وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامعة العراقية
كلية التربية للبنات
AL IRAQIA UNIVERSITY
الجامعة العراقية

مجلة كلية التربية للبنات

مجلة دورية فصلية محكمة

تصدر عن كلية التربية للبنات

FONT USED : THAMANT ENNAR KUFNA LIGHT2

٣٤/ج١
العدد الرابع والثلاثون
١٥ ايلول
١٤٤٨هـ ٢٠٢٦ م

ISSN (print): 2708 - 1354 ISSN (online): 2708 - 1362

الرؤية والرسالة والهدف

الرؤية (Vision) :

الريادة في مجال نشر البحوث العلمية ، والسعي للوصول لتصنيف عالٍ متقدم بين المجلات العلمية المحكمة ، وأن تكون مجلتنا نبراساً للعلم والمعرفة ، وواجهة علمية وثقافية مشرقة لكليتنا الموقرة ورمزاً خلاقاً يجمع بين الأصالة والحداثة.

الرسالة (Mission) :

إثراء الحركة العلمية بأجود أنواع البحوث والدراسات المتخصصة والتربوية ، التي تربط بين الأصالة والحداثة ضمن اطار حضاري بناء ، باستثارة همم الباحثين وتنمية قدراتهم في النشر العلمي الأصيل وباللغتين العربية والإنكليزية ، وبما يُسهم حتماً في إيصال الفكر الوطني / التربوي لكل شعوب العالم . وإتاحة الفرصة للباحثين لتقديم الصورة الحقيقية الناصعة لدور المرأة في المجتمع الإنساني ككل وفي بلدنا العراق بشكل خاص.

الأهداف (Aims) :

تسعى مجلتنا إلى تحقيق الأهداف الآتية :

١.تنشيط البحث العلمي التخصصي في العلوم الإنسانية والمجالات التربوية وقضايا المرأة .

٢.تشجيع البحوث والدراسات والأنشطة العلمية التي تربط الأصالة بالحداثة وصولاً إلى تنمية الاعتزاز بماضينا الجميل والاختيار الواعي لما في الحداثة من توجيهات ينتفع منها الجيل الجديد .

٣. التواصل العلمي والبحثي الهادف مع المراكز العلمية ، والعلماء والباحثين لإبراز دور المرأة في المجتمع علمياً وتربوياً ، وإبراز نشاطاتها البناءة في مجال التخصص والتعليم .

٤.تسليط الضوء والاهتمام عما وصلت إليه المرأة لعراقية من رقي ومساهمة فاعلة في التنمية المستدامة لمجتمعنا الطيب .

٥.تنمية الوعي التربوي لدى الجيل الجديد من خلال استعراض الأفكار والأنشطة التربوية والتعليمية التي تساهم في انماء روح الاحترام للأصالة والانتقاء الواعي للحداثة.

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ الرَّحْمَٰنُ ﴿١﴾ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ﴿٢﴾ خَلَقَ
الْإِنسَانَ ﴿٣﴾ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ﴾

سورة الرحمن: الآيات ١ - ٤

مجلة كلية التربية للبنات

مجلة علمية محكمة

دورية فصلية

تصدر عن كلية التربية للبنات

Iraqia University

Journal of the College of Education for Women: A Peer-Reviewed Academic Journal

جـهة الإصدار: كلية التربية للبنات / الجامعة العراقية اختصاص الـمجلة: العلوم الإنسانية والتربوية

ISSN 2708-1354 (Print)

ISSN 2708-1362 (Electronic)

رقم الاعتـماد في دار الكتب والوثائق العراقية 2138 لسنة 2016م نوع الإصدار: (فصلي) كل ثلاثة أشهر.

نطاق التوزيع: داخل العراق البريد الإلكتروني:-

wom.mag.uni@aliraqia.edu.iq

هاتف سكرتارية التحرير: 07747936814 (الهاتف الأرضي) داخلي: (2028)

مجلة كلية التربية للبنات – الجامعة العراقية ، المجلات الأكاديمية المحكمة:

https://www.iasj.net/iasj/journal/349/issues

- **حقوق النشر محفوظة.**
- **الحقوق محفوظة للمجلة.**
- **الحقوق محفوظة للباحث من تاريخ تسليم البحث إلا في حالة تنازله الخطي.**

ما ينشر في المجلة من بحوث ووجهات نظر تعبر عن أصحابها

ولا تعبر بالضرورة عن آراء هيئة التحرير أو وجهة نظر الكلية.

التعريف:

مجلة علمية دورية محكمة فصلية تصدر عن كلية التربية للبنات الجامعة العراقية تعنى بنشر البحوث في المجالات الإنسانية والتربوية

تحمل الرقم الدولي:

ISSN (print): 2708 - 1354 ISSN (online): 2708 - 1362

مجلة معتمدة في دار الكتب والوثائق العراقية بالرقم: (2138) لسنة 2016م

وتقوم بنشر البحوث العلمية القيمة والأصيلة

في مجالات العلوم الإنسانية المختلفة باللغتين العربية والإنجليزية.

دعـــوة:

ترحب هيئة تحرير المجلة بإســـهامات الباحثين، وأصـــحاب الأقلام من الكتاب والمثقفين في أقســـام الفكر الإســـلامي، والعلوم الإنســـانية، والاجتماعية، والتعليمية والتربوية، وكل ما لـه صـــلة بشـــؤون المرأة والمجتمع، وقضـــايا الإنماء التربوي والتعليمي، والبرامج التطويرية المعاصـــرة على وجه العموم ، على وفق قواعد النشـر المعتمدة من هيئة تحرير المجلة ، على وفق تعليمات وضـوابط النشـر في الـــمجلات العلمية الصادرة من دائرة البحث والتطوير في وزارة التعليم والبحث العلمي الموقرة.

أولاً : رئيس هيئة التحرير:

الأستاذ الدكتور

ورقاء مقداد حيدر / قسم الشريعة / الفقه المقارن

ثانياً : مدير التحرير:

الأستاذ الدكتور

أحمد عبد الجبار فاضل/ اللغة العربية / البلاغة والنقد/ قسم اللغة العربية

ثالثاً : أعضاء هيئة التحرير:

١.	أ.د. مولود عويمر: تخصص: التاريخ / جامعة الجزائر / كلية العلوم الإنسانية	عضواً خارجياً.
٢.	أ.د. إبراهيم عبد الرحيم أحمد ربابعة: تخصص: أصول فقه / جامعة الوصل / كلية الدراسات الإسلامية/ الإمارات العربية .	عضواً خارجياً
٣.	أ.د. عبد الملك بو منجل: تخصص: اللغة العربية/ النقد الأدبي/جامعة سطيف ٢ ، الجزائر/ كلية الآداب واللغات .	عضواً خارجياً.
٤.	أ..م.د نجاة موسى الفيتوري : تخصص: تربية وعلم نفس/علم نفس تعليمي/ الجامعة الأسمرية الإسلامية / كلية التربية / ليبيا .	عضواً خارجياً
٥.	أ.م.د نجاح عبدالله احمد البياع : تخصص: الدراسات الإسلامية / الدعوة والثقافة الإسلامية/ جامعة الأزهر / كلية أصول الدين / مصر .	عضواً خارجياً
٦.	أ.د. سوسن صالح عبدالله سرية : تخصص: اللغة الإنكليزية/الترجمة.	عضواً ومدققاً للغة الإنكليزية

٧.	أ.د. بشرى غازي علوان : تخصص: اللغة العربية /اللغة .	عضواً
٨.	أ.د نهلة عاشور منسي : تخصص: فلسفة إسلامية / الفقه الإسلامي .	عضواً
٩.	أ.د. محمود دهام نايف : تخصص: أصول الدين / الحديث النبوي .	عضواً
١٠.	أ.د. ليث خليل خلف :تخصص: تاريخ / التاريخ القديم .	عضواً
١١.	أ.م.د وصال كاظم حسين : تخصص: اللغة العربية / البلاغة والأدب.	عضواً
١٢.	أ.م.د أسيل عبد الحميد عبد الجبار : تخصص: علم النفس التربوي.	عضواً
١٣.	أ.م.د جنان عبدالله شفيق : تخصص: اللغة الإنكليزية / الأدب .	عضوا
١٤.	أ.م.د ذكرى فاضل محل : تخصص: طرائق التدريس / التاريخ .	عضواً
١٥.	م.د سماح ثائر خيري : تخصص: رياض أطفال .	عضواً
١٦.	أ.د يونس يحيى عبدالله : تخصص: اللغة العربية / اللسانيات النصية.	عضواً ومدققاً لغوياً.
١٧.	أ.م.د. سيناء أحمد جار الله : تخصص: دراسات مالية / إدارة مالية .	عضواً ومحاسباً مالياً

رابعاً : موظفو المجلة

١. م.م. مروة مرزة حمزة / تخصص : تاريخ / مسؤولة وحدة المجلة .

٢. براء إبراهيم سالم / سكرتيرة المجلة .

ضوابط النشر في المجلة

١. تتخصص المجلة بنشر الحوث العلمية القيمة والأصيلة في المجالات الإنسانية، والتي لم يسبق نشرها أو تقديمها إلى أي جهة أخرى (بتعهد خطي من صاحب البحث) ضمن المحاور المشار إليها في التعريف أعلاه ،شرط الالتزام بمنهجية البحث العلمي وخطوات المتعارف عليها محلياً وعالمياً، وتقبل البحوث بإحدى اللغتين العربية أو الإنجليزية بنسبة محددة.

٢. تخضع البحوث المرسلة إلى المجلة جميعها لفحص أولي من هيئة التحرير لتقرير مناسبتها لتخصص المجلة، ثم لبيان أهليتها للتحكيم، ويحق لهيئة التحرير أن تعتذر عن قبول البحث بالكامل، أو تشترط على الباحث تعديله بما يتناسب وسياسة المجلة قبل إرسال إلى المحكمين.

٣. ضرورة تحقق السلامة اللغوية مع مراعاة علامات الترقيم، ومتانة الأسلوب ووضوح الفكرة علل أن يكون الباحث مسؤولًا عن السلامة اللغوية للبحث المقدم باللغتين العربية والإنجليزية.

٤. ترسل البحوث المقبولة للتحكيم العلمي السري إلى خبراء من ذوي الاختصاص قبل نشرها، للتأكد من الرصانة العلمية والموضوعية والجدة والتوثيق على وفق استمارة معتمدة ولا تلتزم هيئة التحرير بالكشف عن أسماء محكميها، وترفض البحوث المتضمنة في خلالها إشارات تكشف عن هوية الباحث.

٥. لضمان السرية الكاملة لعملية التحكيم تكون المعلومات الخاصة بهوية الباحث أو الباحثين في الصفحة الأولى من البحث فحسب.

٦. يلتزم الباحث بإجراء التعديلات الجوهرية المقترحة من المحكمين للبحث.

٧. يحق لهيئة تحرير المجلة رفض البحث واتخاذ القرار وعدم التعامل مع الباحث مستقبلاً عند اكتشافها ما يتنافى والأمانة العلمية المطلوبة بعد التثبت من ذلك.

٨. تنتقل حقوق طبع البحث ونشره إلى المجلة عند إخطار صاحب البحث بقبول للنشر، ولا يجوز النقل أي عن البحث إلا بالإشارة إلى مجلتنا، ولا يجوز لصاحب البحث أو لأي جهة أخرى إعادة نشره في كتاب أو صحيفة أو دورية إلا بعد أن يحصل على موافقة خطية من رئيس التحرير.

