ٣٤(٢). ٢٥٢.

- فريدة عبد الغني السماحي (١٩٨٨): أثر كل من العلاج الجماعي عن طريق اللعب وبرنامج التدعيم الإيجابي على سلوك وديناميات الأطفال الاكثابين - رسالة دكتوراه - جامعة طنطا: كلية التربية.
- فؤاد محمد زايد حسين (٢٠٢٣) توكيد الذات وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية بجامعة دمار الجمهورية اليمنية - مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية. ٥(١)، (٩-٤٠).
- فيصل حويد حمدان الشماسي (٢٠٢١): أثر الحساسية الانفعالية على التكيف النفسي والاجتماعي لدى التلاميذ ذوي الإعاقة السمعية في مدارس الدمج - مجلة العلوم التربوية - كلية التربية بالگردقة: جامعة جنوب الوادي. ٤ (١)، (٤٤ - ٧٦).
- لافى أحمد إقبالي (٢٠١٨). الحساسية الزائدة لدى الطلبة المتفوقين بمحافظة الليث، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، ٧(٣)، (١٦٢-١٧١).
- مازن محمد صالح (٢٠٢٠): أثر برنامج إرشادي على وفق فنية لعب الدور في خفض السلوك العدوانى لدي طلاب المرحلة المتوسطة - مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع: العراق، (٦٢)، (٢٨١ - ٣١٨).
- مالك فضيل عبد الله (٢٠١٨). الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالتكؤ الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة واسط، ٣٠، (٧٣٦-٧٩٤).
- مجدي محمد الدسوقي (١٩٩٤): مدى فاعلية لعب الدور والتعليم بالأنموذج في تنمية مستوى النضج الخلقى لدى عينة من الأطفال - رسالة دكتوراه - جامعة عين شمس: كلية التربية.
- محمد إبراهيم عيد (١٩٩٥): السلوك التوكيدي وعلاقته ببعض المتغيرات -جامعة عين شمس: مجلة كلية التربية، ١(١٩)، (٢٠٧ - ٢٣٥).
- محمد غازي الدسوقي، شادي محمد أو السعود، فتحي محمد الشراقوي، مصطفى علي عبد الله (٢٠٢٣): الخصائص السيكومترية لمقياس الحساسية الانفعالية التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بمدينة مرسى مطروح، مجلة جامعة مطروح العلوم التربوية والنفسية، (٣) - (٢٣-٦٧).
- محمد محروس الشناوي، محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨): العلاج السلوكي الحديث، أسسه وتطبيقاته - القاهرة: دار قباء.

- محمد مسعد عبد الواحد مطاوع (٢٠٢٣): ممارسات التدريب التوكيدي في الإرشاد والعلاج النفسي (التأصيل النظري - التصميم - الفاعلية) - أبها - السعودية.
- محمد مقدار (٢٠١٥). برنامج إرشادي لتعزيز السلوك التوكيدي لدي تلميذات المرحلة الابتدائية بمملكة البحرين - دراسات نفسية وتربوية - مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، (١٥) - (٨٥ - ١٠٠).
- مريم حسين عبيد، كاظم عبد نور (٢٠١٨). الحساسية الانفعالية لدى طلبة المرحلة الإعدادية- مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، ٣٨، ١٤٩٥-١٥١٠.
- مريم مهذول الطائي (٢٠١١). الحساسية المفرطة لدى طلبة الجامعة -المؤتمر العلمي العربي الثامن لرعاية الموهوبين والمتفوقين الأردن، ٨ (٢)، ٢٠١ - ٢٢١.
- مصطفى خليل عطا الله (٢٠١٧). الأفكار اللاعقلانية وأعراض الشخصية التجنبية كمنبئ بالحساسية الانفعالية لدى المراهقين المكفوفين. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، ٨٣، (٤٥٩-٤٩٠).
- مصطفى عبد الباقي عبد المعطي (٢٠٠١): دراسة لأثر فاعلية برنامج لتنمية السلوك التوكيدي لدي المعاقين حركيا- مجلة علم النفس - (٥٩) - (يوليو- أغسطس- سبتمبر) - السنة (١٥) -القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، (١٤٠ - ١٥٤).
- مصعب علي محمد الجبوري، لميس إبراهيم علي الجبوري (٢٠٢٣): الكفاءة الانفعالية لدي طالبات كلية التربية للبنات - المؤتمر العلمي السادس والعشرين للعلوم الإنسانية والتربوية - مجلة المستنصرية للعلوم الإنسانية: كلية التربية الجامعة المستنصرية، أبريل، (١٨٣-١٩٣).
- معتز محمد عبيد أحمد عبد الله (٢٠٠٧): برنامج للتدريب التوكيدي لتنمية التعبير عن الذات لدى عينة من الشباب الجامعي- رسالة دكتوراه - جامعة عين شمس: كلية التربية.
- ناز بدرخان السندي، شيماء عبد العزيز عبد الحميد، ايمان حسن جعدان (٢٠١٣): أثر اسلوب توكيد الذات في تنمية الاحساس بالمعنى الوجودي للحياة لدى طالبات الجامعة - مجلة كلية التربية الأساسية - جامعة بابل - (١٢) - (٥٣٢-٥٥٤).

