

مهارات الميثة انفعالية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والتخصص الدراسي

لدى طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود

السيد رمضان بريك⁽¹⁾

جامعة الملك سعود

(قدم للنشر في 04/02/1437هـ؛ وقبل للنشر في 27/06/1437هـ)

المستخلص: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين مهارات الميثة انفعالية والمساندة الاجتماعية والتخصص الدراسي لدى طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود. وقد تكونت عينة الدراسة الأساسية من (114) طالباً من طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية (ديون، 1987) ومقياس مهارات الميثة انفعالية من إعداد الباحث. وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية: - وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميثة انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب عمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود (العينة الكلية). - وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميثة انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات العلمية بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود. - وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميثة انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات الإنسانية بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود. - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب السنة التحضيرية مسار الكليات العلمية ومتوسطات درجات طلاب السنة التحضيرية مسار الكليات الإنسانية في مهارات الميثة انفعالية لصالح طلاب مسار الكليات العلمية. الكلمات المفتاحية: الوعي، مراقبة الذات.

Meta-emotional Skills and its Correlation to Social Support and Academic Specialization of Preparatory Year Students at King Saud University

Elsayed R. Boraik⁽¹⁾

King Saud University

(Received 16/11/2015; accepted 05/04/2016)

Abstract: The current study aimed to look into the correlation of meta-emotional skills to social support and Academic Specialization of Preparatory Year (PY) students, King Saud University. The study sample consisted of (114) students of the preparatory year at King Saud University. To achieve the objectives, the researcher used the social support scale of preparation / Susan Dion (1987) and a scale designed by the researcher to measure the meta-emotional skills. The study resulted in the following: - There is a statistically significant positive correlation between the degree of meta-emotional skills and degree of social support among PY students at King Saud University. - There is a statistically significant positive correlation between the meta-emotional skills and the social support among PY students of science colleges' track at King Saud University. - There is a statistically significant positive correlation between the meta-emotional skills and the social support among PY students of Humanity colleges' track at King Saud University. - There are no statistically significant difference in means of grades between PY students of science colleges' track and PY students of humanity colleges' track at King Saud University, in favor of students of science colleges' track.

Key Words: Awareness, Self-Monitoring.

(1) Assistant Professor of Psychology, Preparatory Year, King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia, P.O. Box (2454), Postal Code: (11451)

(1) أستاذ علم النفس المساعد، السنة التحضيرية، جامعة الملك سعود الرياض، المملكة العربية السعودية، ص ب (2454)، الرمز البريدي (11451)

البريد الإلكتروني: e-mail: ec@py.ksu.edu.sa

المقدمة:

على أنها مجموعة منظمة من المشاعر والاستعارات التي توجد لدى الفرد وتجعله على دراية بعملياته المعرفية التي يقوم بها في أثناء المواقف الانفعالية، وأثناء تواصله مع الآخرين.

ويذكر فيراري وكويبا (Ferrari & koyama, 2000, P.197) أن الميـتا انفعالية تشير إلى فكرة أن ظهور انفعال محدد على الفرد يرتبط أيضًا بالتعامل مع انفعال آخر مرتبط بالإحساس بهذا الانفعال.

ويعد مفهوم الميـتا انفعالية مفهوماً مزدوجاً يرتبط بانفعالات الفرد الإيجابية والسلبية، وإن الانفعالات الثانوية تتبع الانفعالات الأولية، فمثلاً القلق انفعال ثانوي ربما يتبع الغضب كانفعال أولي. (Greenberg, 2002).

وربط عدد من الباحثين بين الميـتا انفعالية واتجاهات الوالدين نحو الانفعال، حيث يذكر باكير وفننج وكرنك (Baker, Fanning & Crnic, 2011, P.412) أن الميـتا انفعالية هي الاتجاهات الوالدية نحو الانفعال. ويرى الباحث أن الميـتا انفعالية هي وعي الفرد بانفعالاته وانفعالات الآخرين، وترجمة ذلك في سلوكيات محددة متأثرة في ذلك بخبرته الانفعالية السابقة.

وتعد الميـتا انفعالية من السمات الإنسانية ثنائية الارتباط والتأثير؛ إذ إنها لا ترتبط بالفرد وتؤثر فيه فقط،

يتميز الإنسان بعدة سمات تميزه عن الحيوانات، ولعل أهم هذه السمات هي الانفعال بما حوله من مشيرات، وعلى الرغم من أهمية دراسة الانفعالات التي حظيت باهتمام علماء النفس فترة ليست بالقصيرة إلا أن فهم الانفعالات وإدارتها بشكل يتفق مع طبيعة الموقف يعد مستوى أعلى من مجرد الانفعال بالمثير، كما أن فهم الإنسان لانفعالاته وانفعالات الآخرين وسلوكه بما يتفق مع هذا الفهم (الميـتا انفعالية Meta emotion) من العوامل ذات الأهمية في التواصل الجيد مع الآخرين، وكذلك في طرق التربية السليمة.

ويعد مفهوم الميـتا انفعالية أو ما وراء الانفعال من المفاهيم الحديثة نسبياً في مجال علم النفس، وهو يناظر مفهوم ما وراء المعرفة الذي قدمه فلافل (Flavel) في سبعينيات القرن الماضي.

ويعد جوتمان وهوفمان (Gottman & Hooven, 1996, P.243) أول من قدّم مفهوم الميـتا انفعالية؛ إذ يشير إلى أنه يشمل مشاعر الفرد وأفكاره حول الانفعال، فضلاً عن مشاعر الفرد المجردة حول انفعالاته الشخصية.

ويرى الباحث أن جوتمان وهوفمان ركزا فقط على انفعالات الفرد ذاته دون التعرض لتفاعل الفرد مع انفعالات الآخرين، وبالتالي يمكن تعريف الميـتا انفعالية

3 - نمط عدم الإجازة أو عدم الاستحسان، ويتميز الآباء الذين يتبعون هذا النمط بالخصائص الآتية:

- يعنفون أطفالهم على أي نوع من التعبير الانفعالي، حتى ولو كانت أفعال الطفل مناسبة.

- تصوير انفعالات الأبناء على أنها غير مناسبة وغير صالحة.

- التسبب في مرور أوقات عصيبة على أبنائهم في تنظيم انفعالاتهم.

- يعتقدون أن الانفعالات السلبية تتطلب استجابة تأديبية.

- يرى بعض هؤلاء الآباء أن الانفعالات السلبية للطفل وسيلة يحاول الطفل من خلالها السيطرة على الآباء (Baker et al., 2011, p 412- 430).

وقد قدم عدد من الباحثين نماذج توضح أهم مهارات الميثة انفعالية التي توجد لدى الفرد، وفيما يأتي توضيح لهذه النماذج:

1 - نموذج الخبرة الميثة انفعالية لمابير وسالوفي (Mayer & Salovey, 1994, P.443-452).

وتعرف الخبرة الميثة انفعالية في هذا النموذج بأنها مراقبة الفرد لمشاعره وانفعالاته واستخدام التغذية الراجعة الناتجة عن ذلك في توجيه تفكيره وانفعاله بما يحقق التفاعل الاجتماعي الناجح، وتقسم الخبرة الميثة

ولكنها ترتبط وتؤثر في الآخرين أيضاً، ولعل أهم ما يؤثر في الفرد في هذا الوسط هما الوالدان، حيث ينعكس نمط الميثة انفعالية لدى الوالدين على الأبناء، ويوجد ثلاثة أنماط للميثة انفعالية لدى الآباء، وهي كالآتي:

1 - نمط المدرين للانفعال، ويتميز الآباء الذين يتبعون هذا النمط بالخصائص الآتية:

- الوعي بانفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.

- لديهم القدرة على الحديث عن هذه الانفعالات.

- يساعدون أطفالهم على تفهم مشاعرهم، والتعبير اللفظي عنها خاصة الحزن، والغضب، والفرح.

- يرون أن انفعالات الأبناء ضرورة للتعلم.

- يتجاوبون مع انفعالات أبنائهم الحقيقية.

