Jerash for Research and Studies Journal مجلة جرش للبحوث والدراسات

Volume 23 | Issue 1 Article 40

2022

Emotional Regulation and Its Relationship with Peers Attachment among Middle Adolescence Period for Students in Amman Governorate

Aula Hammad
lol.sco85@gmail.com

Follow this and additional works at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu

Part of the Arts and Humanities Commons, and the Social and Behavioral Sciences Commons

Recommended Citation

Hammad, Aula (2022) "Emotional Regulation and Its Relationship with Peers Attachment among Middle Adolescence Period for Students in Amman Governorate," *Jerash for Research and Studies Journal مجلة جرش للبحوث والدراسات*: Vol. 23: Iss. 1, Article 40.
Available at: https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Jerash for Research and Studies Journal مجلة جرش للبحوث والدراسات by an authorized editor. The journal is hosted on Digital Commons, an Elsevier platform. For more information, please contact rakan@aaru.edu.jo, marah@aaru.edu.jo, u.murad@aaru.edu.jo.

مجلة جرش للبحوث والدراسات المجلد 23 العدد 1، 2022، ص ص 1119- 1155

التنظيم الإنفعالي وعلاقته بالتعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في محافظة عمان

عــلا فــؤاد عـيــسـى حــمــاد*

تاريخ الاستلام 2021/3/9 تاريخ القبول 2021/6/13

ملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على التنظيم الإنفعالي وعلاقته بالتعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة، واُستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت العينة من(653) طالب، (192 ذكر، 461 أنثى)، وتم استخدام مقياس التعلق (IPPA) ومقياس تنظيم الإنفعالي (ERQ-CA). وتوصلت الدراسة إلى أن درجة التنظيم الإنفعالي جاء بدرجة مرتفعة وبمتوسط حسابي (3.67)، وتبين أن النمط السائد للتعلق بالرفاق هو النمط الامن فقد جاء بنسبة (78.4%) من عينة الدراسة، بينما جاء نمط التعلق غير الآمن بنسبة (21.6%)، ودلت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة α (0.05) تُعزى للجنس في اختلاف التنظيم الإنفعالي ولصالح الإناث، كما دلت النتائج على عدم وجود فروق دالة إحصائيًا تُعزى للجنس في اختلاف التعلق بالرفاق. وتبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة α (0.05) بين التنظيم الإنفعالي ونمط التعلق الأمن. وتوصي هذه الدراسة بضرورة عقد المزيد من الدورات التدريبية والورشات الإرشادية لطلبة مرحلة المراهقة لتنظيم انفعالاتهم لتحقيق التوافق النفس اجتماعي وتعزيز الثقة والتواصل لدى المراهقين بالرفاق مما يحسن التنظيم الإنفعالي لديهم.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الانفعالي، التعلق، المراهقة، عمان.

© جميع الحقوق محفوظة لجامعة جرش 2022.

* وزارة التربية والتعليم، عمان، الأردن. Email: lol.sco85@gmail.com

Emotional Regulation and Its Relationship with Peers Attachment among Middle Adolescence Period for Students in Amman Governorate

Aula Fuad Issa Hammad, *Ministry of Education, Amman, Jordan.*

Abstract

The study aimed to identify the cognitive emotional regulation and its relationship with attachment among Middle Adolescence Period for Students in Amman Governorate. The relational descriptive approach was used. The sample consisted of (653) students, (192 males, 461 females). The attachment scale IPPA and ERQ-CA was used. The study found that the degree of cognitive emotional regulation came in a high degree with an arithmetic average (3.67) and it was found that the prevailing style of attachment is the secure style with a percentage of approximately (78.4%). The insecure style attachment came in a percentage of approximately (21.6%). The results showed that there were statistically significant differences at the level of significance α (0.05) due to sex in the difference in cognitive emotional organization in favor of females. The results also indicated that there were no statistically significant differences due to sex in the difference in attachment. The results also indicated that there is statistically significant correlation relationship at the level of significance α (0.05), between emotional regulation and secure attachment style. The study recommends the necessity of holding more training courses and counseling workshops for adolescent's students to organize their emotions to achieve psychosocial compatibility and enhance trust and communication among adolescents with peers, which improves their emotional regulation.

Keywords: Emotional Regulation, Attachment, Adolescence, Amman.

مقدمة

تنظيم الانفعالات من المفاهيم الحديثة نسبيا التي تناولها علم النفس، نظراً لأهميته بارتباطه بتنظيم السلوك، فهو يسمح للأفراد وخاصة المراهقين بالتحكم في سلوكياتهم بحيث تمكنهم من التفاعل بمرونة والتكيف مع ما يواجههم، وتتسم هذه المرحلة العمرية _المراهقة_ بقدر كبير من الأهمية في حياة الفرد والتي تشهد تغيرات نفسية ومعرفية واجتماعية، فالكثير من الدراسات السابقة ركزت على مرحلة الرضاعة والطفولة ولم تتطرق إلى تنظيم الانفعالات في المراهقة، ويعتمد تطور تنظيم الانفعالات لدى المراهقين على عوامل فطرية تتعلق بالمراهق نفسه منها المزاج وعوامل تتعلق بالسياق التي يعيش فيها منها التعلق والأنماط الوالدية.

ويتطور التنظيم الانفعالي نتيجة التفاعل بين خصائص المراهق نفسه والسياق من حوله الذي يحصل فيه نمو العلاقات الاجتماعية، فمع الوقت يبدأ التفاعل مع الوالدين واللذان يعلمانه استخدام استراتيجيات معينة أكثر من استراتيجيات أخرى، وعندما تبدأ مرحلة المدرسة يبدأ المعلمون والأقران بأخذ الدور في عملية التنظيم الإنفعالي من خلال المدخلات والتغذية الراجعة والنمذجة[1]، كما أن تعزيز التعلق والدفء الإنفعالي يؤثر في نمو تنظيم الانفعالات والتي هي سمة رئيسية من سمات الشخصية المرنة. ومع نمو المراهقين فإن هنالك تكيفا واستقلالية متزايدة في تطبيق أنماط تنظيم الإنفعالات التي تم تعلمها أثناء تفاعلها مع أنماط التعلق سابقا[2]، ومن الممكن أن يتنبأ نمط التعلق في مرحلة الطفولة بكل من معالجة المعلومات الإنفعالية وتنظيم السلوك حتى خارج علاقة الوالدين والمراهق كما يتنبأ نمط التعلق المبكر بتنظيم السلوك لاحقا مع الأقران في مرحلة المراهقة.