- نصره محمد جلجل، كوثر قطب محمد، وإيمان رجب فخر الدين (٢٠٢١) الكفاءة الانفعالية وعلاقتها بتجهيز المعلومات لدى طلبة كلية التربية، مجلة كلية التربية جامعة كفر الشيخ، (١٠١) - (٣٧٧-٤٠٢).
- نهلة فرج الشافعي. (٢٠١٨). فعالية الإرشاد السلوكي الجدلي في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلاب الجامعة. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، ١٠٤، (١٦٧-٢١٠).
- نورة عبد المحسن السهلي، أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (٢٠١٨): فعالية الإرشاد السلوكي في تحسين بعض مهارات السلوك التوكيدي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية- مجلة البحث العلمي في التربية، (١٩)- (٥٦٧-٥٩٠).
- هدي جواد جاسم (٢٠١٥). الحساسية الانفعالية وعلاقتها بالنكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية الجامعة المنصورة.
- يوسف سالم الشهري (٢٠٢٣): الكفاءة الانفعالية لدى الطلبة المتفوقين في المرحلة الثانوية بمدينة الطائف - المجلة العربية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٧ (١)، (٢٩٠ - ٣١٣).

ثانياً: المراجع الإنجليزية:

- Aguinaga San José, Iñigo; Martinez-Pampliega, Ana; Santamaría, Txemi; Merino Ramos, Laura.(2023). The Coach's Role in Young Athletes' Emotional Competence and Psychological Well-Being. International Journal of Emotional Education, 15 (1), (136-151).
- Aithal, A. P., Kumar, N., Gunasegaram, P., Sundaram, S. M., Rong, L. Z., & Prabhu, S. P. (2016). A survey-based study of emotional intelligence as it relates to gender and academic performance of medical students. Education for Health: Change in Learning & Practice, 29(3), 255–258.
- Aspelin, Jonas.(2019). Enhancing Pre-Service Teachers' Socio-Emotional Competence- International Journal of Emotional Education, v11 n1 p153-168
- Al-Qortoubiya, S., & Al-Fawaeir, A. (2019). Emotional sensitivity among the hearing impaired at the Gulf College in the Sultanate of Oman. International Journal of Educational and Psychological Studies, 5(3), 319-330.
- Bar- on, P. D (2003). The Emotional Quotient Inventory (EQI), North Toronto, NEW YORK: Multi- Health systems.
- Bhat, R, H, & Khan, S, M. (2018). Emotional competence: Review. National Journal of multidisciplinary Research and Development, 44-49.
- Boogar, I., Talepasand, S., & Dostanian, A. (2016).The prediction of resilience and social-emotional assets among preschoolers based on The House-Tree-Person Projective DrawingTurkish ,Journal of Psychology, 31(77), 1-14.
- Bulantika,S.,& Sari,P.(2019).The Effectiveness of Assertive Training Techniques to Increase Student Assertiveness Ability.Biblio Couns:Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan,2(3),109-116.
- Cary Cherniss, Daniel Goleman (2001). The Emotionally Intelligent Workplace: How to Select for, Measure, and Improve Emotional Intelligence in Individuals, Groups, and Organizations, The Jossey-Bass business & management series.
- Chandler,Donald,S.,Jr.Jamshidi,Ray;Perkins,Michele.(2007).Exploring Emotional Sensitivity and Counseling –Related Services: A Needs

