Dirasat, Human and Social Sciences, Volume 49, No. 4, 2022

Deanship of Scientific Research

Emotional Self-Efficacy among a Sample of Adolescents and its Relationship with Impulsivity

Waleed Hayajneh[1] *, Mohammad Melhem[2], Mohammad Al-Shraideh[3], Hazim Al Momani[4]

[1,2,4] Department of Educational Science, Irbid University College, Al Balqa Applied University, Irbid, Jordan.

[3] Department of Curriculum and Teaching, Faculty of Educational Science, Al Hussien Bin Talal University, Maan, Jordan.

https://doi.org/10.35516/hum.v49i4.2043

Received: 19/12/2020

Revised: 22/4/2021

Accepted: 26/5/2021

Published: 30/7/2022

* ***Corresponding author:***

dr_waleed_hayajneh@bau.edu.jo

© 2022 DSR Publishers/ The University of Jordan. All Rights Reserved.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/

Abstract

This study examines the relationship between emotional self-efficacy and impulsivity among a sample of adolescents. To achieve the study objectives, The descriptive and relational survey method was used, Emotional Self-Efficacy Scale consisting of (27) items and Impulsivity Scale consisting of (22) items were employed after validity and reliability of the two scales were verified. The two scales were administrated to a convenient sample totaling (247) adolescents. The results of the study showed that emotional self-efficacy level among adolescents was moderate as all domains were moderate and were as follows: Managing other emotions, understanding other emotions, self-emotions management, self-emotion understanding, respectively. Three domains of impulsivity scale were low, which were: lack of persistence, positive insistence, seeking for adventure, respectively, while two domains (Negative insistence, premeditation) were very low. The results showed that there were no statistically significant differences at ($\alpha = 0.05$) between the estimates of a sample of adolescent students on the dimensions of impulsivity, as well as between their estimates on the dimensions of emotional self-efficacy and on them collectively due to gender, and a statistically significant negative correlation relationship at ($\alpha = 0.01$) between Emotionality self-efficacy and the dimension of impulsivity (Negative insistence, premeditation).

Keywords: Emotional self-efficacy; impulsivity; adolescents.

الكفاءة الذاتية الإنفعالية لدى عينة من المراهقين وعلاقتها بالإندفاعية

وليد هياجنه[1]*، محمد ملحم[2]، محمد الشريدة[3]، حازم المومني[4]

[1,2,4] قسم العلوم التربوية، كلية اربد الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية.

[3]قسم المناهج والتدريس، كلية العلوم التربوية، جامعة الحسين بن طلال، معان، الاردن.

ملخّص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الكفاءة الذاتية الانفعالية والاندفاعية لدى عينة من المراهقين، ولتحقيق أهدافها؛ استخدم المنهج المسحي الوصفي والارتباطي، حيث طُبّق مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية المكون من (27) فقرة، ومقياس الاندفاعية المكون من (22) فقرة بعد التحقق من دلالات صدقهما وثباتهما على عينة متيسرة من المراهقين بلغ حجمها (247) مراهقًا. أظهرت النتائج أن لديهم مستوى متوسط من الكفاءة الذاتية الانفعالية، حيث جاءت جميع الأبعاد بمستوى متوسط وهي على الترتيب (التعامل مع انفعالات الآخرين، ادراك وفهم انفعالات الآخرين، توظيف الانفعالات وإدارتها، تحديد وفهم الانفعالات الذاتية)، في حين جاءت ثلاثة أبعاد من أبعاد مقياس الاندفاعية بمستوى (متدنٍ)، وهي على الترتيب (عدم المثابرة، الإلحاح الإيجابي، البحث عن المغامرة)، وبُعدين بمستوى (متدنٍ جدًا)، وهما على الترتيب (الحاح سلبي، التأمل). وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا عند (α=0.05) بين تقديرات عينة من المراهقين على أبعاد الاندفاعية وكذلك بين تقديراتهم على أبعاد الكفاءة الذاتية الانفعالية وعليها مُجتمعةً تعزى للجنس، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا عند (α=0.01) بين الكفاءة الذاتية الانفعالية وبُعدي الاندفاعية (التأمل والإلحاح السلبي).

الكلمات الدالة :الكفاءة الذاتية الانفعالية، الاندفاعية، المراهقين.

المقدمة:

تُعدُّ مرحلة المراهقة أحد أهم مراحل التطور في حياة الفرد، بسبب التغيرات المتسارعة والمفاجئة في جميع جوانب الشخصية، إذ تتصف هذه المرحلة بقوة المشاعر وشدتها في أوقات مختلفة وتظهر التقلبات العاطفية التي تعمل على زيادة الصراع النفسي لدى المراهق، والتي تؤثر في سلوكه، وطرق تفكيره، وقيمه وتحقيق أهدافه، واكتسابه للهوية، كما تؤثر في قدرته على التوازن والسيطرة على انفعالاته، والتكيف مع الإحباطات، والتواصل مع الآخرين، وتكوين صداقات، ونراهُ عاجزًا عن فهم ذاته أو تفسير مشاعره بسبب الفشل في تحقيق الانسجام الداخلي، وضبط سلوكه الاندفاعي، كما تُعد المراهقة مرحلة الحياة التي تظهر فيها معظم السلوكيات المحفوفة بالمخاطر الصحية، وبعض الاضطرابات النفسية المرتبطة بالاندفاعية مما يجعلها فترة مهمة لجهود الوقاية المستهدفة.

تُعد الاندفاعية أحد أهم المفاهيم النفسية التي حظيت باهتمام الباحثين في المجال النفسي لارتباطها بالنجاح الاكاديمي والصحة النفسية وآثارها الواسعة على نطاق السلوك الخارجي للفرد على المدى الطويل (Moffitt et al., 2011). وتم وصف الاندفاعية بأنها: "بناء متعدد الأبعاد يعكس في جوهره الافتقار إلى السيطرة على الدوافع السلوكية، وعدم القدرة على تأجيل الإشباع" (Patton, Stanford, & Barratt, 1995). وتشير الدراسات أن الاندفاعية سمة شخصية ثابتة، وأن التقييمات الشخصية لها تُظهر تباينًا واضحًا عبر العمر من مرحلة الطفولة المبكرة إلى المراهقة، وتتأثر بشدة السياقات البيئية الثقافية (Kidd, Palmeri, & Aslin, 2013). ووفقًا للجمعية الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association, 2018) تُعدُّ الاندفاعية معيارًا تشخيصيًا للعديد من الاضطرابات، كاضطراب فرط الحركة، ونقص الانتباه، واضطرابات القلق، والسلوك الجنسي القهري الذي صنف هذه الاضطرابات تحت ما يسمى بـ "اضطرابات التحكم في الدوافع"، التي تشترك بالفشل المتكرر في مقاومة الدافع، أو الرغبة في القيام بعمل له مكافأة على المدى القصير دون النظر للأضرار التي قد تحدث على المدى الطويل.

ويُعرّف أيسنك وأيسنك (Eysenck & Eysenck, 1977) الاندفاعية بأنها: "سلوكيات سريعة محفوفة بالمخاطر غير مخطط لها، تتضمن أربعة أبعاد، هي: الاندفاع الضيق، المخاطرة، وعدم التخطيط، والحيوية". أما ديكمان (Dickman, 1990) فقد فسّر الاندفاعية باختلاف معالجة المعلومات ضمن بُعدين هما: الاندفاع الوظيفي؛ الذي يشير إلى الميل للتصرف باستخدام القليل نسبيًا من التفكير؛ أي معالجة سريعة للمعلومات بأقل قدر من الخطأ (توازن بين السرعة والدقة)، والاندفاع المختل وظيفيًا؛ الذي يشير إلى الميل لتجاهل الحقائق الصعبة عند اتخاذ القرارات والعمل دون تفكير؛ ويعتبر أسرع من المطلوب من حيث معالجة البيانات بشكل يقود للوقوع في الخطأ، أما باتون وستانفورد وبارات (Patton, Stanford & Barratt, 1995) فقد حددوا ثلاثة عوامل تتضمنها الاندفاعية هي: الاندفاعية الإنتباهية، والاندفاعية الحركية، واندفاعية عدم التخطيط. ويتكون كل عامل من عوامل فرعية؛ فالاندفاعية الإنتباهية التي تُعرّف بقصور الانتباه في أداء المهام المستمرة، تتكون من عاملين: الانتباه (القدرة على التركيز على المهام في متناول اليد)، وعدم الاستقرار المعرفي (اتخاذ القرار المعرفي بشكل سريع)، أما الاندفاعية الحركية والتي تعرف بأنها الأداء بدون منع للاستجابات الحالية أو المرجحة، فتتكون من: العمل وفق تحفيز اللحظة (التنفيذ)، والمثابرة (الاستمرار)، في حين أن اندفاعية عدم التخطيط وتعرف بأنها تركيز الفرد على الجوانب الحالية أكثر من تركيزه على الجوانب المستقبلية، وتتكون من: ضبط النفس (التحكم الذاتي)، والتعقيد المعرفي (القيام بالمهام الذهنية الصعبة) للتوجه المعرفي نحو المستقبل، ووفقًا لهذه العوامل تم تطوير مقياس لقياس الاندفاعية سمي "مقياس بارات للاندفاعية" (Barratt Impulsiveness Scale-11\ BIS-11) والذي تكون من (30) فقرة تعكس جميع العوامل. وتم استخدام هذا المقياس لتعزيز فهم تركيب الاندفاعية للعديد من السنوات (Stanford et al., 2009).

