مهارات ما وراء الانفعال وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة

د / دينا صلاح الدين إبراهيم معوض

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية . جامعة المنصورة

مقدمة :

يعد مفهوم ماوراء الانفعال (Meta Emotion) من المفاهيم الحديثة نسبيا في مجال علم النفس، وهو يناظر مفهوم ما وراء المعرفة الذي قدمه فلافل (Flavel) في سبعينيات القرن الماضي، وفهم الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين وسلوكه بما يتفق مع هذا الفهم من العوامل ذات الأهمية في التواصل الجيد مع الآخرين، وكذلك طرق التربية الحديثة.

ويعد جوتمان وهوفين (Gottman & Hooven, 1996) أول من قدَّم مفهوم ماوراء الانفعال مؤكدين أنه يشمل مشاعر الفرد وأفكاره حول الانفعال فضلا عن مشاعره المجردة حول انفعالاته الشخصية، وهما بذلك ركزا على انفعالات الفرد ذاته دون التعرض لتفاعله مع انفعالات الآخرين.

ويذكر فيراري وكويما (Ferrari & Koyama 2000.197) أن ما وراء الانفعال يشير إلى حدوث انفعال محدد على الفرد يرتبط كذلك بالتعامل مع انفعال فرد آخر يرتبط إحساس الفرد بهذا الانفعال، وأن هذا الانفعال يكون مزدوجا يرتبط، حيث يرتبط بانفعالات الفرد الإيجابية والسلبية من ناحية ومن ناحية أخرى هناك انفعالات ثانوية تتبع الانفعالات الأولية، فالقلق كانفعال ثانوي قد يتبع الغضب كانفعال أولي.

ويرى مطر (٢٠١٥) أن الأفراد يتكون لديهم نتيجة تفكيرهم في انفعالاتهم مشاعر متباينة، فهناك من يشعر بالضيق وربما بالحزن من شعوره بالغضب أو من طريقة تعبيره عنه، في حين أن هناك من يشعر بالبهجة وربما بالفخر لقدرته على التعبير عن غضبه، ولذلك فكل خبرة انفعالية يمر بها الفرد ينتج عنها لديه شعور سلبي أو إيجابي نحوها نتيجة تفكيره فيها.

ويمثل الاغتراب حالة نفسية يعيشها الفرد نتيجة للظروف التي يمر بها، ويعد من المشكلات التي يجب دراستها والحد من انتشارها لما لها من آثار سلبية على الفرد ومشاركته في تنمية بلده وتطوره، وهو أحد

أهم أسباب عدوانية الشباب وتمردهم على النظام وفقدهم الحس الاجتماعي والانتماء الوطني، والتبلد والسلبية واللامبالاة (عبد الله ، ٢٠١٠، ١٠)، وغيرها من الأمراض الاجتماعية والنفسية التي قد تنعكس على سلوكيات الفرد وانفعالاته وردوده حول هذه الانفعالات.

إن المؤسسات التربوية كثيرا ما تكون أداة سلاح ذو حدين إزاء الاغتراب، إما أن يكون أداة تعميق لدى الطلاب، وإما يكون وسيلة لتوافقهم مع أنفسهم أو مع مجتمعهم، فالتعليم قد يسهم أحيانا في تعميق الاغتراب حيث يدفع الكثير من الطلاب إلى دوائر التسلط والضياع والعزلة وفقدان الهوية والانفصال عن الذات والمجتمع، وتجريد الطلاب من إنسانيتهم وتحولهم إلى أشياء مسحوقة أو سلع يطلبها أصحاب النفوذ والسطوة في المجتمع (وطفة ، ١٩٩٨، ٩٩) ومن ناحية أخرى قد يسهم التعليم في تنمية شخصية الطلاب بشكل متكامل ومتوازن ويزيد من ثقتهم بأنفسهم ويدعم قدراتهم ويزيد من ارتباطهم بمجتمعهم وانتمائهم له وتعزيز معايير المجتمع ويكون أداة للتحرير والاستقلال والتماسك الاجتماعي والوحدة بما يساعد الفرد على التحكم في انفعالاته وما يترتب على هذه الانفعالات (الرشدان، ٢٠٠٠ ، ٦٦).

إن دراسة الاغتراب لدى طلاب الجامعة وعلاقته بمهارات ما وراء الانفعال لم يحظ باهتمام الباحثين، ففي حدود علم الباحثة لا توجد دراسات عربية تناولت العلاقة بين ماوراء الانفعال Meta emotion والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، والبحث الحالي بمثابة محاولة للكشف عن طبيعة العلاقة بين ماوراء الانفعال لدى طلاب الجامعة والاغتراب النفسى.

مشكلة البحث:

لعل من السمات التي تميز الإنسان دون غيره من كائنات سمة الانفعال بما حوله من مثيرات، وبالرغم من أهمية دراسة الانفعالات التي حظيت باهتمام علماء النفس، إلا أن فهم الانفعالات وإدارتها بشكل يتفق مع طبيعة الموقف يمثل مستوى أعلى من مجرد الانفعال بالمثير، كما أن فهم الإنسان لانفعالاته وانفعالات الآخرين وسلوكه بما يتفق مع هذا الفهم من العوامل ذات الأهمية في التواصل الجيد مع الآخرين (بريك ، ٢٠١٦، ٢٩٤).

وقد أكد كارونتش (Ciarrochi, 2008, 565) على أن الأفراد يختلفون في قدراتهم على تحديد وصف انفعالاتهم وأن انخفاض القدرة على تحديد الانفعالات والتعبير عنها يرتبط بمشكلات في العلاقات

الاجتماعية، في حين أن قدرة الفرد على فهم انفعالاته وتنظيمها تحتاج إلى مهارات خاصة بسلوك ما وراء الانفعال.

والاغتراب ظاهرة اجتماعية موجودة عند كل الأفراد ولكن بصورة متفاوتة من فرد إلى آخر، تختلف باختلاف مستوى التعليم والظروف الاجتماعية والثقافية والاقتصادية التي يعيشها الفرد وكذلك مقدار الضغوط النفسية والتكوين البيولوجي والنفسي والصحة النفسية التي يتمتع بها الفرد (زهران، ٢٠٠٤، ١٥٤).

إن تفاعل الفرد مع مجتمعه يحدد مستوى اغترابه، فالخبرة المتضمنة في هذا التفاعل تخلق الشعور بالاغتراب من عدمه، ويشعر الفرد بالاغتراب عندما لا يستطيع التحكم في أفعاله، إنه يصبح سلبيا عندما يستسلم لأفعاله ونتائجها، وهذا من شأنه أن يجعل الفرد يشعر أنه لا معنى لحياته، كما يشعر باغتراب الذات (عبد الله، ٢٠٠٨، ٣٩).

ولما كان الشباب يمثل أهم القطاعات الحيوية المساهمة في عملية البناء والتطوير الاقتصادي والاجتماعي بصفة عامة والشباب الجامعي بصفة خاصة، فهذا يفرض دراسة مشكلة الاغتراب النفسي عند طلاب الجامعة، حيث يعيش هؤلاء الطلاب حالة ذهنية يشعرون فيها بأنهم معزولون عن مجتمعهم أو شعورهم بالانفصال النسبي عن ذواتهم أو مجتمعهم أو كليهما، والتعليم قد يسهم في تعميق الاغتراب، حيث يدفع بعض الطلاب إلى دوائر التسلط والضياع والعزلة والصراعات النفسية، وسرعة الانفعال والتعبير عن ذلك بطرق سلبية، وعلى ضوء ذلك يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في الأسئلة التالية:

١- ما مستوى مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة؟
٢- ما مستوى الاغتراب النفسي كما يشعر به طلاب الجامعة؟
٣- هل توجد علاقة دالة بين مهارات ما وراء الانفعال والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة؟
٤- هل توجد فروق بين طلاب الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للنوع (ذكور – إناث)؟
٥- هل توجد فروق بين طلاب الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للتخصص (علمي – أدبي)؟
٦- هل توجد فروق بين طلاب الجامعة في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للنوع (ذكور – إناث)؟
٧- هل توجد فروق بين طلاب الجامعة في مستوى شعورهم بالاغتراب

النفسي وفقا للتخصص (ذكور – إناث)؟

٨- هل يمكن التنبؤ بمستوى مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة من خلال مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

١- التعرف على مستوى مهارات الانفعال لدى طلاب الجامعة ومعرفة الفروق وفقا للنوع (ذكور – إناث) والتخصص الأكاديمي (علمي – أدبي).

٢- التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة ومعرفة الفروق وفقا للنوع (ذكور – إناث) والتخصص الأكاديمي (علمي – أدبي).

٣- الكشف عن العلاقة بين مهارات ما وراء الانفعال والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

٤- محاولة الكشف عن إمكانية التنبؤ بمهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة من خلال شعورهم بالاغتراب النفسي.

أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث الحالي فيما يلي:

١- يتناول هذا البحث موضوعا هاما لم يلق الاهتمام الكافي من قبل الباحثين وهو مهارات ما وراء الانفعال وهو من الموضوعات الحديثة التي تؤثر كثيرا في سلوك الفرد وتقييمه لانفعالاته ومن ثم ضبطها.

٢- يتطرق هذا البحث لظاهرة إنسانية هامة في حياة الإنسان المعاصر وهي الاغتراب الذي يظهر في شعور الفرد بالانفصال النسبي عن ذاته أو مجتمعه أو كلاهما.

٣- ما يتوصل إليه البحث من نتائج وما يقترحه من توصيات، يمكن أن تسهم في إجراء بحوث أخرى تتعلق بمفهوم ما وراء الانفعال مع متغيرات أخرى خاصة أن ذلك يحتاج لمزيد من الأبحاث لإلقاء الضوء عليه.

٤- ما يقدمه البحث من مقاييس يمكن أن تفيد المتخصصين في المجال والمتمثل في مقياس مهارات ما وراء الانفعال ومقياس الاغتراب النفسي.

مصطلحات البحث:

١- ما وراء الانفعال (الميتا انفعالية) Meta emotion :

يعرف بريك (٢٠١٦ ، ٢٩٤) ما وراء الانفعال بأنه: وعي الفرد بانفعالاته

وانفعالات الآخـرين/ وترجمـة ذلـك فـي سلوكيات محددة متأثرًا بخبرتـه الانفعاليـة السابقة.

وتعرف الباحثـة مهـارات مـا وراء الانفعال بأنها قدرة الفرد على فهـم مـشاعره وانفعالاته والسيطرة عليهـا وفهـم مـشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معها، وقدرة الفرد على استغلال انفعالاته في الأداء الجيـد وإقامة علاقة جيدة مع الآخرين، وتعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المـستجيب علـى مقياس مهارات ما وراء الانفعال المستخدم في البحث الحالى.

٢- الاغتراب النفسي Alienation :

وتعرف الباحثة الاغتراب النفسي بأنه : ما يعانيه الطالب من مظاهر فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير ، وفقـدان الإحساس بالقيمة والتمركز حول الذات مـن خلال التعرف على الدرجة التـي يحـصل عليها الطالب على مقياس الاغتراب النفـسي المستخدم في البحث الحالى.

أدبيات البحث:

أولا: مهارات مـا وراء الانفعـال Meta-emotional skills

يختلـف مـا وراء الانفعـال عـن الانفعال، فالانفعال ينتج عـن تقيـيم الفـرد للمثيرات التي يتعرض لها، في حين أن مـا وراء الانفعـال ينـتج عـن تقيـيم الفـرد للانفعالات ذاتها، ومن ناحية أخـرى فـإن الانفعال يكون موجها نحو المثيـرات التـي سببته، في حين أن ما وراء الانفعال يوجـه نحو الانفعالات ذاتها فضلا عن أن الانفعـال حالة عابرة، أما ما وراء الانفعال يكون سمة ثابتة نسبيا، يضاف إلى ذلك أن الانفعـالات وخاصة الأولية منها شيئا فطريا، في حـين أن ما وراء الانفعال يكتسب بالخبرة وينمـي بالتدريب (مطر، ٢٠١٧، ٤١).

ويذكر سيلفيا(Silvia ((2008, 97 أن الفرد يقوم بتقييم الانفعـالات ومـن ثـم حدوث ما وراء الانفعال لديـه فـي ضـوء المحكات الخمسة التالية:

١- التغير/الجدة Change / Novelty:

حيث يـدرك الفـرد أن الانفعـالات صاحبها حدوث تغيـرات لديـه لـم تكـن موجودة.

٢- الاستحـسان/عـدم الاستحـسان Pleasantness/ Unpleasantness

نظرة الفـرد للتغيـرات المـصاحبة للانفعال كونها إيجابية أم سـلبية، ويختلـف ذلك من فرد لآخر وفقا للتصور العقلي للفرد في ضوء خبرته السابقة.

٣- العلاقة بالهدف Goal Relevance :

ويقصد بذلك علاقة الانفعال بأهـداف الفرد التي تؤدي إلى هذا الانفعال.

٤- التقييم المعياري Normative Appraisal :

ويقصد بذلك مدى اتفاق الانفعال مع معايير الفرد الشخصية حيث تكون الخبرة الداخلية للانفعال موضوعا للتقييم المعياري من جانب الفرد.

٥- القابلية للتحكم Control Ability:

وتعتبر المعايير الثلاثة الأولى كافية لتشكيل ما وراء الانفعال، أما المعياران الآخران، فهما قد يستخدمان مع بعض الانفعالات دون الأخرى(Bartsch, Appel, & Storch, 2010, 169).