- مساعدة أبنائهم في حل مشكلاتهم.

2 - نمط تجنب الانفعالات، ويتميز الآباء الذين يتبعون هذا النمط بالخصائص الآتية:

- الاعتقاد أن انفعالات الأبناء، مثل: الغضب أو الحزن، من الممكن أن تكون مضرّة للطفل.

- يرون أن وظيفة الآباء الرئيسة هي التخلص من انفعالات الأبناء الضارة بأسرع وقت ممكن.

- يعلمون أطفالهم بأن الانفعالات السلبية لن تدوم.

- الحساسية الزائدة لانفعالات الأبناء، ولكن ربما يكون هذا من منطلق التعاون معهم.

- انفعالية إلى قسمين:
- الأبعاد التنظيمية Regulatory Dimensions
- وتشمل السلوكيات والأساليب الدفاعية التي تمكن الفرد من التعامل مع الانفعالات، وتحمل الضغوط الناشئة عنها، ويتضمن: الإصلاح Repairing، والاحتفاظ Maintenance، والإخماد Dampening.
- الأبعاد التقويمية Evaluative Dimensions
- وتشمل معتقدات الفرد واتجاهاته العامة عن انفعالاته وعن انفعالات الآخرين، ويتضمن بعد القبول والرفض Acceptance - Rejection، الوضوح والغموض - Clarity-Confusion، التأثير وعدم التأثير Influence-Non Influence، النمطية وعدم النمطية Typicality - Causality، السببية والعشوائية Randomness، الإطالة والاقتصار Longevity، العمومية والخصوصية Generality - Specificity، القوة والضعف Strength - Weakness.
- 2 - نموذج جوتمان وهوفمان للميّا انفعالية الوالدية (Gottman & Hooven, 1996, P.243-268).
- قدما جوتمان وهوفمان (Gottman & Hooven, 1996)، تصورًا لمهارات الميّا انفعالية الوالدية، وتشتمل الأبعاد الآتية:
- الوعي Awareness: ويشير إلى إدراك الآباء لانفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.
- التقبل Acceptance: ويعني مدى تقبل الآباء لانفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.
- التنظيم Regulation: ويشمل الإجراءات التي يقوم بها الآباء لتنظيم انفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.
- التدريب Coaching: ويعني قدرة الآباء على تقديم الدعم الانفعالي لأطفالهم وتدريبهم على مهارات التعامل مع الانفعالات وضبطها.
- 3 - نموذج ماير وسالوفي وكاروسو لإدارة الانفعالات (Mayer, Salovey & Caruso, 2002)
- ويرى مقدمو هذا النموذج أن إدارة الانفعالات هي قدرة عقلية، مثل: باقي أشكال الذكاء الأخرى، وأنها تتضمن أربع قدرات فرعية، وهي:
- إدراك الانفعالات، ويقصد بها الفهم، والتقييم، والتعبير عن الانفعال بصورة دقيقة.
- توظيف الانفعالات، وهي القدرة على استشارة الانفعال واستعماله لترشيد التفكير وتركيزه على الجوانب المهمة.
- فهم الانفعالات، وهي القدرة على فهم أسباب الانفعالات وكيفية تطويرها وماهية مكوناتها والقدرة على التنبؤ بها، والتعبير عنها.
- ضبط الانفعالات، وهو القدرة على إدارة الانفعالات المتعلقة بالذات وبالآخرين بصورة تسمح بالتكيف الفعّال مع الموقف.

- 4 - نموذج التكيف النفسي لبار - أون (Bar-on, 2006):
استطاع بار - أون (Bar-on, 2006) أن يصوغ منظوراً لإدارة الانفعالات يتضمن خمس مهارات، هي:
- مهارات ضبط الانفعال على مستوى شخصية الفرد Intra Personal
- مهارات ضبط الانفعال بين الشخص والآخرين Intera Personal
- التكيفية Adaptability
- إدارة الضغوط Stress Management
- المزاج العام General Mood
ولقد تم الاهتمام بدراسة المساندة الاجتماعية بشكل واسع ومن خلال عدد من العلوم، مثل: علم النفس، وعلم الاجتماع، كما قدم العديد من العلماء تعريفات متعددة لهذا المفهوم، حيث أشار كابن (Caplan, 1981, P.413) إلى أن المساندة الاجتماعية هي نظام يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين، تتسم بأنها طويلة المدى، ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها وقت إحساس الفرد بالحاجة إليها؛ لتمده بالسند العاطفي.
واتفق كل من الشناوي وعبد الرحمن (1994م)، وكاترونا (Cutrona, 1996) وجوتليب (Gottlieb, 2000)، ورضوان، وهريدي (2001م)، وشويج (2004م) في أن
- المساندة الاجتماعية هي:
- علاقات طويلة المدى يمكن للفرد الاعتماد عليها.
- علاقات تعاضد الفرد عند الحاجة.
- وأن لها أثراً ملطفاً على حياة الفرد متلقي المساندة.
- تقوم بإشباع حاجات الفرد من حب واحترام وتقدير وتفهم.
- تكون من الأشخاص ذوي الأهمية في حياة الفرد.
- تظهر أهمية المساندة في وقت الأزمات.
- تكون من خلال البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد.
وتتخذ المساندة الاجتماعية أشكالاً متعددة، فقد تكون مساندة انفعالية، مثل: الإنصات والمشاركة الوجدانية، أو مساندة أدائية مثل: المساعدة في حل المشكلات، أو مساندة معلوماتية، مثل: تقديم معلومات مهمة للفرد خاصة وقت الأزمات.
ويحدد هالونن وسانتروك (Halonon & Santrock, 1997) أنماط المساندة الاجتماعية في المواقع الدراسية فيما يأتي:
- المساندة الملموسة Tangible Assistance
Support، يمكن أن تتضمن إعطاء بعض الملاحظات

- لتلميذ كان غائباً؛ لأنه مريض في يوم دراسي.
- المساندة بالمعلومات Informational Support، مثل مناقشة بعض الأفكار حول أسئلة الامتحانات وإجاباتها.
- المساندة الانفعالية Emotional support، وتتضمن تشجيع التلاميذ لتحسين أدائهم المدرسي، والوقوف بجانب التلميذ الذي يحصل على درجات متدنية في الامتحان.
- ويحدد سارفينو (Sarafino, 1998)، وأشينو (Uchino, 2004) أنماط المساندة الاجتماعية في المواقف الحياتية فيما يأتي:
- المساندة الوجدانية: ويقصد بها مشاعر المودة، والرعاية التي يتلقاها الفرد، من خلالها يعمل على إعادة تقدير الذات، أو التقليل من مشاعر عدم الكفاءة الشخصية.
- المساندة الأدائية (الفعالة): وتشمل المساعدة المادية أو المالية، مثل القيام بإقراض الفرد مبلغاً من المال.
- المساندة المعلوماتية: ويقصد بها التزويد بالنصيحة، والإرشاد أو المعلومات المناسبة للموقف؛ بغرض مساعدة الفرد في فهم موقف، أو التعايش مع مشاكل البيئة أو مشاكل شخصية.
- المساندة التقديرية: ويسمى هذا النمط من المساندة أيضاً بالمساندة التقييمية، حيث تساعد الفرد على بناء مشاعره الخاصة بتقييم ذاته وتكاملها.
- المساندة الاجتماعية: يقصد بها الاندماج مع الآخرين في نشاطات وقت الفراغ، وهي تمد الفرد بالمشاعر اللازمة للفرد؛ ليشعر بأنه عضو في جماعة تشاركه اهتماماته.
- إن تلقي الفرد للدعم والمساندة الاجتماعية من أطراف كثيرة، مثل: الأبوبين أو جماعة الأقران له أهمية كبيرة في حياته وخاصة إذا ما اتخذت المساندة أشكالاً متعددة، وتوضح أهمية المساندة الاجتماعية فيما يأتي:
- تحقيق السعادة والتوازن النفسي للفرد، حيث يرى ومارينو (Turner & Marino, 1994) أن المساندة الاجتماعية تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد عن طريق الدور المهم الذي تلعبه حينما يكون مستوى الضغوط مرتفعاً.
- مواجهة الإحباط وضغوط الحياة، حيث يؤكد كوين ودوني (Coyne & Downey, 1991) أن المساندة الاجتماعية من الآخرين الموثوق فيهم لها أهمية رئيسة في مواجهة الأحداث الضاغطة، وأن المساندة الاجتماعية يمكن أن تخفف أو تستبعد عواقب هذه الأحداث على الصحة.
- حماية الذات وتحمل الضغوط، فيشير كاترونا وروسيل (Cutrona & Russell, 1990) إلى أن المساندة الاجتماعية تقوم بمهمة حماية وتقدير الشخص لذاته