٩. لا تدفع مكافأة للباحثين عن البحوث المحكمة التي تقبل للنشر في المجلة وتقدم رئاسة هيئة التحرير مكافأة خاصة للمحكمين.

١٠. تعتمد المجلة آلية التوثيق المتنوعة فتقبل البحوث بآلية التوثيق بالهوامش سواء أكان في نفس الصحيفة ، أم في نهاية البحث، كما تقبل البحوث بآلية التوثيق في المتن بالطريقة المتعارف عليها عالمياً بـ APA.

١١. تقبل المجلة كذلك البحوث الميدانية أو المعملية ،شرط أن يورد الباحث مقدمة يبين فيها طبيعة البحث ومدى الحاجة إليه ، ومن ثم يحدد مشكلة البحث في هيئة مسائلات أو فرضيات، ويعرف المفاهيم والمصطلحات، ويقدم ،عندها قسماً خاصاً بالإجراءات يتناول فيه خطة البحث ومجتمع والعينات والأدوات ، فضلا عن قسم خاص بالنتائج ومناقشتها، ويورد أخيراً قائمة المراجع.

١٢. لا يجوز نشر أكثر من بحث للباحث في العدد الواحد من المجلة سواء أكان بحث منفرداً أم مشتركاً مع باحث آخر.

١٣. يزود صاحب البحث- عند نشره- بنسخة واحدة مستلة مختومة من البحث المنشور في العدد.

١٤. تحتفظ هيئة التحرير بحقها في أولوية النشر في كل ما يرد إليها من مطبوعات، تأخذ بنظر الاعتبار توازن المجلة، والأسبقية في تسليم البحث معدلاً بعد التقويم، واعتبارات أخرى، ويخضع ترتيب البحوث في العدد الواحد للمعايير الفنية المعتمدة في خطة التحرير.

١٥. البحوث المنشورة في المجلة تعبر عن آراء أصحابها، ولا تعبر بالضرورة عن رأي هيئة التحرير أو رأي الكلية.

١٦. جميع المراسلات المتعلقة بالمجلة كافة تكون باسم رئيس التحرير، أو مدير التحرير عبر العنوان البريدي wom.Mag.uni@aliraqia.edu.iq: ، أو رقم هاتف المجلة.

١٧. أخيرا تؤكد هيئة التحرير على ضرورة الالتزام بالبحث الموضوعي الحر والهادئ والبعيد عن كل أشكال التهجم أو المساس بالرموز والشخصيات، وتنأى عن نشر الموضوعات التي تمس المقدسات، أو تلك التي تدعو إلى العصبيات الفئوية والطائفية، وكل ما يوجب الفرقة ويهدد السلم المجتمعي.

دليل المؤلف

Author Guidelines

١. يقدم الباحث طلب خطي (استمارة رقم 1 المرفقة) مختوم بالختم الرسمي لجهة الانتساب .

٢. يقدم الباحث ثلاث نسخ ورقية مطبوعة مكبوسة على ورق(A4) وعلى وجه واحد، وتكون إعدادات حواشي الصفحة 2.5 سم من كل جانب بخط(Simplified Arabic)بحجم 14 للمتن و 12 للهامش، و16 غامق للعنوان الرئيسي و 15 غامق للعنوان الفرعي. واذا كان البحث باللغة الإنجليزية فيكون بخط(Times New Roman) .

٣. لا يزيد البحث عن خمس وعشرين صفحة ، ويكون من ضمنها المراجع والحواشي والجداول والأشكال والملاحق. ويتحمل الباحث ما قيمته ثلاثة آلاف دينار عن كل صحيفة زائدة.

٤. يوقع الباحث التعهد الخاص بكون البحث لم يسبق نشره، ولم يقدم للنشر إلى جهات أخرى، ولن يقدم للنشر في الوقت نفسه حتى انتهاء إجراءات التحكيم (استمارة رقم 2).

٥. يلتزم الباحث بتقديم نسخة من كتاب الاستلال الإلكتروني للبحث وبخلافه يتعذر النشر.

٦. يتعهد الباحث بجلب نسخة إلكترونية من البحث على قرص حاسوب (CD) بعد إجراء جميع التعديلات المطلوبة وقبول البحث للنشر في المجلة.

٧. يرفق مع البحث خلاصة دقيقة باللغتين العربية والإنجليزية على ألا تزيد على صحيفتين مع السيرة الذاتية.

٨. يسدد الباحث أجور النشر والخبراء بحسب مقدارها بكل لقب علمي على وفق المنصوص عليه في الكتب الرسمية ، ويتم تسليم الأجور إلى الجهة الرسمية في القسم المالي للكلية بوصولات رسمية تحفظ حق الباحث وإدارة المجلة ، ولا تسترد الأجور في حالة رفض رئيس التحرير أو المقيمين للبحث المقدم لأسباب علمية أو لسلامة الفكرية أو غيرها.

٩. يستلم الباحث إيصالا خطيا بتاريخ تسليم البحث. ثم يُعلم بالإجراءات التي تمت.

١٠. إذا استخدم الباحث واحدة من أدوات البحث في الاختبارات أو جمع البيانات فعليه أن يقدم نسخة كاملة من تلك الأداة اذا لم تنشر في صلب البحث أو ملاحق .

١١. تلتزم المجلة بإرسال البحث إلى مقومين بخطاب تأليف، استمارة رقم 3 المرفقة ، على أن يتم تقويم البحث في مدة أقصاها ١٠ أيام، وبخلافهِ يقدم الخبير اعتذاره في أسبوع، وعندما يكون التقويم العلمي إيجابياً باتفاق اثنين من المقومين يحال البحث إلى المقوم اللغوي لتدقيقه لغوياً.

دليل المقوم Reviewer Guidelines

أدناه الشروط والمتطلبات الواجب مراعاتها من قبل المقوم للبحوث المرسلة:

١. يقوم البحث على وفق استمارة معتمدة للتقويم (استمارة رقم 4) تتضمن الآتي:

أ- فقرة تتعلق بموضوع البحث هل سبقت دراسته من قبل بحسب علمكم؟ وهل يوجد اقتباس حرفي؟ (الإشارة إلى الاقتباس إن وجد) أو استلال مع تحديد مكان الاستلال.

ب - جدول تقويمي فني تفصيلي يعبر عنه بـ (24) فقرة محددة صيغت على وفق مقياس ليكرت الثلاثي: جيد (3)، مقبول :(2)، ضعيف(1) ويقوم الخبير بالتأشير على اختيار واحد منها تبعاً لقناعته بمحتوى الفقرة وعدم ترك أي فقرة بدون إجابة.

ت - مكان محدد لملاحظات الخبير الخاصة بتفاصيل البحث، أو بأساسيات العامة (علمية أو منهجية) كي يستفيد منها الباحث.

ث - خلاصة التقويم المتعلقة بصلاحية النشر على وفق ثلاث خيارات (صالح للنشر أو صالح بعد إجراء التعديلات، أو غير صالح للنشر) على وفق المعايير المحددة في الاستمارة.

ج - مكان محدد لتثبيت مسوغات عدم الصلاحية للنشر إذا حكم بذلك.

٢. على المقوم التأكد من تطابق وتوافق عنوان الخلاصتين العربية والإنجليزية لغوياً.

٣. أن يبين المقوم هل أن الجداول والأشكال التخطيطية الموجودة واضحة ومعبرة.

٤. أن يبين المقوم هل أن الباحث اتبع الأسلوب الإحصائي الصحيح.

٥. أن يوضح المقوم هل أن مناقشة النتائج كانت كافية ومنطقية.

٦. على المقوم تحديد مدى استخدام الباحث المراجع العلمية.

٧. يمكن للمقوم أن يوضح بورقة منفصلة التعديلات الأساسية لغرض قبول البحث.

٨. توقيع الخبير على الاستمارة تمثل تعهداً خطياً بأنه قام بتقويم البحث علميا على وفق المعايير الموضوعية، وان البحث يستحق التقويم الحاصل عليه ومطلوب تسجيل اسمه على وفق ما مثبت في الاستمارة.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامـــــعة العراقية
كلية التربية للبنات

مجلة كلية التربية للبنات

مَجلَة عِلمِيّة مُحكَمَة

فصلية دورية

تَصدُرُ عَنْ كُلِيّة التَربِيّة لِلبَنَات

تعنى بنشر البحوث في المجالات الإنسانية والتربوية

العدد الرابع والثلاثـــــون (٣٤) الجزء الأول
الصادر بتاريخ: ٢٠٢٦١٩١١٥

بسم الله الرحمن الرحيم

افتتاحيةُ العدد...

الحمــدُ للهِ ربِّ العــالمين ، والصــلاةُ والســلامُ علــى نبينّــا محمــدٍ ، وعلــى آلــهِ وصحبهِ تسليماً كثيراً...

أما بعدُ...

يولدُ عدد جديد من مجلة (كلية التربية للبنات / الجامعة العراقية) يحمل الرقم(34) ، الرابع والثلاثين ، بتأريخ 15/9/2026، يحوي بحوثاً متنوعة بين لغوية وأدبية وتربوية ونفسية وتاريخية واجتماعية ، وبحوث اللغة الإنكليزية ، ليكون العدد منهلاً للباحثين والدارسين والقراء عموماً ، يروي عطش المعرفة وحب العلم والتميز.

وفي هذا الإطار تؤكد إدارة المجلة حرصها على أن تكون البحوث المنتخبة في المجلة مثمرة للمجتمع والإنسان العراقيين ، وأن تلتزم بمبادئ وزارة التعليم العالي والبحث العلمي وتعليماتها ، في نوعية الموضوعات التي تعالجها ، وإسهامها المباشر في تنمية المجتمع العراقي والارتقاء به في سلم العلم والمعرفة .

نسأل الله السداد والتوفيق للباحثين والقراء ، ونسأله تعالى السداد لنا في عمل تحرير المجلة ، وأن يكون العمل خالصاً لوجهه الكريم ، ويكون لبنة في البناء المعرفي والعلمي لكليتنا الرصينة ، وخطوة نحو التقدم والازدهار العلمي لعراقنا الحبيب ، ومن الله التوفيق ، وصلى الله على سيدنا محمد وآله وصحبه وسلم تسليماً كثيراً.