يعتبر الوعي بالانفعالات الشخصية والوعي بانفعالات الآخرين من الجوانب الانفعالية المهمة التي تساعد في إحداث نوع من الانسجام النفسي بين الفرد والآخرين، حيث يرى فيراري وكويما (Ferrari & Koyama, 2000,197) أن ما وراء الانفعال يعني ظهور انفعال محدد على الفرد يرتبط بالتعامل مع انفعال آخر مرتبط بالانفعال الأول، ويتضمن مفهوم ما وراء الانفعال ثلاثة مستويات من الوعي هي (بريك ، ٢٠١٨ ، ١٢٠):

- **المستوى الأول:** التعامل مع الانفعالات الشخصية، ويشير إلى وعي الفرد بانفعالاته الشخصية.
- **المستوى الثاني:** التعامل مع انفعالات الآخرين، ويشير إلى وعي الفرد بانفعالات الآخرين.
- **المستوى الثالث:** ترجمة الوعي بالانفعالات الشخصية وانفعالات الآخرين إلى سلوكيات تتفق مع السياق الاجتماعي، حيث يتوافق وينسجم الفرد مع نفسه ومع الآخرين.

وقد اختلف العلماء في تحديد أنماط ما وراء الانفعال حيث حدد لاجس وجيونت (Lagace & Giont, 2009,369) نمطين لما وراء الانفعالات ، يمكن توضيحهما على النحو التالي:

النمط الأول: نمط تعليم الانفعالات

يتصف الأفراد الذين يتبعون هذا النمط بالوعي بالانفعالات السلبية والإيجابية لديهم ولدى الآخرين ، ويكون لديهم القدرة على تنظيم التعبير اللفظي عن الانفعالات، وتقبل الانفعالات كأدوات لتحسين التعلم، ومساعدة الآخرين في التعبير اللفظي عما يشعرون به، والمشاركة في حل المشكلة بغض النظر عن السبب الذي أدى إلى الانفعال السالب.

النمط الآخر: نمط تجاهل الانفعالات.

يتصف أفراد هذا النمط بأنهم يتجاهلون ويرفضون الانفعالات السلبية، ولا

يحاولوا حل مشكلات الآخرين، ولا يعتقدون أن هذه الانفعالات هي فرصة للتحقق من الانفعالات السلبية لدى الآخرين.

وقد اتفق ونج (Wong 2010) وباكير وفننج وكرنك (Baker, Fanning & Crnic, 2011) على وجود ثلاثة أنماط لما وراء الانفعال، وهي كالتالي:

النمط الأول: نمط تعليم الانفعال

يتميز الأفراد الذين يتبعون هذا النمط بالوعي بانفعالاتهم الشخصية وانفعالات الآخرين، ويساعدون الآخرين على تفهم مشاعرهم والتعبير اللفظي عنها، ويرون أن انفعالات الآخرين ضرورة للتعلم وفرصة للتقرب إليهم، ويشاركون الآخرين في حل مشاكلهم.

النمط الثاني: نمط تجنب الانفعالات

يتميز أفراد هذا النمط بتجاهل الانفعالات السلبية لدى الآخرين، وعدم رغبتهم في إقحام نفسهم في مشكلات الآخرين، ويرون أن انفعالات الآخرين ليست ضرورة للتعلم.

النمط الثالث: نمط رفض الانفعالات

يتميز أفراد هذا النمط بأنهم يميلون إلى تعنيف الآخرين على أي نوع من التعبير الانفعالي حتى ولو كانت أفعالهم مناسبة، ويعتقدون أن الانفعالات السلبية تتطلب استجابة تأديبية.

وعن الخصائص التي تميز ما وراء الانفعال يرى مينـدونكا (Mendonca, 2013) أن ما وراء الانفعال يرتبط بالانفعال دون غيره من الحالات الوجدانية الأخرى، وعمليات الانفعال تتضمن الانفعال الأساسي وما وراء الانفعال الذي يتميز بالخصائص التالية:

الخاصية الأولى: يصاحب حدوث ما وراء الانفعال مستوى يسمى ما وراء العمليات المعرفية وهي المسؤولة عن تكوين الخبرة الانفعالية للأفراد نحو انفعالاتهم، وتؤثر في كيفية تنظيم هذه الانفعالات.

الخاصية الثانية: يتجاوز ما وراء الانفعال ما وراء المعرفة، حيث إن الفرد يكون على وعي بتفكيره وعملياته المعرفية التي تتركز على الانفعال، ومما يؤدي إلى تنظيمه للانفعال.

الخاصية الثالثة: يعتبر ما وراء الانفعال بمنزلة ما وراء الخبرة أو ما وراء المعرفة المتعلقة بالانفعال.

الخاصية الرابعة: يختلف الأفراد في نوع ما وراء الانفعال لديهم، فقد تكون أفكارهم ومشاعرهم وسلوكياتهم سلبية أو إيجابية نحو انفعالاتهم وانفعالات الآخرين ولاسيما السلبية منها.

وترى وهدان وعلي (٢٠١٨، ٢٧٧)

أن أهم خصائص ما وراء الانفعال الخبرة الانفعالية التي تصاحب حدوثه أثناء التفكير في الانفعالات، كما يصاحب ما وراء الانفعال حالة انفعالية تنعكس على الانفعال نفسه وتنظمه، ووفقا لمبدأ الفروق الفردية يختلف ما وراء الانفعال من فرد لآخر وفقا لأفكاره ومشاعره وسلوكياته سواء كانت سلبية أم إيجابية نحو انفعالاته وانفعالات الآخرين.

ويرى بورتر (Porter, 2015,22) أن ردود أفعال الآباء اتجاه انفعالات أبنائهم تختلف طبقا لخصائصهم ومعتقداتهم وأفكارهم ومشاعرهم نحو انفعالاتهم وانفعالات أبنائهم، وحدد اثنين من الأساليب الوالدية لما وراء الانفعال، يمكن توضيحها فيما يلي:

الأسلوب الأول: في هذا الأسلوب يقدم الوالدان لأبنائهم التوجيه والنصائح حول انفعالاتهم ولا يخجلون من انفعالات أبنائهم السلبية وإنما يمكنهم استخدام ذلك لتوحيد العلاقة والألفة معهم وتنظيم انفعالاتهم والتعبير عنها بطريقة إيجابية، وهذا النوع من الانفعال يسمى ما وراء الانفعال الإيجابي.

الأسلوب الآخر: في هذا الأسلوب لا يقدم الوالدان التوجيه والنصح لأبنائهم حول انفعالاتهم ويشعرون بنوع من الخجل من انفعالات أبنائهم السلبية، ويسمى هذا النوع ما وراء الانفعال السلبي.

وقد قدم بعض الباحثين نماذج توضح أهم مهارات ما وراء الانفعال التي توجد لدى الفرد يمكن توضيحها على النحو التالي:

*** نموذج جوتمان وهوفين (Gottman & Hooven, 1996) لمهارات ما وراء الانفعال الوالدية:**

لقد حدد هذا النموذج تصورا لمهارات ما وراء الانفعال الوالدية، ويتضمن الأبعاد الأربعة التالية:

- **الوعي Awarness:**

ويشير إلى إدراك الآباء لانفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.

- **التقبل Acceptance :**

ويعني مدى تقبل الآباء لانفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.

- **التنظيم Regulation :**

ويتضمن الإجراءات التي يقوم بها الآباء لتنظيم انفعالاتهم وانفعالات أبنائهم.

- **التدريب Coaching :**

ويعني قدرة الآباء على تقديم الدعم الانفعالي لأبنائهم وتدريبهم على إجراءات التعامل مع الانفعالات وضبطها.

*** نموذج ماير وسالوفي وكاروسو (Mayer, Salovy& Caroso, 2002)**

لإدارة الانفعالات:

يقدم هذا النموذج على اعتبار أن إدارة الانفعالات هي قدرة عقلية تتضمن أربع قدرات فرعية هي:

- إدراك الانفعالات:

ويعني هذا الفهم والتقييم والتعبير عن الانفعال بصورة دقيقة.

- توظيف الانفعالات:

ويقصد بها القدرة على استثارة الانفعال واستخدامه في ترشيد التفكير.

- فهم الانفعالات:

القدرة على معرفة أسباب الانفعالات ومكوناتها والتنبؤ بها والتعبير عنها.

- ضبط الانفعالات:

ويعني قدرة الفرد على إدارة انفعالاته وانفعالات الآخرين مما يساعد على التكيف الفعال مع الموقف.

*** نموذج بار – أون (Bar-On , 2006) للتكيف النفسي في إدارة الانفعالات:**

وضع بار– أون نموذجه لإدارة الانفعالات متضمنا المهارات الخمس التالية:

- مهارات ضبط الانفعال على مستوى شخصية الفرد Intra Personal .
- مهارات ضبط الانفعال بين الشخص والآخرين Inter Personal.
- التكيفية Adaptability.
- إدارة الضغوط Stress Management.
- المزاج العام General Mood.

ويتحدد نمط ما وراء الانفعال بردود فعل الفرد تجاه الانفعالات والتي تعكس في الغالب حكمه على الانفعالات أو تقييمه السلبي أو الإيجابي لها، ومن ثم اتباع سبل سلبية أو إيجابية في التعامل معها، ووجهة نظر الفرد في قبول أو رفض الانفعال تعكس سمة أفكار ومعتقدات الفرد تجاه هذا الانفعال (الجمال، ٢٠١٨، ١٤٩).

ولقد تناولت العديد من الدراسات موضوع ما وراء الانفعال من جوانب مختلفة، حيث أجرى كاتز ونلسون (Katz, Melson,2004) دراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق في مستوى الوعي والتحكم في الانفعالات بين أمهات الأطفال الذين لديهم مشكلات في التواصل وأمهات الأطفال العاديين واستحدثت آلية المقابلات المسجلة في قياس نمط ما وراء الانفعال، وتوصلت الدراسة إلى أن أمهات الأطفال اللاتي لديهن مشكلات في التواصل كن أقل وعيا بانفعالاتهن ، وأقل تدريبا لأطفالهن على التعامل مع الانفعالات من أمهات الأطفال الذين ليس لديهم مشكلات في التواصل.

واستهدفت دراسة كاتز وهنتر (Katz, Hunter, 2007) الكشف عن

العلاقة بين أنماط ما وراء الانفعال لدى الأمهات والأعراض الاكتئابية لدى المراهقين، وجودة التفاعل بين الأمهات والأبناء، واستخدمت المقابلة الشخصية لقياس ما راء الانفعال لدى الأمهات، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن أمهات المراهقين الذين يعانون من أمراض اكتئابية كن أقل قبولا وتعبيرا عن انفعالاتهن من أمهات المراهقين الأقل في الأعراض الاكتئابية.

وقامت دراسة ونج (Wong, 2010) لمعرفة العلاقة بين أنماط ما وراء الانفعال لدى المعلمين والتحصيل الدراسي ومستوى ارتباط الطلاب بالمدرسة وشملت عينة الدراسة (٥٠٨) طالب في المرحلة الثانوية و(١٥) معلما، وأظهرت نتائج الدراسة أن نمط تدريب الانفعال هو النمط السائد لدى المعلمين، وأن نمط رفض الانفعال هو الأقل، وأن الأنماط الإيجابية لما وراء الانفعال يرتبط إيجابيا مع التحصيل الدراسي للطلاب وتعلقهم بالمدرسة.

وهدفت دراسة تشين ولن ولي (Chen, Lin& Li,2012) إلى الكشف عن العلاقة بين الانفعالات لدى الأطفال وما وراء الانفعالات الوالدية لدى عينة من (٥٤٦) تلميذا من الصفين الخامس والسادس الابتدائي وكذلك أمهاتهم، وتوصلت الدراسة إلى أن الأمهات اللاتي اتجهن إلى تبني نمط التدريب على الانفعالات كن أكثر ميلا لتحقيق ارتباطات آمنة مع أطفالهن، والأطفال الذين كانت أمهاتهم يملن إلى الرفض الانفعالي كانوا أقل أمانا.

واستهدفت دراسة زغير (٢٠١٣) التعرف على العلاقة بين الوعي بالانفعال والقدرة على حل المشكلات واستخدمت الدراسة مقاييس ما وراء الانفعال واختبار حل المشكلات تم تطبيقها على عينة بلغ قوامها (٤٠٠) طالب وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى أن أفراد العينة لديهم مستوى أعلى في الوعي بالانفعال والقدرة على حل المشكلات، وأن هناك علاقة إيجابية بين مستوى الوعي بالانفعال والقدرة على حل المشكلات.

وقام ستيتلر وكاتز (Stettler & Katz, 2014) بدراسة تتبعية استهدفت التعرف على التغيرات في ما وراء الانفعال لدى الآباء نحو انفعالات أطفالهم السلبية خلال مرحلة ما قبل المدرسة إلى مرحلة المراهقة المبكرة، وأشارت نتائج الدراسة إلى تغير ما وراء الانفعال لدى الوالدين نحو انفعالات أطفالهم بتقدم الأطفال في العمر، وارتباط ذلك بالمرحلة العمرية التي يمر بها الأطفال.

وهدفت دراسة روسل وكاروتش وباترك ودين (Rowsell, Cirrochi,

(Patric& Deane,2014) إلى الكشف عن العلاقة بين مهارة تحديد وفهم الانفعال وتكوين الصداقة خلال مرحلة المراهقة حيث طبقت الدراسة على عينة قوامها (٧٩٥) طالبا في المرحلة الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى أن مهارة تحديد الانفعال مؤشرا تنبؤيا لتكوين الصداقة.

وقد أجرى مطر (٢٠١٥) دراسة بهدف التعرف على أنماط ما وراء الانفعال الشائعة لدى معلمي ذوي الإعاقة الفكرية وعلاقة ما وراء الانفعال لدى المعلمين بالمشكلات السلوكية لدى طلابهم ذوي الإعاقة السلوكية، وبلغت عينة الدراسة (٥٠) معلما بمعاهد وبرامج التربية الخاصة بالطائف، وأظهرت نتائج الدراسة أن نمط ما وراء الانفعال السائد هو نمط نبذ الانفعال يليه نمط إهمال الانفعال، ثم نمط تعليم الانفعال، وأن هناك علاقة ارتباطية دالة بين ما وراء الانفعال لدى المعلمين والمشكلات السلوكية لدى الطلاب.