وبالتالي يستطيع تقديم المساندة بالشكل المناسب. وتبين دراسة رامسدن وهوبارد (Ramsden & Hubbard, 2002) العلاقة بين التعبيرات الانفعالية الإيجابية والسلبية داخل الأسرة، والتدريب الانفعالي للوالدين وبين العدوانية لدى الأطفال، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (120) طفلاً بالصف الرابع، بالإضافة إلى أمهاتهم، وتم تقييم الميَّتا انفعالية عن طريق المقابلات الشخصية، وذلك لقياس مستوى وعي الأمهات وقدرتهن على إدارة غضب وحزن أطفالهن، كما تم تصنيف الأطفال وفقاً لمستوى العدوانية لديهم، وتم تطبيق قائمة التنظيم الانفعالي على الأطفال، وانتهت الدراسة إلى أن التدريب الانفعالي والتعبيرات الإيجابية والسلبية للوالدين لم ترتبط بشكل مباشر بالعدوانية لدى الطفل.

وأجرى كاتز ونلسون (katz & Nelson, 2004) دراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق في مستوى الوعي والتحكم في الانفعالات بين أمهات الأطفال الذين لديهم مشكلات في التواصل وبين أمهات الأطفال العاديين، ومدى ارتباط وعي الأمهات وتحكمهن في انفعالاتهن بتحسين قدرة الأطفال على التواصل بأقرانهم، وتم استخدام آلية المقابلات المسجلة في قياس نمط الميَّتا انفعالية، كما تم ملاحظة علاقات الأطفال من خلال تفاعلهم مع أصدقائهم في الأسر ذات الأطفال

وتشجيعه على مقاومة الضغوط التي تفرضها عليه أحداث الحياة المؤلمة.

- تنمية القدرة على تحمل المسؤولية، حيث يؤكد سارسون وسارسون (Sarason & Sarason, 1983) إلى أن الفرد الذي ينشأ وسط أسرٍ مترابطة تسود المودة والألفة بين أفرادها، يصبح فرداً قادراً على تحمل المسؤولية، ولديه صفات قيادية، لذا نجد أن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط، وتقلل من المعاناة النفسية في حياته الاجتماعية.

- تقليل الإصابة بالأمراض، فكلما تلقى الشخص الدعم الانفعالي والوجداني والتقدير من جانب أفراد أسرته وأصدقائه وزملاء العمل، قل تبعاً لذلك نسبة إصابته بالمرض. (Buunk & Hoorens, 1992).

- تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي، وتساعد على حل المشكلات المرتبطة (Cutrona & Russell, 1990).

فالمساندة الاجتماعية هي في حقيقتها نوع من التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ومن نتائجها تلقي الفرد للسند الانفعالي أو العاطفي، وبالتالي فإن تلقي الفرد لأي شكل من أشكال المساندة يعتمد في المقام الأول على قدرة مقدم المساندة على فهم انفعالاته الشخصية، ومدى قدرته على إدارتها، وكذلك مدى فهمه لانفعالات متلقي المساندة، وهذه العملية هي ما تسمى (بالميَّتا انفعالية)

ذوي مشكلات التواصل، والأسر ذات الأطفال العاديين، وبينت النتائج أن أمهات الأطفال الذين لديهم مشكلات في التواصل كنَّ أقلَّ وعياً بانفعالاتهن، وأقلَّ تدريباً لأطفالهن على التعامل مع الانفعالات من أمهات الأطفال الذين ليس لديهم مشكلات في التواصل، وأن المستويات المرتفعة لوعي الأمهات، وقدرتهن على التحكم في الانفعالات ارتبطت بالعلاقة الإيجابية بالأقران من قبل الأبناء.

وأجرى كاروتش وباترك وصبفد بيرست (Ciarrochi, Patrick & Supavadeeprasis, 2008) دراسة هدفت إلى دراسة مهارات التنظيم الانفعالي في مرحلة المراهقة خاصة التأثيرات الممتدة لمهارات تحديد الانفعالات في المساندة الاجتماعية والخبرة الانفعالية، وأجريت الدراسة على (667) طالباً في الصف الثامن من المدارس العالية، حيث تم قياس مهارات تحديد الانفعال، والمساندة الاجتماعية في الصف الثامن، ثم أعيد التقييم في الصف التاسع.

وأوضحت النتائج أن انخفاض مهارة التنظيم الانفعالي كانت مؤثرة في زيادة الخوف، وكذلك ارتبط انخفاض مهارة التنظيم الانفعالي بانخفاض جودة وحجم المساندة الاجتماعية بين الأولاد. وكان انخفاض مهارات تحديد الانفعالات مؤشراً على زيادة الحزن.

كما أجرى كانيغهام وكلوير وجارنر (Cunningham, Kliewer & Garner, 2009) دراسة للكشف عن العلاقة بين التنشئة الاجتماعية الانفعالية، وفهم الطفل وتنظيمه لانفعالاته، والتوافق في الأسر الأمريكية ذات الأصول الأفريقية، وأجريت الدراسة على (69) طفلاً أمريكياً من أصول أفريقية، نصفهم من الذكور، ومتوسط أعمارهم (11,29) سنة، بالإضافة إلى أمهاتهم اللاتي كنَّ يعشنَ في مناطق تتسم بارتفاع نسب العنف، وتوصلت الدراسة إلى أن نمط الميتمة الانفعالية لدى مقدمي الرعاية للأطفال كان منبئاً لفهم الطفل، وتنظيمه لانفعالاته، وارتبطت أيضاً بسلوكيات العزو الداخلي والخارجي.

وهدفت دراسة هنتر وكاتز وشوت وديفرز (Hunter, Katz, Shortt & Davis, 2011) إلى مقارنة التنشئة الاجتماعية الانفعالية في الأسر ذات المراهقين المكتئبين وأسرة المراهقين العاديين، وذلك عن طريق دراسة العلاقة بين الميتمة الانفعالية لدى الآباء والمراهقين من خلال الأفكار وردود الأفعال، ومشاعرهم حول انفعالاتهم.

وتكونت العينة من (152) مراهقاً تتراوح أعمارهم بين (14-18) سنة حوالي (65%) إناث، وآبائهم (148) أمماً، (106) أباً، حيث كان عدد المراهقين المكتئبين (75) والعاديين (77) مراهقاً وأظهرت النتائج ارتباط نمط الميتمة الانفعالية لدى الآباء والأمهات عن انفعالات

- الأمهات اللاتي اتجهن إلى تبني فلسفة التدريب على الانفعالات كنَّ أكثر ميلاً لتحقيق ارتباطات آمنة مع أطفالهن، كما أن الأطفال الذين مالت أمهاتهم إلى الرفض الانفعالي أظهروا أماناً ارتباطياً أقل.

وأجرى ألدنيا (Aldea, 2013) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المتطلبات الانفعالية للوظيفة والرضا الوظيفي، حيث أجريت الدراسة على (255) موظفاً يعملون في بنك رومانيا في خدمة العملاء (194) امرأة، 61 رجلاً) وقد استكملوا مقياس فرانكفورت للعمل الانفعالي وقائمة الرضا الوظيفي، وانتهت الدراسة إلى أن الرضا عن دعم زملاء العمل والمشرفين يقوم بدور وسيط بين المتطلبات الانفعالية والرضا الوظيفي.