أما إفندن (Evenden, 1999) فقد عرّف الاندفاعية من منظور ضبط الذات والسيطرة على النفس؛ بأنها "مجموعة من الأفعال تتسم بضعف القدرة على التصور، والتعبيرات السريعة، غير الملائمة التي تؤدي لعواقب سلبية، وهي نقيض الضبط الذاتي". واتفق مع ذلك المنظور ديك وآخرون (Dick et al., 2010) الذين أكدوا أن الاندفاعية بناء واسع غالبًا ما يستخدم على نحو متبادل مع ضبط الذات. وبدوره عرف جودزاما (Chudasama, 2011) الاندفاعية بأنها: "عدم القدرة على ضبط السلوكات والأفكار، ما يسبب خلل في الوظائف التنفيذية، والأداء الاجتماعي والشخصي". وعرّف ويتساید ولينام (Whiteside & Lynam, 2001) الاندفاعية بأنها: "الميل للتصرف بتهوّر؛ استجابةً للمشاعر السلبية الشديدة، ودون تفكير مسبق، مع عدم القدرة على الاستمرار في التركيز على مهمة، إلى جانب البحث عن تجارب جديدة ومثيرة"، وقاما ببناء مقياس للاندفاعية أطلقا عليه اسم (UPPS) اختصارًا للأبعاد التي تضمنها تعريفهما (Negative Urgency, Lack of Perseverance, Seeking Sensation & Lack of Premeditation,). وأشار دي كرمون وفان دير (d'Acremont & Van der, 2005) أن مقياس الاندفاعية (UPPS) يعطي منظورًا متكاملًا للاندفاعية، وأنه مقياس واعد لدراسة الاندفاعية في مرحلة المراهقة. لاحظ سايدروزملاؤه (Cyder et al., 2007) أن مقياس الاندفاعية (UPPS) لم يغطِّ الاندفاعية في ظل المشاعر الإيجابية الشديدة؛ لذلك أضافوا عاملًا خامسًا أُطلق عليه الإلحاح الإيجابي Positive Urgency ليصبح اسم المقياس (UPPS-P).

وعن الأسباب التي تقف وراء الاندفاعية بيّنت نتائج دراسة كورانا وورومر وبيتانوكورت وهورت(Khurana, Romer, Betancourt, & Hurt, 2018) خلال متابعتها (378) مراهقاً في أمريكا من بداية مرحلة المراهقة إلى آخرها أن الضعف المسبق في قدرة الذاكرة العاملة يتنبأ بشكل كبير في سلوك الاندفاعية لدى المراهقين، ومن الأسباب أيضاً يشير رومر ورينا وساترثويت (Romer, Reyna, & Satterthwaite, 2017) أن تدني مستوى ضبط النفس الناجم من وراء عدم التوازن بين السعي وراء الإحساس والتحكم التنفيذي. وتظهر نتائج عدد من الدراسات أن للاندفاعية تأثير مباشر وغير مباشر في نشوء العديد من المشكلات كانخراط في أفعال منحرفه أو التورط بأقران منحرفين في جميع المراحل عمومًا، وفي مرحلة المراهقة على وجه الخصوص (Reynolds, Penfold & Patak, 2008; Moffitt et al., 2011; Grant & Potenza, 2012). وفيما يتعلق بالفروق في الاندفاعية بين الجنسين فقد أظهرت نتائج الدراسات، عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين الذكور والإناث (Grant & Potenza, 2012) ويؤكد تبسام وجرينجر (Tabassam & Grainger, 2002) أن الطلبة الذين يعانون من الاندفاعية لديهم تدني في مستوى معتقدات الكفاءة الذاتية، وصعوبات في التعلم، وفرط

الحركة، ونقص في الانتباه، وانخفاض مستوى الوعي.

ويشير باندورا (Bandura, 1997, 1999) أن معتقدات الأفراد عن قدراتهم لإنتاج مستويات محددة من الأداء تؤثر على حياتهم وهذه المعتقدات تحدد للأفراد كيف يُفكرون، وكيف يشعرون، وكيف يحفزون أنفسهم. وتتجذر في النظرية المعرفية الاجتماعية مفاهيم الكفاءة الذاتية (Bandura, 1982) مشيرةً إلى أن المعتقدات الذاتية من أهم محددات الأداء، وتفترض أن هناك فروق بين الأفراد في معتقداتهم حول مستوى سيطرتهم في العمل الأكاديمي، والجهد الذي يحتاجونه لتحقيق المخرجات الأكاديمية الناجحة، وتختلف الكفاءة الذاتية عن القدرات الحقيقية المطلوبة لأداء مهمة؛ مما يعني أن معتقدات الفاعلية الذاتية قريبة للأداء الفاعل. وتؤدي الكفاءة الذاتية المدركة دورًا فاعلًا في فهم معالجة المعلومات الانفعالية؛ بمعنى مساهمتها في المعالجة الفاعلة للانفعالات وإدارتها وفهمها (Caprara, et al., 2008).

ويفترض باندورا (Bandura, 1986) أن الكفاءة الذاتية تؤثر على كل من: الشعور والتفكير والسلوك؛ فالنسبة للشعور هناك علاقة بين إجهاد الكفاءة الذاتية والقلق والاكتئاب والتوتر وقلة المساعدة، مثلًا الأفراد الذي لديهم تدني احترام الذات يصبحون متشائمين من إنجازاتهم وتطورهم الشخصي. وفيما يتعلق بالتفكير، فأن الإحساس القوي بالكفاءة يسهل المعالجة الإدراكية والأداء في المواقف والظروف المختلفة، بما في ذلك جودة اتخاذ القرارات الأكاديمية والإنجاز. وأما بالنسبة لسلوك الكفاءة الذاتية فيمكن أن يؤثر في اختيار الأفراد للأنشطة فالمستويات من الكفاءة الذاتية يمكن أن تزيد أو تقلل من الدافع. فالأفراد الذين لديهم مستوى عالٍ من الكفاءة الذاتية يُمكنهم من التعامل مع المهام الصعبة. ويشير باندورا وباربارانيلي وكابرارا وباستوريلي (Bandura, Barbaranelli, Caprara, & Pastorelli, 2001) إلى أن الكفاءة الذاتية الانفعالية هي إحدى البناءات النفسية التي تؤكد على قوة الفرد في اختيار سلوكاته وتصور الأحكام والمعتقدات المرتبطة بالكفاءة الذاتية. كما تُعد الكفاءة الذاتية الانفعالية بُعد للكفاءة الذاتية يرتبط بالقدرة المتصورة على التعامل مع العواطف السلبية وتنظيمها (Valois, Zullig, & Hunter, 2013). وهي من أكثر المتغيرات النفسية المؤثرة على أنماط التفكير ومستوى الدافعية، والسلوكات الفردية. وبالرغم أن الكثير من الدراسات البحثية (Russell & Carroll, 1999; Watson & Tellegen, 1985) قد أشارت إلى أثر معتقدات الكفاءة الذاتية على سلوكات الأفراد في مختلف السياقات الأكاديمية والاجتماعية. فقد أكد كابرارا وآخرون (Caprara et al., 2008) على أهمية الكفاءة الذاتية الانفعالية في مساعدة الأفراد على ضبط آليات التعبير عن الانفعالات السلبية وتغييرها واختيار استراتيجيات ملائمة للتعبير عن الانفعالات بطريقة إيجابية خاصة في المواقف المثيرة للضغوط النفسية.

وتعرّف الكفاءة الذاتية الانفعالية بأنها: "معتقدات الأفراد حول ما إذا ما كانوا قادرين على تنظيم عواطفهم أم لا" (Bandura, Caprara, Barbarnelli, Gerbino & Pastorelli, 2003)، أما ايسنبرغ واسبراند (Eisenberg & Spinrad, 2004) فقد عرفا الكفاءة الذاتية الانفعالية بأنها: "معتقدات الفرد حول قدرته على تحسين الحالات الانفعالية السلبية للأفضل حالة ظهورها كاستجابة يظهرها الفرد في المواقف السلبية المسببة للإحباط. كما أنها تُظهر قدرته على تجنب المرور في مواقف سلبية ضاغطة مثل: الغضب والإحباط". وتعَرف الكفاءة الذاتية الانفعالية أيضاً بأنها: "القدرة المتصَّورة على تنظيم العواطف بشكل يناسب السياقات التي يمر بها الفرد، والتي تتطلب مهارات مثل التركيز على الحاضر ومواجهة الأفكار المزعجة والمخاوف" (Butler, Lee & Grosse, 2007). أما كابرارا وآخرون (Caprara et al., 2008) فقد عرفا الكفاءة الذاتية الانفعالية بأنها: "معتقدات الفرد حول قدرته على التكيف بشكل فاعل مع بعض التحديات، ومواجهة المواقف المثيرة للضغوط النفسية".

وقد طُرح مفهوم الكفاءة الذاتية الانفعالية لتوضيح وتفسير المهارات الانفعالية وقدرة الفرد على استخدامها وإدارتها، فالأفراد الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من المهارات الانفعالية يعبرون بشكل إيجابي عن مشاعرهم (Bandura et al., 2003). ويتكيفون مع المواقف الانفعالية السلبية (Kirk, Schutte, & Hine, 2008). وقد تم بناء الكفاءة الذاتية الانفعالية على أساس نموذج الذكاء الانفعالي حيث لا يشتمل فقط على التنظيم الانفعالي بل المهارات الانفعالية مثل: فهم وإدراك الانفعالات (Saarni, 1999). ويرتبط مفهوم الكفاءة الذاتية الانفعالية (Petrides & Furnham, 2003) بنموذج ماير وسالوفي (Mayer & Salovey, 1997)، في الذكاء الانفعالي، اللذان افترضا أن الذكاء الانفعالي يتضمن أربع أبعاد انفعالية هي: إدراك الانفعالات وتقييمها والتعبير عنها، واستخدام الانفعالات لتسهيل التفكير، وفهم الانفعالات وتحليلها، والتنظيم التأملي للانفعالات. وتتكون الكفاءة الذاتية العاطفية من: التعبير عن المواقف الإيجابية التي تشمل تجربة المشاعر الإيجابية مثل (الشعور بالسعادة والكبرياء، والقدرة على التعبير عن تلك المشاعر الإيجابية)، وتنظيم النتائج السلبية المتمثلة بالقدرة على التغلب على المشاعر السلبية مثل (الغضب والحزن والشعور بالذنب ومواقف الإحباط).