ويُعتقد أيضا أن المراهقون ذوي التعلق الآمن أكثر قدرة على إدارة انفعالاتهم مما يجعلهم أكثر كفاءة مع أقرانهم وأقل عرضة لمشاكل السلوك، حيث أشار كاسيدي Cassidy والمشار إليه في باريغون وكيرنز وأبتاهي وكوهن إلى ارتباط التعلق بتنظيم الانفعالات إلا أن ما ذكر حينها كان مرتكزا على مرحلة الرضاعة والطفولة المبكرة[3]، ويعتقد بأن المراهقين الآمنين يخلقون علاقات تتصف بالاستقلال والقرابة بهدف توفير قاعدة آمنة إضافية لاستكشاف عالمهم الإجتماعي والانفعالي[4].

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تبلورت مشكلة الدراسة لدى الباحثة بعد الاطلاع على الأدب النظري والدراسات التي تناولت كل من التنظيم الإنفعالي والتعلق بالرفاق لدى طلبة المدارس، نظراً لعدم تناول مرحلة المراهقة بالبحث والدراسة رغم اهميتها الواضحة لدى التربويين وأولياء الامور، حيث تتضمن هذه المرحلة التي العديد من التغيرات في مجال بناء الشخصية المستقلة وتحقيق الذات، حيث يتم التأسيس لهذه المرحلة من النواحي الجسدية والمعرفية والإجتماعية في مرحلة الطفولة[5]،كما أنه يحدث خلال المراهقة تغييرات عديدة تأخذ مكانها داخل الفرد كإكتشاف الهوية، النمو المعرفي وهناك تطورات تحصل خارج الفرد في السياقات المحيطة به كالعلاقة مع الأسرة وجماعة الرفاق[6]، لذا فقد سعت هذه الدراسة الى التعرف على درجة التنظيم الإنفعالي وعلاقتها بأنماط التعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في العاصمة عمان، ومن هذا المنطلق فإن هذه الدراسة تسعى **للإجابة عن الاسئلة الآتية:**

السؤال الأول: ما درجة التنظيم الإنفعالي لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

السؤال الثاني: ما أنماط التعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟.

السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) αبين التنظيم الإنفعالي والتعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟.

السؤال الرابع: هل يوجد فروق في العلاقة بين التعلق بالرفاق وتنظيم الانفعالات تعزى للفروق في الجنس لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟.

أهداف البحث

- ✓ الكشف عن مستوى التنظيم الإنفعالي لدى الطلبة المراهقين في المدارس الحكومية في عمان.
- ✓ التعرف إلى أنماط التعلق بالرفاق لدى الطلبة المراهقين في الدراس الحكومية في عمان.
- ✓ الكشف عن العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة (التعلق بالرفاق والتنظيم الإنفعالي) لدى الطلبة المراهقين في المدارس الحكومية في عمان.
- ✓ معرفة الفروق في العلاقة بين التنظيم الإنفعالي والتعلق بالرفاق الذي يعزى لمتغير الجنس لدى الطلبة المراهقين في المدارس الحكومية في عمان.

أهمية الدراسة: تكمن أهمية هذه الدراسة في جانبين، هما:

- **الأهمية النظرية:** تتضح الأهمية النظرية في تسليط الضوء على المفاهيم المتعلقة بكل من التنظيم الإنفعالي والتعلق بالرفاق والتي تساعد الباحثين في تحديد ماهيتها، كما توفر وصفا لمستويات التنظيم الإنفعالي المعرفي والتعلق لشريحة مهمة من المجتمع.
- **الأهمية العملية:** تتضح الأهمية العملية من الجوانب التطبيقية لهذه الدراسة وتظهر من خلال ما تقدمه هذه الدراسة للعاملين في حقل التربية والتعليم لتوجيه انتباههم لمفاهيم تسهم في تعزيز شخصية الطالب لما لها من أثر في حياته الأكاديمية والاجتماعية والنفسية، وما يتعلق به من عوامل خارجية وداخلية تساعد في تعزيز هذا التنظيم، كما ستفتح هذه الدراسة المجال أمام الباحثين لدراسة مفاهيم جديدة ذات علاقة بمفاهيم الدراسة الحالية، وتوفير مقاييس مطورة ذات خصائص سيكومترية تناسب البيئة الاردنية والفئة المستهدفة.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 4

مصطلحات الدراسة ومفاهيمها الإجرائية

- ✓ **التنظيم الإنفعالي:** عرفه جارنيفسكي وكرايج وسبينهوفن على أنه مجموعة واسعة من العمليات الإدراكية البيولوجية والإجتماعية والسلوكية وكذلك الواعية وغير الواعية[7]. وبُعرف إجرائياُ من خلال الدرجة التي يحصل عليها الأفراد على مقياس التنظيم الإنفعالي المعرفي المستخدم في هذه الدراسة.
- ✓ **التعلق:** التعلق بأنه عبارة عن [8] رابطة عاطفية (انفعالية) مستمرة ودائمة بدرجة كبيرة والاهتمام الرئيس لها هي ما يترتب عليها من ارتباطات اجتماعية. وبُعرف إجرائياُ من خلال الدرجة التي يحصل عليها الأفراد على مقياس تعلق الوالدين والرفاق المستخدم في هذه الدراسة.

محددات الدراسة وحدود: يتحدد مجال الدراسة الحالية بالمحددات التالية:

- ✓ تطبيق إجراءات الدراسة الحالية على طلبة الصفوف (السابع - التاسع) ممن تتراوح أعمارهم من 13- 15 سنة، في الفصل الدراسي الأول لعام 2020-2021 في المدارس الحكومية في عمان.
- ✓ تحددت الدراسة بأدواتها المستخدمة، حيث أن النتائج محكومة بمدى صدق وثبات هذه الأدوات.