كما أجرى ستيفن وجرهارت وجولدسميث وهس (Stevens, Gerhart, Goldsmith & Heath, 2013) دراسة هدفت إلى اختبار توسط صعوبات التنظيم الانفعالي، والمساندة الاجتماعية، والعنف بين الأشخاص في العلاقة بين إساءة معاملة الأطفال، وأعراض ما بعد الصدمة، وأجريت الدراسة على (139) من النساء بإحدى العيادات الخارجية لأمراض النساء في مدينة شيكاغو، واستخدم الباحثون استبيان صدمة الطفولة لقياس الإساءة الجنسية والجسدية والانفعالية لدى الأطفال، ومقياس صعوبات التنظيم الانفعالي، حيث

أولادهم بنمط الميئا انفعالية لدى المراهقين، على الرغم من عدم ارتباط نمط الميئا انفعالية لانفعالاتهم الخاصة بنمط الميئا انفعالية لدى المراهقين، كما أسهم نمط الميئا انفعالية لدى الآباء عن انفعالات المراهقين في فهم نمط الميئا انفعالية لدى المراهقين.

وأجرى كوفين (koven, 2011) دراسة هدفت إلى الكشف عن تأثير الذكاء الوجداني والوعي الانفعالي في اتخاذ القرار المناسب، وتكونت عينة الدراسة من (86) شخصاً حيث طبق على أفراد العينة مقياس تورنتو لاضطراب الإدراك الانفعالي، ومقياس سمات ما وراء الانفعال، ومقياس الوعي الانفعالي. وتوصلت الدراسة إلى وجود عاملين كانا قاسماً مشتركاً بين أدوات قياس الميئا انفعالية، هما: عدم وضوح الانفعال، والانتباه للانفعال، وأدى عدم وضوح الانفعالات إلى صعوبة في فهم واستقراء انفعال الشخص.

وهدف دراسة تشين ولن ولي (Chen, Lin & Li, 2012) إلى الكشف عن العلاقة بين الانفعالات لدى الأطفال، والميئا انفعالية الوالدية والترابط بين الأطفال والوالدين، وتكونت العينة من (546) تلميذاً في الصف الخامس والسادس، بالإضافة إلى أمهاتهم، وخلصت الدراسة إلى النتيجة الآتيتين:

- ارتبطت الميئا انفعالية لدى الأمهات بالأمان المصاحب للأطفال مقابل أمهاتهم.

العينة، كما أن البنات اللاتي يدخلن المدرسة العالية، ولديهن مهارة عالية في تحديد الانفعال ربما تؤثر في تكوين صداقاتهن خلال المراهقة المتأخرة.

وفيما يتعلق بالدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين مهارات الميتمة انفعالية والتخصيص الدراسي، فلا يوجد أية دراسة في حدود علم الباحث تناولت هذه العلاقة.

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة يتبين ما يلي:

1 - تناولت بعض الدراسات العلاقة بين مهارات الميتمة انفعالية والأسرة، أو أحد أفرادها كأهم مصدر من مصادر المساندة الاجتماعية، مثل دراسة: رامسدن وهوبارد (Ramsden & Hubbard, 2002)، وكاتز ونلسون (katz & Nelson, 2004).

2 - اهتمت بعض الدراسات بالكشف عن العلاقة بين جماعة الأصدقاء أو الأقران كمصدر للمساندة الاجتماعية، ومهارات الميتمة انفعالية، مثل دراسة: ألدنيا (Aldea, 2013)، وروسل وكاروتش وبارك ودين (Rowell, Ciarrochi, Patric & Deane, 2014).

3 - أجريت بعض الدراسات على مرحلة المراهقة، مثل: دراسة روسل وكاروتش وبارك ودين (Rowell, Ciarrochi, Patric & Deane, 2014)،

استخدم لقياس الصعوبات في مهارات التنظيم الانفعالي، مثل: الوعي، وفهم الانفعالات، وقبول الانفعالات، ومقياس تكتيكات الصراع؛ لقياس العلاقة بين العنف والإساءة الانفعالية، وتوصلت الدراسة إلى أن إساءة معاملة الأطفال له تبعات تشمل صعوبات في تنظيم الانفعالات في مرحلة البلوغ، وتقليل الدعم الاجتماعي المدرك، وخطورة أكبر في التعرض للعنف في علاقات البالغين، ووجود تأثير مباشر للإساءة للأطفال على أعراض ما بعد الصدمة، وتأثير غير مباشر في صعوبات التنظيم الانفعالي، وضعف المساندة الاجتماعية.

وهدفت دراسة روسل وكاروتش وبارك ودين (Rowell, Ciarrochi, Patric & Deane, 2014) إلى الكشف عن العلاقة بين مهارة تحديد وفهم الانفعال، وتكوين الصداقة خلال مرحلة المراهقة، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (406 طالباً، 389 طالبة)، وتوصلت الدراسة إلى أن مهارة تحديد الانفعال في المراهقة المبكرة كانت مؤشراً تنبؤياً لتكوين الصداقة لدى البنات في المراهقة المتأخرة، وبشكل أكثر تحديداً فإن البنات في الصف الثامن واللاتي لديهن انخفاض في مهارة تحديد الانفعال ملن لتكوين صداقات أقل من نظرائهن، ولم يكن هناك تأثير لدى الذكور، وارتبطت مهارة تحديد الانفعال بشكل دال بنمو الوعي لدى أفراد

6 - منهج الدراسة المستخدم هو المنهج الوصفي

القائم على دراسة العلاقات المتبادلة بين المتغيرات، وهو يتفق مع معظم الدراسات السابقة.

7 - تعد الدراسة الحالية أول دراسة في البيئة السعودية - في حدود علم الباحث - تتناول مهارات الميمنة انفعالية، وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية. مشكلة الدراسة:

إن الفرد ينمو في وسط اجتماعي يتأثر فيه بالمحيطين به، ويتضح ذلك في اختلاف الخصائص التي تميز كل شخص عن الآخر خاصة في الجوانب الانفعالية، فقد أكد كاروتش وآخرون (Ciarrochi et al., 2008, P.565)، على أن البشر يختلفون في قدراتهم على تحديد ووصف الانفعالات، وغالبًا ما يرتبط انخفاض القدرة على تحديد الانفعالات بمشكلات في العلاقات الاجتماعية.

ويضيف هنتر وآخرون (Hunter, 2011, P.428)، على أن العديد من الدراسات أثبتت أن سلوكيات الوالدين ومعتقداتهم الانفعالية لها علاقة بسمات الأطفال الانفعالية، وأن القليل من الدراسات اهتمت بالتنشئة الاجتماعية انفعاليًا للأطفال.

وأكد كاروتش وآخرون (Ciarrochi et al., 2008, P.565)، على أن قدرة الفرد على فهم انفعالاته وتنظيمها ترتبط بالمساندة الاجتماعية، إذ إن تحديد

ودراسة كوفين (koven, 2011).

4 - كما توصلت بعض الدراسات لنتائج مهمة، منها:

- ارتباط العدوانية لدى الأبناء، وعدم قدرتهم على تنظيم انفعالاتهم بالتعبيرات السلبية داخل الأسرة. دراسة رامسدن وهوبارد (Ramsden & Hubbard, 2002).

- المستويات المرتفعة لوعي الأمهات، والتحكم في الانفعالات ارتبطت بالعلاقة الإيجابية بالأقران من قبل الأبناء. دراسة كاتز ونلسون (katz & Nelson, 2004).

- ارتباط قبول الأمهات لانفعالات المراهقين بانخفاض الأعراض الاكتئابية، وتقدير الذات المرتفع لديهم.

- ارتباط انخفاض مهارة التنظيم الانفعالي بانخفاض جودة وحجم المساندة الاجتماعية بين الأولاد. دراسة روسل وكاروتش وباترك ودين (RowSELL, Ciarrochi, Patric & Deane, 2014).

- ارتباط نمط الميمنة انفعالية لدى الآباء والأمهات عن انفعالات أولادهم بنمط الميمنة انفعالية لدى المراهقين. دراسة هنتر وكاتز وشوت وديفيز (Hunter, Katz, Shortt & Davis, 2011).