ويعاني الأشخاص الذين يمتازون بانخفاض الكفاءة الذاتية الانفعالية من مشكلة التعامل مع المشاعر السلبية عندما يعانون من الضيق، وهم أكثر ميلًا للدخول في الاكتئاب (Bandura et al, 2003). كما تؤثر مشاعر الكفاءة الذاتية الانفعالية بشكل إيجابي على الرفاه الشخصي والمزاج الإيجابي (Dou, Wang, Li. & Liu, 2016)، وعلى الحياة الاجتماعية للشخص (Brackett, Mayer, & Warner, 2004)، والتعاطف والرضاء عن الحياة (Totan & Şahin, 2015). ويشير كابرارا وفيجون وباربارارانيلي وأليساندري (Caprara, Vecchione, Barbaranelli & Alessandri, 2012) أنه من غير الممكن أن يكون الفرد قادر على التكيف المرن نحو المواقف الجديدة وغير المألوفة له وأن يتجنب تقديم إظهار استجابات حادة تحت الضغط النفسي أو أن يحاول استكشاف تلك المواقف الجديدة بكل حماس وفضول ما لم يكن لديه اعتقادات بأنه قادر على ضبط انفعالاته ذات العلاقة بالخبرات المختلفة التي يمر بها عبر الأحداث الحياتية اليومية، وبالتوافق مع الرؤية التي تقول أن معتقدات الذاتية الانفعالية تساهم في النمو المعرفي والانفعالي للأفراد، وأن هذه الانفعالات عامل تنبؤ بالتغيرات التي تحدث في بعض سمات الشخصية المستقرة نسبيًا، مثل: الاستقرار الانفعالي والتوجهات الإيجابية في الحياة (Caprara, Alessandri, & Barbaranelli, 2010).

وقد حظيت الكفاءة الذاتية الانفعالية باهتمام الباحثين، فقد أجرى جولا ووود (Galla & Wood, 2012) دراسة هدفت الكشف عن العلاقة بين الكفاءة الذاتية الانفعالية والقلق والأداء في الرياضيات لدى عينة اختيرت عشوائيًا بلغ حجمها (139) طالبًا وطالبةً من طلبة المرحلة الأساسية في أمريكا، وأشارت نتائجها أن الطلبة ذوو

المستويات المرتفعة من الكفاءة الذاتية الانفعالية لم يظهر علهم مستويات من القلق؛ مما يفسر قدرة الطلبة في إدارتهم للآثار السلبية للقلق، ووجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين القلق والتحصيل في الرياضيات. كما أجرت ماريانا وميراف (Mariana & Meirav, 2014) دراسة في فلسطين للكشف عن دور الكفاءة الذاتية الانفعالية بالتنبؤ بالكفاءة الذاتية والتعاطف لدى عينة من المعلمين تكونت من (273) معلمًا، وأن الكفاءة الذاتية الانفعالية تتنبأ بكل من التعاطف والكفاءة الذاتية لدى المعلمين.

وفي أبو ظبي قام عبد الهادي (Abdel- Hadi, 2017) بدراسة للتعرف على مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى (99) عضو هيئة تدريس في جامعة العين، حيث أظهرت نتائجها أن مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية لديهم مرتفعًا، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائيًا تعزى لمتغير الجنس والتخصص، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة. وأجرى أدقدو وسليك واكسي (Adogdu, Celik & Eksi, 2017) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الحساسية الشخصية والكفاءة الذاتية الانفعالية لدى (243) متطوعًا تركيًا، وقدرتهما على التنبؤ بالمرونة النفسية. وأظهرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن الكفاءة الذاتية الانفعالية والحساسية الشخصية قد تنبأت بالمرونة النفسية. كما أجرى أرسلان (Arslan, 2017) دراسة هدفت الكشف عن العلاقة بين الإجهاد التعليمي والكفاءة الذاتية الانفعالية لدى (232) طالبًا وطالبةً من طلبة المرحلة الثانوية في تركيا، وأظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الإجهاد التعليمي والكفاءة الذاتية الانفعالية.

وحديثًا أجرى توجبا ومتن (Tugba & Metin, 2020) دراسة هدفت إلى التحقيق في دور صدمات الطفولة، والكفاءة الذاتية الانفعالية ومركز الضبط الداخلي والخارجي للتنبؤ بالمرونة النفسية لدى (291) مراهقًا أمريكيا (208 أنثى و83 ذكرًا)، وقد أظهرت نتيجة تحليل الانحدار الخطي البسيط، أن تجارب صدمات الطفولة، والكفاءة الذاتية العاطفية والموقع الداخلي للسيطرة تنبأت بالمرونة بشكل كبير بين طلاب الجامعات. ووجود علاقة موجبة دالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية العاطفية وموقع السيطرة والمرونة. من ناحية أخرى، أشارت النتائج وجود ارتباط سلبي دال إحصائيًا بين المرونة النفسية وصدمات الطفولة.

وفي الأردن أجرى محمود (Mahmoud, 2020) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الضغوط النفسية وفاعلية الذات الانفعالية لدى عينة من المراهقين. بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة بين فاعلية الذات الانفعالية والضغوط النفسية لديهم، كما هدفت التقصي عن وجود فروق في مستويات فاعلية الذات الانفعالية والضغوط النفسية تبعا لمتغيري الجنس والتحصيل الاكاديمي أو التفاعل بينهما. تكونت عينة الدراسة من (492) طالبا وطالبة تم اختيارهم عشوائيا من مدارس لواء بني كنانه التابع لمحافظة إربد، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى مستوى مرتفع من فاعلية الذات الانفعالية لدى عينة من المراهقين، ووجود فروق دالة إحصائيًا في فاعلية الذات الانفعالية والضغوط النفسية تُعزى لمتغير: التحصيل الاكاديمي، والجنس والتفاعل بينهما.

وفيما يتعلق بالاندفاعية فقد أجرى إبراهيم والحسيني (Ibrahim and Al-Hussaini, 2013) دراسة في مصر هدفت إلى اختبار العلاقة بين الاندفاعية وسلوك المخاطرة لدى عينة من الطلبة المراهقين باختلاف جنسهم ونوع التعليم والتفاعل بينهما، وتألفت عينة الدراسة من (225) مراهقًا. وأظهرت النتائج أن طلبة التعليم الفني الأكثر ميلًا للاندفاعية، وأن الاندفاعية ترتبط ارتباطًا سالبًا بسلوك المخاطرة، وأنها تنبأت بسلوك المخاطرة بشكل جيد، ووجود فروق في الاندفاعية يعزى للجنس ولصالح الإناث، وعدم وجود دلالة إحصائية للتفاعل بين الجنس ونوع التعليم. وفي بولندا أجرت جامبين (Gambin, 2015) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين فرط النشاط والاندفاع وعدم الانتباه ومعتقدات الكفاءة الذاتية لدى عينة من الأطفال، بلغ عددهم (48) طفلًا يعانون من أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه الشديدة، و (56) طفلًا يعانون من أعراض منخفضة، أظهرت نتائج الدراسة أن أعراض اضطراب فرط الحركة والاندفاعية ونقص الانتباه ارتبطت سلبًا وبشكل دال إحصائيًا مع معتقدات للكفاءة الذاتية.

وأجرى مارك وتوني وكاد (Mark, Tony & Chad, 2019) دراسة في أمريكا هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للاندفاعية والألكسثيمياء ومركز الضبط بالانتحار لدى (500) مراهقًا أمريكيًا الذين تراوحت أعمارهم بين (15-29) عامًا. وأظهرت نتائج تحليل الانحدار أن أبعاد ألكسيثيميا (صعوبة تحديد المشاعر، والتفكير الموجه خارجيًا)، والمقاييس الفرعية للاندفاعية كالحركة، وضبط النفس، وعدم التخطيط كانت تعتبر مهمة في التنبؤ بخطر الانتحار. وجاءت دراسة زينب (Zainab, 2019) للكشف عن العلاقة بين مفهوم الذات الأكاديمي والسلوك الاندفاعي لدى عينة من الطلبة الجامعيين في الجزائر، بلغ عددهم (70) طالبًا وطالبةً، وأظهرت نتائجها وجود فرق دال إحصائيًا في السلوك الاندفاعي يعزى للجنس لصالح الإناث، وعدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين السلوك الاندفاعي ومفهوم الذات الاكاديمي.

في ضوء ما سبق تبين أن الدراسات التي تناولت متغير الاندفاعية اهتمت بدراسة علاقتها بالمخاطرة كدراسة إبراهيم والحسيني (Ibrahim & Al-Hussaini, 2013)، وبمعتقدات الكفاءة الذاتية كدراسة جامبين (Gambin, 2015)، وبمركز الضبط والانتحار كدراسة مارك وتوني وكاد (Mark et al., 2019)، وبمفهوم الذات الاكاديمي كدراسة زينب (Zainab, 2019)، وفيما يتعلق بمتغير الكفاءة الذاتية الانفعالية تبين أيضًا أنها اهتمت بدراسة علاقتها بالقلق والأداء بالرياضيات كدراسة جالا وود(Galla & Wood, 2012)، وبالتنبؤ بالكفاءة الذاتية والتعاطف كدراسة ماريانا ميراف (Mariana & Meirav, 2014)، والتعرف على مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية كدراسة عبد الهادي (Abdel-Hadi, 2017)، وبالمرونة والحساسية الشخصية النفسية كدراسة ادوجدو وآخرون (Adogdu et al., 2017)، وبمستوى الإجهاد التعليمي كدراسة أرسلان (Arslan, 2017)، وبالتنبؤ بالمرونة النفسية كدراسة توجبا ومتن (Tugba & Metin, 2020)، وبالضغوط النفسية كدراسة محمود (Mahmoud, 2020) ولوحظ أن هناك دراسة جامبين (Gambin, 2015) بحثت فقط العلاقة بين الاندفاعية والكفاءة الذاتية بشكل عام لدى الأطفال الذين يعانون من اضطراب فرط الحركة. أما فيما يتعلق بموضوع الدراسة الحالية فقط لوحظ ندرة الدراسات المحلية والعربية التي تناولت موضوع العلاقة بين الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى المراهقين والاندفاعية –بحدود علم الباحثين- لذا من المتوقع أن تشكل هذه الدراسة التي تُعد الأولى مرجعًا أوليًا للعديد من البحوث والدراسات النفسية والتربوية في المستقبل القريب نظراً لأصالة متغيراتها وعينتها وأهدافها.