الإطار النظري والدرسات ذات الصلة

المراهقة من المراحل الطبيعية التي يمر بها الفرد ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد، إلا أن الخطر في هذه المرحلة تكمن في التغييرات في مظاهر النمو المختلفة، وما يتعرض له الفرد من صراعات متعددة، وهي مرحلة انتقالية في عمر الإنسان تبدأ بالبلوغ الذي يعُد طريقاً بين الطفولة المتأخرة والمراهقة، تحدث خلالها تغييرات في شخصية المراهق من الناحية الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وينظر لها على أنها هي المرحلة التي تتوسط مرحلة الطفولة والشباب[9]. والمراهقون في هذه المرحلة يكافحون لكي يجدوا هويتهم الذاتية، ويصاحب ذلك بعض الغرابة في تصرفاتهم، وخروجهم عن المألوف. ويحدث خلال المراهقة تغييرات عديدة تأخذ مكانها داخل الفرد كإكتشاف الهوية، النمو المعرفي وهناك تطورات تحصل خارج الفرد في السياقات المحيطة به كالعلاقة مع الأسرة وجماعة الرفاق[10]، وبالنسبة لبعض المراهقين تعتبر هذه التغييرات السريعة تحديات من الصعب التكيف معها بسهولة؛ ولذلك ليس مستغرباً حصول بعض المشكلات النفسية لدى بعض المراهقين خلال هذه المرحلة[11]، والانتقال إلى مرحلة المراهقة هي فترة صعبة على كل الاطفال، وقد تكون أكثر صعوبة للأطفال الخجولين

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

والذين يفتقرون إلى الثقة الاجتماعية، حيث أنهم ذو خبرة محدودة للتفاوض مع المواقف الاجتماعية المختلفة.

التنظيم الانفعالي

تتنوع الانفعالات التي يخبرها الفرد تبعاً لكل موقف، الأمر الذي يستلزمه المرونة والقدرة على تغيير الاستجابات تبعاً لتلك المواقف[12]، وحتى يكون الفرد قادراً على الاستمرار في حياته اليومية فإنه يسعى لتفهم كيفية تعامله مع المواقف الانفعالية التي يشعر بها ويخبرها، ويحاول التأثير في تلك الخبرات الانفعالية وتوقيت حدوثها والطرق لمعايشتها والتعبير عنها[13]. وينظر لمفهوم التنظيم الإنفعالي المعرفي على أنه سلسلة العمليات الداخلية والخارجية المسؤولة عن مراقبة وتقييم وتعديل ردود الافعال الانفعالية لتحقيق الأهداف الشخصية[14]، حيث يقوم الفرد بإدارة وضبط حالاته الانفعالية التي يخبرها وذلك من خلال سلسلة العمليات التي تقود إلى التنظيم الإنفعالي المعرفي، وذلك من خلال الحفاظ أو التعديل أو تغيير حدوث شدة أو المدة الزمنية لحالات الشعور الداخلية والعمليات الفسيولوجية المتعلقة بالانفعال والسلوك[15].

ومن النظريات المفسرة للتنظيم الانفعالي نظرية التحليل النفسي (The Psychoanalytic Tradition)، وهي إحدى النظريات التي تناولت موضوع تنظيم مشاعر القلق (Anxiety Regulation) حيث اعتبر فرويد أن القلق يشمل الانفعالات السلبية وينتج عند تجاهل التعبير عن الدوافع الشهوانية[16]، وينتج القلق الواقعي والعصبي من علاقات الأنا والهو والأنا العليا على الترتيب، وأن القلق المستند إلى الواقع ينشأ عند تراكم مطالب الموقف على الأنا، وفي هذه الحالة يتخذ تنظيم القلق شكل بتر للدوافع التي قد تسبب القلق في المستقبل.

أما نظرية جولمان (Goleman Theory) فترى أهمية العلاقة بين الانفعال والتفكير والتفاعل في المواقف المختلفة؛ وذلك من خلال الذكاء الإنفعالي[17]، كما أن إدارة الانفعالات تأتي ضمن المكونات الأساسية للذكاء الإنفعالي ويقصد به مستوى تحكم الفرد بمشاعره وانفعالاته بما يتلاءم مع مهاراته واتجاهاته التي تعزز قدرته على التحكم في المواقف وتنظيمها. بينما اشار رواد النموذج المعرفي للتنظيم الانفعالي (The Cognitive Model Of Emotional Regulation) إلى أن التنظيم الإنفعالي المعرفي عملية معقدة تشمل عدة أنظمة مرتبطة، وهي الإدراك والانتباه والذاكرة واتخاذ القرار والوعي، وعلاوة على ذلك فإن ذكريات الفرد وخبراته الماضية هي مخططات معرفية تؤثر بدورها على سلوك الفرد الانفعالي كما أن لها تأثير على صنع القرار، وإن عملية اتخاذ القرار واتخاذ الإجراءات المناسبة له من الممكن أن تعمل أيضاً على عملية التنظيم الإنفعالي المعرفي، وتقلل من الآثار السلبية المختلفة المحتمل حدوثها نتيجة لتلك الأحداث[18]، بينما تناول نموذج جيمس جروس (James Gross Model) بعناية الطريقة التي يختبر بها الفرد

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 6

انفعالاته، وكيف يسيطر عليها ويعبر عنها، وقد تطرّق إلى قابلية الفرد لاستخدام استراتيجيات التأثير في مستويات الاستجابة الانفعالية المتعددة، وأن نماذج التنظيم الإنفعالي تبحث في حلقات متداخلة من التغذية الراجعة والمتمثلة في كيفية تغيير المفاهيم في السلوك أو الوظيفة المعرفية بغرض الحصول على أكبر مستوى من الرضا في الاستجابة الانفعالية[19]. واعتبر جروس أن الميزة الأساسية الأولى للتنظيم الإنفعالي تتمثل في أن الفرد يسعى في عملية التنظيم الإنفعالي إلى تحقيق هدف معين من خلال عملية تعديل الإنفعالات المتولدة[20]، وأما الميزة الثانية فهو أن تنظيم الإنفعال يمتاز بإشراك العمليات المسؤولة عن تغيير مسار الإنفعال[21]؛ إذ يمكن استخدام العديد من العمليات المختلفة لتنظيم الإنفعالات[22]. وكانت الميزة الثالثة لتنظيم الإنفعالات هي تأثيرها على ديناميات الإنفعال[23]، أو زمن الإستجابة والحجم والمدة ومساحة الردود في مجالات الخبرات أو السلوكية أو الفسيولوجية[24] واعتمادًا على أهداف الفرد فإن تنظيم الإنفعال يمكن أن يزيدها أو يقللها[25].