وقام بريك (٢٠١٦) بدراسة استهدفت الكشف عن العلاقة بين مهارات الميتا انفعالية والمساندة الاجتماعية والتخصص الدراسي، وقد طبقت الدراسة على عينة بلغ قوامها (١١٤) طالبا من طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود، وأسفرت الدراسة عن وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين درجات مهارات الميتا انفعالية ودرجات المساندة الاجتماعية لدى الطلاب، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات طلاب الكليات العلمية ودرجات طلاب الكليات الإنسانية في مهارات الميتا انفعالية في عمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود بالرياض في مهارات الميتا انفعالية.

وقد أجرى الجمال (٢٠١٨) دراسة للتعرف على علاقة ما وراء الانفعال لدى الأمهات بالكفاءة الانفعالية والسلوك العدواني لدى أطفالهن في مرحلة الروضة، حيث بلغت عينة الدراسة (٦٧) من الأمهات و(٦٧) طفلا بالروضة بمدينة الطائف، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك ارتباط موجب دال بين ما وراء الانفعال والكفاءة الانفعالية ، وارتباط سالب بين ما وراء الانفعال والسلوك العدواني، وأنه يمكن التنبؤ بالكفاءة الانفعالية للطفل والسلوك العدواني للطفل من خلال ما وراء الانفعال للأم.

وهدفت دراسة بريك (٢٠١٨) الكشف عن علاقة أنماط ما وراء الانفعال لدى أعضاء هيئة التدريس بعمادة السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود بمتغيرات الجنس والحالة الاجتماعية والتخصص الأكاديمي والخبرة التدريسية ، وتكونت عينة الدراسة من (١٦١) من أعضاء هيئة

التدريس.، وأسفرت النتائج علـى أن أكثـر أنماط ما وراء الانفعال شيوعا لدى أعـضاء هيئة التدريس هو نمط تعليم الانفعالات، وأنه لا توجد فروق ذات دلالـة إحـصائية بـين متوسطات درجات أعضاء هيئـة التـدريس وفقا لمتغيرات الجنس والحالـة الاجتماعيـة والتخصص الأكاديمي والخبرة التدريسية في أنماط ما وراء الانفعال.

ثانيا: الاغتراب النفسي Psychological Alienation

الاغتراب ظاهرة اجتماعية تدخل في نسيج الحيـاة الثقافيـة الاجتماعيـة للفـرد، وتتزامن أبعاد هذه الظاهرة في كل منـاحي الحياة الاجتماعيـة الثقافيـة، وهـي نتاجـا لإكراهات شتى تتمثل في القمـع التـاريخي والسياسي والأخلاقي والتربوي والاقتصادي، والاغتراب ليس نتيجة فحسب بل هو نتيجـة وسبب في آن واحد (وطفة، ١٩٩٨، ٢٤١).

ويوضح عبد المختار (١٩٩٨) علاقة الاغتراب بالوجود الإنساني، حيث يـرى أن الوجود الإنساني وجود مغترب بالـضرورة الإلهية، فاغتراب آدم عليه السلام من الجنـة وهبوطه للأرض، وكذلك ميلاد كل طفل من رحم الأم يعتبـر بمثابـة البـؤرة الأولـى للاغتراب.

ويذكر خليفـة (٢٠٠٣، ٢٠) أن مـسيرة مصطلح الاغتراب مرت بالمراحـل الـثلاث التالية:

المرحلة الأولى: مرحلة ما قبل هيجل

يحمل مفهوم الاغتراب معـاني مختلفـة تتمثل في ثلاثة سياقات هي:

– السياق القانوني: انتقال الملكيـة مـن صاحبها وتحولها إلى آخر.

– السياق الديني: ابتعاد الإنسان عن الله.

– السياق النفـسي الاجتمـاعي: انتقـال الإنسان عن ذاته ومخالفته لما هو سائد فـي المجتمع.

المرحلة الثانية: المرحلة الهيجلية

يعد هيجل أول من استخدم مـصطلح الاغتـراب اسـتخداما منهجيـا مقـصودا ومتصلا، حيث تحول الاغتراب على يديـه إلى مصطلح فني، حيث أطلـق عليـه أبـو الاغتراب.

المرحلة الثالثة: ما بعد هيجل

في هذه المرحلة بدأ ظهـور النظـرة الأحادية إلى مصطلح الاغتراب، حيث طغى المعنى السلبي على المعنى الإيجابي، واقترن مصطلح الاغتراب في أغلب الأحوال بكل ما يهدد وجـود الإنـسان وحريتـه وأصـبح الاغتراب كأنه مرض أصيب به الإنسان.

ويعد مصطلح الاغتـراب الآن مـن أكثر المصطلحات تداولا في الكتابات التـي تعالج مشكلات المجتمـع الحـديث، وعلـى

الرغم من كثرة ما كتب حول هذا الموضوع، وبسبب تضارب الآراء والاتجاهات، فإن مفهوم الاغتراب لا يزال يعاني كثيرا من الغموض، وربما كان ذلك طبيعيا، إذ من الصعب تعريف المفاهيم الأساسية تعريفا دقيقا، ومن هنا تضاربت الأقوال والآراء (عبد الله، ٢٢،٢٠٠٨).

إن لمصطلح الاغتراب استخدامات مختلفة في التراث اللغوي والفكري والسيكولوجي والسوسيولوجي، ولا يوجد اتفاق بين العاملين في الميدان حول معنى محدد وإجرائي لهذا المفهوم، فالمقابل للكلمة العربية "اغتراب" أو "غربة" هو الكلمة الإنجليزية (Alienation) وقد اشتقت الكلمة الإنجليزية أصلها من الكلمة اللاتينية (Alienatio) وهي اسم مستمد من الفعل اللاتيني (Alienare) والذي يعني نقل والذي يعني نقل ملكية شيء ما إلى آخر أو يعني الانتزاع أو الإزالة، وهذا الفعل مستمد بدوره من كلمة أخرى هي(Alienus) أي الانتماء إلى شخص آخر أو التعلق به (رجب، ١٩٨٨ ، ٣١).

ويذكر علاء شعراوي (١٩٨٨) أن التعريف النفسي للاغتراب يمكن تصنيفه في ثلاثة اتجاهات هي:

- تعريف ينظر إلى الاغتراب باعتباره شعور بتباعد الذات.
- تعريف ينظر إلى الاغتراب باعتباره شعور بالتباعد عن المجتمع.
- تعريف ينظر إلى الاغتراب باعتباره شعور بالتباعد عن الذات والمجتمع معا.

ويذكر عبد الله (٢٠٠٨ ، ٧١) أن الاغتراب يشير إلى ما يلي:

- شعور بالوحدة والغربة وانعدام علاقات المحبة والصداقة مع الآخرين.
- حالة كون الأشخاص والمواقف المألوفة تبدو غريبة، والإدراك الخاطئ الذي تظهر فيه المواقف والأشخاص المعروفة من قبل وكأنها مستغربة أو غير مألوفة.
- انفصال الفرد عن الذات الحقيقية بسبب الانشغال العقلي بالمجردات وبضرورة مجاراة رغبات الآخرين وما تمليه النظم الاجتماعية.

ويرى عبد الحميد وكفافي (١٩٨٨) أن الاغتراب يعني انهيار أي علاقات اجتماعية أو بينية شخصية، وأن المصطلح يشير إلى الفجوة بين الفرد ونفسه، والتباعد بينه وبين الآخرين، وما يتضمنه ذلك من تباعد أو غربة الفرد من مشاعره الخاصة التي تستبعد من الوعي خلال المناورات

الدفاعية.

وتعـــرف زهـــران (٢٠٠٤ ، ١٢) الاغتراب النفسي بأنه شعور الفـرد بالعزلـة وعدم الانتماء وفقـدان الثقـة ورفـض القـيم والمعايير الاجتماعية والمعاناة مـن الـضغوط النفسية وتعرض وحدة الشخـصية للـضعف والانهيار بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعيـة التي تتم داخل المجتمع.

وتعرف الباحثة الاغتـراب النفـسي بأنه ما يعانيه الفـرد مـن مظـاهر فقـدان الشعور بالانتماء وعدم الالتـزام بالمعـايير، وفقدان الإحساس بالقيمة والتمركـز حـول الذات.

إن شعور الفرد بالاغتراب يأتي نتيجة عوامل نفسية مرتبطة بنمو الفرد وعوامـل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه، مما تجعله غير قادر علـى التغلـب علـى مشكلات الحياة، كما يحدث الاغتراب نتيجة التفاعل بين العوامل النفـسية والاجتماعيـة، ويمكن توضيح أسباب الاغتراب فيمـا يلـي (عبد الله، ٢٠٠٨، ٣٣-٣٤).

أسباب نفسية:

تتمثل الأسباب النفسية للاغتراب في:

أ- **الإحباط:** يرتبط الإحباط بالـشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التـام والشعور بالقهر وتحقيـر الـذات، حيث تعاق الرغبات الأساسـية أو المصالح الخاصة بالفرد.

ب- **الصراع:** يكون بين دوافع ورغبات الفرد المتعارضة والحاجات التي لا يمكن إشباعها في وقت واحد، كما يؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلـق واضطراب الشخصية.

ج- **الحرمان:** حيث تقل فرصة تحقيـق دافع إشباع حاجات الفرد.

أسباب اجتماعية:

تتمثل الأسباب الاجتماعية للاغتراب فيما يلي:

أ- اضطرابات التنـشئة الاجتماعيـة، حيث تـسود الاضـطرابات فـي الأسرة والمدرسة والمجتمع.

ب- ضغوط البيئة الاجتماعيـة وفـشل الفرد في مواجهة هذه الضغوط.

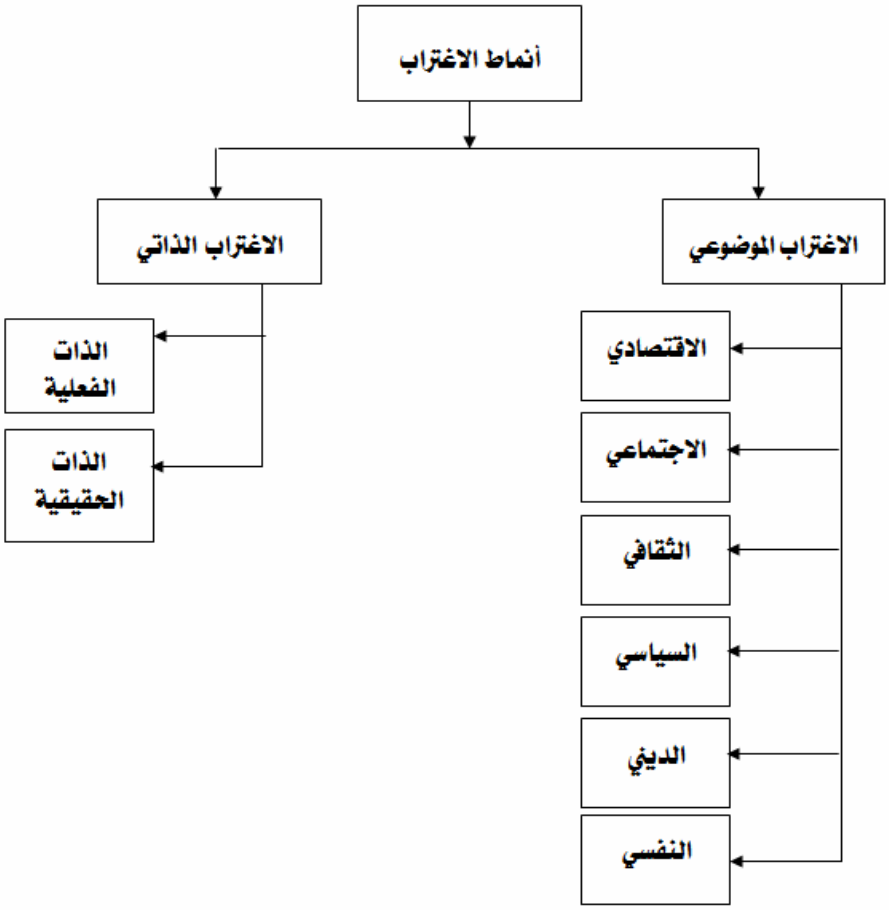
ج – التطور الحضاري الـسريع وعـدم توافر المقدرة النفسية على التوافـق معه.

د- تدهور نظام القيم وتصارع القيم بين الأجيال.

هـ- سوء الأحوال الاقتصادية وصعوبة الحـصول علـى ضـروريات الحياة.

ز- الضعف الأخلاقي والبعد عن الـــدين وتفشي الرذيلة.

وبخصوص أنماط الاغتراب وأنواعه، فهناك نمطان للاغتراب يندرج تحتهما أنماط أو أنواع فرعية، ويمكن توضيح ذلـــك مـــن خلال شكل (١) التالي:



شكل (١) أنماط الاغتراب وأنواعه

ويمكن توضيح أنماط الاغتراب وأنواعه كما هو مبين في شكل (١) على النحو التالي:

النمط الأول: الاغتراب الموضوعي Objective Alienation

يحدث الاغتراب الموضوعي عندما تتحول الأشياء والأفكار والنظم التي ساهم الفرد في إنتاجها بإرادته إلى قوى تهدد وجوده وتسيطر عليه، ويتضمن النمط الموضوعي للاغتراب الأنواع الستة التالية (زهران ، ٢٠٠٤ ، ١٠٩-١١١) :

أ- الاغتراب الاقتصادي: تسود فيه الرأسمالية وتستولى طبقة خاصة على الإنتاج كله.