مشكلة الدراسة

من خلال مراجعة الدراسات والأبحاث السابقة المتعلقة بالكفاءة الذاتية الانفعالية وعلاقتها بالاندفاعية لدى المراهقين لوحظ ندرة هذه الدراسات – في حدود علم الباحثين- على الصعيد العربي والمحلي، ونظرًا لأهمية مرحلة المراهقة وتأثيرها في نمو وتطور كافة جوانب شخصية المراهق، وللأثار السلبية الناجمة عن تدني مستويات الكفاءة الذاتية الانفعالية والاندفاعية فإن التعرف على مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية والاندفاعية أمر بالغ الأهمية حيث سيساعد المرشدين والأخصائيين النفسيين والتربويين في المدارس والجامعات على الاهتمام بالجانب الانفعالي للمراهق وتوظيف العديد من الأساليب الإرشادية والبرامج التعليمية للتعامل مع جوانب الضعف لديه، ومساعدته على إدراك وتفهم مشاعره ومشاعر الآخرين والتأقلم مع المواقف السلبية، وتدبر الأمور والتأمل فيها بدلا من الاندفاع إليها، من هنا نؤكد أن الدراسة الحالية، جاء ت للإجابة على الأسئلة الآتية:

1-ما مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى عينة من المراهقين؟

2-هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين المتوسطيْن الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً وكل بُعد من أبعاده يعزى لمتغير الجنس ؟

3-ما مستوى تقديرات الطلبة المراهقين لأبعاد مقياس الاندفاعية ؟

4-هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين المتوسطيْن الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على كل بُعد من أبعاد مقياس الاندفاعية يعزى لمتغير الجنس ؟

5-هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً وكل بُعد من أبعاده من جهة وتقديراتهم على كل بُعد من أبعاد مقياس الاندفاعية من جهة أخرى؟

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة الى معرفة مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية والاندفاعية الممثلة بأبعادها لدى عينة من المراهقين، والكشف عن الدلالة الاحصائية للفرق فيهما وفق جنسهم، وأخيرًا الكشف عن علاقة الكفاءة الذاتية الانفعالية بالاندفاعية لدى عينة من المراهقين.

أهمية الدراسة

تبرز أهمية الدراسة في أنها تسلط الضوء على أحد المتغيرات الهامة في علم النفس المراهقة، والمتعلقة بدراسة الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى عينة من المراهقين وعلاقتها بالاندفاعية، وتتجلى أهمية هذه الدراسة في مجالين هما:

أولًا: الأهمية النظرية

تتبدى أهمية الدراسة الحالية من خلال محاولتها التعرف على مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية ومستوى الاندفاعية لدى عينة من المراهقين، والكشف كذلك عن العلاقة الارتباطية بين الكفاءة الذاتية الانفعالية والاندفاعية، إذ تُعد هذه الدراسة –بحدود علم الباحثين- الأولى هنا في الأردن وعلى الصعيد العربي، فمن المتوقع أن تشكل مرجعًا أوليًا للعديد من الدراسات والبحوث في المستقبل، تتناول مشكلات أخرى تهم المختصين، وعلى مراحل عمرية وفئات مختلفة، بعد أن تم توفير إطارًا نظريًا خاصًا بمتغيرات الدراسة والعديد من الدراسات ذات العلاقة، كما وتعتبر الدراسة إضافة علمية للدراسات التي أجريت خصوصًا على مرحلة المراهقة.

ثانيًا: الأهمية العملية

تتجلى الاستفادة العملية من هذه الدراسة في مدى توظيف نتائج الدراسة الحالية وتوصياتها في البيئات الاجتماعية والتعليمية الحاضنة للطلبة المراهقين، إذ يمكن إعداد البرامج التدريبية الإرشادية والتأهيلية للطلبة المراهقين والهادفة إلى تخفيض من مستوى الاندفاعية لمساعدتهم على التكيف النفسي والاجتماعي والاكاديمي، والمساعدة أيضا في إكساب الطلبة المراهقين أساليب تحسين وتطوير معتقدات الكفاءة الذاتية الانفعالية؛ بهدف مساعدتهم في السيطرة على عواطفهم السلبية، خصوصًا عند تعاملهم مع مواقف القلق والاكتئاب.

محددات الدراسة

تتحدد إمكانية تعميم نتائج الدراسة الحالية تبعًا للشروط الآتية:

– اقتصرت الدراسة على عينة من المراهقين من طلبة كلية اربد الجامعية/جامعة البلقاء التطبيقية والمسجلين للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2021/2020م).

– اقتصرت الدراسة على الأدوات المستخدمة فيها، وهي: مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية ومقياس الاندفاعية وما يتمتعان به من دلالا صدق وثبات، مما يحدد من تعميم نتائجها.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

– **الكفاءة الذاتية الانفعالية (Emotional self-efficacy):** تشير إلى "معتقدات وأحكام الفرد المتعلقة بقدرته على معالجة المعلومات الانفعالية بدقة وفاعلية كوسيلة للتنظيم الذاتي وإدارة الانفعالات بذكاء" (Kirk, Schutte & Hine, 2008). وعرّفها الباحثون إجرائيًا بالدرجة التي حصل عليها الطالب من خلال استجابته على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية بأبعاده الأربعة وهي:

أ- **توظيف الانفعالات وإدارتها (Using and Managing your own emotions):** تشير إلى معتقدات الفرد في قدرته على استخدام مشاعرة وإدارتها تبعًا للمواقف الحياتية المختلف.

ب- **تحديد وفهم الانفعالات الذاتية (Identifying and Understanding your own emotions):** تتضمن معتقدات الفرد حول قدرته في تحديد ما يشعر به من مشاعر وانفعالات ومحاولة الوعي بها وفهمها.

ت- **التعامل الفاعل مع انفعالات الآخرين (Dealing with Emotions in Others):** تشير إلى معتقدات الفرد حول قدرته على الاستجابة أو ردود أفعاله تجاه الأفراد الذين يظهرون استجابات انفعالية.

ث- **إدراك وفهم الانفعالات من خلال تعابير الوجه ولغة الجسد (Perceiving Emotion through Facial Expressions and Body Language):** تتضمن فهم الفرد واستيعابه للتعبيرات الانفعالية للآخرين التي تظهر على الوجه والجسد.

- **الاندفاعية (Impulsivity):** وهي "النزعة للتصرف بتهوّر؛ استجابةً للمشاعر السلبية الشديدة، ودون تفكير مسبق، مع عدم القدرة على الاستمرار في التركيز على مهمة، إلى جانب البحث عن تجارب جديدة ومثيرة" (Whiteside & Lynam, 2001)، و"التصرف بتهور استجابة للمشاعر الإيجابية الشديدة أيضًا" (Cyders et al., 2007). وعرّفها الباحثون إجرائيًا بدرجة الطالب التي حصل عليها من خلال استجابته على فقرات مقياس الاندفاعية المستخدم في الدراسة الحالية بأبعاده الخمسة، وهي:

أ- **الإلحاح السلبي (negative Urgency):** تعبر عن سرعة استجابة الفرد للمشاعر السلبية، دون تفكير مسبق.

ب- **نقص التأمل (Lack of Premeditation):** ويشير إلى تجنب الفرد إلى التدبر والتروي والتخطيط المسبق للقيام بالأنشطة والمهام التي تعترض حياته اليومية.

ت- **عدم المثابرة (Lack of Perseverance):** حالة تشير إلى إخفاق الفرد في المواظبة، والشعور بالاستسلام للمصاعب والمواقف الحياتية مما يحول دون تحقيق الأهداف والنجاح بها.

ث- **البحث عن المغامرة (Seeking Sensation):** تشير ميل الفرد إلى تجربة العديد من المواقف والخبرات الجريئة والخطرة والتي تتصف بان نتائجها غير مضمونة.

ج- **الإلحاح الإيجابي (Positive Urgency):** يشير إلى ميل الفرد أو رغبته القيام بالأنشطة والسلوكيات الإيجابية.

- **المراهقون:** هم مجموعة الأفراد (الذكور والإناث) الذين تم اختيارهم للمشاركة في هذه الدراسة والذين يتراوح أعمارهم ما بين (18- 21) عامًا.

الطريقة والإجراءات

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (247) طالبًا وطالبةً، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، وتراوحت أعمارهم ما بين (18-21) عامًا، ومسجلين لمساق مهارات حياتية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2021/2020م.