استراتيجيات التنظيم الإنفعالي المعرفي

يرى جروس أن كل فرد لديه نوعين من الاستراتيجيات في تنظيم الإنفعالات وهي استراتيجية التركيز المسبق (Antecedent-Focused Strategy) والتي تشمل العمليات التي يقوم بها الفرد قبل حدوث الموقف الإنفعالي وتوليد الاستجابات الإنفعالية بشكل كامل، واستراتيجية التركيز على الإستجابة (Response-focused Strategies) التي تتمثل بالعمليات التي يقوم بها الفرد بعد حدوث الإستجابة الإنفعالية وعندما يكون الإنفعال قائما[26] وقد حدد جروس (1998) خمسة عمليات لتنظيم الإنفعالات هي:

1- **اختيار الموقف Situation Selection:** هذا هو النوع الأول للتنظيم الانفعالي ويمثل اتجاها استباقيا لانتقاء النمط الانفعالي للموقف الذي يتعرض له الفرد وهي العملية التي من خلالها يتم اختيار الموقف المرتبط بانفعالات محددة وبالتالي السماح للانفعالات المرغوبة بالظهور[27].

2- **تعديل الموقف Situation Modification**: تعديل في الموقف الذي تم اختياره بما يتمشى مع حاجات الفرد، ولتغيير التأثير الانفعالي يسعى الفرد لتعديله وهنا ينتقل لشكل اخر من المستوى الانفعالي وبالتالي تتغير الحالة الانفعالية كما يشار إلى هذا النوع من عمليات التنظيم بمصطلح السيطرة الأولية[28] أو التعامل المرتكز على المشكلة[29].

3- **توزيع الانتباه Attention Deployment:** يهدف توزيع الانتباه إلى التأثير في انفعالات الفرد واستجاباته وبالتالي فهو أحد الأشكال الداخلية لاختيار الموقف حيث أن الانتباه

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

يستخدم لانتقاء أي المواقف الداخلية المتعددة تعتبر مواقف فعالة في وقت معين، كما يعتبر توزيع الانتباه أولى العمليات التنظيمية التي تظهر خلال مرحلة النمو والتطور[30].

4- **التغيير المعرفي Cognitive Change**: هنا يتطلب إدخال معنى على المدركات الحسية حتى تكون نتيجة نهائية فيستخدم الفرد التغيير المعرفي[31].

5- **تعديل الاستجابة Response Modulation:** تحدث بعد حدوث الاستجابة الانفعالية فمثلا يمكن للاسترخاء أن يستخدم لتقليل الجوانب الفسيولوجية والخبرة السلبية للانفعالات ومن الممكن استخدام العقاقير أو تغيير نمط الطعام في سبيل تعديل الخبرة الانفعالية[32].

العوامل المؤثرة على التنظيم الإنفعالي

يتأثر تنظيم الإنفعال بمجموعة من العوامل الوراثية والبيولوجية والبيئية. من وجهة نظر بيولوجية عصبية، يرتبط تطور القشرة الأمامية للدماغ، الهيبوكامبوس Hippocampus، والأميجدالا Amygdala بعمليات صنع القرار العليا والتحكم في الانتباه والقدرة المعززة على تنظيم انفعالات الفرد[33]، كما تلعب العوامل البيئية دورًا رئيسيًا في تطوير تنظيم الإنفعالات، خاصة في مرحلة الرضاعة والطفولة المبكرة[34]، ومع تقدم العمر يتأثرون بعوامل أخرى مثل الأساليب الوالدية، وتأثير الوالدين، الذي يعد من العوامل البيئية المؤثرة في استراتيجيات التنظيم الإنفعالي المعرفي خاصة في مرحلة المراهقة، وذلك استناداً إلى نوعية العلاقات وأنماط التفاعل القائمة بينهم[35]، بالإضافة إلى تأثير الأقران واستجابات الوالدين على انفعالات أطفالهم[36].

أهمية التنظيم الإنفعالي

يمكن للانفعالات أن تنظم الانتباه أو تتداخل مع الانتباه ومن الممكن أن تعمل على تسهيل أو تعطيل حل المشكلات وبناء العلاقات أو تدميرها، ولذلك فإن هذه الثنائية في التفاعلات يكثف الحاجة لمساعدة الأطفال لتنظيم انفعالاتهم، وكما هو معلوم بأن ضبط الانتباه وحل المشكلات والعلاقات الصحية هي أمور حيوية لنجاح المدرسة والرضا الشخصي. وتنظيم الانفعالات هو أمر حيوي للأداء الايجابي وكما يؤثر التنظيم الإنفعالي المعرفي على الأداء الوظيفي[37]، وبما أن تنظيم الانفعالات حسب دودج وغاربر[38] بأنها مجموعة مكتسبة من المهارات؛ فإنه يمكن تدريبه وتعليم الطفل استراتيجيات لتحسين التنظيم الذاتي للانفعالات وتشير الأبحاث الحديثة إلى أنه قد يكون هناك طريقة لتحسين التنظيم الذاتي والتحكم الذاتي من خلال التمارين والاسترخاء[39].

التعلق

يعد التعلق في مرحلة الطفولة موضوعاً شديد الأهمية؛ لأنه يمثل نقطة انطلاق لحياة الطفل الإجتماعية وارتباطاته العاطفية مع الآخرين، ويساعد الطفل على تكوين توقعات اولية عن سلوك الراشدين وتعاملهم معه خلال حياته المستقبلية[40]. وقد أوضح بولبي (Bowlby) أن سلوك

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 8

التعلق يحمل ليحدد شخصية الإنسان من المهد إلى اللحد، حيث أن نظرية التعلق هي نتاج عمل مشترك بولبي (Bowlby) وماري اينزورث(Ainsworth)، فقد اعتمد بولبي على مفاهيم إيثولوجية وعلم النفس التحليلي والتي قدمت الخطوط العريضة الرئيسية لنظرية التعلق، كما يعود الفضل له في تفكيره الجديد للرابطة بين الأم والطفل والاضطراب الحاصل نتيجة الإنفصال والحرمان، أما ايزورث فقد ترجمت المبادئ الأساسية في النظرية إلى نتائج تجريبية وكذلك وسعت النظرية، حيث أنها ساهمت في تفسير الفروق الفردية في علاقات التعلق ومفهوم الحاضن كأساس آمن[41].