5 - تمت الاستفادة من الدراسات السابقة في تحديد مهارات الميمنة انفعالية، وكذلك في بناء وتقنين اختبار مهارات الميمنة انفعالية المستخدم في الدراسة.

(مسار الكليات العلمية، ومسار الكليات الإنسانية) لدى طلاب عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود.

3 - الكشف عن الفروق في مهارات الميَّات انفعالية باختلاف التخصص الدراسي (إنساني، وعلمي) لدى طلاب السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود.
فروض الدراسة:

تتمثل فروض الدراسة الحالية فيما يأتي:

1 - يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميَّات انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود (العينة الكلية).

2 - يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميَّات انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات العلمية في عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود.

3 - يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميَّات انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات الإنسانية في عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود.

4 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط درجات طلاب السنة التحضيرية مسار الكليات العلمية ومتوسط درجات

الانفعال والمشاركة يعدان الأساس في تنمية الصداقة والمساندة والألفة، خاصة أن المساندة الاجتماعية كما يعرفها ليبور (Lepore, 1994, P.247)، هي الإمكانيات الاجتماعية المتاحة التي يمكن أن يستخدمها الفرد في أوقات الضيق والانفعال.

وبناءً على ما سبق، وحيث أن البشر مختلفون في قدراتهم على فهم الانفعالات مما ينعكس على سمات من يتعاملون معهم خاصة الأبناء، كما أن المساندة الانفعالية كأحد أنماط المساندة التي يتلقاها الفرد من المصادر المختلفة والمتمثلة في مشاعر المودة والحب، ومساعدة الشخص على تجاوز ما يتعرض إليه من صدمات لها تأثير في البناء الانفعالي للفرد خاصة مهاراته الميَّات انفعالية، ونظراً لقلّة الأبحاث التي اهتمت بدراسة علاقة مهارات الميَّات انفعالية بالمساندة الاجتماعية في البيئة الأجنبية، وعدم وجود أية دراسة في البيئة العربية - في حدود علم الباحث - فإن الدراسة الحالية تحاول الكشف عن هذه العلاقة.

أهداف الدراسة:

1 - الكشف عن العلاقة بين مهارات الميَّات انفعالية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود (العينة الكلية).

2 - الكشف عن العلاقة بين مهارات الميَّات انفعالية والمساندة الاجتماعية وفقاً للتخصص الدراسي

3 - لفت أنظار المعنيين بمجال المساندة الاجتماعية إلى أهمية الاهتمام بمهارات الميتا انفعالية لدى القائمين بعملية المساندة.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي القائم على استكشاف حجم ونوع العلاقات المتبادلة بين البيانات، وإلى أي حد تتطابق التغيرات في عامل معين مع التغيرات في عامل آخر. (دويدار، 1999م).

مجتمع الدراسة وعينتها:

تكوّن مجتمع الدراسة من طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود في مسار الكليات الإنسانية ومسار الكليات العلمية للعام الدراسي 2014/2015م والبالغ عددهم 1250 طالباً، وتمثل عينة الدراسة ما نسبته (1٪) تقريباً حيث تكونت من (114) طالباً، وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية حيث يشمل المجتمع الأصل مسارين مختلفين هما مسار الكليات العلمية، ومسار الكليات الإنسانية، ويوضح الجدول رقم (1) أعداد العينة وفقاً للتخصص الدراسي.

جدول (1). عينة الدراسة وفقاً للتخصص الدراسي.

م	التخصص	طلاب
1	علمي	63
2	إنساني	51
3	المجموع	114

طلاب السنة التحضيرية مسار الكليات الإنسانية في مهارات الميتا انفعالية لصالح طلاب مسار الكليات العلمية.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة الحالية من جانبين؛ هما:

- الأهمية النظرية، وتتمثل في:

1 - تغطي هذه الدراسة موضوعاً مهماً لم يلقَ اهتماماً كافياً من قبل الباحثين وهو الميتا انفعالية، أو ما وراء الانفعالات.

2 - قلة الدراسات التي تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة الحالية في البيئة الأجنبية، وعدم وجود دراسات في البيئة العربية في حدود علم الباحث.

3 - يمكن أن تساهم الدراسة الحالية في توضيح بعض جوانب الرؤى النظرية المتعلقة بمفهوم الميتا انفعالية.

- الأهمية التطبيقية، وتتمثل في:

1 - إضافة بعض المقاييس التي يمكن استخدامها في البيئة السعودية، مثل: مقياس مهارات الميتا انفعالية.

2 - ما تقدمه الدراسة الحالية من نتائج وتوصيات يمكن أن تساهم في إجراء بحوث تربوية تتعلق بمفهوم الميتا انفعالية، خاصة أن هذا الموضوع من المفاهيم الحديثة، وتحتاج لمزيد من الأبحاث لإلقاء الضوء عليه.

أداتا الدراسة:

ب - جمع المفردات وصياغتها:

بعد تحديد مهارات الميـتا انفعالية؛ تمت صياغة الفقرات التي تقيس كل مهارة على حدة، وذلك في ضوء ما كتب في هذا المجال، وكذلك في ضوء الدراسات السابقة التي تم تناولها في الجزء المتعلق بذلك.

ج - تحديد البدائل وأوزانها:

تم تحديد بدائل المقياس وأوزانها بعد الانتهاء من صياغة الفقرات، وذلك بوضع مدرج خماسي أمام كل فقرة كما يأتي:

(أوافق بشدة، أوافق، أوافق نوعاً ما، أرفض، أرفض بشدة) مع أوزانها، ووفقاً لوجهتها، وحددت الأوزان (4، 5، ...) للفقرات الإيجابية، و(2، 1، ...) للفقرات السلبية، وتم وضع (7) فقرات سلبية تحمل التسلسل (3-8-9-10-18-22-27) أما باقي الفقرات فجميعها إيجابية، حيث إن احتواء المقياس لفقرات سلبية، بالإضافة إلى الفقرات الإيجابية يؤدي إلى تقليل فرصة الاستجابة النمطية لدى المفحوصين. وكلما زادت الدرجة الكلية للطالب على هذا المقياس، دل ذلك على امتلاك الطالب لمهارات الميـتا انفعالية.

د- الخصائص السيكمترية للمقياس:

د-1- الاتساق الداخلي:

تم تقدير الاتساق الداخلي للمقياس من خلال

1- مقياس مهارات الميـتا انفعالية:

مقياس مهارات الميـتا انفعالية من إعداد الباحث، ويتكون المقياس من (27) مفردة موزعة على أربع مهارات، ولبناء هذا المقياس تم اتباع الخطوات الآتية:

أ - تحديد مجالات المقياس:

تم الاطلاع على عدد من المراجع والدراسات التي تناولت متغير الميـتا انفعالية، وفي ضوء ذلك تم تحديد المهارات الفرعية للميـتا انفعالية كما يأتي:

- الوعي الميـتا انفعالي: وتعني إدراك الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين، وتقاس بالفقرات (1-3-6-9-12-13-14-16).

- الميـتا انفعالية الإجرائية: وتعني قدرة الفرد على أن يسلك وفقاً لإدراكه لانفعالاته وانفعالات الآخرين، وتقاس بالفقرات (5-11-18-23-27).

- مراقبة الذات: وتعني قدرة الفرد على المثابرة لتحقيق أهدافه وتعديل أدائه إذا ثبت خطؤه، وتقاس بالفقرات (2-7-8-17-19-20-25-26).

- الخبرة الميـتا انفعالية: وتعني قدرة الفرد على الاستفادة من مواقف انفعالية سابقة في معالجة مواقف انفعالية جديدة، وتقاس بالفقرات (4-10-15-21-22-24).

حساب الارتباطات الداخلية لأبعاد المقياس، وذلك كما يتضح من الجدول رقم (2).

جدول رقم (2). الارتباطات الداخلية لأبعاد المقياس.