ب- الاغتراب الاجتماعي: الاغتراب عن المجتمع والشعور بالعزلة والعجز عن ممارسة السلوك الاجتماعي العادي.

ج- الاغتراب الثقافي: ابتعاد الفرد عن ثقافة مجتمعه ورفضها والنفور منها والانبهار بكل ما هو أجنبي.

د- الاغتراب السياسي: ينتاب الفرد عدم الارتياح للنظام السياسي والشعور بالعجز إزاء المشاركة الإيجابية.

هـ- الاغتراب الديني: ورد الاغتراب الديني في كافة الأديان على أنه الابتعاد عن الله.

ز- الاغتراب النفسي: يشير إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية للانشطار أو الضعف والانهيار.

النمط الثاني: الاغتراب الذاتي Subjective Alienation

ينظر الباحثون إلى اغتراب الذات باعتباره اضطرابا نفسيا يتمثل في اضطراب الشخصية الفصامية حيث يتسم الشخص الفصامي بالعجز عن إقامة علاقات اجتماعية، والافتقار إلى مشاعر الدفء واللين مع الآخرين، ويتضمن النمط الذاتي للاغتراب النوعين التاليين:

أ- الاغتراب عن الذات الفعلية:

يتمثل في إزالة وإبعاد كافة ما كان الفرد عليه بما في ذلك ارتباط حياته الحالية بماضيه، وجوهر هذا الاغتراب هو البعد عن مشاعر الفرد ومعتقداته، وفقدان الشعور بذاته ككل.

ب- الاغتراب عن الذات الحقيقية:

يشير إلى التوقف عن سريان الحياة في الفرد بسبب ضغوط داخلية، حيث يوجه معظم نشاطاته نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال، حتى يحقق الذات الذاتية المثالية، ويصل بنفسه إلى الصور التي يتصورها، فالمغترب يكون غافلا عما يشعر به وعن واقعه ويفقد الاهتمام به، ولا يعرف

حقيقة ما يريد، ويعيش في حالة من اللاواقعية والوجود الزائف (عبد المختار ، ١٩٩٨، ٥٠).

والاغتراب كظاهرة يتم تفسيره من خلال عدد من النظريات، التي يمكن توضيحها على النحو التالي:

أ- النظرية السلوكية:

تفسر النظرية السلوكية الاغتراب على أساس أن الفرد عندما ينصاع ويندمج بين الآخرين بلا رأي أو فكر محدد حتى لا يفقد التواصل معهم مما يؤدي به إلى أن يشعر بالاغتراب عن ذاته، ويفقد تواصله معها (زهران، ٢٠٠٤، ١١٢).

ب- نظرية المجال:

ترى نظرية المجال أن الاضطراب والمشكلات النفسية التي يمر بها الفرد تعزى إلى اضطرابه شخصيا وبيئيا، وعلى هذا فإن الاغتراب ليس ناتجا عن عوامل داخلية فحسب، بل عن عوامل خارجية تتضمن سرعة التغيرات البيئية والاتجاه نحو هذه التغيرات والعوامل (زهران، ١٩٩٨، ٨٦).

ج- نظرية السمات والعوامل:

تركز هذه النظرية على العوامل المحددة التي تفسر السلوك البشري والتي يمكن من خلالها تحديد سمات الشخصية، حيث إن مرتفعي الاغتراب يتميزون بعدد من السمات منها التمركز حول الذات وعدم الثقة والتشاؤم والقلق والتباعد والوحدة النفسية، ونقص العلاقات الصادقة مع الآخرين (زهران ، ٢٠٠٤، ١١٣).

د- نظرية الذات:

ينشأ الاغتراب وفقا لنظرية الذات حينما يطور الفرد صورة مثالية عن ذاته تختلف عما هو عليه، مما يكون هوة عميقة من صورته المثالية وذاته الحقيقية، وحينما يتمسك الفرد بالاعتقاد وبأنه هو ذاته المثالية فإنه لا يكون قادرا على إدراك ذاته الحقيقية، والاغتراب وفق هذه النظرية يحدث نتيجة الإدراك السالب للذات أو انخفاض مفهوم الذات أو التفاوت الكبير بين تصور الفرد عن ذاته المثالية وذاته كما هو متوقع (زهران، ٢٠٠٤، ١١٤).

وقد شغل موضوع الاغتراب اهتمام العديد من الباحثين والمفكرين وذلك لما له من تأثيرات سلبية على حياة الفرد، حيث حاول هؤلاء الباحثون ومن خلال الدراسات التي قاموا بإجرائها توضيح علاقة الاغتراب بالعديد من المتغيرات ، حتى يمكن رصد الظاهرة وتحديد موقعها من التراث والتعرف على موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة والاستفادة من النتائج المستخلصة منها.

فقد أجـرى كـالابريس وكـوكران (Calabrese & Cochran, 1990) دراسة حول علاقة الاغتراب الاجتماعي بالغش في الامتحانات على عينة من طلاب المـدارس العامة والخاصة الثانوية الأمريكية بلغ قوامها (١٠٣٤) طالبا وطالبة، وأبرزت النتـائج أن سلوك الغش في الامتحان كان أكثـر عنـد طلاب المدارس الخاصة عن طلاب المدارس الحكومية، وأكثر عند الذكور مـن الإنـاث، وأكثر عند الطلاب الأكثـر فـي مـشاعر الاغتراب ، أي كلما زاد الشعور بالاغتراب عند الطلاب زاد الاتجاه إلى سلوك الغش في الامتحانات.

واستهدفت دراسة الخطيـب (١٩٩١) معرفة الفروق بين طـلاب الجامعـة فـي الاغتراب والحاجـات النفـسية، وأجريـت الدراسة على عينة اشـتملت علـى (٢٤٠) طالبا وطالبة وأسفرت نتـائج الدراسـة أن هناك فروق دالة في الاغتراب بين الـذكور والإناث لصالح الذكور، وعدم وجود فـروق بين الذكور والإناث في الحاجات النفسية عدا الحاجة إلى الثقافة والمعرفـة، فقـد كانـت لصالح الإناث.

وهدفت دراسة سيدمان (Seidman, 1995) معرفة العلاقة بين الاغتراب وشعور الطلاب بعضوية المدرسة والضغوط الحياتية والتحصيل الدراسي، وأجريت الدراسة على عينة من الطلاب بلغ قوامهـا (٥٩٢) مـن المدارس المتوسطة في أمريكـا، وتوصـلت الدراسة إلى أن الاغتـراب ينبـئ بـإدراك عضوية المدرسة فـي اتجـاه سـلبي ، وأن إدراك الانتمـاء ينبـئ بمتوسـط درجـات التحصيل الدراسي، حيث ترتفع مع ارتفـاع مستوى الانتماء واتضح أيـضا أن أحـداث الحياة الضاغطة ترتبط بالاغتراب المرتفع.

وقامت دراسـة الموسـوي (١٩٩٧) للتعرف على علاقة الاغتـراب بكـل مـن الجنس ومستوى التعليم لدى طلاب المجتمع الكويتي، حيث اشتملت عينة الدراسة علـى (١٥٠) كويتيا نصفهم كانوا خارج الكويـت أثناء الغزو العراقي للكويت والنصف الآخر عاش مرحلة الغزو، وأسفرت الدراسة عـن عدم وجود فروق بين الجنسين في الـشعور بالاغتراب باختلاف نوع الإقامة أثناء الغزو ، مع وجود فروق بين الجنسين في الـشعور بالاغتراب لصالح الإناث، حيث أن الإنـاث أكثر اغترابا من الذكور ، وهنـاك علاقـة ارتباطية سالبة بين الاغتراب ومستوى تعليم الفرد.

- وقام كـل مـن شـوهو وكـاتيمس (Shoho & Katims, 1998) بدراسة العلاقة بين منـاخ المـدارس العامة وبناؤها التنظيمـي التـسلطي باغتراب الطلاب وانتمائهم لجماعـة

الأقران وذلك على عينة اشتملت على (١٤٧) طالبا وطالبة من الصف الثامن بإحدى المدارس الريفية المتوسطة بولاية تكساس الأمريكية، وأسفرت النتائج عن أن الاغتراب يدفع الطلاب إلى الانتماء إلى جماعة الأقران وخاصة على بعدي اللامعيارية والعجز ، وأن الذكور حصلوا على درجات أعلى من الإناث في الاغتراب لبعد اللامعياريه.

- وأجرى الصنيع (٢٠٠٢) دراسة هدفت معرفة الاغتراب لدى طلاب الجامعة السعوديين والعمانيين وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لديهم، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠١) من الطلاب منهم (١٢٢) طالبا سعوديا من جامعة الإمام محمد بن سعود ، و(٧٩) طالبا عمانيا من جامعة السلطان قابوس، وأسفرت نتائج الدراسة أن متوسط درجات أفراد عينة الدراسة بمجموعتيها لم تصل إلى المتوسط المعياري للاغتراب، وأن متوسط درجات الطلاب السعوديين أعلى من متوسط درجات الطلاب العمانيين في الشعور بالاغتراب، كما جاء متوسط درجات الطلاب غير المتزوجين أعلى من متوسط الطلاب المتزوجين في الشعور بالاغتراب.

- واستهدفت دراسة عبد الله (٢٠٠٨) التعرف على الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة بالجزائر، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦٠)، وخلصت الدراسة إلى بعض النتائج التي يمكن توضيحها فيما يلي:

أ- توجد فروق دالة إحصائيا في الشعور بالاغتراب لدى طلاب الجامعة تبعا للجنس لصالح الإناث.

ب- توجد فروق دالة إحصائيا في الشعور بالاغتراب لدى طلاب الجامعة تبعا للكليات الأدبية والكليات العملية لصالح طلاب الكليات الأدبية.

ج- توجد علاقة ارتباطية سالبة متوسطة بين ظاهرة الاغتراب والشعور بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، مما يدل على أنه كلما زاد الاغتراب كلما قلت الصحة النفسية لدى الطلاب.

- وقد استهدفت دراسة علوان (٢٠١٤) التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في الاغتراب النفسي، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٠٠)

طالب وطالبة بكلية التربيـــة بجامعـــة بابل بالعراق، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية فـــي الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الجـــنس لصالح الذكور.

ومن خلال الإطار النظـــري ونتـــائج الدراسات السابقة، يمكن صـــياغة فـــروض البحث الحالي على النحو التالي:

الفرض الأول:

يوجد اختلاف في ترتيب مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة.

الفرض الثاني:

يوجد اختلاف فـــي ترتيـــب أبعـــاد الاغتراب النفسي كما يـــشعر بـــه طـــلاب الجامعة.

الفرض الثالث:

توجد علاقة ارتباطيـــة ســـالبة بـــين مهـــارات مـــا وراء الانفعـــال والـــشعور بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

الفرض الرابع:

توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة فـــي مـــستوى مهـــارات مـــا وراء الانفعال وفقا للنوع (ذكور – إناث).

الفرض الخامس:

توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة فـــي مـــستوى مهـــارات مـــا وراء الانفعال وفقا للتخصص (علمي – أدبي).

الفرض السادس:

توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى شـــعورهم بـــالاغتراب النفسي وفقا للنوع (ذكور – إناث).

الفرض السابع:

توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى شـــعورهم بـــالاغتراب النفسي وفقا للتخصص (علمي – أدبي).

الفرض الثامن:

يمكن التنبؤ بمستوى مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعـــة مـــن خـــلال مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي.

إجراءات الدراسة ونتائجها:

أولا: عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (٦٧٥) من طلاب وطالبـــات كليتـــي العلـــوم والآداب بجامعة المنصورة، ويوضـــح جـــدول (١) توزيع أفراد العينة وفقا للنوع والتخصص.

جدول (١) توزيع أفراد عينة البحث وفقا للنوع والتخصص

النوع / التخصص	ذكور (٢٣٨)		إناث (٤٣٧)	
	العدد	%	العدد	%
علمي	١١٣	١٦,٨	٢٢٠	٣٢,٥
أدبي	١٢٥	١٨,٥	٢١٧	٣٢,٢
الإجمالي	٢٣٨	٣٥,٣	٤٣٧	٦٤,٧
٦٧٥				

ثانيا: أدوات الدراسة

١- مقياس مهارات ما وراء الانفعال (إعداد الباحثة):

يتكون المقياس من (٣٢) مفردة موزعة على أربعة أبعاد يتضمن كل بعد منها (٨) مفردات يتم الاستجابة لها من خلال تدريج ثلاثي (دائما – أحيانا – نادرا) وتصحح بإعطاء الدرجات من (٣-١) أو العكس حسب اتجاه العبارة والدرجة العالية تشير لمستوى عالى من ماوراء الانفعال.

(أ) صدق المقياس:

تم التحقق من صدق مقياس مهارات ما وراء الانفعال عن طريق إجراء التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory Factor Analysis لمفردات المقياس وعددها (٣٢) مفردة، وقد تكونت عينة تقنين المقياس من (٣٠٤) طالبا وطالبة من طلاب جامعة المنصورة، وكانت قيمة اختبار كايزر (KMOTest) تساوي (٠,٨٠٢) وهي قيمة جيدة جدا، مما يدل على أن حجم العينة كافي لإجراء التحليل العاملي، ويوضح جدول (٢) ما أسفر عنه التحليل العاملي لعبارات المقياس.