ومن النظريات المفسرة للتعلق النظرية التحليلية، والتي أرجعت جذور التعلق إلى الحاجات البيولوجية عند كل من الطفل وأمه[42]، أما نظرية خفض الدافع فوفقاً لها فإنه يمكن تفسير السلوك البشري عن طريق تلبية الاحتياجات المادية الأساسية؛ والتي تتمثل في الطعام والشراب والدفء والجنس، وأن الرابطة بين الأم والرضيع موجودة لأن الأم تلبي احتياجات الرضيع، لذا فإن الطفل يحب الأم في المقابل ومن وجهة النظر هذه كانت العلاقة بين الأم والرضيع دافعا ثانويا[43]. أما النظريات السلوكية فرفضت الفكرة التي تشير إلى أن خفض الدافع هو المسؤول عن تعلق الطفل بأمه فسلوك التعلق يزداد من وجهة نظره وثبت من خلال ما يتبع هذا السلوك من معززات متنوعة كالطعام والإطراء أو الحصول على ألعاب[44]. أما النظرية الإيثولوجية التي تنظر إلى رابطة الرضيع الانفعالية بمقدم الرعاية كاستجابة متطورة تعمل على زيادة فرص بقاء الرضيع، فقد اهتم بولبي بالمشكلات التي يواجهها الأطفال في مؤسسات الرعاية وملاجئ الأيتام وبالأخص مشكلات مثل عدم القدرة على تشكيل الصداقات وتبادل الحب مع الآخرين وأرجع بولبي ذلك إلى عدم توافر فرصة لتطوير رابطة تعلقيه مع الأم في مرحلة الطفولة المبكرة. ووفقا للإيثولوجيين فإن العديد من السلوكيات الإنسانية لها أسس وراثية لأنها تزيد من فرص بقاء الانسان ويعتبر جون بولبي أول من طبق هذه الفكرة[45].

أنماط التعلق

1) **نمط التعلق الآمن:** ويتميز أطفال هذا النمط بتوجههم نحو أمهاتهم عندما يحتاجون إلى الراحة والمساعدة ويبتعدون عن أمهاتهم بهدف استكشاف البيئة ويظهرون القليل من القلق عند غياب امهاتهم يشعرون بالارتياح عند عودتهن[46].

2) **نمط التعلق التجنبي:** حيث يظهر الأطفال في هذا النمط تعلقا قليلا بأمهاتهم وقليلا من القلق عندما تتركهم أمهاتهم وحدهم كما ويظهرون قليلا من السعادة عند عودتهن وغالبا ما يتجاهلون[47]، وقد وصف باسر وسميث[48] الأطفال المتجنبون بأنهم غاضبون وعدوانيون ومعزولون وغير مفضلين من قبل أقرانهم.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

3) **نمط التعلق المقاوم:** يتميز هنا الأطفال بمقاومتهم ورفضهم للابتعاد عن الأم ولا يستكشفون البيئة المحيطة ويظهرون انزعاجا عند مغادرة الأم كما لا يظهرون السعادة عند عودتها وقد يبعدون الأم عنهم عن عودتها[49].

4) **التعلق غير المنتظم:** يعتبر أطفال هذا النمط أقل شعورا بالأمن ويحيون أمهاتهم ويفرحون عند عودتهن ثم يبتعدون عنهن دون النظر إليهن إذ يظهرون سلوكات متناقضة[50].

كما قدم أرمسدن وجرينبرغ[51] مقياس من أجل تطوير مقياس متعدد الأبعاد مرتكز على نظرية بولبي في التعلق، ويمكن الاستفادة منه من خلال تقييم التجربة الإيجابية/المعرفية للثقة في إمكانية الوصول والاستجابة لأشخاص التعلق، وتقييم التجارب السلبية الانفعالية/المعرفية للغضب و/أو اليأس الناتج عن شخصيات التعلق غير المستجيبة أو غير المتسقة. وتقيس العناصر كلاً من الدرجة العالمية لأمان التعلق وثلاثة أبعاد لعلاقة التعلق، أولها **الثقة** والتي تشير إلى ثقة المراهقين بأن الآباء والأقران يفهمون ويحترمون الاحتياجات والرغبات، وثانيها **التواصل** والذي يشير إلى تصورات المراهقين بأن الآباء والأقران حساسون ومستجيبون لحالاتهم الانفعالية وتقييم مدى وجودة المشاركة والتواصل اللفظي معهم، وثالثها **العزلة** والتي تشير إلى مشاعر الاغتراب والغضب والانفصال التي يشعر بها المراهقون في علاقات الارتباط مع الوالدين والأقران[52]. وقدم أرمسدن وجرينبرغ قواعد لتصنيف أنماط التعلق الوالدي والأقران. ووفقاً لهذه القواعد فأنه يتم تصنيف الأفراد في مجموعة الأمان العالي (التعلق الآمن) اذا كانت دراجاتهم عالية في بعدي الثقة والتواصل ودرجات بعد العزلة منخفضة، ويتم تصنيفهم في مجموعة الأمان المنخفض (التعلق غير الآمن) اذا كانت دراجاتهم منخفضة في بعدي الثقة والتواصل وعالية في بعد العزلة[53] وقد تم استخدام هذا التصنيف في الدراسة الحالية.

التعلق في مرحلة المراهقة

تتميز المراهقة بتغيرات حاسمة في الأنظمة المعرفية والسلوكية والإنفعالية، حيث يطور المراهقون وجهات نظر خاصة ويفصلونها عن والديهم، كما إن الانتقال إلى المراهقة يعني تعديل التوازن الأسري بين الترابط والاستقلالية، وفي الواقع، خلال هذه المرحلة التنموية يبحث المراهقون عن قدر أكبر من والاستقلالية عن والديهم، إلا أن هذا لا يعني اضطرابًا في علاقات الارتباط مع الوالدين، ولكن يتم ذلك في سياق علاقات آمنة ووثيقة ودائمة مع الوالدين، أنهم يعرفون أن الآباء متاحون كأشخاص التعلق الذين يمكنهم البحث عن الدعم في حالة الحاجة الحقيقية[54]. كما لا يزال الدور المزدوج للوالدين موجودا في مرحلة المراهقة، وهو الحماية وتعزيز الاستكشاف، فتعلق المراهقين الان ناتج عن قدرة كل من المراهق والوالد على إعادة

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 10

تعريف علاقة الارتباط بينهما من خلال مراعاة عملية التفرد وتغيرات النمو على المستويات الإجتماعية والمعرفية والإنفعالية[55]، كما أن التفاعلات مع الأقران في المراهقة تأخذ أولوية بشكل متزايد، غالبًا ما يتم توجيه سلوك التعلق أيضًا تجاه الشخصيات غير الأبوية، حيث يُنظر إلى الأصدقاء المقربين على أنهم مصادر أساسية للتوجيه والدعم، وبالتالي يمكن اعتبار علاقات الأقران نوعًا من علاقة التعلق[56].