المجموع	الخبرة الميتا انفعالية	مراقبة الذات	الميتا انفعالية الإجرائية	الوعي الميتا انفعالي	
				1	الوعي الميتا انفعالية
			1	** 0.273	الميتا انفعالية الإجرائية
		1	** 0.408	** 0.496	مراقبة الذات
	1	** 0.548	** 0.358	** 0.463	الخبرة الميتا انفعالية
1	** 0.718	** 0.868	** 0.660	** 0.743	المجموع

د-2-3- الثبات بطريقة إعادة التطبيق:

تم تقدير ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة التطبيق بعد تطبيق المقياس على (60) طالباً في السنة التحضيرية ثم إعادة تطبيقه مرة أخرى بفاصل أسبوعين حيث بلغ معامل الثبات (0.70)، وهي قيمة عالية تشير إلى ثبات.

2- مقياس المساندة الاجتماعية:

قام بإعداد هذه الأداة ديون سوزان (Dunn, S.1987)، ويتكون المقياس من (25) عبارة؛ بهدف تقدير المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقون، وقامت أسماء السرسبي وأماني عبد المقصود بترجمة المقياس، ولتقنيه تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (100) طالباً وطالبة من طلبة وطالبات الصف الأول الثانوي العام، واتبعت الباحثتان عدة إجراءات للتحقق

ويتضح من الجدول رقم (2) أن قيم معاملات الارتباط تتراوح بين (0.273)، و(0.868) وهي قيم جميعها دال عند مستوى (0.01).

د-2- الثبات:

د-2-1- ثبات معامل ألفا كرونباخ:

تم تقدير ثبات المقياس بحساب قيمة معامل ألفا كرونباخ Cronbocha بعد تطبيق المقياس على (60) طالباً في السنة التحضيرية، فبلغ قيمة معامل الثبات (0.80) وهي قيمة عالية تشير إلى ثبات المقياس.

د-2-2- الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم تقدير ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية بعد تطبيق المقياس على (60) طالباً في السنة التحضيرية، حيث بلغ معامل الثبات (0.75)، وهي قيمة عالية تشير إلى ثبات المقياس.

من صدق الأداة، مثل: صدق المحتوى، وصدق البناء أو التكوين، وصدق المحك، حيث خلصت الإجراءات إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله. أما فيما يتعلق بثبات المقياس فقد تم حسابه بطريقتين، هما: طريقة إعادة التطبيق حيث بلغ قيمة معامل الارتباط (0.731) وهو معامل ارتباط عالٍ؛ مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر عالٍ من الثبات، كما تم استخدام طريقة كرونباخ، حيث بلغ معامل الثبات «ألفا» (0.857)، وهو معامل ارتباط عالٍ أيضاً. الخصائص السيكومترية للمقياس:

2-1- الاتساق الداخلي:

تم تقدير الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب الارتباطات الداخلية لأبعاد ومفردات المقياس، وذلك كما يتضح من الجدول رقم (3).

جدول رقم (3). الارتباطات الداخلية لأبعاد المقياس.

المجموع	الرضا الذاتي	المساندة من قبل الأسرة	المساندة من قبل النظراء	
			1	المساندة من قبل النظراء
		1	** 0.334	المساندة من قبل الأسرة
	1	** 0.487	** 0.485	الرضا الذاتي
1	** 0.825	** 0.713	** 0.824	المجموع

2-2-2- الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم تقدير ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية بعد تطبيق المقياس على (60) طالباً في السنة التحضيرية حيث بلغ معامل الثبات (0.75)، وهي قيمة عالية تشير إلى ثبات المقياس.

نتائج الدراسة:

اختبار الفرض الأول: وينص على أنه: «يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميّا انفعالية، ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب

يتضح من الجدول رقم (3) أن قيم معاملات الارتباط تتراوح بين (0.334)، و(0.825) وهي قيم جميعها دال عند مستوى (0.01).

2-2- الثبات:

2-2-1- ثبات معامل ألفا كرونباخ:

تم تقدير ثبات المقياس بحساب قيمة معامل ألفا كرونباخ Cronbocha بعد تطبيق المقياس على (60) طالباً في السنة التحضيرية، فبلغ قيمة معامل الثبات (0.83)، وهي قيمة عالية تشير إلى ثبات المقياس.

العينة الكلية في عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود». وقد أسفرت نتائجه عما يأتي:

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام معامل

جدول رقم (4). معاملات الارتباط بين درجات الميata انفعالية، ودرجات المساندة الاجتماعية للعينة الكلية.

الدرجة الكلية	الخبرة الميata انفعالية	مراقبة الذات	الميata انفعالية الإجرائية	الوعي الميata انفعالي	مهارات الميata انفعالية
**0.82	**0.51	**0.67	**0.45	**0.63	المساندة الاجتماعية

رامسدن هوبارد (Ramsden, Hubbard, 2002)، وكاروتش وآخرون (Ciarrochi et al., 2008)، وكانينغهام وآخرون (Cunningham et al., 2009)، وهنتر وآخرون (Hunter et al., 2011)، وتشين وآخرون (Chen et al., 2012)، وألديا (Aldea, 2013)، وروسيل وآخرون (Rowell, et al., 2014).

ويتضح أيضاً أن أعلى قيمة للارتباط كانت لمهارة مراقبة الذات (**0.67)، وأقل قيمة للارتباط كانت لمهارة الميata انفعالية الإجرائية (**0.45)، وعلى الرغم أن الارتباط في الحالتين كان دالاً إلا أن انخفاض قيمة الارتباط تعد مؤشراً على أن مهارة الفرد في أن يسلك وفقاً لإدراكه لانفعالاته وانفعالات الآخرين كانت أقل ارتباطاً بالمساندة الاجتماعية من باقي المهارات الأخرى، وربما يرجع ذلك إلى أن مهارة الفرد في ترجمة ما يعرفه لسلوكيات ملحوظة تحتاج إلى توافر مجموعة أخرى من المهارات، مثل: الملاحظة، والفهم، والتطبيق، وهذا لا

يتضح من الجدول رقم (4) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.01) بين درجات مهارات الميata انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب العينة الكلية؛ مما يشير إلى تحقق فرض الدراسة الأول، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين الوعي الميata انفعالي والمساندة الاجتماعية (**0.63) وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الميata انفعالية الإجرائية والمساندة الاجتماعية (**0.45)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين مراقبة الذات والمساندة الاجتماعية (**0.67)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الخبرة الميata انفعالية والمساندة الاجتماعية (**0.51)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمهارات الميata انفعالية والمساندة الاجتماعية (**0.83)، وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى (0.01)، ويتفق ذلك مع دراسة

خاصة من الوالدين؛ مما ينعكس بشكل إيجابي على مهارات الميـتا انفعالية لديه، حيث إن مهارات الميـتا انفعالية تشير إلى المعرفة بالاستراتيجيات التي من الممكن استخدامها للتحكم في الانفعالات وتنظيمها، مثل: استراتيجيات التوافق، والكفاءة في استخدامها بوعي وفعالية.

اختبار الفرض الثاني: وينص على أنه: «يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميـتا انفعالية، ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات العلمية في عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون من خلال البرنامج الإحصائي (SPSS)، وقد أسفرت نتائجه عما يأتي:

يتوافر بالضرورة عند جميع البشر. ووفقاً لنتائج الفرض الأول فإنه يوجد ارتباط موجب بين مهارات الميـتا انفعالية والمساندة الاجتماعية، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن تلقي الفرد لأشكال المساندة الاجتماعية المختلفة يرتبط بشكل مباشر بمدى قدرته على فهم انفعالاته وانفعالات الآخرين والسلوك وفقاً لذلك، وهذا هو مضمون الميـتا انفعالية، حيث يؤكد كاروتش وآخرون (Ciarrochi, et al., 2008) على وجود ارتباط بين المساندة الاجتماعية والميـتا انفعالية، وأن انخفاض مهارة الفرد الميـتا انفعالية يرتبط بشكل كبير بزيادة مستويات القلق والاكتئاب لديه، وربما يرتبط أيضاً بارتفاع معدل الإصابة بالأمراض الجسمية.