هيئة تحرير المجلة

صيف 2026/9/15

قائمة المحتويات – العدد (٣٤) : ايلول/2026- البحوث المحكمة

(ج ١)

ت	اسم البحث	المؤلف	الصفحة
١.	الخطاب النقدي العربي بين التأصيل والتجريب قراءة في النظرية النقدية المعاصرة وتقبلها عربيا	أ. د. أنسام محمد راشد	١-٢١
٢.	النسق والسياق رؤية في الخارطة الصوتية لقصيدة ألا في سبيل المجد لأبي العلاء المعري	أ.د . يوسف طارق السامرائي د. ميثاق عاشور حسين	٢٢-٤٣
٣.	An Investigation of the Perceptions of Iraqi Instructors Teaching English as a Foreign Language Regarding the Use of Humour in College Level classrooms	ا .م .د هدى فالح حسن الخفاجي م.م. ضمياء فالح حسن الخفاجي	٤٤-٦٨
٤.	انكسارات الأنا للمعتمد بن عباد	أ. م. د. أفراح علي عثمان	٦٩-٨٣
٥.	أثر القناعات الإيجابية في قصة إبراهيم عليه السلام	أ.م. د. أحمد رشيد مجبل العيساوي	٨٤-٩٤
٦.	لا النافية للجنس – معموليها بين التنكير والتعريف	أ.م. د. شيماء عبد الزهرة نعمان	٩٥-١١٦
٧.	مَشْرُوعِيَّةُ عِلْمِ الكَلَامِ فِي ضَوءِ النُّصُوصِ الشَّرْعِيَّةِ مِنَ القُرْآنِ الحَكيم – دِرَاسَةٌ عَقَدِيَّةٌ مَوضُوعِيَّةٌ.	أ.م.د سمير هاشم خضير العبيدي	١١٧-١٣٩
٨.	التوثيق الأثري لمصر القديمة في كتابات أميليا آن بلاندفورد إدواردز	أ.م.د. بشرى عناد محمد أ.م.د. احمد ناظم عباس	١٤٠-١٦٠
٩.	بحيرة ŝ-ĥpt في النصوص الجنائزية "دراسة في الوظيفة الرمزية ودورها في رحلة المتوفى إلى العالم الآخر"	أ.م.د. بشرى عناد محمد	١٦١-١٩٣
١٠.	بلاغةُ الحركة وأثرُها في توجيه الدلالة – دراسة صوتية دلالية نقدية لأوجه القراءات في قوله تعالى : ﴿ إِنْ هَذَانِ لَسَاحِرَانِ ﴾	أ.م.د. حامد فرحان جاسم أ.د. محمد توفيق عبد المحسن	١٩٤-٢١١
١١.	ميكروفيزياء السلطة في رسائل عصر ما قبل الإسلام	أ.م.د. ربى عبد الرضا عبد الرزاق البنا	٢١٢-٢٣١
١٢.	مفهوم الحياة وأثرها في التشريع الجنائي الإسلامي	أ.م.د. شيماء ياسين طه الرفاعي	٢٣٢-٢٦٧

١٣.	الحركة النسوية في البحرين : تحديات والفرص	أ.م.د. صبا حسين موله	٢٦٨-٢٨٨
١٤.	أثر الشرط في العقد في تحديد نوعه وبعض أحكامه – دراسة فقهية تحليلية–	أ.م.د. محسن عباس حيال	٢٨٩-٣١٥
١٥.	حكم تجاوز مقاطع الفيديو التي تحتوي على تلاوة القرآن الكريم أو الأذان دراسة فقهية تأصيلية	م. د . أحمد إبراهيم حسن علي	٣١٦-٣٤٢
١٦.	ال منعة وأثرهم العلمي في الموصل واربل خلال العصر العباسي	م. د : مروه غازي محمد	٣٤٣-٣٧٠
١٧.	دلالة الاقتضاء بين القصد الشرعي والضرورة العقلية دراسة أصولية مقارنة	م. د. دعاء سامي رشيد	٣٧١-٤٠٧
١٨.	الأسطرة في رواية فرانكشتاين في بغداد	م. د. مروة شاكر منصور	٤٠٨-٤٢٢
١٩.	النقد الواقعي في الرواية العراقية رواية (ساعة بغداد) أنموذجا	م.د أفراح جاسم محمد	٤٢٣-٤٣٩
٢٠.	أسس الحضارة الإسلامية وتحدياتها الفكرية المعاصرة	م.د حيدر لؤي جبار حيدر	٤٤٠-٤٦٧
٢١.	The Bestowment of Wisdom In the Selected Poems of Ernest Hemingway	م.د اياد عبد الامير حسن	٤٦٨-٤٧٩
٢٢.	أثر الاستعمال اللغوي في تشكيل التمثلات الإدراكية (مقاربة معرفية لثنائية الشائع والمتحول أنموذجًا)	م.د تحرير قاسم سعدون	٤٨٠-٤٩٦
٢٣.	الجوانب الاجتماعية للطفيليين في كتاب التطفيل للخطيب البغدادي (ت٤٦٣هـ /١٠٧١م)	م.د ندى محمد عزيز	٤٩٧-٥١٢
٢٤.	الحافظ علي بن الحسين بن الجنيد الرازي وأقواله في الجرح والتعديل دراسة نقدية في كتاب الجرح والتعديل لابن أبي حاتم	م.د. أثير عماد نوري	٥١٣-٥٤٦
٢٥.	((المَعْنَى بَينَ اللِّسانيَّاتِ العَربيَّة والفَلسفةِ الإسلاميَّة))	م.د. أنسام قتيبة يحيى	٥٤٧-٥٦٤
٢٦.	الوظيفة التساؤلية في الأنماط البيانية لقصيدة (أُنشودة المطر للسياب) – مُقاربة في ضوء نظرية المُساءَلة والبلاغة لميشال مايير –	م.د. أنمار ابراهيم أحمد	٥٦٥-٥٨٦
٢٧.	الحسين عقيدة وفداء (شعراء عباسيون يخلدون رياحين أهل بيت النبوة عليهم السلام)	م.د. بتول احمد سليم	٥٨٧-٦٠٣
٢٨.	الدور الأمريكي في العلاقات الخليجية – اليابانية خلال النصف الثاني من القرن العشرين	م.د. ذو الفقار جميل جاسم	٦٠٤-٦٢٨
٢٩.	الزَّمَنُ عِنْدَ الأُصُولِّيِينّ – دراسة أصولية تطبيقية	م.د. ريّا مظفر خليل	٦٢٩-٦٧٨

٣٠.	المقاصد القرآنية الكبرى وأثرها في فهم الإسلام (سورة الفاتحة إنموذجًا)	م.د. سرى اسماعيل داود عبد	٦٧٩-٦٩٧
٣١.	فاعلية برنامج ارشادي في ضوء النظرية السلوكية في خفض الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة العراقية	م.د. شاكر حامد رشيد	٦٩٨-٧٢٢

SS

فاعلية برنامج ارشادي في ضوء النظرية السلوكية في خفض الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة العراقية

The Effectiveness of a Counseling Program Based on Behavioral Theory in Reducing Emotional Suppression among Iraqi University

الكلمات المفتاحية :البرنامج الارشادي ،الكبت العاطفي
Keywords: Behavioral Theory, Emotional Suppression, Iraqi University Female Students.

م.د. شاكر حامد رشيد
Dr. Shaker Hamed Rashid
وزاة التعليم العالي والبحث العلمي/ الجامعة العراقية/كلية التربية للبنات
Ministry of Higher Education and Scientific Research / University of Iraq / College of Education for Girls
shakir.h.rashid@aliraqia.edu.iq

فاعلية برنامج ارشادي في ضوء النظرية السلوكية في خفض الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة العراقية

مستلخص البحث:

هدف البحث التعرف على فاعلية برنامج ارشادي في ضوء النظرية السلوكية في خفض الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة العراقية

وللتحقيق من أهداف البحث الحالي قام الباحث بـ :

ببناء مقياس الكبت العاطفي مستندًا إلى خطوات منهجية علمية دقيقة للتحقق من خصائصه السيكومترية من حيث الصدق والثبات, كما أعد برنامج إرشادي قائم على ضوء النظرية السلوكية، إذ استخدمت فقرات المقياس كمرجعية لبناء البرنامج، الذي تألف من (٩) جلسات إرشادية، مدة كل منها (٤٥) دقيقة.

وتم التحقق من صدق المقياس باستخدام كل من الصدق الظاهري والصدق البنائي، في حين استخرج الثبات بطريقتين: إعادة الاختبار، حيث بلغ معامل الثبات (٠,٨٧)، وطريقة ألفا كرونباخ، التي أظهرت معامل ثبات قدره (٠,٧٩). ولتحقيق أهداف الدراسة، اعتمد الباحث المنهج التجريبي، مع تحديد مجتمع الدراسة بطالبات الجامعة العراقية في كلية التربية للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦). وبلغت عينة التحليل الإحصائي (٢٠٠) طالبة، تم اختيارهم من المجتمع الأصلي للبحث وبعد استكمال خطوات البناء والتحليل استقر المقياس في صيغته النهائية على (٣٠) فقرة وبناء على النتائج التي توصل إليها، طرح الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات ذات الصلة.

الكلمات المفتاحية: النظرية السلوكية, الكبت العاطفي, طالبات الجامعة العراقية

Abstract

The present study aimed to identify the effectiveness of a counseling program based on Behavioral Theory in reducing emotional suppression among Iraqi university female students.

To achieve the objectives of the study, the researcher constructed an Emotional Suppression Scale following rigorous scientific and methodological procedures to verify its psychometric properties in terms of validity and reliability. In addition, a counseling program based on Behavioral Theory was developed. The scale items were used as a reference in designing the program, which consisted of twelve counseling sessions, each lasting forty-five minutes. The program was presented to a panel of experts and specialists in the field to ensure its validity and suitability for the study objectives.

The validity of the scale was established through both face validity and construct validity. Reliability was assessed using two methods: the test–retest method, which yielded a reliability coefficient of 0.87, and Cronbach's alpha, which produced a reliability coefficient of 0.79.

To accomplish the study objectives, the researcher adopted the descriptive research method. The study population consisted of female students enrolled in the College of Education at the Iraqi University during the academic year 2025–2026. The statistical analysis sample comprised 200 female students selected from the original study population. Following the completion of the scale construction and statistical analyses, the final version of the scale consisted of 30 items.

Based on the findings of the study, the researcher proposed a number of recommendations and suggestions relevant to the research topic.

Keywords: Behavioral Theory, Emotional Suppression, Iraqi University Female Students.

الفصل الاول: التعريف بالبحث:

اولاً: مشكلة البحث:

تمثل المرحلة الجامعية من المراحل النمائية المهمة التي تواجه فيها الطالبات العديد من التحديات الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية الأمر الذي يتطلب منهم امتلاك مهارات فعالة في التعبير عن المشاعر وتنظيمها, إلا أن بعض الطالبات يلجأن إلى أساليب غير تكيفية في التعامل مع انفعالاتهن من أبرزها الكبت العاطفي والذي يتمثل في إخفاء المشاعر السلبية أو الامتناع عن التعبير عنها مما قد ينعكس سلباً على توافقهن النفسي والاجتماعي والأكاديمي.

وقد أشارت دراسة بيرا واخرون Pereira et al. (2025) إلى أن صعوبات الكبت العاطفي ترتبط بارتفاع مستويات الضيق النفسي لدى طلبة الجامعة, وأن الاضطرابات المرتبطة الكبت العاطفي تسهم في وزيادة مستويات القلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة مما يستدعي تصميم تدخلات إرشادية تسهم في تعزيز الصحة النفسية لديهم(Pereira et al. 2025,p143)

كما بينت دراسة ماكولي ووصيف McAuley and Wasif (2025) أن الطلبة الذين يعتمدون بدرجة أكبر على أساليب التنظيم الانفعالي السلبية ومنها كبت المشاعر يعانون مستويات أعلى من الضغوط النفسية والانفعالات السلبية مقارنة بأقرانهم الذين يستخدمون أساليب أكثر تكيفاً في إدارة مشاعرهم(McAuley and Wasif, 2025,p76)

وفي السياق ذاته أوضحت دراسة كاسمان واخرون Kasman et al. (2025) وجود ارتباط بين الضغوط الأكاديمية واستراتيجيات تنظيم الانفعال لدى طلبة الجامعة وأن أسلوب الكبت العاطفي يعد من الأساليب التي ترتبط بزيادة التأثر بالضغوط النفسية والأكاديمية (Kasman et al. 2025,p22)

وعلى الرغم من تزايد الاهتمام بالصحة النفسية لطلبة الجامعات إلا أن الكبت العاطفي ما يزال يمثل مشكلة نفسية خفية قد تؤثر في توافق الطلبة النفسي والاجتماعي الأمر الذي يبرز الحاجة إلى إعداد برامج إرشادية تستند إلى أسس علمية ونظرية رصينة, وتعد النظرية السلوكية من النظريات التي تؤكد إمكانية تعديل السلوكيات والانفعالات غير المرغوبة من خلال التدريب والتعزيز وإعادة التعلم ومن هنا تتحدد مشكلة البحث الحالي في التساؤل الآتي:

ما فاعلية برنامج إرشادي في ضوء النظرية السلوكية في خفض الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة العراقية؟

ثانياً:اهمية البحث: لأهمية النظرية

١-يسهم هذا البحث في تعميق الفهم النظري لمفهوم الكبت العاطفي من خلال ربطه بالنظرية السلوكية، إذ يوضح كيف يمكن للعوامل النفسية الداخلية المرتبطة بتصورات الطالبات عن ذاتهن أن تؤثر في مستوى مثابرتها ودافعيتها نحو الإنجاز الأكاديمي .