التعلق والتنظيم الإنفعالي

التعلق الامن لا يعني أنه لا أثر للانفعالات السلبية، وإنما يتميز بالمرونة لدمج الانفعالات الإيجابية والسلبية والقدرة المتزايدة على التجربة والقدرة على تحمله للأحداث المهددة والمحبطة مؤقتاً حتى يتمكّن الطفل من التغلب عليها خلال فترات زمنية طويلة، حتى في غياب مقدم الرعاية[57]، وفي حالة الإنفعال السلبي فإن استراتيجية تنظيم الإنفعالات التي يستخدمها الأطفال ذوي التعلق الامن تتضمن تعبيرا مفتوحاً ومباشراً ونشطاً لمقدم الرعاية، بدلاً من إخفاء السلبية عنه، وإذا سمحت التجربة بالشعور بالإنفعالات الإيجابية فإن التعبيرات المتبادلة عن الفرح تعمل على الحفاظ على الاهتمام في العلاقة. فمن وجهة نظر التعلق فقد تم بناء هذه المرونة على مر السنين من الخبرات مع مقدم رعاية حساس؛ والذي يستجيب وفقًا لاحتياجات الطفل وإشاراته الإنفعالية معظم الوقت ولا يتجاهل أي سلوكيات محددة، ويستطيع الأطفال المرتبطون بأمان استخدام الوالدين بفعالية للمساعدة في تنظيم انفعالاتهم، ويتمثل دور مقدم الرعاية الحساس في تعديل غضب الرضيع والذي يمكن أن يتبع الاستياء الشديد أو الخوف أو الإحباط من خلال تهدئة الرضيع وإعادته إلى حالة انفعالية مقبولة[58]، ومن ناحية أخرى فإن الأطفال غير الآمنين إما أنهم يقللون من التعبير عن الإنفعالات أو يظهرونها بشكل كبير، ويبدو بعضهم ممن يظهرون قمعًا للتعبير العاطفي محايدون ويظهرون أصواتًا أقل سلبية أثناء الانفصال أو المتعة في لم شملهم مقارنة بالأطفال الآمنين الذين يظهرون استراتيجيات سلوكية لتنظيم الإنفعال العاطفي بدلاً من الاستراتيجيات الموجهة للأم[59]، ويمكن لهم إظهار نمط من التعبير والتنظيم الإنفعالي المعرفي يتسمان بالإنفعال السلبي المتزايد والخوف المبالغ فيه اتجاه المحفزات غير المهددة وقد يكون هذا النمط استراتيجية تكيفية تستخدم لزيادة احتمالية جذب انتباه أحد الوالدين غير المتواجد إذا ظهر خطر حقيقي، وحسب بولبي قد تصبح استراتيجية تنظيم الإنفعالات سيئة التكيف وبالتالي غير منظم انفعالياً إذا كانت تتداخل مع الاستكشاف أو تهدد وجود علاقة الارتباط والتعلق ومن وجهة نظره فقد يكون لتقليل حدة الإنفعال السلبي تأثير تكيفي من خلال تقليل تجارب الرفض والحفاظ على قرب كافٍ من الوالدين من أجل ضمان الحماية[60].

الدراسات السابقة ذات الصلة

دراسة العنزي واليوسف[61] والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق لدى أطفال الروضة في دولة الكويت وذكائهم الانفعالي، وتكونت عينة الدراسة من (267) طفلا، وقد أظهرت النتائج أن النمط التعلقي السائد لدى أفراد عينة الدراسة هو النمط الآمن تلاه النمط المقاوم ثم التجنبي وجاء أخيرا النمط المضطرب، وأشارت النتائج إلى أن الأطفال ذوي التعلق الآمن يتمتعون بذكاء انفعالي أعلى من ذوي التعلق غير الآمن. كما هدفت دراسة محاميد (2017) إلى التعرف إلى أنماط التعلق السائدة بين المتنمرين في المدارس الإعدادية في منطقة أم الفحم الفلسطينية وذلك للكشف عن العلاقة بين نمط التعلق وسلوك التنمر وصعوبات التنظيم الإنفعالي المعرفي، وتألفت العينة من (339) طالبا وطالبة، وبينت النتائج ارتباط جميع مظاهر التنمر في بعد عدم تقبل الإستجابات الانفعالية وبعد عدم الوضوح الانفعالي وبينت النتائج أن نمط التعلق الآمن والقلق أعلى عند الذكور منه عند الإناث.

وقام أبتاهي وكيرنز[62] بدراسة هدفت إلى دراسة التعلق وعلاقته بالتنظيم الإنفعالي المعرفي في مرحلة الطفولة الوسطى في الولايات المتحدة الامريكية، من خلال عينة مكونة من(99) طفلاً، واظهرت النتائج أن الأطفال ذوو التعلق الامن يظهرون تنظيمًا أفضل للإنفعالات عندما يتم تقييمها على أنها ميول عامة. أما دراسة العبيدي (2016) فقد هدفت الى التعرف على أنماط تعلق الراشدين السابقة في مرحلة طفولتهم والموازنة في أنماط تعلق الراشدين على وفق متغير الجنس، والتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق السابقة والتعلق بالجماعة الاجتماعية في الوقت الحاضر، تألفت عينة البحث من (420) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث، وأن الفرق دال إحصائياً في نمط التعلق الآمن لصالح الذكور، ودال إحصائياً في نمط التعلق المتذبذب القلق لصالح الإناث، ودال إحصائياً في نمط المتجنب لصالح الإناث، وأظهرت الدراسة وجود اختلاف بين الجنسين من حيث قدرتهم على التوافق اللاحق في علاقة التعلق وفقاً لأنماط تعلقهم.