جدول (٢) قيم تشبعات مفردات مقياس مهارات ما وراء الانفعال

على العوامل الأربعة والجذر الكامن ونسبة التباين لكل عامل

رقم المفردة	العوامل			
	الأول	الثاني	الثالث	الرابع
١٧	٠,٩٣٠	٠,٠٠٢	٠,٠٥٠	-٠,٠٣٢
٩	٠,٩٢٥	-٠,٠٢٠	٠,٠٥٩	٠,٠٠٩
١	٠,٩٠٧	-٠,٠١٥	٠,٠٥٣	٠,٠١١
٥	٠,٩٠٤	-٠,٠٨٥	٠,٠٦٦	٠,٧١
٢٩	٠,٨٨١	-٠,٠٩٥	٠,٠٣١	٠,٠٢٨
١٣	٠,٨٧٠	٠,٠١٨	٠,٠٣٣	-٠,٠٥٧
٢٥	٠,٨٦٣	-٠,٠٤١	٠,٠٣٨	٠,٠٠٢
٢١	٠,٤٧٣	٠,٠٢٨	٠,٠٣٩	٠,١٤٤
١٠	٠,٠٠٦	٠,٨٨٠	-٠,٢٩٢	-٠,٠١٦
٢	٠,١٢١	٠,٨٣٠	-٠,٢٥٠	-٠,١٣٣
٦	٠,٠٩٠	٠,٨٢٥	-٠,٢٥٥	-٠,٠٩٨
١٤	٠,١٥٦	٠,٨٠٩	-٠,٢٤٠	-٠,١٢٤
٢٢	٠,٠,١٢	٠,٧٥٤	-٠,٢٠٣	-٠,٠٤٢
١٨	٠,٠٩٧	٠,٧٤١	-٠,٢٨٣	-٠,٠٥٥
٣٠	٠,٠٥٦	٠,٦٩١	-٠,٢٩٥	٠,٠٩٩
٢٦	٠,٠١٧	٠,٤٤٣	٠,٠٥٢	٠,١٢٧
٣١	٠,٠٤٠	٠,٣١٣	٠,٧٩٠	-٠,١٣٩
٣	-٠,٠٢٧	٠,٢٩٨	٠,٧٨٧	-٠,١٥٣
١١	-٠,٠٨٥	٠,٣٤٦	٠,٧٥٦	-٠,٠٩٨
٧	٠,٠٩٠	٠,٣٣٠	٠,٧٢١	-٠,١٦٧
١٩	-٠,١٨٦	٠,٢٧٦	٠,٦٣٦	-٠,١٨٣
١٥	٠,٠٧٥	٠,٢٧٨	٠,٥٥٨	-٠,٢٦٠
٢٧	٠,٢٧٧	-٠,٠٣٦	٠,٤٣٢	٠,٢٤٣
٢٣	-٠,٠٦٩	٠,٠٧٥	٠,٣٢٢	٠,١٢٠
١٢	-٠,٨٤٠	٠,١٦٥	٠,١٤١	٠,٥٩٩
٨	٠,٠٥٣	٠,١٠٤	٠,٢٥٦	٠,٥٥٦
٤	-٠,١٣٣	٠,٢٦٥	٠,١١٧	٠,٥٤٦
٢٠	-٠,٠٧١	٠,٢٥٤	٠,٢١٠	٠,٥٣٢
١٦	-٠,٢٣٧	٠,٢٠٠	٠,١٩٣	٠,٤٠٥
٢٤	-٠,١٠٩	٠,٢٩٩	-٠,١٢٩	٠,٣٩١
٢٨	٠,١٥٢	-٠,٠٤٣	٠,١٣٩	٠,٣٤٩
٣٢	٠,٠٩٣	٠,١٢٨	٠,٠٠٩	٠,٣٢٥
الجذر الكامن	٦,٣٨٨	٥,٣٠٨	٣,٨٠٣	٢,٢٣٣
نسبة التباين	%١٩,٦٩	%١٦,٥٩	%١١,٨٨	%١٠,٠٠

يتضح من جدول (٢) السابق أن التحليل العاملي قد أسفر عن وجود أربعة عوامل تشبع المفردات عليها من (+ ٠,٣)، ويمكن توضيح ذلك فيما يلي:

- **العامل الأول:**

بلغ الجذر الكامن لهذا العامل

(٦,٣٨٨) واستوعب (١٩,٦٩%) من النسبة الكلية للتباين وقد تشبع بهذا العامل (٨) مفردات أرقام (١٧-٩-١-٥-٢٩-١٣-٢٥-٢١) والتي تدور حول أن الطالب يستطيع إدراك انفعالاته ويعبر عنها بصورة دقيقة ويشعر بالتوتر عندما تكون ردود أفعاله سلبية، ويشعر بالذنب والندم عندما تكون انفعالاته غير مناسبة وعليه تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (مهارة الوعي الانفعالي).

- **العامل الثاني:**

بلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٥,٣٠٨) واستوعب (١٦,٥٩%) من النسبة الكلية للتباين، وقد تشبع بهذا العامل (٨) مفردات أرقام (١٠-٢-٦-١٤-٢٢-١٨-٣٠-٢٦) والتي تدور حول أن الطالب يمتلك المقدرة على التحكم في انفعالاته وترشيدها ومعرفة أسبابها وأنه لديه المقدرة على التنبؤ بانفعالاته وضبط انفعالاته المتعلقة بالآخرين والتوافق بسهولة مع الموقف الانفعالي، وبذلك يمكن تسمية هذا العامل (مهارة إدارة الانفعالات).

- **العامل الثالث:**

بلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٣,٨٠٣) واستوعب (١١,٨٨%) من النسبة الكلية للتباين، وقد تشبع بهذا العامل (٨) مفردات أرقام (٣١-٣-١١-٧-١٩-١٥-٢٧-٢٣) والتي تدور حول أن الطالب يستفيد من انفعالاته السابقة ويتحمل الضغوط الناتجة عن الانفعالات، ويتجنب المواقف التي تسبب له الانفعال ويتعلم من خلال التعبير عن انفعالاته، وبذلك يمكن تسمية هذا العامل (مهارة خبرة الانفعالات).

- **العامل الرابع:**

بلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٢,٣٣٣) واستوعب (١٠%) من النسبة الكلية للتباين، وقد تشبع بهذا العامل (٨) مفردات أرقام (١٢-٨-٤-٢٠-١٦-٢٤-٢٨-٣٢) والتي تدور حول أن الوالدين يقدمان الدعم المناسب لضبط الانفعالات والتدريب على مهارات التعامل مع الانفعالات والمساعدة على حل المشكلات المتعلقة بالانفعالات، وبذلك يمكن تسمية هذا العامل (مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات).

في ضوء ما سبق يتضح أن نتائج التحليل العاملي الاستكشافي أسفرت عن أن مقياس مهارات ما وراء الانفعال لطلاب الجامعة يتكون من أربعة عوامل تضم (٣٢) مفردة بيانها على النحو التالي:

- **العامل الأول:** مهارة الوعي الانفعالي (٨ مفردات).
- **العامل الثاني:** مهارة إدراك الانفعالات (٨ مفردات).

- **العامل الثالث:** مهارة خبرة الانفعالات (٨ مفردات).
- **العامل الرابع:** مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات (٨ مفردات).

(ب) ثبات المقياس:

تم حساب ثبات درجة المقياس عن طريق معامل ألفا كرونباك، ويبين ذلك جدول (٣) التالي:

جدول (٣) قيم معاملات ثبات ألفا كرونباك

لأبعاد مقياس مهارات ما وراء الانفعال والمقياس كاملا

الأبعاد	معامل ثبات ألفا كرونباك
مهارة الوعي الانفعالي	٠,٨٢١
مهارة إدراك الانفعالات	٠,٧٤٨
مهارة خبرة الانفعالات	٠,٧٨٢
مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات	٠,٧٣٨
المقياس كاملا	٠,٨٧٣

يتضح من جدول (٣) أن معامل ثبات ألفا كرونباك لأبعاد مقياس مهارات ما وراء الانفعال يتراوح بين (٠,٧٣٨) و(٠,٨٢١) في حين أنه بلغ (٠,٨٧٣) للمقياس كاملا. ويشير ذلك إلى أن مقياس مهارات ما وراء الانفعال يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٢- مقياس الاغتراب النفسي لطلاب الجامعة (إعداد الباحثة):

يتكون المقياس من (٤٢) مفردة موزعة على ثلاثة أبعاد يتضمن كل بعد (١٤) مفردة منها (٧) مفردات سالبة و(٧) مفردات موجبة يتم الاستجابة لها من خلال تدريج ثلاثي (دائما – أحيانا – نادرا) وتصحح بإعطاء الدرجات من (٣-١) أو العكس حسب اتجاه المفردة والدرجة العالية مؤشرا لارتفاع درجة الاغتراب النفسي.

(أ) صدق المقياس:

تم التحقق من صدق مقياس الاغتراب النفسي عن طريق إجراء التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات المقياس وعددها (٤٢) مفردة، وتكونت عينة التقنين من (٣٠٤) طالبا وطالبة من طلاب جامعة المنصورة وبلغت قيمة اختبار كايزر (٠,٨٥٦) وهي قيمة جيدة جدا، مما يدل على أن حجم العينة كافي لإجراء التحليل العاملي، ويوضح جدول (٤) ما أسفر عنه التحليل العاملي لعبارات المقياس.

جدول (٤) قيم تشبعات مفردات مقياس الاغتراب النفسي

على العوامل الثلاثة والجذر الكامن ونسبة التباين لكل عامل

رقم المفردة	العوامل			رقم المفردة	العوامل		
	الأول	الثانى	الثالث		الأول	الثانى	الثالث
١٠	٠,٨٢٢	٠,٢٤٥	٠,٣٢٨	١٧	٠,٥٤٨	٠,٦٦٥	٠,٣٦٧
١٣	٠,٧٩٥	-٠,٣٨٦	٠,٢١٦	٢٣	٠,٥٨٠	٠,٦٦٥	٠,٣٣٨
٢٥	٠,٧٣٩	-٠,٣٨٦	٠,٢١٦	٣٥	٠,٥٨٠	٠,٦٦١	٠,٣٢٢
٢٨	٠,٦٩٩	٠,٦٢٧	-٠,٢٤١	٣٨	٠,٥٥٥	٠,٦٥٩	-٠,٣٤٧
٣٧	٠,٦٧٩	٠,٣٨٢	-٠,١٤٠	٤١	٠,٥٨١	٠,٦٥٣	-٠,٣١١
١	٠,٦٧٨	-٠,٣٣٩	٠,٢١٢	١١	٠,٥٣٤	٠,٦٢٩	-٠,١٥٢
١٦	٠,٦٦٠	٠,٢٦٨	٠,٣٨٠	٨	٠,٥٨٨	٠,٦٢٨	-٠,١٩٣
٢٢	٠,٦٤٨	-٠,٢٧٧	-٠,٢٥٠	١٤	٠,٥٢٩	٠,٦٢٣	-٠,٢٥١
٣٤	٠,٦١٩	٠,٥٩٢	-٠,١٦٦	٢٠	٠,٥١٧	٠,٥٩٦	-٠,١٠٤
١٩	٠,٦٠٣	-٠,٢٤٠	٠,٤٤٥	٢٦	٠,٥٠٢	٠,٥٧٣	-٠,٢١٠
٤	٠,٠٥٨٨	٠,٤٧٠	-٠,٣٩٥	٢٩	٠,٤٣٤	٠,٥٥٦	-٠,٢٣٦
٧	٠,٥٨٣	-٠,٢٢٩	٠,٤٧٠	٥	٠,٣٥٠	٠,٥١٨	٠,٨٢
٤٠	٠,٥٤١	٠,٤٤١	-٠,٣٠٥	٢	٠,٤١٠	٠,٤٤١	-٠,١٠٥
٣١	٠,٥٢٦	٠,٢٨٦	-٠,١٣٤	٣٢	٠,٣٧٧	٠,٣٨١	-٠,١١٨
٣٣	٠,٥٦٢	-٠,٠٠٧	٠,٧٢٧	١٢	٠,٠٨٧	-٠,٠٠٤	٠,٤٦٩
٣٠	٠,٤٠٥	٠,١٢٥	٠,٦٨٢	٢٧	٠,٠٠٧	٠,١٧٤	٠,٤٤٢
٣	٠,٣٣٨	٠,١٣٢	٠,٦٢٨	٤٢	٠,٢٣٧	٠,٠٧٠	٠,٤١٧
٦	٠,٣٩٣	٠,٠٦٠	٠,٥٧٢	٣٦	٠,٢٣١	-٠,٠١٨	٠,٣٩٩
١٨	٠,٠٩٤	٠,١٦٦	٠,٥١١	٩	٠,٣٤٣	-٠,٣٧	٠,٣٩٧
٢١	-٠,١٤٣	-٠,١٤٣	٠,٥٠٩	١٥	٠,٢٥٩	٠,٠٧١	٠,٣٨٧
٢٤	٠,٢٧٢	٠,٢٥٦	٠,٤٧٠	٣٩	٠,١٨٢	٠,٠٤١	٠,٣٤٣
الجذر الكامن				١٢,١٥٦	٧,٢٥٧	٤,٥٣١	
نسبة التباين				%٢٨,٩٤٣	%١٧,٢٧٨	%١٠,٧٨٩	

يتضح من جدول (٤) السابق أن التحليل العاملي لمقياس الاغتراب النفسي أسفر عن وجود ثلاثة عوامل تشبَّع المفردات عليها أكبر من (± ٠,٣) ويمكن توضيح ذلك فيما يلي:

- العامل الأول:

بلغ الجذر الكامن لهذا العامل (١٢,١٥٦) واستوعب (٢٨,٩٤٣%) من النسبة الكلية للتباين، وقد تشبع بهذا العامل (١٤) مفردة أرقام (١٠-١٣-٢٥-٢٨-٣٧-١-١٦-٢٢-٣٤-١٩-٤-٧-٤٠-٣١)

تدور حول أن الطالب يشعر أنه غريب عن نفسه ويغضب لأبسط الأسباب وأنه مسلوب الإرادة، وأنه كائن ضعيف، وبذلك يمكن تسمية هذا العامل (الاغتراب الشخصي).