٢-يعد توظيف النظرية السلوكية في سياق إرشادي تربوي إضافة نظرية مهمة، حيث ينقل هذه النظرية من نطاقها التقليدي (كالاضطرابات النفسية) إلى ميدان التعليم الجامعي، مما يفتح آفاقاً جديدة لدراسة تأثيراتها في المتغيرات النفسية مثل الكبت العاطفي

٣-يساعد البحث في تقديم تصور نظري متكامل يربط بين البرامج الإرشادية والنواتج الأكاديمية، من خلال توضيح الآليات التي يمكن أن تسهم بها التدخلات الإرشادية القائمة على النظرية السلوكية في تعزيز الثقة بالنفس، ومن ثم خفض الكبت العاطفي لدى الطالبات

.الأهمية التطبيقية

أ-الاهتمام بما يقدمه البحث من توصيات تفيد الباحثين والمهتمين بطالبات الجامعة، والتي يمكن توظيفها وتطبيقها في مجال تأهيل هؤلاء سواء نفسياً أو اجتماعياً في ظل ما نعيشه من ظروف حياتية مستجدة.

ب- الاستفادة من المقياس الذي تم بنائه من قبل الباحث بالبحث.

د – الاهتمام بما يقدمه البحث من نتائج حول نموذج تطبيقي لتفسير الكبت العاطفي لدى الطالبات.

ثالثاً: هدف البحث وفرضياته:

فاعلية برنامج ارشادي في ضوء النظرية السلوكية في خفض الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة.

في ضوء هدف البحث صاغ الباحث الفرضيات الصفرية الاتية :

١. لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية بالاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكبت العاطفي.
٢. لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة بالاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكبت العاطفي.
٣. لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الكبت العاطفي.

رابعاً: حدود البحث:

أقتصر البحث على:

١. **الحد البشري:** طالبات كلية التربية للبنات قسم اللغة الانكليزية
٢. **الحد الزماني:** العام الدراسي (2025- 2026).
٣. **الحدود المكانية:** الجامعة العراقية

خامساً:تحديد المصطلحات:

اولا : الفاعلية عرفها:

- **(Stufflebeam& Shinkfield,2007)**

هي مدى قدرة البرنامج الإرشادي على تحقيق الأهداف التي اعد من أجلها ويستدل عليها من خلال مقدار التغير الذي يحدثه البرنامج في سلوك أو خصائص الأفراد المستهدفين (Stufflebeam& Shinkfield,2007,p19)

ثانياً:البرنامج الارشادي عرفه كل من:

- **(Borders & Drury, 1992) :**

هو برنامج تم تصميمه بناء على أسس علمية منهجية ويشتمل على مجموعة من الخدمات الإرشادية، سواء كانت مباشرة أو غير مباشرة، تقدم لجميع أفراد المجموعة المستهدفة بالإرشاد (Borders & Drury ,1992:461)

التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف(Borders & Drury, 1992) لأن النموذج المعتمد بالبرنامج الارشادي الخاص به في البحث الحالي .

اولاً:الكبت العاطفي:Emotional Suppression عرفه

- **(Gross & Levenson, 1993)**

بانه استراتيجية غير تكيفية لتنظيم الانفعال تتضمن التثبيط النشط للسلوكيات التعبيرية الانفعالية الجارية ويتكون من مجالين هما الانفعال الايجابي, والانفعال السلبي وهما:

-**الانفعال الإيجابي:** حالة من الطاقة العالية والتركيز الكامل والانخراط الممتع بينما يشير الانخفاض في الانفعال الإيجابي إلى الحزن والخمول.

-**الانفعال السلبي:** فهو بعد عام من الضيق الذاتي يرتبط بمجموعة من الحالات السلبية مثل الغضب والازدراء، والاشمئزاز، والذنب، والخوف، والتوتر, في المقابل فإن الانخفاض في الانفعال السلبي يدل على حالة من الهدوء والسكينة(Gross & Levenson, 1993,p)

التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف ونظرية (Gross & Levenson, 1993)

التعريف الاجرائي : هي مجموع الدرجة الكلية التي حصلت عليها الطالبة المستجيبة على فقرات مقياس الكبت العاطفي الذي تم بناءة من قبل الباحث على ضوء النظرية السلوكية

الفصل الثاني: الاطار النظري :

- **مفهوم الإرشاد النفسي:**

أصبحت الحاجة إلى الإرشاد النفسي أكثر إلحاحاً في الوقت الحاضر نتيجة التطورات المتسارعة التي يشهدها العالم في مختلف المجالات، وما يرافقها من تحديات وضغوط تؤثر في حياة الأفراد على المستويات الشخصية والاجتماعية والمهنية, ويعد الإرشاد النفسي من الخدمات الإنسانية المهمة التي تسهم في مساعدة الطلبة على مواجهة المشكلات والتكيف مع المتغيرات المختلفة من خلال ما يقدمه من برامج وخدمات وقائية وعلاجية ونمائية تستهدف تعزيز الصحة النفسية وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي (المشاقبة، ٢٠٠٩:٧٢) وينظر إلى الإرشاد النفسي بوصفه عملية مهنية منظمة تقوم على علاقة إنسانية قائمة بين المرشد والمسترشد يسعى من خلالها المرشد إلى توظيف خبراته ومهاراته لمساعدة المسترشد في فهم ذاته والتعرف إلى إمكاناته وقدراته وتمكينه من التعامل بفاعلية مع ما يواجهه من صعوبات ومواقف حياتية, كما تهدف العملية الإرشادية إلى تنمية الجوانب المعرفية والانفعالية والاجتماعية والمهنية لدى الطالب بما يسهم في تحقيق نموه المتكامل وتوافقه مع ذاته وبيئته, ويتطلب نجاح هذه العملية توافر مناخ إرشادي إيجابي يقوم على الاحترام المتبادل والتقبل والثقة والتعاون بين المرشد والمسترشد بما يعزز فرص تحقيق الأهداف الإرشادية المنشودة (الحريري والإمام، ٢٠١٠:٧٩).

- **النظرية السلوكية(Behavioral Theory)**

تعد النظرية السلوكية من أبرز النظريات النفسية التي أسهمت في تفسير السلوك الإنساني وتعديله، وقد ظهرت في بدايات القرن العشرين كرد فعل على الاتجاهات التي ركزت على دراسة العمليات العقلية غير القابلة للملاحظة المباشرة, ويرى السلوكيون أن موضوع علم النفس يجب أن يقتصر على دراسة السلوك الظاهر القابل للملاحظة والقياس، إذ يمكن فهم السلوك الإنساني من خلال تحليل المثيرات البيئية والاستجابات الناتجة عنها ترجع الجذور الأولى للنظرية السلوكية إلى أعمال العالم الروسي إيفان بافلوف (Ivan Pavlov)في مجال الاشتراط الكلاسيكي ثم تطورت على يد جون واطسون (John Watson) الذي أكد أن السلوك الإنساني متعلم من البيئة وأنه يمكن التنبؤ به وضبطه من خلال التحكم في الظروف

البيئية, وبعد ذلك قدم بورهوس سكنر (B. F. Skinner) مفهوم الاشتراط الإجرائي الذي ركز على دور التعزيز والعقاب في تشكيل السلوك والمحافظة عليه (الشناوي, ٢٠١٨: ٣٠).

- **افتراضات النظرية السلوكية**

تستند النظرية السلوكية إلى مجموعة من الافتراضات الأساسية من أهمها:

١. أن معظم السلوك الإنساني متعلم وليس فطرياً.
٢. أن البيئة تمثل العامل الرئيس في تكوين السلوك وتعديله.
٣. أن السلوك يمكن ملاحظته وقياسه بصورة موضوعية.
٤. أن التعلم يحدث نتيجة الارتباط بين المثيرات والاستجابات.
٥. أن التعزيز يسهم في زيادة احتمال تكرار السلوك المرغوب، بينما يؤدي العقاب إلى تقليل حدوث السلوك غير المرغوب.
٦. أن السلوك غير التكيفي يمكن تعديله من خلال تطبيق مبادئ التعلم المناسبة (ابو اسعد, وعربيات, ٢٠٢٠: ٥٥).

- **أساليب الإرشاد السلوكي**

يعتمد الإرشاد السلوكي على مجموعة من الفنيات والإجراءات، منها:

١. التعزيز الإيجابي. التعزيز السلبي. التشكيل. التسلسل السلوكي. النمذجة. لعب الدور. التدريب على المهارات الاجتماعية. الاسترخاء. إزالة الحساسية التدريجية. الاقتصاد الرمزي (الزراد, ٢٠١٩: ٣٣)

- **دور النظرية السلوكية في خفض الكبت العاطفي**

تنظر النظرية السلوكية إلى الكبت العاطفي بوصفه سلوكاً متعلماً اكتسبه الفرد من خلال خبراته السابقة والظروف البيئية المحيطة به, ولذلك يمكن تعديل هذا السلوك من خلال تدريب الأفراد على أنماط سلوكية أكثر تكيفاً في التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم واستخدام التعزيز لتشجيع التعبير الانفعالي المناسب وتزويدهم بمهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي التي تساعدهم على التعبير عن مشاعرهم بصورة صحية ومقبولة اجتماعياً, ومن هذا المنطلق يمكن بناء برنامج إرشادي قائم على مبادئ النظرية السلوكية يهدف إلى خفض مستوى الكبت العاطفي لدى طلبة الجامعة وتنمية قدرتهم على التعبير الانفعالي السليم.