قام بلير وجانجل وبيري وأوبرين وكالكنز وكيان وشاناهان[63] بدراسة هدفت إلى دراسة التنظيم الإنفعالي كمتنبئ بقبول أو رفض الأقران من خلال سلوكيات اجتماعية معينة، حيث تم جمع تقارير من الأمهات والمعلمين والأقران عن (338) طفلا، وأشارت النتائج إلى أن تنظيم الإنفعال مرتبط بشكل كبير برفض الأقران وقبولهم بشكل غير مباشر فيما بعد من خلال السلوكيات الإجتماعية حيث تعمل تحسين المهارات الإجتماعية النظر إليهم بإيجابية أكثر ونجاحهم مع أقرانهم.

كما اجرى سلوم[64] دراسة هدفت إلى إجراء مقارنة لمعرفة استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والجامعية في مدينة دمشق، تكونت عينة الدراسة من (1282) طالباً وطالبة موزعين بواقع (550) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، ومن المرحلة الجامعية (732)، وأظهرت النتائج أن مستوى التنظيم الانفعالي ومستوى حل المشكلات لدى طلبة المرحلة الثانوية والجامعية كان متوسطاً، كما تبين وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية على استبانة استراتيجيات التنظيم الانفعالي ومقياس حل المشكلات لدى طلاب المرحلتين.

أما دراسة غارنيفسكي وكرايج[65] فقد هدفت إلى المقارنة بين خمس عينات في استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية تبعا لمتغيري المرحلة العمرية والجنس، ودراسة العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي المعرفية وأعراض الاكتئاب، وتكونت من خمس أنواع من العينات وهي: المراهقة المبكرة (579)، المراهقة المتأخرة (1164)، البالغين (611)، كبار السن (89)، أما العينة الخامسة فكانت عينة من المرضى النفسيين (311)، أظهرت نتائج الدراسة وجود ارتباط ايجابي بين استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية (القبول، اًايجابياً بين الاجترار، الكوارثية) وأعراض الاكتئاب لدى جميع عينات الدراسة، كما وجدت ارتباط استراتيجيتي لوم الذات، ولوم الآخرين وأعراض الاكتئاب لدى جميع عينات الدراسة باستثناء عينة المسنين، أيضاً وجدت فروق دالة بين عينتي المراهقة المبكرة (12-15) والمراهقة المتأخرة (16-18) في جميع استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية لصالح المراهقة المتأخرة، أيضاً وجدت فروقاً بين عينة المراهقة المتأخرة وعينة البالغين لصالح عينة البالغين، أما فيما يتعلق بالفروق تبعاً لمتغير الجنس بينت النتائج أن الفروق كانت لصالح الإناث في جميع استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية ولدى جميع العينات.

وهدفت دراسة غارنيفسكي[66] إلى تحديد أي من استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية ترتبط بشكل عام مع كلا النوعين من المشكلات (الداخلية والخارجية)، وأيها ترتبط بشكل خاص مع كل نوع من المشكلات على حدة، وتكونت عينة الدراسة من (271) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن المراهقين الذين لديهم مشكلات داخلية وخارجية حصلوا على درجات أعلى في استراتيجيتي اللوم الذاتي والاجترار بالمقارنة مع المراهقين الذين لديهم مشكلات خارجية فقط، وفسرت استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية التباين بشكل أكبر في المشكلات الداخلية (48%) بالمقارنة مع المشكلات الخارجية (21 %) مما يشير إلى وجود ارتباط أقوى بين استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية والمشكلات الداخلية، كما وجدت الدراسة علاقة إيجابية بين استراتيجيات إعادة التقييم الإيجابي والاجترار واللوم الذاتي والمشكلات الداخلية، وعلاقة دالة احصائياً بين إعادة التركيز الإيجابي والمشكلات الخارجية. كما قام ميهالكا وتارنافسكا[67] بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية والأداء الاجتماعي لدى المراهقين،

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

وتكونت عينة الدراسة من (378) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية تعمل كمنبئات بمشكلات الأداء الاجتماعي والاضطرابات المرتبطة بها، كما بينت وجود علاقة بين استراتيجيات تنظيم الانفعال المعرفية ومشكلات الأداء الاجتماعي (العلاقات مع الأقران، الكفاءة الاجتماعية، التكيف الاجتماع-الانفعالي).

وهدفت دراسة أبو غزال[68] التعرف إلى أنماط التعلق وأسلوب حل المشكلات الاجتماعية في ضوء متغيري النوع الاجتماعي والفئة العمرية، والكشف عن العلاقة الارتباطية بينهما لدى الطلبة المراهقين في الاردن، وتكونت عينة الدراسة من (627) طلباً وطالبة. وقد بينت نتائج الدراسة أن نمط التعلق الآمن حصل على أعلى مرتبة ثم التعلق التجنبي، بينما جاء التعلق القلق في المرتبة الأخيرة كذلك هناك فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح الإناث في نمط التعلق التجنبي ولصالح الذكور في التعلق القلق، وهناك فروق تعزى للفئة العمرية في نمط التعلق التجنبي لصالح الفئة العمرية (16-17)، وفي نمط التعلق القلق لصالح الفئة العمرية (13-14) سنة، بينما لم تظهر فروق دالة إحصائياً في نمط التعلق الآمن. وهدفت دراسة باريجون وكيرنز وابتاهي وكوهين[69] إلى تلخيص وتقييم الوضع الحالي للأدبيات ذات الصلة بالتعلق وعلاقته بالانفعال في مرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة؛ وقد تم ضم دراسات قدمت بيانات من اعمار الاطفال من (6-18) سنة، وتوصلت الدراسة الى أن التعلق الآمن كان في علاقة مع المزيد من الوظائف التكيفية في مجالات الانفعال وان الاطفال الذين يمرون في خبرة تعلق آمن يعبرون عن المزيد من الانفعال الايجابي والقليل من الانفعال السلبي، وأن التعلق كان في علاقة مع معرفة الطفل بالانفعال وبالعمليات الفسيولوجية التي قد تعكس الانفعال.