أداتا الدراسة: لتحقيق أهداف الدراسة الحالية، وجمع البيانات؛ استخدم مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية، ومقياس الاندفاعية، وفيما يلي وصفًا لهما:

أولًا: مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية: Emotional Self- Efficacy

تم استخدام مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية الذي أعده جولتر وجاردنر وبول وولز (Qualter, Pool, Gardner, Ashley-Kot, Wise, & Wols, 2015)، المكون من (27) فقرة موزعة على أربعة أبعاد، هي: بُعد استخدام العواطف وإدارتها المكون من عشرة فقرات، وبُعد تحديد وفهم المشاعر المكون من ست فقرات، وبُعد التعامل مع العواطف المكون من ثماني فقرات، وبُعد إدراك العواطف من خلال تعابير الوجه ولغة الجسد المكون من ثلاث فقرات، وقد تم ترجمته إلى العربية. ولضمان دقة الترجمة؛ تم عرضه على أربعة من المختصين في علم النفس التربوي والإرشادي، يتقنون اللغة الإنجليزية. كما تحقق جولتر وآخرون (Qualter et al., 2015) من صدقه من خلال الصدق العاملي التوكيدي المكون من (27) باعتباره بُعد واحد، وكذلك اعتباره ذو أربعة أبعاد حيث كانت مؤشرات المطابقة (CFI) و (RMSEA) أكبر وأفضل عندما كان المقياس ذو أربعة أبعاد، وتحقق من الصدق البناء للمقياس بحساب معاملات الارتباط البينية بين أبعاده الأربعة التي تراوحت بين (0.65) و(0.93). وتم تقدير ثبات المقياس بحساب معامل الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا) التي بلغت قيمه للأبعاد (0.89، 0.75، 0.85، 0.69) على الترتيب، وللمقياس ككل (0.96)، وكذلك تم تقدير الثبات بحساب معامل ثبات الإعادة (Test-Retest) الذي بلغت قيمته للمقياس ككل (0.85).

ولغايات الدراسة الحالية؛ تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على تسعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في تخصص القياس والتقويم والإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي في جامعة البلقاء التطبيقية، بهدف إبداء رأيهم في أبعاد المقياس وفقراته من حيث وضوح الفقرات، وسلامتها لغويًا، ومدى مناسبة الفقرات للمجال، وأي اقتراحات وملاحظات يرونها مناسبة من إضافة وحذف للفقرات. وفي ضوء ملاحظات المحكمين ومقترحاتهم تم إجراء تعديلًا لصياغة بعض الفقرات فقط. كما تم التحقق من صدق البناء للمقياس بحساب قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمقياس ككل. حيث تراوحت قيمها بين (0.31-0.59). وكما تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test- Retest) بتطبيقه وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على نفس العينة الاستطلاعية المختارة من خارج عينة الدراسة والمكونة من (48) طالبًا وطالبة، حيث تم حساب قيم معاملات ثبات الإعادة للمقياس ككل حيث بلغ معامل الثبات (0.84)، وللأبعاد (0.79)، (0.84)، (0.81)، (0.76) على التوالي. وبذلك أصبح مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية بصورته النهائية مكون من (27) فقرة، يستجيب الفرد عليها بوضع إشارة (×) أمام كل فقرة حسب درجة قناعته، ومدى

انطباق الفقرة عليه، وفقًا لتدريج ليكرت (Likert) الخماسي، وهي: "أثق بدرجة كبيرة جدًا" أُعطيت (5) درجات، "أثق بدرجة كبيرة" أُعطيت اربع درجات، "أثق بدرجة متوسطة" أُعطيت ثلاث درجات، "أثق بدرجة قليلة" أُعطيت درجتان، "أثق بدرجة قليلة جدًا" أُعطيت درجة واحدة، ليتم تصنيف المتوسطات الحسابية على النحو التالي: من (1.00-2.33) يدل على مستوى " منخفض" للكفاءة الذاتية الانفعالية، ومن (2.34-3.66) يدل على مستوى " متوسط " للكفاءة الذاتية الانفعالية، ومن (3.67-5.00) يدل على مستوى "مرتفع" للكفاءة الذاتية الانفعالية.

ثانيًا: مقياس الاندفاعية Impulisivity Scale:

استخدام مقياس سايدرز وليتلفيلد وكوفي وكاريدي (Cyders, Littlefield, Coffey & Karyadi, 2014) للاندفاعية، الذي عدّله الشريفين (Al-Sharifain, and Bahr, 2020) للبيئة الأردنية، المكون من (27) فقرة موزعة على خمسة أبعاد هي: الإلحاح السلبي (Negative Urgency)، نقص التأمل (Lack of Premeditation)، عدم المثابرة (Lack of Perseverance)، البحث عن المغامرة (Seeking Sensation)، الإلحاح الإيجابي (Positive Urgency)، ويستجيب المفحوص على المقياس وفق تدريج خماسي، فكلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشرًا على ارتفاع مستوى الاندفاعية. وتم التحقق من صدق المقياس بصورته الأصلية من خلال الصدق الظاهري، وصدق البناء بتطبيقه على عينة من خارج عينة الدراسة المستهدفة مكونة من (48) طالبة، وحساب مؤشر صدق البناء (معامل ارتباط بيرسون (Pearson) بإيجاد قيم ارتباط الفقرة مع البعد، التي تراوحت بين (0.49-0.79)، كما تم تقدير معامل الثبات بالإعادة (Test-retest) بفاصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيق الأول والثاني، حيث تم حسابه باستخدام معامل ارتباط بيرسون التي بلغت قيمه لأبعاد المقياس (0.87، 0.90، 0.86، 0.92، 0.85) على الترتيب. وبتطبيق معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية؛ تم تقدير معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس الذي بلغت قيمه لأبعاده (0.85، 0.87، 0.83، 0.90، 0.82) على الترتيب، وتُعد هذه القيم لثبات المقياس مرتفعة ومقبولة لتحقيق أهداف الدراسة.

ولغايات الدراسة الحالية تم التحقق من صدق المقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية بعرضه على تسعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في تخصص القياس والتقويم والإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي في جامعة البلقاء التطبيقية، وذلك بهدف تحكيم المقياس من حيث؛ من حيث شمولية فقرات المقياس لجميع مجالات الدراسة، ومدى انتماء الفقرات للمجال الذي ينتمي إليه، ودقة الصياغة اللغوية، ووضوح فقرات المقياس، وحذف الفقرات غير المناسبة، أو اقتراح فقرات جديدة. وبناءً على ملاحظات المحكمين المتفق عليها بينهم بنسبة (80%)، أُجريت التعديلات على بعض الفقرات. كما تم التحقق من الصدق بإجراء تحليل عاملي استكشافي بطريقة المكونات الرئيسية وبتدوير متعامد الذي أفرز خمسة أبعاد بنسبة تباين مفسر (62.48) وبجذور كامنه تراوحت بين (1.29-5.70) حيث بلغ عدد فقرات: بُعد (الإلحاح الإيجابي) ست فقرات أرقامها (9، 19، 10، 11، 8، 6)، وبُعد (نقص التأمل) اربع فقرات أرقامها (1، 2، 4، 5)، وبُعد (عدم المثابرة) خمس فقرات أرقامها (25، 26، 27، 23، 7)، وبُعد (البحث عن المغامرة) اربع فقرات أرقامها (15، 16، 17، 24)، وبُعد (الإلحاح السلبي) ثلاث فقرات أرقامها (3، 13، 14)، ليصبح المقياس بصورته النهائية مكون من (22) فقرة، يجاب عليها وفقًا لتدريج خماسي (ليكرت -Likert)، وهي: "دائمًا" أُعطيت (5) درجات، " غالبًا" أُعطيت اربع درجات، "أحيانًا" أُعطيت ثلاث درجات، " نادرًا" أُعطيت درجتان، " أبدًا" أُعطيت درجة واحدة، وهذا التصحيح للفقرات الموجبة التي أرقامها (6، 7، 9، 10، 11، 13، 14، 15، 16، 19، 23، 24، 25، 26، 27)، وعكس ذلك للفقرات السالبة التي أرقامها (1، 2، 3، 4، 5، 8، 17)، علمًا بأن المقياس بصورته الأصلية لا توجد له درجة كلية، وأن ارتفاع الدرجة على كل بُعد من الأبعاد يعكس مؤشرا من مؤشرات ارتفاع الاندفاعية.

وتم التحقق من ثبات المقياس بطريقة الإعادة (Test-retest)، بتطبيقه وإعادة تطبيقه بعد مرور أسبوعين على عينة مكونه من (48) مراهقًا من خارج عينة الدراسة، ثم حُسب معامل ارتباط بيرسون بين نتائج مرتي التطبيق، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط للأبعاد ما بين (0.85-0.92)، كما تم تقدير الثبات بطريقة الاتساق الداخلي بتطبيق معادلة كرونباخ ألفا (Cronpach Alpha)، وقد تراوحت قيم معاملات الاتساق الداخلي للأبعاد ما بين (0.83-0.88)، وقد اعتبرت هذه القيم مقبولة لأغراض تطبيق الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية؛ تم إعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية وهي مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية، ومقياس الاندفاعية بعد عرضهما على متخصصين في علم النفس، والقياس والتقويم، والإرشاد النفسي في جامعة البلقاء التطبيقية، وتحديد عينة الدراسة عن طريق اختيار احدى المساقات الإجبارية لطلبة كلية اربد الجامعية وهو مساق "مهارات حياتية"، حيث وزعت أدوات الدراسة على عينة تألفت من (300) طالبًا وطالبةً إلكترونيًا بتاريخ 2020/10/18، وانتهى التسليم بتاريخ 2020/10/20. واسترجع (280) ردًا من ردود الطلبة، منها (247) ردًا جاهزًا للتحليل الإحصائي (247)، واستبعد (33) رد بسبب عدم جدية بعض الطلبة في الإجابة على فقرات المقياسين، وعدم اكتمال الإجابة على بعض الفقرات، ليتم إدخالها على البرنامج الإحصائي (SPSS) من أجل إجراءات التحليل الإحصائي.