الفصل الثاني: الكبت العاطفي:

- **مفهوم:الكبت العاطفي**

ينظر الى الكبت العاطفي بانه أحد الأساليب المستخدمة في تنظيم الانفعالات، إذ يعتمد على بذل جهد معرفي مرتفع نتيجة الحاجة إلى المراقبة الذاتية المستمرة وضبط السلوك والتحكم في المظاهر التعبيرية المصاحبة للحالات الانفعالية(Lynch et al., 2001,p71) ويستلزم هذا الأسلوب قدرة الفرد على كبح التعبيرات الانفعالية الظاهرة والمحافظة على السيطرة عليها أثناء المواقف المختلفة ويعرف الكبت العاطفي بأنه عملية مقصودة يتم من خلالها الحد من التعبير الخارجي عن المشاعر والانفعالات

بعد نشوئها لذلك يصنف ضمن استراتيجيات تنظيم الانفعال المتمركزة حول الاستجابة, إذ يتعامل مع الانفعال بعد حدوثه وليس قبل ظهوره (Gross & Levenson, 1993,p975) , وبهذا المعنى يركز الفرد على إخفاء أو تقليل المظاهر السلوكية المصاحبة للانفعال دون التأثير المباشر في مصدره وتشير الأدبيات النفسية إلى أن الكبت العاطفي لا يؤدي بالضرورة إلى خفض شدة الخبرة الانفعالية الداخلية بل قد يترتب عليه عدد من الآثار السلبية على الصعيدين المعرفي والفسيولوجي, فقد أظهرت بعض الدراسات أن الأفراد الذين يلجؤون إلى هذا الأسلوب بصورة متكررة يحققون أداء أقل كفاءة في المهام المرتبطة بالذاكرة ويعزى ذلك إلى استهلاك جزء من الموارد المعرفية والانتباهية في عملية ضبط التعبير الانفعالي(Richards & Gross, 1999,p 1033)

وعلى المستوى النفسي، ارتبط الكبت العاطفي بزيادة احتمالية التعرض للضغوط النفسية والقلق والأعراض الاكتئابية فضلاً عن تأثيره السلبي في التكيف النفسي والاجتماعي, كما أن الاستمرار في استخدامه قد يسهم في تراكم المشاعر السلبية بمرور الوقت نتيجة عدم التعامل معها بصورة فعالة أو معالجتها بشكل مباشر(Sumner& Mineka, 2010,p614)

أما من الناحية العصبية فقد بينت نتائج البحوث المعتمدة على تقنيات التصوير الدماغي وجود ارتباط بين الكبت العاطفي والتغيرات الوظيفية في بعض البنى الدماغية المسؤولة عن معالجة الانفعالات والذكريات الانفعالية, ويشير ذلك إلى أن آثار الكبت العاطفي لا تقتصر على الجانب السلوكي فحسب بل تمتد إلى العمليات العصبية المرتبطة بالتعلم والذاكرة والتفكير المستقبلي وبناء على ذلك، ينظر إلى الكبت العاطفي بوصفه من الاستراتيجيات غير التكيفية في تنظيم الانفعالات عندما يُستخدم بصورة مزمنة ومتكررة لأنه لا يعالج الأسباب الحقيقية للمشكلة الانفعالية بل قد يؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية وإضعاف بعض الوظائف المعرفية والانفعالية لدى الفرد(Goldin et al., 2008,p 580)

- **النموذج الذي فسر الكبت العاطفي/ نموذج كروس (Gross, 1998).**

طرح كروس (Gross, 1998) نموذج العمليات التنظيمية للانفعال الذي يوضح الكيفية التي يدير بها الأفراد استجاباتهم الانفعالية من خلال مجموعة من الاستراتيجيات الواعية وغير الواعية الهادفة إلى زيادة أو خفض مكونات الاستجابة الانفعالية, ويفترض النموذج أن الاستجابة الانفعالية تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسة هي: البعد الذاتي الذي يتمثل في الخبرات والمشاعر الداخلية، والبعد السلوكي الذي يتجسد في الأفعال والتعبيرات الظاهرة، والبعد الفسيولوجي الذي يشمل التغيرات الجسدية المصاحبة للانفعال مثل معدل ضربات القلب وضغط الدم.

وقد صنف كروس استراتيجيات تنظيم الانفعال إلى نمطين رئيسين. يتمثل النمط الأول في الاستراتيجيات المتمركزة حول المثير أو السابقة لظهور الاستجابة الانفعالية (Antecedent–Focused

(Strategies، وهي الأساليب التي يلجأ إليها الفرد قبل أن يكتمل تشكل الانفعال واستجابته. ويتضمن هذا النمط أربع استراتيجيات أساسية:

١. **اختيار الموقف:(Situation Selection)** وتعني قيام الفرد باختيار المواقف التي يتوقع أن تحقق له نتائج انفعالية مرغوبة أو تجنبه المواقف التي قد تثير لديه انفعالات سلبية. فعلى سبيل المثال قد يفضل الفرد البقاء في المنزل بدلاً من حضور مناسبة اجتماعية يتوقع فيها مواجهة شخص تربطه به علاقة متوترة.

٢. **تعديل الموقف (Situation Modification)** وتشير إلى محاولة الفرد إحداث تغييرات في عناصر الموقف بهدف التأثير في نتائجه الانفعالية. ومن الأمثلة على ذلك تغيير قناة التلفاز عند مشاهدة برنامج غير مرغوب فيه لتقليل الشعور بالانزعاج.

٣. **توجيه أو توزيع الانتباه:(Attention Deployment)** وتتمثل في تحويل الانتباه بعيداً عن المثيرات المسببة للانفعال أو التركيز على جوانب أخرى من الموقف. فقد يلجأ الفرد إلى إغماض عينيه أو صرف انتباهه عند مشاهدة مشهد عنيف أو مزعج.

٤. **التغيير المعرفي:(Cognitive Change)** ويقصد به إعادة تفسير الموقف أو الحدث بطريقة مختلفة تسهم في تعديل الاستجابة الانفعالية الناتجة عنه. وتعد إعادة التقييم المعرفي (Reappraisal) من أبرز أشكال هذه الاستراتيجية، إذ يعيد الفرد النظر في معنى الحدث بما يساعد على خفض تأثيره الانفعالي وتقليل المشاعر السلبية المرتبطة به.

أما النمط الثاني فيتمثل في استراتيجيات تعديل الاستجابة(Response Modulation) ، والتي تستخدم بعد حدوث الانفعال وظهور الاستجابة الانفعالية, ويعد كبت التعبير الانفعالي (Suppression) أبرز صور هذا النمط، حيث يعمل الفرد على إيقاف أو تقليل التعبيرات السلوكية المصاحبة للانفعال رغم استمرار الشعور به داخلياً. وغالباً ما يستخدم هذا الأسلوب بهدف التوافق مع المعايير الاجتماعية أو الامتثال لتوقعات الجماعة والمحافظة على القبول الاجتماعي في المواقف المختلفة(Gross,1998,p 280).

- **البرنامج الارشادي:**

أولاً: تعريف البرنامج الإرشادي

يقصد بالبرنامج الإرشادي مجموعة من الإجراءات والأنشطة المنظمة التي تبنى وفق أسس علمية وتربوية محددة وتنفذ من خلال سلسلة من الجلسات المخططة بهدف مساعدة الطالبات على الحد من مشاعر الكبت العاطفي وتعزيز نظرتهن الإيجابية نحو أنفسهن بما يسهم في الكبت العاطفي لديهن وتنمية قدراتهن النفسية والمعرفية والسلوكية المرتبطة بالإنجاز والمثابرة.

ثانياً: أهداف البرنامج

يسعى البرنامج إلى تحقيق مجموعة من الأهداف، من أبرزها:

- خفض حدة الكبت العاطفي لدى الطالبات
- تنمية الشعور بالكفاءة الذاتية والثقة بالقدرات الشخصية.
- تعزيز القدرة على الاستمرار في مواجهة التحديات النفسية.
- تصحيح الأفكار السلبية واستبدالها بأفكار أكثر إيجابية وواقعية.
- تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو التعلم والنجاح الأكاديمي.

ثالثاً: المرتكزات النظرية للبرنامج

يستند البرنامج إلى عدد من الأطر النظرية والنفسية التي تفسر طبيعة الكبت العاطفي وآليات تعديله، ومن أهمها:

- النظريات النفسية التي أسهمت في تفسير السلوك الإنساني وتعديل مبادئ العلاج المعرفي السلوكي التي تؤكد أهمية تعديل الأفكار غير المنطقية واستبدالها بأنماط فكرية أكثر تكيفاً.
- نظرية(Gross,1998) الذي يوضح الكيفية التي يدير بها الأفراد استجاباتهم الانفعالية من خلال مجموعة من الاستراتيجيات الواعية وغير الواعية الهادفة إلى زيادة أو خفض مكونات الاستجابة الانفعالية

رابعاً: الفئة المستهدفة

يوجه البرنامج إلى طالبات المرحلة الجامعية اللواتي يعانن من الكبت العاطفي أو تظهر لديهن مؤشرات مثل ضعف الثقة بالنفس والخوف المفرط من الفشل أو التقييم السلبي.

خامساً: مدة البرنامج وتنظيم جلساته

- يتألف البرنامج من (٩) جلسة إرشادية.
- تتراوح مدة الجلسة الواحدة بين (٤٥–٦٠) دقيقة.
- تعقد جلسة واحدة أو جلستان أسبوعياً وفقاً لطبيعة التصميم البحثي ومتطلبات التطبيق.

سادساً: مضمون الجلسات الإرشادية

يتضمن البرنامج مجموعة من الجلسات المتسلسلة التي تغطي الموضوعات الآتية:

١. التعارف وتكوين العلاقة الإرشادية وبناء الألفة بين المشاركين.
٢. توضيح مفهوم الكبت العاطفي وآثاره النفسية والأكاديمية.
٣. التعرف إلى الأفكار السلبية والمعتقدات غير المنطقية المرتبطة بالانفعال.
٤. التدريب على مهارات إعادة البناء المعرفي وتعديل التفكير السلبي.
٥. تنمية الثقة بالنفس وتعزيز الشعور بالكفاءة الذاتية.
٦. اكتساب مهارات التعامل مع الكبت والعواطف.
٧. تطوير مهارات المثابرة وإدارة الجهد الأكاديمي.

٨. تعزيز التفكير الإيجابي وتحديد الأهداف المستقبلية والتخطيط لتحقيقها.
٩. تقويم التغيرات الحاصلة ومتابعة أثر البرنامج.

سابعاً: الأساليب والفنيات الإرشادية المستخدمة

يعتمد البرنامج على مجموعة من الفنيات الإرشادية الملائمة، منها:

- الحوار والمناقشة الجماعية.
- إعادة البناء المعرفي.
- لعب الأدوار.
- النمذجة السلوكية.
- التعزيز الإيجابي.
- الواجبات والتطبيقات المنزلية.

ثامناً: تقويم فاعلية البرنامج

تقاس فاعلية البرنامج من خلال مجموعة من الأساليب، أهمها:

- تطبيق أدوات القياس قبل البرنامج وبعده لقياس مستوى الكبت العاطفي.
- ملاحظة التغيرات السلوكية والانفعالية لدى الطالبات أثناء الجلسات.
- الاستفادة من التغذية الراجعة التي تقدمها المشاركات حول تجربتهن في البرنامج.

تاسعاً: مبررات بناء البرنامج

تنبع أهمية هذا البرنامج من الحاجة إلى توفير تدخلات إرشادية تسهم في معالجة العوامل النفسية التي تحد من قدرة الطالبات على تحقيق النجاح الأكاديمي، إذ إن خفض مستويات الكبت العاطفي يساعد على تعزيز الدافعية للإنجاز وزيادة القدرة على المثابرة ومواجهة التحديات، الأمر الذي ينعكس بصورة إيجابية على مستوى الأداء الدراسي بشكل عام.