كما أن الفرد يكتسب من خلال عملية المساندة الاجتماعية خاصة المساندة الانفعالية بعض استراتيجيات التحكم في الانفعالات والطريقة المناسبة للتعبير عنها،

جدول رقم (5). معاملات الارتباط بين درجات مهارات الميـتا انفعالية، ودرجات المساندة الاجتماعية لطلاب مسار الكليات العلمية.

الدرجة الكلية	الخبرة الميـتا انفعالية	مراقبة الذات	الميـتا انفعالية الإجرائية	الوعي الميـتا انفعالية	مهارات الميـتا انفعالية
**0.81	**0.55	**0.72	**0.36	**0.71	المساندة الاجتماعية

الثاني، إذ بلغ قيمة معامل الارتباط بين الوعي الميـتا انفعالي والمساندة الاجتماعية (**0.71)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الميـتا انفعالية الإجرائية والمساندة الاجتماعية (**0.36) وهي

يتضح من الجدول رقم (5) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.01) بين درجات مهارات الميـتا انفعالية، ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات العلمية؛ مما يشير إلى تحقق فرض الدراسة

ووفقاً لنتائج الفرض الثاني فإنه يوجد ارتباط موجب بين مهارات الميَّات انفعالية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات العلمية، ويمكن تفسير ذلك في ضوء تأثير مصادر المساندة الاجتماعية؛ فعلى الرغم من تعدد مصادر المساندة الاجتماعية للفرد، مثل: الجيران، أو جماعة الأصدقاء، أو رفقاء العمل إلا أن الأسرة تبقى هي الأهم، خاصة أن نمط الميَّات انفعالية السائد داخل الأسرة كما تم تناوله سابقاً يؤثر بشكل كبير على مهارات الميَّات انفعالية لدى الأبناء، حيث يشير كانيغهام وآخرون (Cunningham, et al., 2009, P.28) إلى ارتباط قدرة الفرد على فهم وتنظيم انفعالاته بالتنشئة الاجتماعية التي يتلقاها داخل الأسرة، كما يؤكد هنتر وآخرون (Hunter, et al., 2011, P.428-441)، على وجود ارتباط بين الميَّات انفعالية لدى الأبناء، والميَّات انفعالية لدى الآباء.

اختبار الفرض الثالث: وينص على أنه: «يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات مهارات الميَّات انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات الإنسانية في عمادة السنة التحضيرية في جامعة الملك سعود».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون من خلال البرنامج الإحصائي (SPSS) وقد أسفرت نتائجه عما يأتي:

قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين مراقبة الذات والمساندة الاجتماعية (**0.72*)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الخبرة الميَّات انفعالية والمساندة الاجتماعية (**0.55*) وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمهارات الميَّات انفعالية والمساندة الاجتماعية (**0.81*)، وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى (0.01)، ويتفق ذلك مع دراسة رامسدن هوبارد (Ramsden, Hubbard, 2002)، وكاروتش وآخرون (Ciarrochi et al., 2008)، وكانيغهام وآخرون (Cunningham et al., 2009)، وهنتر وآخرون (Hunter et al., 2011)، وتشين وآخرون (Chen et al., 2012)، وألديا (Aldea, 2013)، وروسيل وآخرون (Rowell, et al., 2014).

كما يتضح أيضاً أن أعلى قيمة للارتباط كانت لمهارة مراقبة الذات (**0.72*) وهي دالة عند مستوى (0.01)، وأقل قيمة للارتباط كانت لمهارة الميَّات انفعالية الإجرائية (**0.36*)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، ويعد هذا مؤشراً على أن مهارة الفرد في أن يسلك وفقاً لإدراكه لانفعالاته وانفعالات الآخرين كانت أقل ارتباطاً بالمساندة الاجتماعية من باقي المهارات الأخرى من طلاب مسار الكليات العلمية وتماشى هذه النتيجة مع نتيجة الفرض الأول.

جدول رقم (6). معاملات الارتباط بين درجات مهارات الميـتا انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لطلاب مسار الكليات الإنسانية.

الدرجة الكلية	الخبرة الميـتا انفعالية	مراقبة الذات	الميـتا انفعالية الإجرائية	الوعي الميـتا انفعالي	مهارات الميـتا انفعالية
**0.71	**0.49	**0.50	**0.44	**0.45	المساندة الاجتماعية

وآخرون (Chen et al., 2012)، وألديا (Aldea, 2013)، وروسيل وآخرون (Rowell, et al., 2014). ويتضح من نتائج الفرض الثالث أن أعلى قيمة ارتباط كانت لمهارة مراقبة الذات (**0.50)، وهي دالة عند مستوى (0.01)، وأقل قيمة للارتباط كانت لمهارة الميـتا انفعالية الإجرائية (0.44)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01) وتتماشى هذه النتيجة ونتيجة الفرضين الأول والثاني. ووفقاً لنتائج الفرض الثالث فإنه يوجد ارتباط موجب بين مهارات الميـتا انفعالية والمساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات الإنسانية، ويفسر ذلك بأن تلقي الفرد للدعم والمساندة من الأسرة، أو من جماعة الأقران، أو من أي مصدر آخر من مصادر المساندة الاجتماعية يؤثر بشكل كبير في نمو مهارات الميـتا انفعالية لديه، حيث يشير ألديا (Aldea, 2013, P.601)، إلى أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد، وخاصة من رفاق العمل تساهم بشكل كبير في تحقيق المتطلبات الانفعالية للوظيفة القائم بها، كما ذكر ستيفن وآخرون (Stevan, et al., 2013, P.152) أن صعوبات التنظيم الانفعالي يرتبط بإساءة المعاملة، خاصة في مرحلة الطفولة. وتعتبر المساندة الانفعالية هي من أهم أشكال

يتضح من الجدول رقم (6) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.01) بين درجات مهارات الميـتا انفعالية، ودرجات المساندة الاجتماعية لدى طلاب مسار الكليات الإنسانية؛ مما يشير إلى تحقق فرض الدراسة الثالث؛ إذ بلغ قيمة معامل الارتباط بين الوعي الميـتا انفعالي والمساندة الاجتماعية (**0.45)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الميـتا انفعالية الإجرائية والمساندة الاجتماعية (0.44) وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين مراقبة الذات والمساندة الاجتماعية (**0.50)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الخبرة الميـتا انفعالية والمساندة الاجتماعية (**0.49)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمهارات الميـتا انفعالية والمساندة الاجتماعية (**0.71) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى (0.01)، ويتفق ذلك مع دراسة رامسدن هوبارد (Ramsden, Hubbard, 2002)، وكاروتش وآخرون (Ciarrochi et al., 2008)، وكانينغهام وآخرون (Cunningham et al., 2009)، وهنتر وآخرون (Hunter et al., 2011)، وتشين

وطلاب مسار الكليات الإنسانية في عمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود في مهارات الميتمات انفعالية».

وتم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين غير مترابطتين؛ لاختبار صحة هذا الفرض من خلال البرنامج الإحصائي (SPSS)، وقد أسفرت نتائجه عما يأتي:

المساندة الاجتماعية التي تقدم للفرد، إذ إن مشاعر الود والرعاية التي يتلقاها الفرد من مصادر المساندة المختلفة، وكذلك تقبل انفعالات الفرد من قبل الآخرين تؤثر بشكل كبير على تعامله مع انفعالاته وانفعالات الآخرين، وهي الأساس للميتمات انفعالية.

اختبار الفرض الرابع: وينص على أنه: «توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات درجات طلاب مسار الكليات العلمية

جدول رقم (7). اختبار (ت) لبيان الفروق بين متوسطات درجات طلاب المسار العلمي وطلاب المسار الإنساني في مهارات الميتمات انفعالية.