متغيرات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة واجابة عن أسئلتها؛ استخدم المنهج المسحي الوصفي والارتباطي؛ لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها، حيث اشتملت على المتغيرات الآتية:

- الكفاءة الذاتية الانفعالية، وله أربعة مجالات هي: تحديد وفهم الانفعالات، توظيف الانفعالات وإدارتها، ادراك وفهم الانفعالات، التعامل مع انفعالات الآخرين.
- الاندفاعية، وله خمسة مجالات هي: الإلحاح الإيجابي، الإلحاح السلبي، نقص التأمل، عدم المثابرة، البحث عن المغامرة.
- الجنس، وله فئتان: ذكور، إناث.

المعالجات الإحصائية

لإجابة سؤال الدراسة الأول والثالث حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية؛ ولإجابة السؤال الثاني والرابع استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) وتحليل التباين الأحادي (One way ANOVA)، وتحليل التباين الأحادي المُتعدد (One Way MANOVA)، ولإجابة السؤال الخامس حُسب معامل ارتباط بيرسون.

عرض النتائج:

لإجابة سؤال الدراسة الأول الذي ينص على: "ما مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى عينة من المراهقين؟"؛ حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً، وعلى كل بُعد من أبعاده، ويبين جدول (1) ذلك.

جدول (1): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً، وعلى كل بُعد من أبعاده

رقم البُعد	البُعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
3	**التعامل مع انفعالات الآخرين**	2.89	0.71	1	متوسط
4	**ادراك وفهم انفعالات الآخرين**	2.86	0.76	2	متوسط
1	**توظيف الانفعالات وإدارتها**	2.80	0.64	3	متوسط
2	**تحديد وفهم الانفعالات الذاتية**	2.74	0.70	4	متوسط
	الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً	**2.82**	**0.53**		**متوسط**

يُلاحظ من جدول (1) أن مستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى عينة من المراهقين (متوسط) بمتوسط حسابي (2.82). حيث جاءت جميع الأبعاد بمستوى (متوسط)، فجاء بُعد (التعامل مع انفعالات الآخرين) في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.89) وانحراف معياري (0.71)، تلاه في المرتبة الثانية بُعد (ادراك وفهم انفعالات الآخرين) بمتوسط حسابي (2.86) وانحراف معياري (0.76)، وفي المرتبة الثالثة جاء بُعد (توظيف الانفعالات وإدارتها) بمتوسط حسابي (2.80) وانحراف معياري (0.64)، في حين جاء بُعد (تحديد وفهم الانفعالات الذاتية) في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.74) وانحراف معياري (0.70). ويمكن القول أن الطلبة في هذه المرحلة العمرية مازالوا في نمو مستمر وتكوين للشخصية، حيث إن انفعالات الفرد في هذا العمر يشوبها شيء من عدم الاستقرار والاتزان الانفعالي، وربما يعود السبب إلى ضعف ادراك الفرد لإمكاناته الذاتية وأماكن القوة والضعف في بنيته النفسية، وطبيعة المعتقدات المعرفية التي يحملها حول انفعالاته وكفاءة الذات لديهم هذا فضلا عن ضبابية الأهداف التي رسمها والتي يسعى إلى الوصول إليها (Al- Safasefah, 2017). وهذا يتطلب من المحيط بالفرد في هذه المرحلة الاهتمام بالكفاءة الذاتية والتعرف على العوامل المؤثرة بها وكيفية تنميتها وتطويرها ويعتقد الباحثون إن مجمل الأدب النظري المتعلق بمستوى الكفاءة الذاتية الانفعالية ينسجم مع ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة، إلا أن نتائجها قد اختلفت مع بعض الدراسات السابقة ومنها دراسة عبد الهادي (Abdel- Hadi, 2017)، وقد يعود السبب في ذلك إلى طبيعة عينة الدراسة .

لإجابة سؤال الدراسة الثاني الذي ينص على: " هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين المتوسطيْن الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً وكل بُعد من أبعاده يعزى لمتغير الجنس؟"؛ حُسب المتوسطان الحسابيان والانحرافان المعياريان لتقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً تبعًا لمتغير الجنس، وطُبق اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتيْن عليها، ويبين جدول (2) نتائجه.

جدول (2): نتائج اختبار (ت) لاختبار الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً تبعًا لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
ذكر	2.88	0.48	1.152	245	0.251
أنثى	2.79	0.55			

يُلاحظ من جدول (2) أن قيمة (ت=1.152) بدلالة إحصائية (0.251) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)؛ مما تدل على عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين المتوسطين الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً تبعًا لمتغير الجنس. كما حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية (توظيف الانفعالات وإدارتها، تحديد وفهم الانفعالات الذاتية، التعامل مع انفعالات الآخرين، ادراك وفهم انفعالات الآخرين) تبعًا لمتغير الجنس، ويبين جدول (3) ذلك.

جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية تبعًا لمتغير الجنس

البُعد	الجنس			
	ذكر		أنثى	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
توظيف الانفعالات وادارتها	2.90	0.57	2.76	0.67
تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	2.77	0.68	2.74	0.71
التعامل مع انفعالات الآخرين	2.93	0.68	2.87	0.72
ادراك وفهم انفعالات الآخرين	2.93	0.71	2.83	0.78

يُلاحظ من جدول (3) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية تبعًا للجنس، ولتحديد الدلالة الإحصائية لتلك الفروق الظاهرية، طُبّق تحليل التباين الأحادي المُتعدد، ويبين جدول (4) ذلك.

جدول (4): نتائج تحليل التباين الأحادي المتعدد لاختبار الدلالة الإحصائية للفروق بين المتوسطات الحسابية لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية تبعًا لمتغير الجنس

مصدر التباين	البُعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	وسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس Hotelling's Trace=0.012 الدلالة الإحصائية=0.550	توظيف الانفعالات وإدارتها	0.944	1	0.944	2.306	0.130
	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	0.053	1	0.053	0.109	0.742
	التعامل مع انفعالات الآخرين	0.189	1	0.189	0.379	0.539
	ادراك وفهم انفعالات الآخرين	0.503	1	0.503	0.862	0.354
الخطأ	توظيف الانفعالات وإدارتها	100.243	245	0.409		
	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	120.225	245	0.491		
	التعامل مع انفعالات الآخرين	122.123	245	0.498		
	ادراك وفهم انفعالات الآخرين	142.903	245	0.583		
المجموع المُعدّل	توظيف الانفعالات وإدارتها	**101.187**	**246**			
	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	**120.278**	**246**			
	التعامل مع انفعالات الآخرين	**122.312**	**246**			
	ادراك وفهم انفعالات الآخرين	**143.405**	**246**			

يُلاحظ من جدول (4) أن قيمة الدلالة الإحصائية لاختبار (Hotelling's Trace) لمتغير الجنس (0.550)، وهي أكبر من (α=0.05)؛ مما يدل على عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين المتوسطين الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية يُعزى لمتغير الجنس. ويُلاحظ أن الأفراد من كلا الجنسين في مرحلة المراهقة يخضعون لأنماط تنشئة اجتماعية متشابهة ونظم تربية وتعليم متساوية تقريبا وأساليب ضبط اجتماعي وأُسري، مما يجعل الفروق بينهم تقل إلى درجة كبيرة الأمر الذي ينعكس على كفاءتهم الذاتية الانفعالية بعدة صور وأشكال منها؛ تنظيم الأفراد لعواطفهم، وإدارة المهارات الانفعالية والتصرف بكفاءة في المواقف التي تتطلب ذلك، كما تتضمن القدرة على التعبير عن المشاعر ومواجهة التهديدات، والشعور بالرضا عن الإنجازات الشخصية، والعودة إلى حالة التوازن بعد المرور بالخبرات المختلفة (Mahmoud, 2020)، وتنسجم نتيجة هذه الدراسة مع ما ذهبت اليه بعض الدراسات السابقة في هذا الاطار التي أشارت انعدام الفروق بين الجنسين في الكفاءة الذاتية الانفعالية ومنها دراسة (Abdel-Hadi, 2017) ودراسة محمود (Mahmoud, 2020).

لإجابة سؤال الدراسة الثالث الذي ينص على: "ما مستوى تقديرات الطلبة المراهقين لأبعاد مقياس الاندفاعية؟": حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على كل بُعد من أبعاد مقياس الاندفاعية، ويبين جدول (5) ذلك.

جدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على كل بُعد من أبعاد مقياس الاندفاعية

رقم البُعد	البُعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
3	**عدم المثابرة**	2.37	0.84	1	متدنٍ
1	**الإلحاح الإيجابي**	2.26	0.93	2	متدنٍ
4	**البحث عن المغامرة**	2.21	0.89	3	متدنٍ
5	**الإلحاح السلبي**	1.21	0.83	4	متدنٍ جدًا
2	**التأمل**	1.07	0.92	5	متدنٍ جدًا

يُلاحظ من جدول (5) أن بُعد (عدم المثابرة) جاء في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.37) وانحراف معياري (0.84) بمستوى (متدنٍ)، تلاه في المرتبة الثانية بُعد (الإلحاح الإيجابي) بمتوسط حسابي (2.37) وانحراف معياري (0.93) بمستوى (متدنٍ)، وجاء بُعد (البحث عن المغامرة) في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (2.21) وانحراف معياري (0.89) بمستوى (متدنٍ)، في حين جاء بُعد (الحاح السلبي) في المرتبة قبل الأخيرة بمتوسط حسابي (1.21) وانحراف معياري (0.83) بمستوى (متدنٍ جدًا)، أما في المرتبة الأخيرة فقد جاء بُعد (التأمل) بمتوسط حسابي (1.07) وانحراف معياري (0.92) بمستوى (متدنٍ جدًا). ويظهر من خلال نتائج الاندفاعية أن مستواها وفي كافة الأبعاد تراوح بين متدن إلى متدن جدًا، على الرغم من أن الاندفاعية سمة شخصية ثابتة، وأن التقييمات الشخصية لها تُظهر تباينًا واضحًا عبر العمر من مرحلة الطفولة المبكرة إلى المراهقة، وتتأثر بشدة السياقات البيئية الثقافية (Kidd, Palmeri, & Aslin, 2013). وتتأثر بالتعليم ونمو التفكير وطبيعة العمليات العقلية ونضجها، وطبيعة المقررات الدراسية التي يخضع لها الطلاب مثل: مقررات المهارات الحياتية التي يدرسها الطلاب في عينة الدراسة، فضلا عن عوامل الضبط الاجتماعي وطبيعة القوانين التي تحكم المجتمع والدولة فضلا عن توقعات الفرد لعمليات لتوابع السلوك الاندفاعي وما يترتب عليه مما قد يؤثر في مستوى الاندفاعية لدى الطلبة في هذه المرحلة وربما تؤثر النماذج الاجتماعية، في طبيعة الاندفاعية لدى الأفراد. كما يمكن أن يلعب مستوى النضج العقلي والعاطفي دورا هاما في مستوى اندفاعية الفرد (Abdul Hadi and Abu Jerry, 2014).