- **العامل الثاني:**

بلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٧,٢٥٧) واستوعب (١٧,٢٧٨%) من النسبة الكلية للتباين وقد تشبع بهذا العامل (١٤) مفردة أرقام (١٧-٢٣-٣٥-٣٨-٤١-١١-٨-١٤-٢٠-٢٦-٢٩-٥-٢-٣٢)

تدور حول أن الطالب يشعر برغبة شديدة للهروب من المنزل ويشعر بالوحدة عندما يكون بين أفراد أسرته ويتجنب المناقشات مع أفراد أسرته وتختلف أفكاره عن أفكار أفراد أسرته، وبذلك يمكن تسمية هذا العامل (الاغتراب الأسري).

- **العامل الثالث:**

بلغ الجذر الكامن لهذا العامل (٤,٥٣١) واستوعب (١٠,٧٨٩%) من النسبة الكلية للتباين وقد تشبع بهذا العامل (١٤) مفردة أرقام(٣٣-٣٠-٣-٦-١٨-٢١-٢٤-١٢-٢٧-٤٢-٣٦-٩-١٥-٣٩)

تدور حول أن الطالب يشعر بأن المجتمع لم يوفر له الفرصة لتحقيق ذاته ويعاني من الوحدة حتى لو كان مع الآخرين، ولديه صعوبة في تكوين صداقات جديدة، ويشعر بنوع من التوتر في علاقاته مع الآخرين، وبذلك يمكن تسمية هذا العامل (الاغتراب الاجتماعي).

في ضوء ما سبق يتضح أن نتائج التحليل العاملي الاستكشافي أسفرت عن أن مقياس الاغتراب النفسي يتكون من ثلاثة عوامل تضم (٤٢) مفردة بيانها على النحو التالي:

- العامل الأول: الاغتراب الشخصي (١٤ مفردة).
- العامل الثاني: الاغتراب الأسري (١٤ مفردة).
- العامل الثالث: الاغتراب الاجتماعي (١٤ مفردة).

(ب) ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس عن طريق معامل ألفا كرونباك، ويبين ذلك جدول (٥) التالي:

جدول (٥) قيم معاملات ثبات ألفا كرونباك

لأبعاد مقياس الاغتراب النفسي والمقياس كاملا

العوامل	معامل ثبات ألفا كرونياك
الاغتراب الشخصي	٠,٨٦١
الاغتراب الأسري	٠,٨١٣
الاغتراب الاجتماعي	٠,٨٣١
المقياس كاملا	٠,٨٩٤

يتضح من جدول (٥) أن معامل ثبات ألفاكرونباك بلغ (٠,٨٦١) لبعد الاغتراب الشخصي ، (٠,٨١٣) لبعد الاغتراب الأسري، (٠,٨٣١) لبعد الاغتراب الاجتماعي، في حين أنه بلغ (٠,٨٩٤) للمقياس كاملا، ويشير ذلك إلى أن مقياس الاغتراب النفسي يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ثالثا: نتائج الدراسة

(١) نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على: يوجد اختلاف في ترتيب مستوى مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة.

لاختبار هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسط والانحراف المعياري ونسبة التوافر لكل مهارة من مهارات ما وراء الانفعال، ويتضح ذلك من خلال جدول (٦) التالي:

جدول (٦) المتوسط والانحراف المعياري ونسبة التوافر لمهارات ما وراء الانفعال

مهارات ما وراء الانفعال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة التوافر	الترتيب
مهارة الوعي الانفعالي	١٩,٢٥	٢,٣٥٥	%٨٠,٢٠	الأول
مهارة إدراك الانفعالات	١٦,٨٧	٣,١٠٦	%٧٠,٢٩	الرابع
مهارة خبرة الانفعالات	١٨,٦٢	٢,٧٣٤	%٧٧,٦٠	الثاني
مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات	١٧,٦٨	٣,٩٥٣	%٧٣,٦٦	الثالث

يتضح من جدول (٦) أن مهارة الوعي الانفعالي احتلت الترتيب الأول بنسبة توافر (٨٠,٢%) يتلو ذلك في الترتيب مهارة خبرة الانفعالات، التي جاءت في الترتيب الثاني بنسبة توافر (٧٧,٦٠%) ، وقد جاءت مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات في الترتيب الثالث بنسبة توافر (٧٣,٦٦%) ، وأخيرًا جاءت مهارة إدراك الانفعالات في الترتيب الرابع والأخير، وبذلك فإن مهارات ما وراء الانفعال لطلاب الجامعة تتوافر بنسبة تتراوح بين (٧٣,٦٦%) و(٨٠,٢٠) مما يشير إلى أن الطلاب على وعي تام بانفعالاتهم وترجمة ذلك في صورة سلوكيات تتأثر بخبراتهم الانفعالية السابقة من خلال المساندة الوالدية التي تنعكس بشكل إيجابي في معرفتهم بالاستراتيجيات التي من الممكن استخدامها في التحكم في انفعالاتهم وإدارتها وتنظيمها، وبذلك نقبل الفرض الأول الذي ينص على: يوجد اختلاف في ترتيب مستوى مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة.

(٢) نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على: يوجد اختلاف في ترتيب أبعاد الاغتراب النفسي كما يشعر به طلاب الجامعة .

لاختبار هذا الفرض تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لأبعاد الاغتراب النفسي كما يشعر به طلاب الجامعة، ويتضح ذلك من خلال جدول (٧) التالي:

جدول (٧) المتوسط والانحراف المعياري لأبعاد الاغتراب النفسي

أبعاد الاغراب النفسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة التوافر	الترتيب
الاغتراب الشخصي	٢٩,٧٠	٢,٦٠٢	%٧٠,٧	الأول
الاغتراب الأسري	٢٧,٥٧	٢,٥٥٧	%٦٥,٦٤	الثاني
الاغتراب الاجتماعي	٢٧,٢٠	٢,٤٦٨	%٦٤,٧٦	الثالث

يتضح من جدول (٧) أن الاغتراب الشخصي احتل الترتيب الأول بنسبة توافر (٧٠,٧%) يلي ذلك في الترتيب الاغتراب الأسري بنسبة توافر (٦٥,٦٤%)، وقد جاء الاغتراب الاجتماعي في الترتيب الثالث والأخير بنسبة توافر (٦٤,٧٦%). وعلى ذلك فإن شعور طلاب الجامعة بالاغتراب النفسي يتوافر لديهم بنسبة تتراوح بين

(٦٤,٧٦%) و(٧٠,٧%) وهي نسبة متوسطة، ويشير ذلك إلى أن طلاب الجامعة يشعرون بالاغتراب النفسي إلى حد ما، وقد يرجع ذلك إلى نوعية الثقافة السائدة وتفسيراتهم للحياة وتمسكهم بالعادات والتقاليد وعدم المرونة اتجاه التطورات الحديثة بما يؤدي إلى صعوبة التوافق مع الظروف والمواقف الجديدة، ونتيجة لذلك فإنهم يواجهون كثير من الصعوبات النفسية وشرود الذهن واللجوء إلى عوامل بديلة، ولذلك نقبل الفرض الثاني الذي ينص على: يوجد اختلاف في ترتيب أبعاد الاغتراب النفسي كما يشعر به طلاب الجامعة.

(٣) نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرد الثالث على: توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مهارات ما وراء الانفعال والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل الارتباط البسيط لبيرسون، وذلك لحساب مصفوفة معاملات الارتباط بين مهارات ما وراء الانفعال والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، ويبين جدول (٨) قيم معاملات الارتباط ومستوى دلالتها.

جدول (٨) مصفوفة معاملات الارتباط بين مهارات ما وراء الانفعال وأبعاد الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة

معاملات الاغتراب النفسي / مهارات ماوراء الانفعال	الاغتراب الشخصي	الاغتراب الأسري	الاغتراب الاجتماعي
الوعي الانفعالي	-٠,١٦٦**	-٠,١٦٣**	-٠,١١٥**
إدارة الانفعالات	-٠,٢٠١**	٠,٠٧٧*	-٠,٠١٧٣**
خبرة الانفعالات	-٠,٠٤٨	-٠,٠٢٧	-٠,١١٠**
الدعم الوالدي لضبط الانفعالات	-٠,٠٦٢	-٠,١٠٣**	-٠,٠٩٨*
الدرجة الكلية	-٠,١٦٥**	-٠,١٢٨**	-٠,١٧٦**

** معامل الارتباط دال عند ٠,٠١ * معامل الارتباط دال عند ٠,٠٥

من جدول (٨) السابق يتضح وجود ارتباط سالب بين غالبية مهارات ما وراء الانفعال وأبعاد الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، حيث جاءت معظم قيم معاملات الارتباط لأبعاد المقياسين سالبة ودالة عند (٠,٠١ ، ٠,٠٥)، ومن ثم نقبل الفرض الثالث والذي ينص على: توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مهارات ما وراء الانفعال

والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

ويمكن مناقشة نتائج جدول (٨) في ضوء كل مهارة من مهارات ما وراء الانفعال والاغتراب النفسي لطلاب الجامعة على النحو التالي:

١- مهارة الوعي الانفعالي:

توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مهارة الوعي الانفعالي وأبعاد الاغتراب النفسي حيث جاءت قيم معاملات الارتباط (-٠,١٦٦ ، -٠,١٦٣ ، -٠,١١٥) لأبعاد الاغتراب الشخصي والاغتراب الأسري، والاغتراب الاجتماعي على التوالي، ويشير ذلك إلى أنه كلما ازداد شعور طلاب الجامعة بالاغتراب النفسي يؤدي ذلك إلى انخفاض مهارة الوعي الانفعالي لديهم. ويعني ذلك أن شعور الفرد بالاغتراب النفسي سواء أكان اغتراب شخصي أو أسري أو اجتماعي يؤثر بشكل كبير على نمو مهارة الوعي لدى الطالب بما وراء الانفعال ويجعله على عدم دراية بعملياته المعرفية التي يقوم بها أثناء المواقف الانفعالية وأثناء تواصله مع الآخرين.

٢- مهارة إدارة الانفعالات:

توجد علاقة ارتباطية سالبة بين مهارة إدارة الانفعالات وأبعاد الاغتراب النفسي، حيث جاءت قيم معاملات الارتباط (-٠,٢٠١ ، -٠,٠٧٧ ، -٠,١٧٣) لأبعاد الاغتراب الشخصي والأسري والاجتماعي على التوالي. ويشير ذلك إلى أنه كلما ازداد شعور طلاب الجامعة بالاغتراب النفسي يؤدي ذلك إلى انخفاض مهارة إدارة الانفعالات لديهم ويعني ذلك أن تعميق الاغتراب لدى الطلاب قد يدفعهم إلى دوائر التسلط والضياع والعزلة وفقدان الهوية والانفصال عن الذات والمجتمع مما يجعلهم لا يستطيعون إدارة انفعالاتهم وتوظيفها والتركيز على الجوانب المهمة فيها والتعبير عنها بشكل دقيق يسمح بالتوافق الفعال مع الموقف.

٣- مهارة خبرة الانفعالات:

لا توجد علاقة ارتباطية بين مهارة خبرة الانفعالات لبعدي الاغتراب الشخصي والاغتراب الأسري، حيث جاءت قيمة معاملات الارتباط مساوية (-٠,٠٤٨ - ٠,٠٢٧) على التوالي. ويشير ذلك أن شعور طلاب الجامعة بالاغتراب الشخصي والأسري ليس له تأثير على مهارة خبرة الانفعالات لديهم، في حين أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين مهارة خبرة الانفعالات والاغتراب الاجتماعي، حيث جاءت قيمة معامل الارتباط مساوية (٠,١١٠)، ويشير ذلك إلى أنه كلما زاد شعور طلاب الجامعة

بالاغتراب الاجتماعي يؤدي ذلك إلى انخفاض مهارة خبرة الانفعالات لديهم، ويعني ذلك بأن الاغتراب الاجتماعي له آثار سلبية على الفرد ومشاركته في تنمية مجتمعه وتطوره وفقد الحس الاجتماعي والهوية والانتماء الوطني التي تنعكس على سلوكيات الفرد وانفعالاته وخبرته حول هذه الانفعالات.

٤- مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات:

لا توجد علاقة ارتباطية بين مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات للاغتراب الشخصي حيث جاءت قيمة معامل الارتباط مساوية (- ٠,٠٦٢) ، ويشير ذلك أن شعور الطلاب بالاغتراب الشخصي ليس له تأثير على مهارة الدعم الوالدي لضبط انفعالاتهم ، في حين أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات وبعدي الاغتراب الأسري والاجتماعي، حيث جاءت قيمة معامل الارتباط مساوية (- ٠,١٠٣ ، - ٠,٠٩٨) على التوالي، ويشير ذلك إلى أنه كلما ازداد شعور الطلاب بالاغتراب الأسري والاجتماعي، يؤدي ذلك إلى انخفاض مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات ، ويعني ذلك أن شعور الأفراد بالاغتراب الأسري والاجتماعي يقلل من قدرة الآباء على تقديم الدعم الانفعالي لأبنائهم وتدريبهم على مهارات التعامل مع الانفعالات وضبطها.

٥- مهارات ما وراء الانفعال للمقياس كاملا:

توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الدرجة الكلية لمهارات ما وراء الانفعال وأبعاد الاغتراب النفسي حيث جاءت قيم معاملات الارتباط مساوية (-٠,١٦٥ ، - ٠,١٢٨ ، -٠,١٧٦) للاغتراب الشخصي الأسري والاجتماعي على الترتيب، مما يدل على أن هناك علاقة عكسية بين مهارات ما وراء الانفعال وشعور طلاب الجامعة بالاغتراب النفسي، فتعميق الاغتراب النفسي لدى الفرد يؤثر بشكل سلبي في نمو مهارات ما وراء الانفعال لديه، وهذا ما تأكد فيما سبق.