الفصل الثالث منهجية البحث واجراءاته

منهجية البحث وإجراءاته: Research Apprioach and Proicedure

أولاً: منهج البحث Reseoarch Appiroach :

انطلاقًا من طبيعة البحث الحالي وطبيعة البيانات المطلوب جمعها ولتحقيق أهداف الدراسة واختبار فرضياتها بدقة وموضوعية اعتمد الباحث المنهج التجريبي بوصفه الأنسب لاستقصاء أثر البرنامج الإرشادي القائم على الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة، لما يوفره هذا المنهج من ضبط للمتغيرات وتحكم في الظروف، مما يعزز موثوقية النتائج

ثانياً: التصميم التجريبي : Experimental of Design :

اعتمد الباحث التصميم شبه التجريبي الذي يعتمد على الضبط الجزئي ذي المجموعتين (التجريبية) و(الضابطة) وباختبار قبلي وبعدي, فضلا عن أن هذا التصميم يعطي قدراً مقبولاً من الثقة لأن الفرق بين

المجموعتين يعود الى: البرنامج الإرشادي الذي يتطلب إجراء التوزيع العشوائي والتكافؤ في العديد من المتغيرات بين المجموعتين بدرجة عالية من الضبط التجريبي ويوفر الكثير من الوقت والجهد (الزوبعي،١٩٨٨ :١١٢).

لوضع التصميم التجريبي للبحث ,قام الباحث بالخطوات الآتية:-

١ – اختيار عينة التجربة من طالبات كلية التربية قسم اللغة الانكليزية بالجامعة العراقية اللواتي حصلن على أدنى الدرجات على مقياس الكبت العاطفي

٢ – اختيار شعبتين تابعتين الى مجتمع البحث, واحدة للمجموعة التجريبية والأخرى للمجموعة الضابطة

٣ – اجراء اختبار قبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة قبل بدء التجربة لغرض التكافؤ بين المجموعتين على مقياس الكبت العاطفي لأجل ان تكون المجموعتين متكافئتين عدا المتغير المستقل الذي يريد الباحث معرفة أثره على التجربة وهذا يضمن السلامة الداخلية للتصميم التجريبي.

٤ – اجراء اختبار بعدي للمجموعتين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة, لمقياس الكبت العاطفي لدى الطالبات لمعرفة أثر الأسلوب الأرشادي في تقليل الكبت العاطفي لديهن.

اختار الباحث هذا التصميم نظراً لما يوفره من مستوى جيد من الضبط التجريبي، إذ يعد التوزيع العشوائي بين المجموعتين العامل الأساسي فيه وذلك لضمان تقليل تأثير الفروق الفردية الناتجة عن أسلوب الاختيار كما يسهم هذا التصميم في تعزيز صدق النتائج من خلال تحقيق التكافؤ بين المجموعتين في عدد من المتغيرات ذات العلاقة بالدراسة. (ابو علام ، ١٩٨٩ : ١٢٥) والشكل (١) يبين ذلك:

المجموعة	الأختبار	التكافؤ	المعالجة التجريبية	الأختبار
المجموعة التجريبية	القبلـــي	درجات الأختبار القبلي على مقياس الكبت العاطفي التحصيل الدراسي للأب التحصيل الدراسي للأم الترتيب الولادي	المتغير المستقل الأسلوب الأرشادي	البعـــدي

شكل (١)

التصميم شبه التجريبي المستخدم في البحث الحالي

ثالثاً: مجتمع البحث(Research Population)

تكون مجتمع البحث الحالي من طالبات كلية التربية للبنات قسم اللغة الانكليزية في الجامعة العراقية للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦)، والبالغ عددهم (٢٣٥٣) طالبة ويعد هذا المجتمع الإطار العام الذي استمدت منه عينات الدراسة المختلفة لتحقيق أهداف البحث والإجابة عن تساؤلاته.

رابعاً: عينات البحث(Research Samples)

تعرف العينة بأنها جزء من مجتمع الدراسة يتم اختياره وفق أسس علمية محددة لتمثيل المجتمع الأصلي وتمكين الباحث من دراسة خصائصه والوصول إلى نتائج يمكن تعميمها عليه, وقد بلغ العدد الكلي للأفراد المشاركين في العينات المستخدمة في البحث الحالي (٢٠٠) طالبة من طالبات قسم اللغة الانكليزية في كلية التربية بالجامعة العراقية

- **العينة الاستطلاعية الأولى**

للتأكد من وجود متغير الكبت العاطفي لدى الطالبات وتشخيص مستواه أجرى الباحث دراسة استطلاعية أولية على عينة مكونة من (٣٠) طالبة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية جرى اختيارهم عشوائياً وذلك بهدف استكشاف طبيعة المتغير وتحديد مدى انتشاره بين أفراد المجتمع المستهدف.

- **العينة الاستطلاعية الثانية**

استخدمت هذه العينة للتحقق من وضوح فقرات مقياس الكبت العاطفي ومدى ملاءمته لأفراد الدراسة، فضلاً عن تحديد الزمن اللازم للإجابة عن فقراته, وقد تكونت من (٣٠) طالبة تم اختيارهن عشوائياً من خارج العينة الأساسية للبحث.

- **عينة الثبات**

اعتمد الباحث طريقتين للتحقق من ثبات المقياس، هما:

أ- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار(Test-Retest)

تم تطبيق مقياس الكبت العاطفي على عينة مكونة من (٣٠) طالبة من طالبات قسم اللغة الانكليزية اختيروا بصورة عشوائية، ثم أعيد تطبيق المقياس على أفراد العينة أنفسهم بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول وقد بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة (٠,٨٣)، وهو معامل يدل على مستوى جيد من الاستقرار

ب- معامل ألفا كرونباخ(Cronbach's Alpha)

لحساب الاتساق الداخلي للمقياس استخدمت بيانات عينة التحليل الإحصائي البالغة (٢٠٠) طالبة، وقد بلغ معامل الثبات وفق هذه الطريقة (٠,٧٩)، وهو مؤشر مقبول يؤكد تمتع المقياس بدرجة مناسبة من الثبات.

- **عينة التحليل الإحصائي**

تألفت عينة التحليل الإحصائي من (٢٠٠) طالبة من طلبة قسم اللغة الانكليزية في كلية التربية بالجامعة العراقية جرى اختيارهن بالطريقة الطبقية العشوائية, واستخدمت هذه العينة لاستخراج الخصائص السيكومترية

للمقياس والتحقق من القوة التمييزية لفقراته وحساب معاملات الارتباط والثبات فضلاً عن استخراج المؤشرات الإحصائية اللازمة.

- **عينة التجربة**

تكونت عينة تطبيق البرنامج الإرشادي من (٢٠) طالبة موزعين على مجموعتين تجريبية وضابطة، بواقع (١٠) من الطالبات لكل مجموعة وقد تم اختيارهم من بين أفراد عينة تطبيق المقياس البالغ عددها (٢٠٠) طالبة، بعد تحديد الطالبات اللواتي حصلن على درجات أقل من الوسط الفرضي لمقياس الكبت العاطفي والبالغ (٦٠) درجة.

وأظهرت النتائج أن عدد الطالبات اللواتي يعانن من الكبت العاطفي بلغ (٨٥) طالبة، تراوحت درجاتهم بين (٤١–٥٩) درجة, ومن بين هؤلاء تم اختيار أفراد العينة التجريبية بصورة قصدية لكونهم يمثلون الفئة المستهدفة بالبرنامج الإرشادي.

ولتنفيذ إجراءات التجربة اختار الباحث شعبتين دراسيتين من قسم اللغة الانكليزية، إذ خصصت الشعبة (أ) للمجموعة التجريبية، بينما خصصت الشعبة (ب) للمجموعة الضابطة, وتم تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على معالجة الكبت العاطفي على أفراد المجموعة التجريبية فقط في حين لم تتعرض المجموعة الضابطة لأي تدخل إرشادي مع إخضاع المجموعتين للاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكبت العاطفي وقد اتبع الباحث الخطوات الآتية عند تنفيذ البرنامج:

- اختيار الطالبات الحاصلات على أدنى الدرجات في مقياس الكبت العاطفي من كل شعبة.
- توزيع أفراد العينة على مجموعتين متكافئتين، تجريبية وضابطة، بواقع (١٠) طالبات لكل مجموعة.
- تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية فقط.
- تطبيق الاختبارين القبلي والبعدي على المجموعتين لمقارنة مستوى الكبت العاطفي قبل البرنامج وبعده.

وللتحقق من الكبت العاطفي لدى أفراد العينة المستهدفة، استخدم الاختبار التائي لعينة واحدة، إذ بلغ المتوسط الحسابي للعينة (٥٩,٥٣٥) بانحراف معياري مقداره (٦,٥٩٧)، مقارنة بالمتوسط الفرضي البالغ (٦٠) درجة, وقد أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (١,٤١٠)، وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦)، مما يشير إلى ارتفاع مستوى الكبت العاطفي لدى أفراد العينة، الأمر الذي يبرر حاجتهم إلى البرنامج الإرشادي المقترح.

خامساً: تكافؤ المجموعتين

حرص الباحث على تحقيق التكافؤ الإحصائي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في عدد من المتغيرات التي قد تؤثر في الكبت العاطفي ، وذلك بالاستناد إلى ما أشارت إليه الأدبيات والدراسات السابقة من عوامل ذات صلة بالمتغير المدروس. وشملت هذه المتغيرات درجات الاختبار القبلي على مقياس الكبت العاطفي ، والتحصيل الدراسي للأب والأم، الترتيب الولادي.

ولجمع البيانات الخاصة بهذه المتغيرات أعد الباحث استمارة معلومات خاصة، تم توزيعها على أفراد المجموعتين قبل البدء بتنفيذ البرنامج الإرشادي, وبعد ذلك أُجريت المعالجات الإحصائية المناسبة للتحقق من عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في تلك المتغيرات، بما يضمن أن أي تغير يظهر في نتائج الاختبار البعدي يعزى إلى أثر البرنامج الإرشادي وليس إلى عوامل أخرى.

- **درجات الطالبات على مقياس الكبت العاطفي في الاختبار القبلي**

للتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى الكبت العاطفي قبل تنفيذ البرنامج الإرشادي، استخدم الباحث اختبار مان–ويتني (Mann–Whitney) لعينتين مستقلتين, وقد أظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة بلغت (٤٥)، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الاختبار القبلي, وعليه يمكن القول إن المجموعتين كانتا متكافئتين في هذا المتغير قبل بدء التجربة.

- **التحصيل الدراسي للأب**

للتحقق من تكافؤ المجموعتين في متغير التحصيل الدراسي للأب، استخدم اختبار مربع كاي (χ^2) للكشف عن دلالة الفروق بينهما, وقد بلغت القيمة المحسوبة (٠,٢٣٤)، وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (٥,٩٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢)، الأمر الذي يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، مما يؤكد تكافؤهما في هذا المتغير.

- **التحصيل الدراسي للأم**

أجرى الباحث اختبار مربع كاي (χ^2) للتأكد من تكافؤ المجموعتين في متغير التحصيل الدراسي للأم, وقد بلغت القيمة المحسوبة (٠,٨٦٧)، وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (٥,٩٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢)، مما يدل على أن الفروق غير دالة إحصائياً، وبذلك تعد المجموعتان متكافئتين في هذا المتغير.

- **الترتيب الولادي**

من أجل التأكد من تكافؤ المجموعتين في متغير الترتيب الولادي، صنف الباحث الطالبات إلى ثلاث فئات هي: (الأول، الأوسط، الأخير). ولغرض الكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين استخدم اختبار مربع كاي (χ^2)، حيث بلغت القيمة المحسوبة (١,٣٣٣)، وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (٥,٩٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢), وتشير هذه النتيجة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، مما يؤكد تكافؤهما في هذا المتغير.