لإجابة سؤال الدراسة الرابع الذ نص على: " هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين المتوسطين الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على كل بُعد من أبعاد مقياس الاندفاعية يعزى لمتغير الجنس؟": حُسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الاندفاعية (الحاح سلبي، التأمل، عدم المثابرة، البحث عن المغامرة الإلحاح الإيجابي) تبعًا لمتغير الجنس، ويبين جدول (6) ذلك.

جدول (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الاندفاعية تبعًا لمتغير الجنس

البُعد	الجنس			
	ذكر		أنثى	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الإلحاح الإيجابي	2.23	0.96	2.27	0.92
التأمل	1.05	0.85	1.08	0.95
عدم المثابرة	2.51	0.93	2.31	0.79
البحث عن المغامرة	2.19	0.96	2.22	0.87
إلحاح سلبي	1.24	0.78	1.20	0.85

يُلاحظ من جدول (6) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الاندفاعية تبعًا للجنس، ولتحديد الدلالة الإحصائية للفروق الظاهرية، طُبّق تحليل التباين الأحادي المُتعدد المبينة نتائجه في جدول (7).

جدول (7): نتائج تحليل التباين الأحادي المتعدد للكشف عن الدلالة الإحصائية للفروق بين المتوسطات الحسابية لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الاندفاعية تبعًا لمتغير الجنس

مصدر التباين	البُعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	وسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الجنس	**الإلحاح الإيجابي**	0.075	1	0.075	0.087	0.769
Hotelling's Trace=0.023	**التأمل**	0.040	1	0.040	0.047	0.829
الدلالة الإحصائية=0.352	**عدم المثابرة**	1.976	1	1.976	2.853	0.092

مصدر التباين	البُعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	وسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
	البحث عن المغامرة	0.052	1	0.052	0.064	0.800
	الحاح سلبي	0.077	1	0.077	0.111	0.739
الخطأ	الإلحاح الإيجابي	213.296	245	0.871		
	التأمل	208.372	245	0.850		
	عدم المثابرة	169.705	245	0.693		
	البحث عن المغامرة	196.995	245	0.804		
	الحاح سلبي	169.582	245	0.692		
المجموع المُعدّل	الإلحاح الإيجابي	**213.372**	**246**			
	التأمل	**208.412**	**246**			
	عدم المثابرة	**171.682**	**246**			
	البحث عن المغامرة	**197.047**	**246**			
	الحاح سلبي	**169.659**	**246**			

يُلاحظ من جدول (7) أن قيمة الدلالة الإحصائية لاختبار (Hotelling's Trace) لمتغير الجنس (0.352)، وهي أكبر من (α=0.05)؛ مما يدل على عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين المتوسطين الحسابيين لتقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الاندفاعية يُعزى للجنس. مما لا شك فيه أن أفراد عينة الدراسة يعيشون في مجتمع واحد ويختبرون نفس الظروف المعيشية وهذا ما أكدته دراسات مثل دراسة عبد الهادي، وأبو جري (Abdul Hadi and Abu Jerry, 2014)، ودراسة (Grant & Potenza, 2012).

لإجابة السؤال الخامس الذي ينص على: " هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقديرات عينة من المراهقين على فقرات مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً وكل بُعد من أبعاده من جهة وتقديراتهم على أبعاد مقياس الاندفاعية من جهة أخرى؟"؛ حُسبت معاملات ارتباط بيرسون بين تقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُنفردةً ومُجتمعةً من جهة، وتقديراتهم على أبعاد مقياس الاندفاعية من جهة أخرى؛ لتحديد طبيعة العلاقة وقوتها بينهما، وبين جدول (8) ذلك.

جدول (8): معاملات الارتباط بين تقديرات عينة من المراهقين على أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُنفردةً ومُجتمعةً من جهة وتقديراتهم على أبعاد مقياس الاندفاعية من جهة أخرى

أبعاد مقياس الاندفاعية		أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية				
		توظيف الانفعالات وإدارتها	تحديد وفهم الانفعالات الذاتية	التعامل مع انفعالات الآخرين	ادراك وفهم انفعالات الآخرين	أبعاد مقياس الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً
الإلحاح الإيجابي	معامل الارتباط	-0.091	-0.045	0.101	0.072	-0.010
	الدلالة الإحصائية	0.153	0.480	0.113	0.260	0.877
التأمل	معامل الارتباط	-.565-**	-.475-**	-.515-**	-.544-**	-.679-**
	الدلالة الإحصائية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
عدم المثابرة	معامل الارتباط	-0.106	-0.007	.172**	0.104	0.026
	الدلالة الإحصائية	0.095	0.912	0.007	0.103	0.685
البحث عن المغامرة	معامل الارتباط	0.028	-0.029	-0.005	0.010	0.002
	الدلالة الإحصائية	0.663	0.652	0.932	0.874	0.971
الإلحاح سلبي	معامل الارتباط	-.573-**	-.376-**	-.356-**	-.283-**	-.552-**
	الدلالة الإحصائية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

**** دالة إحصائيًا عند (α =0.01)**

يُلاحظ من جدول (8) وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند (α =0.01) بين الكفاءة الذاتية الانفعالية مُجتمعةً وأبعادها من جهة وبُعدي الاندفاعية (التأمل، الإلحاح السلبي) من جهة أخرى. وهذه النتيجة تبدو منطقية حيث أشارت إلى انه توجد علاقة عكسية بين كفاءة الذات الانفعالية ومستوى الاندفاعية لدى عينة من

المراهقين، حيث إن الأفراد ذوو الكفاءة الذاتية الانفعالية قادرون على التحكم بانفعالاتهم وإدارتها وواعون بشكل اكبر بمكامن القوة والضعف في شخصياتهم مما يجعلهم اكثر قدرة في التحكم باندفاعتهم واتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية واستخدام طرق للتكيف، كما تتحكم الكفاءة الذاتية الانفعالية بأنماط التفكير ومستوى الدافعية، والسلوكات الفردية. وتساعد الأفراد على ضبط آليات التعبير عن الانفعالات السلبية وتغيرها واختيار استراتيجيات ملائمة للتعبير عن الانفعالات الإيجابية خاصة في المواقف المثيرة للضغوط النفسية مما يقلل من الاندفاعية ويمكن الإشارة هنا إلى أن الكفاءة الذاتية الانفعالية قد ارتبطت عكسيا بالكثير من المتغيرات مثل توكيد الذات (Abdul Hadi and Abu Jerry, 2014)، والقلق والتحصيل في الرياضيات (Galla & Wood, 2012)، والإجهاد الاكاديمي (Arslan, 2017). وأخيرًا يمكن الإشارة إلى انه كلما ارتفعت الكفاءة الذاتية الانفعالية كلما انخفض مستوى الاندفاعية لدى الأفراد.

التوصيات

بناءً على نتائج الدراسة، يمكن اقتراح التوصيات التالية:

- تنمية وتطوير الكفاءة الذاتية الانفعالية لدى المراهقين من خلال تصميم العديد من الأنشطة والتدريبات الملائمة.
- المحافظة على إبقاء حالة لاندفاعية متدنية لدى المراهقين، وذلك من خلال عمل ورش تدريبية إرشادية تهدف إلى توعية المراهقين بالآثار السلبية المترتبة على هذا السلوك.

المصادر والمراجع

إبراهيم، إ والحسيني، أ. (2013). سلوك المخاطرة والاندفاعية لدى عينة من المراهقين فى بيئات تعليمية مختلفة. *مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، 1*(49)، 595-632.

زينب، م. (2019). *العلاقة بين مفهوم الذات الاكاديمي والسلوك الاندفاعي*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المسيله، الجزائر.

السفاسفة، م. (2017). قلق المستقبل وعلاقته بالتوجهات الهدفية والكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلبة الخريجين في جامعة مؤتة، *البلقاء للبحوث والدراسات، 20*(2)، 9 - 31.

الشريفين، أ وبحر، ن. (2020). فاعلية العلاج القصصي في خفض اضطراب الشرة العصبي والاندفاعية لدى عينة من المراهقات، *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 16*(4)، 415-437.

عبد الهادي، س وأبو جري، أ. (2014). الاندفاعية لدى عينة من طلبة الجامعة العربية المفتوحة وعلاقتها بتوكيد الذات في ضوء متغيرات النوع والتخصص والمستوى الدراسي، *مجلة العلوم التربوية والنفسية، 15*(1)، 207-239.

محمود، ن. (2020). العلاقة بين فاعلية الذات الانفعالية والضغوط النفسية لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في الأردن، *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 28*(4)، 218-236.

References:

Abdel- Hadi, S. (2017). Emotional Self-Efficacy among A Sample of Faculty Members and Its Relation to Gender (Male/Female), Experience, Qualification, and Specialization. *International Education Studies, 1*0(1), 221-224.