(٤) نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرد الرابع على أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للنوع (ذكور - إناث).

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق بين الطلاب في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للنوع (ذكور - إناث) ويتضح ذلك من خلال جدول (٩) التالي:

جدول (٩) قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفروق بين الطلاب

في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للنوع (ذكور – إناث)

مهارات ما وراء الانفعال	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الوعي الانفعالي	ذكور	٢٣٨	١٩,٢٤	١,٩٩٠	٠,١٣٥	غير دالة
	إناث	٤٣٧	١٩,٢٦	٢,٥٣٣		
إدارة الانفعالات	ذكور	٢٣٨	١٧,١٦	٣,٢٠٢	١,٧٤١	غير دالة
	إناث	٤٣٧	١٦,٧٢	٢,٩٨٨		
خبرة الانفعالات	ذكور	٢٣٨	١٨,٨٥	٢,٧٠٣	١,٦٥١	غير دالة
	إناث	٤٣٧	١٨,٤٩	٢,٧٤٥		
الدعم الوالدي لضبط الانفعالات	ذكور	٢٣٨	١٧,٦٢	٣,٩٥٣	٠,٢٩٣	غير دالة
	إناث	٤٣٧	١٧,٧١	٣,٨٧٩		
الدرجة الكلية	ذكور	٢٣٨	٧٢,٩٧	٨,٨٧٣	١,٠١٤٥	غير دالة
	إناث	٤٣٧	٧٢,١٩	٨,٢١٦		

يتضح من جدول (٩) السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة وفقا للنوع (ذكور- إناث) في مستوى مهارات ما وراء الانفعال الأربع (الوعي الانفعالي – إدارة الانفعالات – خبرة الانفعالات – الدعم الوالدي لضبط الانفعالات) حيث جاءت قيم (ت) (٠,١٣٥ – ١,٧٤١ – ١,٦٥١ – ٠,٢٩٣) على التوالي، وقد بلغت (١,١٤٥) للمقياس كاملا وجميعها قيم غير دالة إحصائيا، ومن ثم نرفض الفرض الرابع الذي ينص على : توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للنوع (ذكور – إناث) ويشير ذلك إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في مقياس مهارات ما وراء الانفعال كاملا وأبعاد المقياس الأربعة حيث إن الفرد بصرف النظر عن جنسه يستطيع أن يدرك انفعالاته والتعبير عنها بصورة دقيقة ولديه القدرة على تفعيل انفعالاته والتحكم فيها بصورة دقيقة، ويمتلك القدرة على مراقبة مشاعره وانفعالاته، ويقدم له الوالدان الدعم المناسب لضبط انفعالاته، واكتساب مهارات التعامل مع الانفعالات والتحكم فيها.

(٥) نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على: توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للتخصص (علمي – أدبي).

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق بين الطلاب في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للتخصص (علمي – أدبي)، ويتضح ذلك من خلال جدول (١٠) التالي:

جدول (١٠) قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفروق بين الطلاب في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للتخصص (علمي – أدبي)

مهارات ما وراء الانفعال	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الوعي الانفعالي	علمي	٣٣٣	١٩,٢٢	٢,٤٠٢	٠,٧٨٩	غير دالة
	أدبي	٣٤٢	١٩,١٨	٢,٣٠٩		
إدارة الانفعالات	علمي	٣٣٣	١٦,٥٧	٣,١٧٦	١,٤٨٣	غير دالة
	أدبي	٣٤٢	١٧,١٦	٣,٠١٣		
خبرة الانفعالات	علمي	٣٣٣	١٨,٤٦	٢,٨٣٠	١,٤٨٦	غير دالة
	أدبي	٣٤٢	١٨,٧٧	٢,٦٣٢		
الدعم الوالدي لضبط الانفعالات	علمي	٣٣٣	١٧,٤٩	٣,٩٠١	١,٢٤٢	غير دالة
	أدبي	٣٤٢	١٧,٨٧	٣,٩٠١		
الدرجة الكلية	علمي	٣٣٣	٧١,٩١	٨,٧٩٨	١,٦٤١	غير دالة
	أدبي	٣٤٢	٧٢,٩٨	٨,٠٨٥		

يتضح من جدول (١٠) السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة وفقا للتخصص (علمي – أدبي) في مستوى مهارات ما وراء الانفعال الأربع (الوعي الانفعالي – إدارة الانفعالات – خبرة الانفعالات – الدعم الوالدي لضبط الانفعالات) حيث جاءت قيم (ت) (٠,٧٨٩ – ١,٤٨٦ – ١,٢٤٢) على التوالي، وقد بلغت (١,٦٤١) للمقياس كاملا وجميعها قيم غير دالة إحصائيا، ومن ثم نرفض الفرض الخامس الذي ينص على : توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى مهارات ما وراء الانفعال وفقا للتخصص (علمي – أدبي). ويشير ذلك إلى عدم وجود فروق بين طلاب الكليات العلمية وطلاب الكليات الأدبية من طلاب الجامعة في مقياس مهارات ما وراء الانفعال

كاملا وأبعاد المقياس الأربعة، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة بريك (٢٠١٦) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب مسار الكليات العملية وطلاب مسار الكليات الإنسانية في مهارات الميتا انفعالية، حيث أن الطلاب بصرف النظر عن تخصصهم الأكاديمي سواء أكان علمي أو أدبي، لا يوجد بينهم فروق في مهارات ما وراء الانفعال وقد يفسر ذلك بأن تخصيص الطلاب في الجامعة إلى تخصص علمي وأدبي لا يتم وفقا لوجود فروق فردية في مهاراتهم الانفعالية ولكن وفقا للمجموع في الثانوية العامة.

(٦) نتائج الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على: توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للنوع (ذكور – إناث).

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق بين الطلاب في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للنوع (ذكور – إناث) ويتضح ذلك من خلال جدول (١١) التالي:

جدول (١١) قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفروق بين الطلاب في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للنوع (ذكور– إناث)

أبعاد الاغتراب النفسي	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الاغتراب الشخصي	ذكور	٢٣٨	٢٩,٨٣	٢,٥٥٠	٠,٩٦٣	غير دالة
	إناث	٤٣٧	٢٩,٦٣	٢,٦٣٠		
الاغتراب الأسري	ذكور	٢٣٨	٢٧,٨٧	٢,٧٩٤	٢,٢٣١	٠,٠٥
	إناث	٤٣٧	٢٧,٤١	٢,٤٠٦		
الاغتراب الاجتماعي	ذكور	٢٣٨	٢٧,٤٢	٢,٥٢٤	١,٦٧٨	غير دالة
	إناث	٤٣٧	٢٧,٠٩	٢,٤٣٢		
الدرجة الكلية	ذكور	٢٣٨	٨٥,١٢	٦,٠٥٠	٢,٢٠٨	٠,٠٥
	إناث	٤٣٧	٨٤,١٢	٥,٣٢٧		

يتضح من جدول (١١) السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة وفقا للنوع (ذكور– إناث) لبعدي الاغتراب الشخصي والاغتراب الاجتماعي، حيث جاءت قيمتي (ت) (٠,٩٦٣ ، ١,٦٧٨) على التوالي، وعلى جانب آخر

توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين الذكور والإناث في شعورهم بالاغتراب النفسي لبعد الاغتراب الأسري والمقياس كاملا لصالح الذكور، أي أن الذكور أكثر شعورا بالاغتراب من الإناث، وهذا ما يتسق مع الدراسات التي كشفت نتائجها أن الذكور أكثر شعورا بالاغتراب من الإناث (الخطيب ١٩٩١، شوهو وكاتيمس ١٩٩٨، علوان ٢٠١٤) وتختلف هذه النتيجة مع ما توصل إليه الموسوي (١٩٩٧) وعبد الله (٢٠٠٨) من أن الإناث أعلى في الشعور بالاغتراب النفسي من الذكور، وهذا الاختلاف قد يرجع إلى طبيعة المجتمعات التي أجريت فيها هذه الدراسة، وعليه نقبل الفرض السادس الذي ينص على: توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للنوع (ذكور – إناث).

(٧) نتائج الفرض السابع:

ينص الفرض السابع على: توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للتخصص (علمي – أدبي).

لاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق بين الطلاب في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للتخصص (علمي – أدبي) ويتضح ذلك من خلال جدول (١٢) التالي:

جدول (١٢) قيمة (ت) ودلالاتها الإحصائية للفروق بين الطلاب في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للتخصص (علمي – أدبي)

أبعاد الاغتراب النفسي	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الاغتراب الشخصي	علمي	٣٣٣	٢٩,٦٨	٢,٨٨٣	٠,٢٥٣	غير دالة
	أدبي	٣٤٢	٢٩,٧٣	٢,٢٩٨		
الاغتراب الأسري	علمي	٣٣٣	٢٧,١٠	٢,٥٣٠	٤,٧٥٥	٠,٠١
	أدبي	٣٤٢	٢٨,٠٢	٢,٥٠٤		
الاغتراب الاجتماعي	علمي	٣٣٣	٢٦,٧٧	٢,٦٩٤	٤,٥٢٧	٠,٠١
	أدبي	٣٤٢	٢٧,٦٢	٢,١٤٩		
الدرجة الكلية	علمي	٣٣٣	٨٣,٥٥	٥,٦٣٣	٤,٢٧١	٠,٠١
	أدبي	٣٤٢	٨٥,٣٨	٥,٤٤٤		

يتضح من جدول (١٢) السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة وفقا للتخصص (علمي – أدبي) لبعد الاغتراب الشخصي، حيث جاءت قيمة (ت) (٠,٢٥٣) في حين أن هناك فروق دالة إحصائيا في بعدي الاغتراب الأسري والاغتراب الاجتماعي، حيث بلغت قيمة (ت) لهذين البعدين (٤,٧٥٥) و(٤,٥٢٧) وهذه الفروق لصالح طلاب الأدبي، كما توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب العلمي وطلاب الأدبي في الدرجة الكلية للمقياس، حيث بلغت قيمة (ت) ٤,٢٧١، وهذه الفروق لصالح طلاب الأدبي أيضا، مما يشير إلى أن طلاب الكليات الأدبية أكثر شعورا بالاغتراب النفسي من طلاب الكليات العلمية، وقد يعزى ذلك إلى أن طبيعة الدراسة والتخصص لكل منهما، حيث إن طلاب الكليات العملية أكثر اعتمادا على النفس وأكثر شعورا بأن حياتهم هادفه وذات قيمة وهم أكثر تفاؤلا بالمستقبل من طلاب الكليات النظرية. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة عبد الله (٢٠٠٨) التي أشارت إلى أن طلاب الكليات النظرية أكثر شعورا بالاغتراب النفسي من طلاب الكليات العملية. وبذلك يمكن قبول الفرض السابع الذي ينص على: توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة في مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي وفقا للتخصص (علمي– أدبي).

(٨) نتائج الفرض الثامن:

ينص الفرض الثامن على: يمكن التنبؤ بمستوى مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة من خلال مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي.

لتحقيق هذا الفرض: استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد (Multiple Regression) بطريقة الخطوات المتتالية، وطريقة التحليل المتتابع (Stepwise Analysis) ، وجاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧) التالية، ويمكن توضيح انحدار أبعاد الاغتراب النفسي كمتغيرات مستقلة منبئة لمهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة كمتغيرات تابعة على النحو التالي:

(أ) مهارة الوعي الانفعالي:

يوضح جدول (١٣) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي كمنبئات للمتغير التابع لمهارة الوعي الانفعالي.

جدول (١٣) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي على مهارة الوعي الانفعالي

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري (S.R)	بيتا Beta	R^2	ثابت الانحدار	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للاغتراب النفسي	٠,٠٨٥	٠,٠١٦	٠,٢٠٢	٠,٠٤١	١٢,٠٧٥	٥,٣٥	٠,٠١

يتضح من جدول (١٣) أنه يمكن التنبؤ بمستوى مهارة الوعي الانفعالي لدى طلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي، حيث جاءت قيمة (ت) مساوية (٥,٣٥) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبناء عليه يمكن التنبؤ بمهارة الوعي الانفعالي من خلال الشعور بالاغتراب النفسي من المعادلة التالية:

مهارة الوعي الانفعالي = ثابت الانحدار – (قيمة بيتا × الاغتراب النفسي)

مهارة الوعي الانفعالي = ١٢,٠٧٥ – (٠,٢٠٢ × الاغتراب النفسي)

(ب) مهارة إدارة الانفعالات:

يوضح جدول (١٤) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي على مهارة إدارة الانفعالات

جدول (١٤) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي على مهارة إدارة الانفعالات

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري (S.R)	بيتا Beta	R^2	ثابت الانحدار	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للاغتراب النفسي	٠,١١٢	٠,٠٢١	٠,٢٠٥	٠,٠٤٢	٧,٣٥٩	٥,٣٩٤	٠,٠١
الدرجة الكلية للاغتراب النفسي	٠,١٧٤	٠,٠٣٠	٠,٣١٦	٠,٠٥٣	٧,٣١٣	٥,٧٩٧	٠,١
الاغتراب الأسري	٠,١٨٦	٠,٠٦٦	٠,١٥٥			٢,٨٣٥	٠,٠١

يتضح من جدول (١٤) أنه يمكن التنبؤ بمستوى مهارة إدارة الانفعالات لدى طلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي، والاغتراب الأسري، وتمثل الدرجة الكلية للاغتراب النفسي المنبئ الأول، حيث جاءت قيمة (ت) مساوية (٥,٣٩٤) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١)، وبناء عليه يمكن التنبؤ بمهارة

إدارة الانفعالات من خلال الشعور بالاغتراب النفسي عن طريق المعادلة التالية:

مهارة إدارة الانفعالات = ثابت الانحدار – (قيمة بيتا × الاغتراب النفسي)

مهارة إدارة الانفعالات = ٧,٣٥٩ – (٠,٢٠٥ × الاغتراب النفسي)

جدول (١٥) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي على مهارة خبرة الانفعالات

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري (S.R)	بيتا Beta	R^2	ثابت الانحدار	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الاغتراب الاجتماعي	٠,٠١٢٥	٠,٠٤٢	٠,١١٣	٠,٠١٣	٥,٢١٤	٢,٩٤٤	٠,٠١

يتضح من جدول (١٥) أنه يمكن التنبؤ بمستوى مهارة خبرة الانفعالات لدى طلاب الجامعة من خلال الاغتراب الاجتماعي، حيث جاءت قيمة (ت) مساوية (٢,٩٤٤) وهي دالة إحصائيات عند مستوى (٠,٠١)، وعليه يمكن التنبؤ بمهارة خبرة الانفعالات من خلال الاغتراب الاجتماعي من المعادلة التالية:

مهارة خبرة الانفعالات = ثابت الانحدار – (قيمة بيتا × الاغتراب الاجتماعي)

مهارة خبرة الانفعالات = ١٥,٢١٤ – (٠,١١٣ × الاغتراب الاجتماعي)

(ج) مهارة خبرة الانفعالات:

يوضح جدول (١٥) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي كمنبئات للمتغير التابع مهارة خبرة الانفعالات.