سادساً: أداة البحث(Research Instrument)

لتحقيق أهداف البحث الحالي واختبار فرضياته، تطلب الأمر إعداد أداة مناسبة لقياس الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة, ولهذا الغرض قام الباحث ببناء مقياس الكبت العاطفي مستنداً إلى الأسس النظرية التي تضمنتها نظرية (Gross,1998) ، مع مراعاة الشروط العلمية الخاصة ببناء المقاييس النفسية والتربوية من

حيث الصدق والثبات والقدرة على التمييز بين الطالبات وقد مر بناء المقياس بمجموعة من الإجراءات العلمية المنظمة التي هدفت إلى توفير أداة تتمتع بخصائص سيكومترية مناسبة تمكنها من قياس المتغير المستهدف بدرجة عالية من الدقة والموضوعية.

- **مقياس الكبت العاطفي :**

ولأجل بناء مقياس (اداة) الكبت العاطفي توجب القيام بالخطوات الآتية:-

١- صياغة فقرات المقياس:

تم إعداد تعليمات مقياس الكبت العاطفي بشكل يضمن الوضوح والبساطة، مع التأكيد على ضرورة الإجابة بدقة وصدق، بحيث تعكس كل إجابة الموقف الفعلي للمستجيب, كما تم التنبيه إلى عدم وجود إجابات صحيحة أو خاطئة، وإنما المطلوب اختيار البديل الذي يعبر عن القناعة الشخصية للطالبة وشدد على أهمية الإجابة عن جميع فقرات المقياس دون استثناء أما فيما يخص آلية التصحيح فقد تم تحديد أوزان البدائل بالاعتماد على المدرج الثلاثي للتقدير لكل فقرة, ففي الفقرات ذات الصيغة الإيجابية، تم منح الدرجة (٣) للبديل "تنطبق عليّ دائماً"، والدرجة (٢) لـ"تنطبق عليّ أحياناً"، والدرجة (١) لـ"لا تنطبق عليّ أبداً "في المقابل تم عكس الدرجات في الفقرات ذات الصيغة السلبية بحيث تمنح الدرجة (١) للبديل "تنطبق عليّ دائماً"، والدرجة (٢) لـ"تنطبق عليّ أحياناً"، والدرجة (٣) لـ"لا تنطبق عليّ أبداً."

- **التطبيق الاستطلاعي للمقياس (عينة وضوح التعليمات) :**

من أجل التحقق من هذا الهدف، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالبة تم اختيارهن عشوائياً من طالبات قسم اللغة الانكليزية وقد استهدف من هذا التطبيق التعرف على مدى وضوح تعليمات المقياس ومدى فهم الفقرات من حيث الصياغة والمعنى إضافة إلى تحديد الوقت اللازم للإجابة عن جميع فقرات المقياس, وأظهرت النتائج أن التعليمات والفقرات كانت واضحة ومفهومة لجميع أفراد العينة في حين بلغ المتوسط الحسابي للوقت المستغرق في الإجابة نحو (١٥) دقيقة، وذلك بعد حساب متوسط استجابات المشاركين.

- **تطبيق المقياس على عينه التحليل الإحصائي:**

تم سحب عينه من المجتمع المدروس, بلغ مقدارها (٢٠٠) طالبة من طالبات قسم اللغة الانكليزية, اذ تم تطبيق مقياس الكبت العاطفي على عينة البحث الحالي استمر تنفيذ تطبيق المقياس لمدة أسبوعين، إلى أن تم جمع العدد الكافي من المشاركين لتكوين عينة البحث المناسبة، وذلك تمهيدًا لإجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقياس.

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الكبت العاطفي:

وقد تم التحقق من التحليل الأحصائي لفقرات مقياس الكبت العاطفي كالآتي:-

القوّة التمييزية للفقرات:

أ – أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

لأيجاد القوّة تمييزية لفقرات مقياس الكبت العاطفي بأسلوب المقارنة الطرفية تَمَّ القيام بالخطوات الآتية:-
تطبيق مقياس الكبت العاطفي بصورته النهائية على عينة التحليل الإحصائي البالغة (٢٠٠) من الطالبات تم ترتيب استمارات الإجابة ترتيب تنازلي، بدءًا من أعلى الدرجات المسجلة وصول إلى أدناها, بعد ذلك، تم اعتماد نسبة (٢٧%) لاختيار العينتين الطرفيتين: حيث تم تحديد (٥٤) استمارة تمثل المجموعة العليا (Upper Group)ممن حصلوا على أعلى الدرجات، ومثلها (٥٤) استمارة تمثل المجموعة الدنيا (Lower Group) ممن حصلوا على أدنى الدرجات, وبهذا يكون مجموع أفراد المجموعتين المستخدمتين في تحليل الفقرات (١٠٨) استمارة, وقد أظهرت النتائج أن جميع الفقرات استطاعت التمييز بين الطالبات ذوي الدرجات المرتفعة والطالبات ذوي الدرجات المنخفضة على المقياس، إذ تراوحت القيم التائية المحسوبة بين (٣,٧٠٣) و(١٤,٢٣١)، وهي جميعها أعلى من القيمة التائية الجدولية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وتشير هذه النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا في جميع فقرات المقياس مما يدل على تمتع الفقرات بدرجة مناسبة من القدرة التمييزية وقدرتها على الكشف عن الفروق الفردية في مستوى الكبت العاطفي بين الطالبات.

ب- أسلوب الاتساق الداخلي:تم حساب العلاقات الأرتباطية لمقياس الكبت العاطفي بطريقة الأتساق الداخلي كالآتي:-

- **علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكليّة للمقياس:**

قام الباحث بحساب درجة كل فقرة ومدى ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستخدام **معامل ارتباط بيرسون**، بالاعتماد على عينة تحليل الفقرات التي بلغت (٢٠٠) طالبة, وقد أظهرت النتائج أن جميع الفقرات كانت ذات دلالة إحصائية، إذ تجاوزت قيم معاملات الارتباط الخاصة بها القيمة الجدولية البالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨).

الخصائص السايكومترية لمقياس الكبت العاطفي:

قام الباحث باستخراج الصدق والثبات لمقياس الكبت العاطفي كالآتي:-

●مؤشرات الصدق : Indicators Validity:

أ- الصدق المنطقي : Logical Validity:

قد توفر هذا النوع من الصدق في الكبت العاطفي من خلال تعريف هذا المفهوم وصياغة فقرات محددة للمقياس في ضوء الأطار النظري

ب- الصدق الظاهري : Face Validity :

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس الكبت العاطفي عند عرضه بصورته الأولى على عدد من المحكمين المتخصصين في التربية وعلم النفس والقياس و التقويم والأرشاد النفسي والتوجيه التربوي لتقويمه والحكم على مدى صلاحية فقراته وتعليمات المقياس في قياس الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة .

جـ. صدق البناء :Construction Validity :

وقد توفر هذا النوع من الصدق في مقياس(الكبت العاطفي) من خلال القوة التمييزية والاتساق الداخلي المؤشرات الاحصائية الآتية:-

مؤشرات الثبات : Indicators Reliability :

استخدم الباحث طريقة الاختبار واعادة الاختبار ومعامل الفا كرونباخ.

أ. طريقة الاختبار- وإعادة الاختبار :Method Test – Retest :

ولإيجاد معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار تم إعادة تطبيق مقياس الكبت العاطفي على عينة قوامها (٣٠) طالبة, بعد مرور اسبوعين من التطبيق الأول تم استعمال معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني ، اذ اتضح أن معامل الارتباط قد بلغ (٠,٨٧) درجة , ويعد معامل ثبات مناسباً

ب. معامل ألفاكرونباخ للاتساق الداخلي : Coefficient Cronbach –Alpha :

تم حساب معامل التجانس الداخلي لمقياس الكبت العاطفي باستخدام معادلة **ألفا كرونباخ**، نظراً لما توفره هذه المعادلة من تقدير مناسب لمعامل الثبات في مختلف المواقف, وبناءً على البيانات المستخدمة لاختبار الثبات، بلغ معامل الثبات المستخرج للمقياس (٠,٧٩)، مما يدل على درجة جيدة من الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس

- **وصف مقياس الكبت العاطفي بصورته النهائية:**

بعد عرض مقياس الكبت العاطفي على عدد من المحكمين, اذ بلغت فقرات المقياس بصورته النهائية (٣٠) فقرة, اذ ان اعلى درجة سجلت في المقياس (٩٠) درجة , واقل درجة كانت (٣٠) درجة , ولكل فقرة من فقرات المقياس ثلاث بدائل هي (تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي احياناً ، لا تنطبق علي ابداً) تم الاتفاق في عملية تصحيح المقياس على اعطاء الدرجات (٣ – ٢ – ١) في حالة الفقرات الأيجابية , وتعطى الدرجات (١ – ٢ – ٣) في حالة الفقرات السلبية.

سابعاً : الوسائل الإحصائية : The statistical Means

للتحقق من هدف البحث وفرضياته استعان الباحث بالحقيبة الأحصائية للعلوم الأجتماعية (SPSS)

الفصل الرابع: مناقشة وتفسير النتائج

أولا – عرض النتائج :-

يتضمن الفصل الحالي عرضا للنتائج التي توصل إليها الباحث بحسب هدف البحث وفرضياته , وتفسير تلك النتائج ومناقشتها في ضوء الإطار النظري للبحث ويتضمن أيضا أهم الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات اذ تم ذلك من خلال التحقق من الفرضيات الصفرية الآتية :-

- **الفرضية الأولى :**

لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين (القبلي) و(البعدي) على مقياس الكبت العاطفي:

للتحقق من صحة هذه الفرضية، استعمل الباحث اختبار ولكوكسن للرتب الموقعة للعينات المترابطة، بهدف الكشف عن دلالة الفروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي وقد أظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة بلغت (٠)، وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، مما يشير إلى وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي وبناءً على ذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي في إحداث تغيير في درجات أفراد المجموعة التجريبية كما تشير النتائج إلى أن التحسن كان لصالح الاختبار البعدي الأمر الذي يعكس الأثر الإيجابي للبرنامج الإرشادي في خفض الكبت العاطفي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

الجدول (٢)

قيمة اختبار ولكوكسن المحسوبة والجدولية لرتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الأختبارين القبلي والبعدي

ت	جموعة التجريبية		الفرق	رتب الفرق	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	wقيمة		دلالة الفروق
	القبلي	البعدي					المحسوبة	الجدولية	
١	٤٩	٧٥	٢٦-	٤,٥	–	٤,٥	0	٨	إحصائياً لمصلحة الأختبار البعدي
٢	٥١	٧٣	٢٢-	٢	–	٢			
٣	٤٣	٧٠	٢٧-	٦,٥	–	٦,٥			
٤	٤٢	٦٨	٢٦-	٤,٥	–	٤,٥			
٥	٥٠	٦٩	١٩-	١	–	١			
٦	٥١	٨٠	٢٩-	٩	–	٩			
٧	٥٢	٧٦	٢٤-	٣	–	٣			
٨	٤١	٧١	٣٠-	١٠	–	١٠			
٩	٤٨	٧٥	٢٧-	٦,٥	–	٦,٥			

١٠	٥٠	٧٨	٢٨-	٨	-	٨			
مجموع	٤٧٧	٧٣٥		٥٥	+w ٠	-W ٥٥			
وسط سابي	٤٧,٧	٧٣,٥		٥,٥					

إذ اظهرت النتائج ان هنالك فروقا ذات دلالة احصائية للمجموعة التجريبية في الأختبارين القبلي والبعدي , تم حساب حجم الأثر بحسب معادلة كوهين (d) للعينات المترابطة وفق المعادلة الآتية:- حجم الأثر = ت ÷ ن√.