- Assessment Study for Historically Black Colleges and Universities- Non Journal-(ERIC Number:ED497412).
- Chu Chien-Chi, , Bin Sun, Huanlian Yang Muqiang Zheng, Beibei Li.(2020). Emotional Competence, Entrepreneurial Self-Efficacy, and Entrepreneurial Intention: A Study Based on China College Students' Social Entrepreneurship Project, *Frontiers in Psychology*, 11(547627),(1-13).
 - Coifman, KG, Bonanno, GA (2009). Emotion context sensitivity in adaption and recovery. In: Kring, AM, Sloan, DM (eds) *Emotion Regulation and Psychotherapy*. New York: Guilford Press, 157–173.
 - Coifman, KG, Bonanno, GA (2010). When distress does not become depression: Emotion context sensitivity and adjustment to bereavement. *Journal of Abnormal Psychology* ,119(3), 479– 490.
 - Dianna T.Kenny.(2005). Asystematic Review of treatments for music performance Anxiety. *Journal of Anxiety, Stress of coping*, 18 (3) , 183 –208.
 - Dereli,Esra,Karakus,Ozlem(2011).An Examination of Attachment Styles and Social Skills of university Students.(2011).*Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9.(2), 731-744.
 - Dewantari, T., & Izzaty, R. E. (2018). Effectiveness assertive training on discipline of learning in junior high school. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 3(2), 57–62. <https://doi.org/10.23916/0020180313120>
 - Dodonov, Y.A., Dodonov,Y.S. (2010). Emotional sensitivity measurement in cognitive tasks with emotional stimuli. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5,1596-1600.
 - Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental Socialization of *Emotion*.*PsychologicalInquiry*,9,241-273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1
 - Fagan , M , Michael (1979) Alleviated Depression the Efficacy of Group Psychotherapy and Group Assertive training (EJ 197527) – *Small Group Behavior Journal*, 10 (1) , 135 – 152.

- Ferguson, Elizabeth ;Houghton Stephen.(1992). The Effects of Contingent Teacher Praise , as Specified by Canter's Assertive Discipline programme, on children's On-Task Behaviors - (EJ 456491)- Journal of Educational Studies , 18 (1) , 83 – 93.
- Goleman, D. (2001). An EI-based theory of performance. The emotionally intelligent workplace: How to select for, measure, and improve emotional intelligence in individuals, groups, and organizations, 1, 27-44.
- Goleman, D., Boyatzis, R. and McKee, A. (2002) Primal Leadership: Realizing the Power of Emotional Intelligence. Harvard Business School Press, Boston.
- Goleman, Daniel. (1998). Working with emotional intelligence. New York: Bantam Books.
- Guarino, L.R.(2003). Emotional Sensitivity: A new measure of emotional ability and its moderating role in the stress-illness relationship, Thesis submitted for the degree of Doctor of Philosophy University of York Department of Psychology.
- Jackson, E. (1984). Sensitivity to Emotions and behavioral empathy in the initial counseling interview. The Journal of Humanistic Counseling, 3 (22), 107-114.
- Jovev M, Chanen A, Green M, Cotton S, Proffitt T, Coltheart M, Jackson H. (2011). Emotional sensitivity in youth with borderline personality pathology. Psychiatry Res. 187(1 –2), 234 –240.
- Lasaukiene,J., Asta,R. (2015). Expression of Pre- service teachers, Emotional Competence in their educational Practice, Procedia – Social and Behavioral science, 1(205), 103 – 109.
- Leticia Guarino&Lya Feldman(2005). Differences in emotional sensitivity among british and Venezuelan. Psicothema ,17(4):639-644.
- Marston, Emily G.;Hare, Amanda; Allen, Joseph P.(2010), Rejection Sensitivity in late Adolescence: Social and Emotional Squeal-Journal of Research on A dolescence,20 (4), 959-982.
- Mills, kia (2011). The Relationship of emotional competence to levels of aggression in adolescents. Unpublished Doctoral Dissertation, Fordham University, U. S. A.