(د) مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات:

يوضح جدول (١٦) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي كمنبئات للمتغير التابع مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات.

جدول (١٦) تحليل انحدار أبعاد الاغتراب النفسي على مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري (S.R)	بيتا Beta	R^2	ثابت الانحدار	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للاغتراب النفسي	٠,٠٨٣	٠,٠٢٧	٠,١١٩	٠,٠١٤	١٠,٦٩	٣,٠٩٩	٠,٠١

يتضح من جدول (١٦) السابق أنه يمكن التنبؤ بمستوى مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات لطلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية للاغتراب النفسي، حيث جاءت قيمة (ت) مساوية (٣,٠٩٩) وهي دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١) وعليه يمكن التنبؤ بمهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات من المعادلة التالية:

مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات = ثابت الانحدار – (قيمة بيتا × الاغتراب النفسي)

مهارة الدعم الوالدي لضبط الانفعالات = ١٠,٦٩ – (٠,١١٩ × الاغتراب النفسي)

(هـ) مهارة ما وراء الانفعال:

يوضح جدول (١٧) تحليل انحدار الدرجة الكلية للاغتراب النفسي على مقياس مهارات ما وراء الانفعال كاملا.

جدول (١٧) تحليل انحدار الدرجة الكلية للاغتراب النفسي على مقياس مهارات ما وراء الانفعال

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري (S.R)	بيتا Beta	R^2	ثابت الانحدار	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للاغتراب النفسي	٠,٣١٩	٠,٠٥٧	٠,٢١٣	٠,٠٤٥	٤٥,٤٨	٥,٦٣٤	٠,١

يتضح من جدول (١٧) السابق أنه يمكن التنبؤ بمهارات ما وراء الانفعال لطلاب الجامعة من خلال الدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي، حيث جاءت قيمة (ت) مساوية (٥,٦٣٤) وهي دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١) وعليه يمكن التنبؤ بمهارات ما وراء الانفعال من المعادلة التالية:

مهارة ما وراء الانفعال = ثابت الانحدار – (قيمة بيتا × الاغتراب النفسي)

مهارة ما وراء الانفعال = ٤٥,٤٨ – (٠,٢١٣ × الاغتراب النفسي)

وبذلك يمكن قبول الفرض الثامن الذي ينص على: يمكن التنبؤ بمستوى مهارات ما وراء الانفعال لدى طلاب الجامعة من خلال مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي.

ويستدل مما سبق أن هناك ارتباط بين مهارات ما وراء الانفعال والاغتراب النفسي لطلاب الجامعة، وهذا الارتباط سالب بمعنى أنه كلما زاد الشعور بالاغتراب النفسي لدى الطلاب فإن مستوى مهارات ما وراء الانفعال يقل بزيادة الشعور بالاغتراب، أي

أنه بزيادة مستوى انتماء الفرد لشخصه وأسرته ووطنه تزداد مهارات ما وراء الانفعال، حيث إن الفرد يكتسب من خلال قيم الاعتزاز والانتماء بعض استراتيجيات التحكم في الانفعالات والطريقة المناسبة للتعبير عنها خاصة من الوالدين بما ينعكس بشكل إيجابي على مهارات ما وراء الانفعال لديه، وخاصة أن مهارات ما وراء الانفعال تشير إلى المعرفة بالاستراتيجيات التي من الممكن استخدامها للتحكم في الانفعالات وتنظيمها مثل استراتيجيات التوافق والكفاءة في استخدامها بوعي وفعالية .

توصيات ومقترحات:

في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة بما يلي :

١- تنسيق الجهود بين مؤسسات الدولة والجامعات لتوفير الرعاية الصحية والنفسية بما يساعد على تنمية شخصية الطلاب بشكل متكامل ومتوازن، ويزيد من ثقتهم بأنفسهم وارتباطهم بمجتمعهم وانتمائهم له، فهذا من شأنه أن يقلل من شعورهم بالاغتراب.

٢- المتابعة الجادة والمستمرة لطلاب الجامعات عن طريق تطبيق برامج واختبارات علمية حديثة لمعرفة مستوى شعورهم بالاغتراب وتوجيههم للحلول المناسبة للتخفيف من آثاره.

٣- توفير الفرص أمام الطلاب لزيادة خبرتهم التي تساعدهم على مواجهة المواقف الصعبة والسيطرة على انفعالاتهم والتعبير عنها من خلال ممارسة الأنشطة الجامعية.

٤- عقد دورات تدريبية وورش عمل لأعضاء هيئة التدريس لتوعيتهم بأهمية تنمية مهارات ما وراء الانفعال للطلاب، وتفهم انفعالاتهم وخاصة انفعالاتهم السلبية والتأكيد على التفاعل الإيجابي بين أعضاء هيئة التدريس والطلاب.

بحوث مقترحة:

١- دراسة العلاقة الارتباطية بين أنماط ما وراء الانفعال وبعض المتغيرات مثل : الذكاء الانفعالي، والسعادة الشخصية، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

٢- دراسة العلاقة الارتباطية بين الاغتراب النفسي والتنمر المدرسي لتلاميذ التعليم الأساسي

٣- دراسة الاغتراب النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية وعلاقته بالرضا المهنى.

٤- فعالية برنامج إرشادي في تنمية مهارات ما وراء الانفعال لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

المراجع

١- بريك، السيد رمضان (٢٠١٦) : مهارات الميتا انفعالية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والتخصص الدراسي لدى طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك سعود، مجلة العلوم التربوية، المجلد (٢٨) العدد (٢) الرياض، ٢٩٣-٣١٥.

٢- بريك، السيد رمضان (٢٠١٨) : أنماط ما وراء الانفعال لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود وعلاقتها ببعض المتغيرات، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، العدد (٥١) ، ١١٤ – ١٤٠.

٣- الجمال، رضا سعد أحمد (٢٠١٨) : علاقة ما وراء الانفعال لدى الأمهات بالكفاءة الانفعالية والسلوك العدواني لدى أطفالهن في مرحلة الروضة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (SSEP)، رابطة التربويين العرب، العدد (٩٣) ، ١٣٩ – ١٧٠.

٤- الخطيب، رجاء عبد الرحمن (١٩٩١): اغتراب الشباب وحاجاتهم النفسية، بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مصر.

٥- خليفة، عبد اللطيف محمد (٢٠٠٣): دراسات في سيكولوجية الاغتراب، القاهرة، دار غريب.

٦- رجب، محمود (١٩٨٨): الاغتراب: سيرة المصطلح، القاهرة، دار المعارف.

٧- الرشدان، محمود (٢٠٠٠): الهدر التربوي في التعليم العالي في الأردن، في كتاب التعليم العالي في الأردن بين الواقع والطموح، بحوث المؤتمر الذي نظمته جامعة الزرقاء الأهلية.

٨- زغير، لمياء (٢٠١٣) : الوعي بالانفعال وعلاقته بالقدرة على حل المشكلات لدى طلاب الجامعة، مجلة جامعة بابل (العلوم الإنسانية)، ٢١(٣)، ٦٦٤ – ٦٨١.

٩- زهران، حامد عبد السلام (١٩٩٨): التوجيه والإرشاد النفسي، ط٣، القاهرة، عالم الكتب.

١٠- زهران، سناء حامد (٢٠٠٤): إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب، القاهرة، عالم الكتب.

١١- عبد الله، عبد الله (٢٠٠٨): الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية

العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، الجزائر.

١٢- عبد المختار، محمد خضر (١٩٩٨): الاغتراب والتطرف نحو العنف، دراسة نفسية اجتماعية، القاهرة، دار غريب.

١٣- العقيلي، عادل بن محمد (٢٠٠٤): الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض.

١٤- علوان، رشا محمد (٢٠١٤): الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية الأساسية، جامعة بابل، العراق، العدد (١٧)، ٣٨٩-٤٠٤.

١٥- مطر، عبد الفتاح رجب (٢٠١٥): ما وراء الانفعال لدى معلمي المعاقين فكريا وعلاقته بالمشكلات السلوكية لدى طلابهم، مجلة التربية الخاصة والتأهيل، العدد (٧)، ٧٩-١١٣.

١٦- الموسوي، حسن (١٩٩٧): الاغتراب النفسي لدى شرائح من المجتمع الكويتي، دراسة تحليلية، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، مجلد (١٠)، عدد (٤).

١٧- وطفة ، علي سعد (١٩٩٨): علم الاجتماع التربوي، الكويت، مكتبة الفلاح.

١٨- وطفه، علي أسعد (١٩٩٨): المظاهر الاغترابية في الشخصية العربية، بحث في إشكالية القمع التربوي، الكويت، عالم الفكر، مجلد (٢٧).

١٩- وهدان، سربناس ربيع وعلي، عبير حسن (٢٠١٨): فعالية برنامج إرشادي لأمهات التلميذات ذوات الصعوبات الانفعالية في تنمية مهارات الانفعال وإدارة الذات لدى بناتهن بمحافظة الطائف، مجلة التربية الخاصة والتأهيل، المجلد (٦) ، العدد (٢٣) الجزء الأول. السعودية، ٢٦٥ - ٣٣٩ .

20-Baker, J, Fanning, R, Crnic, K. (2011): Emotion Socialization by mothers and fathers, Coherence among behaviors and association with parent attitudes and children's social development, 20(2) 412-430.

21-Bar-on, R. (2006): The Bar-on modele of emotional Social intelligence (ESI) Journal of Psicothema, (18), 13-25.

22-Bartsch, A. Appel, M., & Storch, D. (2010): Predicting emotion and meta-emotions the

emotional life of families theoretical models and preliminary data, Journal of Family Psychology, 10(3), 243-268.

28-Katz, L.& Nelson, W. (2004): Parental meta-emotion Philosophy in Families with Conduct- Problem Children, links with peer relations, Journal of Abnormal Child Psychology, 32(4), 385-398.

29-Katz,L. & Hunter, E. (2007) : Maternal Meta-Emotion Philosophy and Adolescent Depressive Symptomatology, Journal of Social Development, 16(2), 343-360.

30-Mayer, J., Salovey, P. & Caruso, D. (2002): Mayer Salovey Caruso emotion intelligence test (MSCEJT) User's Manual, Toronto, Canada, MHS Publishers Webpage available online at (www.eiconsorlium.org).

31-Mendonca, D. (2013): Emotions about emotions, Emotion Review, 5,320-396.

32-Porter, J. (2015): A Parenting Group, Promoting Emotional Competence through the use if Attachment Theory, Mindfulness and Met-Emotion Philosophy, Saint Mary's College of California Pro Guest Dissertations Publishing.

33-Rowsell, C.; Ciarrochi, H.; movies, The role of the need for affect in audiences experience, of horror and drama, communication research, 37(2), 167-130.

23-Calobreese, R,L. & Cochran, J (1990): The relationship of alienation to Cheating among sample of American adolescents, Journal of Research & Development in Education, 14(2), 112-127.

24-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.

25-Ciarrochi, J. & Patrick, C. & Supavadeeprasit, S. (2008): The link between emotion identification skills and socio-emotion Functioning in early adolescence, A 1-year longitudinal study, Journal of Adolescence, (31), 565-582.

26-Ferrari, M. & Koyama, E. (2000): Meta-emotions about anger and amae, A Cross Comparison, Journal of Consciousness & Emotion, 3(2), 197-211.

27-Gottman'J & Hooven, C.(1996): Parental meta-emotion Philosophy and

Patric, C.;Deane, G. (2014): The role of emotion identification Skills in the formation of male and female friendships, A longitudinal Study, Journal of Adolescence (37), 103-111.

34- Shoho, A.R. & Katims, D.S. (1998): Perceptions of alienation among special and general education teachers, Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association (San Diego, CA, April 1998).

35- Silvia, P.J. (2008): Appraisal Components and emotion traits Examining the appraisal basis of trait curiosity, cognition & Emotion, 22(1), 94-113.

36- Wong, M (2010): The relations between teacher's meta-emotion, student's bonding to School and Academic Performance, Master. Thesis, The University of Hong Kong.