اذ بلغ حجم الأثر (٧,٧٥٦) وهو حجم اثر مرتفع جدا , بحسب المحكات التي حددها (كوهين) , والجدول (٣) يبين ذلك:

الجدول (٣)

نتائج اختبار حجم الأثر للمجموعة التجريبية في الأختبارين القبلي والبعدي

الأختبار	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	حجم الأثر	الدلالة العملية
القبلي	١٠	٤٧,٧	٤,١١٠٩٦	٢٤,٥٢٥	٧,٧٥٦	مرتفع جدا
البعدي	١٠	٧٣,٥	٣,٩٧٩١١			

- **الفرضية الثانية :**

لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين (القبلي) و(البعدي) على مقياس الكبت العاطفي:

تحقق من صحة هذه الفرضية، استخدم الباحث **اختبار ولكوكسن** للعينات المرتبطة، بهدف معرفة دلالة الفروق بين درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي, وقد أظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة بلغت (٢٥)، وهي **غير دالة إحصائيًا** عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥). وتشير هذه النتيجة إلى **قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة**، مما يعني عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياسين، وهو ما يوضح عدم تأثير البرنامج الإرشادي في هذه المجموعة, ويُبين الجدول (٤) تفاصيل هذه النتائج.

جدول (٤)

قيمة اختبار ولكوكسن المحسوبة والجدولية لرتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الأختبارين القبلي والبعدي.

ت	المجموعة الضابطة		الفرق	رتب الفرق	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قيمة w		دلالة الفرق مستوى (٠,٠٥)
	القبلي	البعدي					المحسوبة	الجدولية	
١	٤٦	٣٨	٨	٩	9		25	8	غير دالة إحصائياً
٢	٤٢	٤٤	-٢	-٣		3			
٣	٥١	٥٣	-٢	-٣		3			
٤	٥١	٤٥	٦	٦,٥	6.5				
٥	٤٨	٥٠	-٢	-٣		3			
٦	٥٠	٤٣	٧	٨	8				
٧	٤٩	٣٩	-١٠	-١٠		10			
٨	٤٦	٤٠	٦	٦,٥	6.5				
٩	٥١	٤٧	-٤	-٥		5			
١٠	٥٢	٥٣	-١	-١		1			
المجموع	٤٨٦	٤٥٢			+W 30	-W 25			
المتوسط الحسابي	٤٨,٦	٤٥,٢							

- **الفرضية الثالثة :**

لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعتين (التجريبية) و(الضابطة) في الاختبار البعدي على مقياس الكبت العاطفي:

للتأكد من صحة هذه الفرضية استعمل الباحث إختبار (مان وتني للعينات المستقلة) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين (التجريبية) و(الضابطة)، في الأختبار البعدي , إذ أظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة كانت تساوي (٠) درجة , وهي دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٢٣) درجة عند مستوى (٠,٠٥) درجة , وهذا يشير الى: رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي أن هنالك فرقا ذو دلالة إحصائية بين المجموعتين (التجريبية) و(الضابطة) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ولمصلحة المجموعة التجريبية والجدول (٥) يبين ذلك.

الجدول (٥)

قيمة اختبار مان وتني المحسوبة والجدولية لرتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الأختبار البعـــدي

ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة U		مستوى الد	دلالة الفرق
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	المحسوبة	الجدولية		
١	٧٥	١٦,٥	٣٨	١	0	٢٣	٠,٠٥	دالة إحصائياً لمصلحة المجموعة التجريبية
٢	٧٣	١٥	٤٤	٥				
٣	٧٠	١٣	٥٣	٩,٥				
٤	٦٨	١١	٤٥	٦				
٥	٦٩	١٢	٥٠	٨				
٦	٨٠	٢٠	٤٣	٤				
٧	٧٦	١٨	٣٩	٢				
٨	٧١	١٤	٤٠	٣				
٩	٧٥	١٦,٥	٤٧	٧				
١٠	٧٨	١٩	٥٣	٩,٥				
المجموع	٧٣٥	ر١=١٥٥	٤٥٢	ر٢=٥٥				
المتوسط الحسابي	٧٣,٥	١٥,٥	٤٥,٢	٥,٥				

بعد ان اظهرت نتائج اختبار (مان وتني) للعينات المستقلة , تم حساب حجم الأثر لدرجات افراد المجموعة(التجريبية) و(الضابطة) في الأختبار (البعدي), اذ استعمل الباحث معامل ارتباط (ايتا)(Etasquare) لحساب حجم الأثر للعينات المستقلة والجدول (٦) يبين ذلك.

الجدول (٦)

نتائج اختبار مربع ايتا للمجموعتين التجريبية والضابطة في الأختبار البعدي

الأختبار	المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	حجم مربع ايتــا	الدلالة العملية
البعدي	التجريبية	١٠	٧٣,٥	٣,٩٧٩	١٣,١٩٣	٠,٩٠٦	مرتفع جدا
	الضابطة	١٠	٤٥,٢	٥,٤٩٣			

ثانياً : تفسير النتائج و مناقشتها :-

أظهرت نتائج الدراسة الحالية فاعلية البرنامج الإرشادي المستند إلى النظرية السلوكية" في خفض الكبت العاطفي لدى طالبات الجامعة, إذ لوحظ تحسن ملحوظ في درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج عليهم، في حين لم تسجل أي تغيّرات تذكر في أداء المجموعة الضابطة بين القياسين القبلي والبعدي لعدم خضوعها لأي تدخل إرشادي, كما كشفت النتائج ان البرنامج الارشادي يمتلك تأثير إيجابي في خفض مستوى الكبت العاطفي كونه يعد من البرامج السلوكية الفعالة، ما يعكس نجاح هذا النوع من التدخلات, وأكدت النتائج كذلك أن المتغير المستقل المتمثل بالبرنامج الإرشادي، أسهم بشكل كبير في التأثير على المتغير التابع وهو الكبت العاطفي.

ثالثاً:- التوصيات :-

١-اعتماد البرامج الإرشادية النفسية المبنية على أساليب علمية (مثل الإرشاد المعرفي السلوكي) في الجامعات لما لها من أثر فعال في تحسين المتغيرات النفسية لدى الطالبات مثل الكبت العاطفي

٢- تضمين برامج تدريبية داخل المؤسسات التعليمية تهدف إلى تنمية مهارات تنظيم الانفعال لدى الطالبات ، لما لها من دور في خفض السلوكيات الانفعالية غير التكيفية وتعزيز التوازن النفسي .

٣- إدراج ورش عمل دورية للطالبات الجامعيات تتناول مهارات التعامل مع الضغوط النفسية والتعبير الانفعالي الصحي بهدف الحد من أساليب الكبت العاطفي غير التكيفية .

٤-تأهيل المرشدين التربويين والنفسيين على تطبيق البرامج الإرشادية الحديثة المبنية على الأدلة العلمية وتدريبهم على استخدام أدوات القياس والتقويم النفسي بشكل دقيق .

.ثانياً:المقترحات

استنادًا إلى نتائج الدراسة، يوصي الباحث بإجراء الدراسات الآتية:

١-دراسة فاعلية برامج إرشادية معرفية سلوكية في خفض الكبت العاطفي لدى طلبة المرحلة الجامعية، مع مقارنة بين الذكور والإناث في مستوى الاستجابة للبرنامج .

٢-دراسة العلاقة بين الكبت العاطفي والعزم الأكاديمي لدى طالبات الجامعة، والكشف عن مدى إسهام الكبت العاطفي في التنبؤ بمستوى العزم الأكاديمي .

٣- دراسة أثر برامج إرشادية قائمة على تنظيم الانفعال في تحسين الصحة النفسية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعات في بيئات تعليمية مختلفة.

المصادر العربية والاجنبية:

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، وعربيات، أحمد فؤاد. (٢٠٢٠) **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي** . عمان: دار المسيرة .
- ابو علام، صلاح الدين محمود (٢٠١١): **القياس والتقويم التربوي في العملية التدريسية**، ط٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- الحريري رافدة ، الإمام سمير (٢٠١٠): **الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية** ، دار المسيرة للطباعة والنشر ، ٢٠١٠.
- الزراد، فيصل محمد خير (٢٠١٩) **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي** .عمان: دار الفكر .
- الزوبعي, عبد الجليل ابراهيم, وآخرون (١٩٨١): **الاختبارات والمقاييس النفسية**, جامعة الموصل, دار الكتب للطباعة والنشر.
- الشناوي، محمد محروس. (٢٠١٨) **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي** .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- المشاقبة، محمد عبد المجيد. (٢٠٠٩) ***الإرشاد النفسي المعاصر*** .عمان، الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- Borders , I.D.&Drary Sandra,M.D.(1992) *:* **Comprehen Sive School Counseling programs Areviw for policy Makers and pracfitioners sounal of couneling and development**,vol (70).
- Goldin, P. R., McRae, K., Ramel, W., & Gross, J. J. (2008). **The neural bases of emotion regulation: Reappraisal and suppression of negative emotion**. *Biological Psychiatry, 63*(6), 577–586.

- Goldin, P. R., McRae, K., Ramel, W., & Gross, J. J. (2008). **The neural bases of emotion regulation: Reappraisal and suppression of negative emotion**. *Biological Psychiatry, 63*(6), 577–586.

- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1993). **Emotional suppression: Physiology, self-report, and expressive behavior**. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*(6), 970–986.
- Kasman, A., Sagita, D. D., Simarmata, S. W., Harahap, A. C. P., Batubara, A., Armitasari, & Ritonga, R. (2025). **The Correlation Between Academic Stress and Emotion Regulation**. Indonesian Research Journal in Education, 9(2). https://doi.org/10.22437/irje.v9i02.43567.
- McAuley, T., & Wasif, F. (2025). **The Joint Contribution of Executive Functioning and Emotion Regulation to Affective Well-Being and Psychological Distress in University Students**. Canadian Journal of Behavioural Science, 57, S53.
- Pereira, M. G., Guimarães, R., Bernardo, A. C., & Vilaça, M. (2025). **The Indirect Role of Emotions in University Students' Psychological Well-Being**. Education Sciences, 15(8), 950. https://doi.org/10.3390/educsci15080950 .
- Richards, J. M., & Gross, J. J. (1999). **Composure at any cost? The cognitive consequences of emotion suppression**. Personality and Social Psychology Bulletin, 25(8), 1033-1044. https://doi.org/10.1177/01461672992511010.
- Stufflebeam, D. L., & Shinkfield, A. J. (2007). **Evaluation Theory, Models, and Applications**. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Sumner, J. A., Griffith, J. W., & Mineka, S. (2010). **Overgeneral autobiographical memory as a predictor of the course of depression: A meta-analysis**. Behaviour Research and Therapy, 48(7), 614-625. https://doi.org/10.1016/j.brat.2010.03.013.

Iraqia University

Journal of the College of Education for Women: A Peer-Reviewed Academic Journal

Issue No.34
15 September
A.H 1448
A.D 2026

ISSN (print): 2708 - 1354 ISSN (online): 2708 - 1362