- Mousa, A., & Amira Y.S. (2011). The Effect of an Assertiveness Training Program on Assertiveness Skill and Social Interaction Anxiety of Individuals with Schizophrenia. *Journal of American Science*, 254-466.
- Naveen, (2011): Emotional Competence of teacher educators working in self-financing B.Ed. colleges in state Haryana, *International Referred Research Journal*, V. (2), ISSUE 20, P.14-16.
- Parmaksız, İ (2019). Assertiveness as the Predictor of Adjustment to University Life amongst University Students. *International Journal of Instruction*, 12(4), 131-148.
- Patrick, S, Y, & Florence, K, Y. (2011). Emotional Competence as Appositive Youth Development Construct: A Conceptual Review. *The Chinese university of Hong Kong*.
- Rizki Mutia Faradita & Muh Farozin. (2019). The Influence of Group Counseling With Assertive Training on Student's Assertive Ability- *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, (462), 39-43.
- Rossman, Mark H, Rossman, Maxine E. (1980) " Assertiveness training: An Effective Adult Teaching Technique "-(EJ233600)- *Journal of Lifelong Learning: The Adult years* , 4 (2) , 11- 26.
- Rottenberg, J, Gross, JJ, Gotlib, IH (2005) Emotion context insensitivity in major depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 114(4), 627-639.
- Roy S, HariPriya. (2018). Developing emotional competence as a life skill among adolescents. *Journal of Historical Archaeology & Anthropological Sciences*, 3(6):813–816
- Saab, Maysa; Shaaban, Eman. (2022). The Impact of Modeling and Role Play on Grade Eleven Students' Achievement and Motivation While Teaching Krebs Cycle in Biology- *International Journal of Research in Education and Science*, 8 (2) , 219-242.
- Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. New York: Guilford Press.

- Salovey, P & Mayer. J. D. (2004). Emotional Intelligence Imagination. *Cognition and Personality*, 9 (3), 185-211.
- Sharp C, Trull TJ. (2017). Emotion Dysregulation in Adolescents with Borderline Personality Disorder. In: Essau CA, SS LB, Ollendick TH, editors. *Emotion Regulation and Psychopathology in Children and Adolescents*; 259.
- Shaughnessy, M.F., Cordova, F., Strickland, J., Smith, C. (1995). Working with the Emotionally Sensitive Adolescent. *International Journal of Adolescence and Youth*, 6, 47-55.
- Stewart, Charlotte G.; Lewis William A. (1986). Effects of Assertiveness Training on the Self-Esteem of Black High School Students- *Journal of Counseling & Development*, 64 (10), 638 – 641.
- Susanne A. Denham, Kimberly A. Blair, Elizabeth DeMulder, Jennifer Levitas, Katherine Sawyer, Sharon Auerbach-Major, Patrick Queenan. (2003). Preschool Emotional Competence: Pathway to Social Competence? - *The Society for Research in Child Development*- 74(1), 238-256.
- Svetlana Tolstaia; Oxana Revenco. (2023). Methods of Development of Conflict logical Culture in Older Adolescence- *Journal of Educational Sciences*, 24 ,2(48), 156-168.
- Uzuntiryaki-Kondakci, Esen; Capa-Aydin, Yesim. (2013). Predicting Critical Thinking Skills of University Students through Metacognitive Self-Regulation Skills and Chemistry Self-Efficacy-*Educational Sciences: Theory and Practice*, 3(1), 666-670.
- Vagos, P., & Pereira, A. (2019). A Proposal for Evaluation Cognition in Assertiveness. *American Psychological Association*, 22, (3), 657-665.
- Verloisse Herrera & Leticia Guarino (2008). Emotional Sensitivity, Stress and Perceived Health in Venezuelan Marines- *Universitas Psychological*. 7(1):185-198.
- Wall, K., Kalpakci, A. Hall, K., Crist, N., & Sharp, C. (2018). An evaluation of the construct of emotional sensitivity from the perspective of emotionally sensitive people. *Borderline Disorder and Emotional Dysregulation*, 5(1), 1-9.

- Wallbott. H. G., & Seithe. W., (1993). Sensitivity of persons with hearing impairment to visual emotional expression-compensation or deficit? *European Journal of Social Psychology*, 23(2), 185-193.
- Webster-Stratton, C., & Reid, M. J. (2003). Treating Conduct Problems and Strengthening Social and Emotional Competence in Young Children: The Dina Dinosaur Treatment Program. *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*, 11, 130-143.
- Weher , Sara H. Kaufman Melvin E. (1987) “The Effects of Assertive Training on Performance in Highly Anxious Adolescents “(EJ356469)- *Journal of Adolescence*, 22 (85), 195 – 205.
- Williams, M. , Bywater, T. , Lane, E. , Williams, N. and Hutchings, J. (2019) Building Social and Emotional Competence in School Children: A Randomized Controlled Trial. *Psychology*, 10, 107-121. doi: 10.4236/psych.2019.102009.
- Zeng, F. Q., Qian, L., and Cui, X. R. (2017). Can emotional competencies affect the entrepreneurial intent of social entrepreneurs? —the empirical study on Enactus in China. *Innovation* 11, 20–27. doi: 10.1371/journal.pone.0090051.