Abdul Hadi, S., and Abu Jerry, A. (2014). Impulsivity among a sample of Arab Open University students and its relationship to self-assertion in light of gender, specialization and academic level variables, *Journal of Educational and Psychological Sciences, 15*(1), 207-239

Adogdu, B., Celik, H. & Eksi, H. (2017). The Predictive Role of Interpersonal Sensitivity and Emotional Self-Efficacy on Psychological Resilience among Young Adults. *Eurasian Journal of Educational Research 69*, 37–54.

Al- Safasefah, M. (2017). Future anxiety and its relationship to the targeted trends and destinations, and helped it in an exemplary image and an integrated unit in a picture and reassurance in the alumni hotel at Mu'tah University, *Al-Balqa Research Studies, 20* (2), 9-31.

Al-Sharifain, A. and Bahr, N. (2020). The effectiveness of anecdotal therapy in nervous tension and impulsivity disorder in a sample of adolescent girls. *Jordanian Journal of Educational Sciences, 16*(4), 415-437.

American Psychiatric Association. (2018). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th). Washington, DC: Author.

Arslan, N. (2017). Investigating the Relationship between Educational Stress and Emotional Self-Efficacy. *Universal Journal of Educational Research*, 5(10), 1736-1740.

Bandura, A. (1982). *The self and mechanisms of agency, In J. Suls* (Ed.) , Psychological perspectives on the self (Vol. 1). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: a Social Cognitive Theory*, New York: prentice hall.

Bandura, A. (1997). *Self–efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.

Bandura, A. (1999). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. R. F. Baumeister (Ed.) (1999). The self in social psychology. *Key readings in social psychology*, 285-298. Philadelphia, PA: Psychology Press/Taylor & Francis.

Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G.V., & Pastorelli, C. (2001). Self-efficacy beliefs as shapers of children's aspirations and career trajectories. *Child Development, 72*, 187-206.

Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Gerbino, M., & Pastorelli, C. (2003). Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning. *Child Development, 74*, 769–782.

Brackett, M. A., Mayer, J. D., & Warner, R. M. (2004). Emotional intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences, 36*, 1387–1402.

Butler, E., Lee, T., & Gross, J. (2007). Emotion Regulation and Culture: are the Social Consequences of Emotion Suppression Culture-Specific. *Journal of Emotion, 7*(1), 30- 48.

Caprara, G. V., Alessandri, G., Trommsdorff, G., Heikamp, T., Yamaguchi, S., & Suzuki, F. (2012). Positive orientation across three cultures. *Journal of Cross Cultural Psychology, 43*, 77–83. http://dx.

Caprara, G. V., Giunta, L. D., Eisenberg, N., Gerbino, M., Pastorelli, C., & Tramontano, C. (2008). Assessing regulatory emotional self-efficacy in three countries. *Psychological Assessment, 20*(2), 227–237.

Caprara, G.V. Alessandri, G., Barbaranelli, C. (2010). Optimal functioning: contribution of selfefficacy beliefs to positive orientation. *Psychotherapy and Psychosomatics, 79*, 328-330. Chudasama Y. (2011). Animal models of prefrontal-executive function. *Behavioral Neuroscience, 125*(3) , 327–43.

Cyders, M. A., Littlefield, A. K., Coffey, S., & Karyadi, K. A. (2014). Examination of a short English version of the UPPS-P Impulsive Behavior Scale. *Addictive behaviors*, *39*(9), 1372-1376.

Cyders, M., Smith, G., Spillane, N., Fischer, S., Annus, A., & Peterson, C. (2007). Integration of impulsivity and positive mood to predict risky behavior: Development and validation of a measure of positive urgency. *Psychological Assessment, 19*(1) , 107–118. d'Acremont, M., & Van der Linden, M. (2005). Adolescent impulsivity: Findings from a community sample. *Journal of Youth and Adolescence, 34*, 427 – 435.

Dick, D., Smith, G., Olausson, P., Mitchell, S., leman, R., O'Malley, S. & Sher, K. (2010). Understanding the construct of impulsivity and its relationship to alcohol use disorders. *Addiction Biology, 15*, 217-226.

Dickman, S. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity: Personality and cognitive correlates. *Journal of Per-sodality and Social Psychology, 58*, 95-102.

Dou, K. Wang, Y.J., Lı, J.B. & Lıu, Y.Z. (2016). Core self-evaluatıon, regulatory emotıonal self-efficacy, and depressıve symptoms: testıng two mediatıon models. *Socıal Behavıor and Personality, 44*(3), 391–400.

Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion-Related Regulation: Sharpening the Definition. *Child Development,* 75, 334-339. Evenden, J. (1999). *Varieties of impulsivity*. *Psychopharmacology, 146*, 348-361.

Eysenck, S., & Eysenck, H. (1977). The place of impulsiveness in a dimensional system of personality description. *British Journal of Social and Clinical Psychology, 16*, 57-68.

Galla, B.M., & Wood, J. J. (2012). Emotional self-efficacy moderate's anxiety-related impairments in math performance in elementary school-age youth. *Personality and Individual Differences, 52*, 118-122.

Gambin, M. (2015). Relationships of self-efficacy beliefs to executive functions, hyperactivity-impulsivity and inattention in school-aged children. *Polish Journal of Applied Psychology, 13*(1).

Grant, J., & Potenza, M. (2012). *Impulse control disorder*. New York: Oxford University Press.

Ibrahim, I. and Al-Hussaini, A. (2013). An overview of a sample of adolescents in educational settings. *Journal of the Faculty of Education, Tanta University, 1*(49), 595-632.

Khurana, A., Romer, D., Betancourt, L. M., & Hurt, H. (2018). Modeling trajectories of sensation seeking and impulsivity dimensions from early to late adolescence: Universal trends or distinct sub-groups? *Journal of Youth and Adolescence, 47*(9), 1992– 2005.

Kidd, C., Palmeri, H., & Aslin, R. N. (2013). Rational snacking: Young children's decision-making on the marshmallow task is moderated by beliefs about environmental reliability. *Cognition, 126*(1), 109– 114.

Kirk, B. A., Schutte, N. S., & Hine, D. (2008). Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. *Personality and Individual Differences, 45*(5), 432–436. http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2008.06.010

Mahmoud, N. (2020). The relationship between emotional self-efficacy and psychological stress in tenth grade basic in Jordan, Jour*nal of the Islamic University for Educational and Psychological Studies, 28*(4), 218-236.

Mariana, G. & Meirav, H. (2014). Does Emotional Self-Efficacy Predict Teachers' Self-Efficacy and Empathy. *Journal of Education and Training Studies, 2*(3), 26-32.

Mark, L., Tony, M. & Chad, L. (2019). College Student Suicide Risk: The Relationship between Alexithymia, Impulsivity, and Internal Locus of Control. *International Journal of Educational Psychology, 8(*3) , 248-269.

Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & D.J. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence (pp. 3–31). New York: Basic Books.

Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America,* 108 (7), 2693– 2698. doi:10.1073/pnas.1010076108.

Patton, J., Stanford, M., & Barratt, E. (1995). Factor structure of the barratt impulsiveness scale. *Journal of Clinical Psychology, 5*1, 768-774.

Petrides, K. V., & Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality, 17*, 39–57.

Qualter, P., Pool, L. D., Gardner, K. J., Ashley-Kot, S., Wise, A., & Wols, A. (2015). The Emotional Self-Efficacy Scale: Adaptation and Validation for Young Adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment, 33*(1), 33–45.

Reynolds, B., Penfold, R., & Patak, M. (2008). Dimensions of impulsive behavior in adolescents: Laboratory behavioral assessments. *Experimental and Clinical Psychopharmacology, 16*, 124 – 131.

Romer, D., Reyna, V. F., & Satterthwaite, T. D. (2017). Beyond stereotypes of adolescent risk taking: Placing the adolescent brain in developmental context. *Developmental Cognitive Neuroscience, 27*, 19– 34.

Russell, J. A., & Carroll, J. M. (1999). On the bipolarity of positive and negative affect. *Psychological Bulletin, 125* (1), 3–30. https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.1.3.

Saarni, C. (1999). *The Guilford series on social and emotional development*. The development of emotional competence. Guilford Press.

Stanford, M., Mathias, C., Dougherty, D., Lake, S., Anderson, N., & Patton, J. (2009). Fifty years of the barratt impulsiveness scale: An update and review. *Personality and Individual Differences,* 47(5), 385-395.

Tabassam, W. & Grainger, J. (2002). Self-concept, attribution style and self-efficacy beliefs of students with learning disabilities with and without attention deficit hyperactivity disorder. *Learning Disability Quarterly, 2*5(6),141-151.

Totan, T. & Şahin, R. (2015). The stepwise effect of emotional self-efficacy processes and emotional empathy on young people's satisfaction with life. *European Scientific Journal,* 11(14) , 442-456.

Tugba, T. & Metin, K . (2020). The Role of Childhood Traumas, Emotional Self-Efficacy and Internal-External Locus of Control in Predicting Psychological Resilience. *International Journal of Education and Literacy Studies,* 8(3) , 105-115.

Valois, R.F., Zullig, K.J. and Hunter, A.A. (2013) Association between Adolescent Suicide Ideation, Suicide Attempts and Emotional Self-Efficacy. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 237-248.http://dx.doi.org/10.1007/s10826-013-9829-8.

Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin, 98*(2), 219–235. https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.219

Whiteside, S., & Lynam, D. (2001). The five factor model and impulsivity: Using a structural model of personality to understand impulsivity. *Personality and Individual Differences, 30*(4) , 669–689. doi:10.1016/s0191-8869 (00) 00064-7.

Zainab, M. (2019). *The relationship between academic self-concept and impulsive behavior*. Unpublished Master Thesis, University of Messila, Algeria.