التخصص	العدد	متوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
المسار العلمي	63	102.52	9.14	0.89	0.41
المسار الإنساني	51	103.86	7.75		

الذي تقوم فيه التربية داخل معظم الأسر على تعاليم الدين الإسلامي الحنيف، بالإضافة إلى الترابط الأسري والقبلي؛ مما تقل معه الفروق الفردية - إلى حد ما - بين الأفراد في الجوانب الانفعالية، كما أن عملية تخصيص الطلاب في الجامعة (علمي أو إنساني) لا تتم وفقاً لوجود فروق فردية في جوانب انفعالية معينة خاصة بالطلاب، ولكن وفقاً للمعدل الذي حصل عليه الطالب في المرحلة الثانوية، وهو في الغالب لا يعكس وجود فروق في الجوانب الانفعالية بين الطلاب.

يتضح من جدول (7) أن قيمة «ت» هي (0.89) وأن مستوى الدلالة التي تناظرها هي (0.41) وهي قيمة أكبر من قيمة مستوى الدلالة عند (0.05)، مما يشير لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب مسار الكليات العلمية، وطلاب مسار الكليات الإنسانية في مهارات الميتمات انفعالية؛ وبالتالي عدم تحقق الفرض الرابع، ونلاحظ أن الدراسات السابقة لم تتعرض لمتغير التخصص الأكاديمي في علاقته بمهارات الميتمات انفعالية على الرغم من أهميته، ويمكن تفسير نتائج الفرض الرابع في ضوء طبيعة المجتمع السعودي المحافظ

التوصيات:

النفسية الاجتماعية في علاقتها ببعض الاختلالات النفسية
لدى مرضى أورام المثانة السرطانية. رسالة ماجستير غير
منشورة، جامعة القاهرة.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Aldea ,C. (2013). Social support as a mediator between emotion work and job satisfaction. *Journal of Social and Behavioral Science*, (84), 601-606.
- Baker, j.; Fanning, R.; & Crnic, K. (2011). Emotion socialization by mothers and fathers: coherence among behaviors and association with parent attitudes and childrens social competence. *Journal of Social Development*, 20(2),412-430.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Journal of Psicothema*, (18), 13-25.
- Buunk, B.; & Hoorens, V.(1992). Social support and stress: The role of social comparison and social exchange pricesses. *British Journal of Clinical Psychology*, (31), 445-457.
- Caplan, G. (1981). Mastery of stress psychological aspects. *American Journal of Psychiatry*,(138),413-420.
- Chen, F.; Lin, C.; & Li, C. (2012).The Role of emotion in parent-child relationships: children's emotionality, maternal meta- emotion, and children's attachment security. *Journal of Child and Family Studies*, 21 (3), 403-410.
- Ciarrochi .j.; Patrick C.; & Supavadeeprasit. S. (2008).The link between emotion identification skills and socio-emotional functioning in early adolescence: A 1-year longitudinal study. *Journal of Adolescence*, (31), 565-582.
- Coyne, j.; & Downey, G. (1991). Social factors and psychopathology stress support and coping processes. *Annual Review of psychology*, (42), 401-429.
- Cunningham, J.; Kliewer, W.; & Garner, P. (2009).Emotion socialization, child emotion understanding and regulation, and adjustment in urban African American families: differential associations across child gender. *Journal of Psychopathology*, 21(1),26-83.
- Cutrona, C., & Russell, B. (1990). Type of social support and specific stress: towards a theory of optimal matching in: B.R. Sarasin et el (Eds) *Social support: An Interactional view*, new Work wiley, 26-40.

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة
الحالية يمكن تقديم التوصيات الآتية:

- دراسة أنماط الميتمة انفعالية الوالدية، وعلاقتها
ببعض السمات النفسية لدى الأبناء.

- تصميم برامج لتنمية مهارات الميتمة انفعالية،
خاصة لدى بعض الفئات التي تعاني من بعض حالات
العجز الانفعالي.

- المقارنة بين الطلاب الصم والمكفوفين
والعادين في مهارات الميتمة انفعالية.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية:

- الشناوي، محمد محروس؛ وعبد الرحمن، محمد السيد. (1994).
المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية
ودراسات تطبيقية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
دويدار، عبدالفتاح محمد. (1999). *مناهج البحث في علم النفس*.
الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
ديون، سوزان. (1987). *مقياس المساندة الاجتماعية*، ترجمة أسماء
السري وأمانى عبد المقصود، القاهرة: مكتبة الأنجلو.
رضوان، شعبان جاد الله؛ وهريدي، عادل محمد. (2001). *العلاقة
بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير
الذات والرضا عن الحياة*. مجلة علم النفس، مصر، 58،
64-19.
شويح، هناء أحمد محمد. (2004). *استراتيجيات التعايش والمساندة*

- Radwan, S.; & Haridi, A. (2001). The relationship between social support and all of the manifestations of depression and self-esteem and life satisfaction (in Arabic). *Journal of Psychology*, (58), 19-64.
- Ramsden, S.; & Hubbard, J. (2002). Family expressiveness and parental emotion coaching: their role in children's emotion regulation and aggression. *Journal of Abnorm Child Psychol*, 30(6), 657-667.
- Rowse, C.; Ciarrochi, H.; Patric, C.; & Deane, F. (2014). The role of emotion identification skill in the formation of male and female friendships: A longitudinal study. *Journal of Adolescence*, (37), 103-111.
- Sarason, I.; & Sarason, B. (1983). Experimentally provided social support. *Journal of personality and Social Psychology*, (50), 1222-1225.
- Sarafino, f. (1998). Health psychology: Biopsychosocial interactions, New York: John Wiley & sons.
- Stevan, E.; Gerhart, J.; Goldsmith, R.; & Heath, N. (2013). (Emotion regulation difficulties, low social support, and interpersonal violence mediate the link between childhood abuse and posttraumatic stress symptoms. *Journal of Behavior Therapy*, (44), 152-161.
- Turner, r.; & Marino, f. (1994). Social support and social structure: a descriptive epidemiology. *Journal of Health and Social Behavior*, (35), 193-212.
- Uchino, B. (2004). Social support and physical health: understanding the health consequences of relationships. New Haven: Yale University Press.
- Cutrona, C. (1996). Social Support. Couples, London. Sage Publication.
- Ferrari, M.; & Koyama, E. (2000). Meta-emotions about anger and amae: A cross-cultural comparison. *Journal of Consciousness & Emotion*, 3(2), 197-211.
- Greenberg, L. (2002). Emotion-focused therapy: Coaching Client to work through their feelings. Washington, Dc, us: American Psychological Association. (<http://www.apa.org/pubs/books/431786A.aspx>)
- Gottman, J.; & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10 (3), 243-268.
- Gottman, J. (1997). Meta-emotion: How Families communicate emotionally. Hillsdale, NJ, England: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Gottlieb, B. (2000). Selecting and planning support interventions. In S. Cohen, L. Underwood, & B. Gottlieb (Eds.), social support measurement and intervention (pp. 195-220), London: Oxford university Press.
- Halonen, j.; & Santrock, j. (1997). Human Adjustment, 2nd, New York: Brown and benchmark S.
- Hunter, E.; Katz, L.; Shortt, J.; & Davis, B. (2011). How do i feel about feelings? emotion socialization in families of depressed and healthy adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 40 (4), 428-441.
- Hussein, R. (1996). The causal model of the relationship between social support and the pressures of life and mental health among divorced (in Arabic). *Journal of Psychology*, (39), 44-58
- Katz, L.; & Nelson, W. (2004). Parental meta-emotion philosophy in families with conduct-problem children: links with peer relations. *Journal of Abnormal Child Psychol*, 32(4), 385-98.
- Koven, N. (2011). Specificity of meta-emotion effects on moral decision-making. *Journal of Emotion*, 11(5), 1255-1261.
- Lepore, S. (1994). Social support. *Journal of Encyclopedia of Human Behavior*, (4), 247-251.
- Mayer, J.; & Salovey, p. (1994). The Intelligence of emotional intelligence. *Journal of Intelligence*, 17 (4), 443-452.
- Mayer, J.; Salovey, P.; & Caruso, D. (2002). Mayer-Salovey-Caruso emotional intelligence test (MSCEIT) User's Manual, Toronto, Canada: MHS Publishers. webpage available online at (www.eiconsortium.org).