وأجرى سوريك وبينيزيك وبيوريك[70] دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين التقييمات واستراتيجيات تنظيم الانفعال وسمات الشخصية الخمسة الكبرى، وتألفت عينة الدراسة (500) من طلبة المدارس الثانوية، وأظهرت النتائج وجود ارتباط بين إعادة التقييم والمستويات المرتفعة من انفعالات عدم السعادة، القلق، الإذلال، كما بينت عدم وجود ارتباط بين استراتيجية الكبت وأي من الانفعالات المدروسة. أما دراسة ساجدي فقد هدفت معرفة العلاقة بين القلق وصعوبات التنظيم الانفعالي والصحة العامة والصلابة النفسية لدى طلبة كلية أزاد الإسلامية في ايران، وشملت عينة الدراسة (161) طالبة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة احصائياً بين القلق وجميع أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي، وتبين وجود علاقة بين التنظيم الانفعالي والصحة العقلية والصلابة النفسية.

كما جاءت دراسة اختار[71] من أجل اكتشاف نماذج التعلق للمراهقين وعلاقتها بأنماط الرعاية الوالدية، تكونت عينة الدراسة من (179) مراهقاً ومراهقة، واظهرت النتائج ان عينة

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 14

الدراسة يفضلون نموذج تجنب التعلق، كما تم توقع نموذج الرعاية الوالدية السلطوية من قبل الوالدين، كما تبين وجود فروق دالة للنموذج السلطوي للوالد والنموذج السلطوي التسامحي للأم.

وأجرى ايضا يعقوب[72] دراسة هدفت إلى قياس مستوى التنظيم الانفعالي لدى الطلبة المتميزين في مدارس محافظة ديالى العراقية، وتكونت العينة من (100) طالباً وطالبة من المتميزين في المرحلة الثانوية، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التنظيم الانفعالي لدى الطلبة المتميزين كان ايجابياً كما بينت نتائج الدراسة على عدم وجود فروق دالة في مستويات التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير الجنس.

هدفت دراسة [73] إلى تناول العلاقة بين التعلق الامن والعمليات التي تؤثر على تطور تنظيم الإنفعال عند الأطفال الصغار. شارك في هذه الدراسة عينة من 73 أمهات وأطفالهن البالغ عمرهم أربع سنوات ونصف، توصلت النتائج إلى أن التوافق الأعلى بين الأم والطفل كان مرتبطًا بالتعلق الآمن ومعتقدات الأم حول أهمية حضور واهتمام وقبول انفعالاتهم. كان الأطفال ذوي التعلق الامن أقل عرضة لتجنب الحديث عن الانفعالات السلبية وكذلك عندما تكون الأمهات أكثر فاعلية من منظور الطفل. ارتبط فهم الأطفال الأكبر للانفعالات السلبية ارتباطًا كبيرًا بتوافق أعلى بين الطفل والأم وتجنب أقل لمحادثة الطفل وتؤكد هذه النتائج مجتمعة التأثيرات المتعددة للتعلق على تنظيم الإنفعالات وأهمية فهم انفعال الأطفال لهذه العمليات.

التعقيب على الدراسات السابقة

يتبين من خلال استعراض الدراسات السابقة، واستقراء المناهج والأهداف البحثية المستخدمة في هذه الدراسات ونتائجها ما يلي: فيما يتعلق بالمنهج المستخدم فتتفق هذه الدراسة مع معظم الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي كما في دراسة يعقوب ودراسة ساجدي ودراسة سوريك وغيرها، ويلاحظ تركيز عدد من الدراسات على عينة الطلبة في المدرسة ومنها دراسة العنزي واليوسف ومحاميد وأبو غزالة وغيرها، في حين تناولت بعض الدراسات المستوى الجامعي ومنها دراسة العبيدي ودراسة وغيرها.

وقد تمت دراسة العلاقة بين التعلق وتنظيم الإنفعال حيث لوحظ أن الاطفال الذين لديهم تعلق امن يكونون أفضل تنظيما انفعالياً من الاطفال الذين لديهم تعلق غير آمن، وستقوم هذه الدراسة بربط التعلق بالتنظيم الإنفعالي لدى عينة من طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان.

وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بالتالي:

- تناولها نمط التعلق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان
- تناولها متغيرات لم تتناولها الدراسات السابقة كالتنظيم الانفعالي والتعلق بالرفاق.
- تعد هذه الدراسة من الدراسات القليلة على المستوى المحلي في الأردن على حد علم الباحثة.

وتكمن أهمية الدراسات السابقة بالنسبة للدراسة الحالية من حيث انها ساعدت في توجيه الدراسة الحالية ووضع تصور شامل لها، والتعرف نظرياً على بيئة التنظيم الانفعالي من حيث المفهوم والميزات والخصائص والمكونات، وعلى الخصائص المنهجية البحثية والطرق اللازمة لدراسة هذا الموضوع.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي؛ وذلك لمناسبته لهذه الدراسة، حيث يقوم على وصف الظاهرة كما هو في الواقع وتحليلها.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع الطلبة ممن هم في مرحلة المراهقة المتوسطة (13 – 15) سنة المسجلين في المدارس الحكومية التابعة لمديريات التربية والتعليم في **عمان** والبالغ عددهم (117187) طالباً وطالبة، لعام 2020-2021 (وزارة التربية والتعليم، 2020).

بينما شملت عينة الدراسة (653) طالباً وطالبة ممن هم في مرحلة المراهقة المتوسطة من طلاب المدارس الحكومية التابعة لمديريات التربية والتعليم في عمان عام 2020-2021. والجدول (3) التالي يوضح تقسيم عينة الدراسة.

جدول (1): توزيع عينة الدراسة بحسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكور	192	%29.4
إناث	461	%70.6
المجموع	653	%100

أدوات الدراسة

بعد الاطلاع على الأدب النظري والمقاييس والدراسات ذات الصلة التي أُعدت سابقاً لقياس كل من التنظيم الإنفعالي، ولأغراض القيام بهذه الدراسة قامت الباحثة في هذه الدراسة بالاستعانة بأدوات ومقاييس أعدت سابقا في هذا السياق، وهذه الأدوات.

أولاً: مقياس التعلق (IPPA)

مقياس التعلق الوالدين والرفاق (Inventory of Parent and Peer Attachment)، والذي تم تطويره من قبل أرمسدن وجرينبرج[74]، وهي أداة تقرير ذاتي تم تطويرها استناداً على نظرية بولبي في التعلق لفئة المراهقين، ويتكون المقياس الأصلي من (28) فقرة تقيس التعلق بالوالدين و(25) فقرة تقيس التعلق بالرفاق ضمن ثلاثة أبعاد؛ وهي: الثقة ويمثل هذا البعد (10) فقرات، والتواصل ويمثل هذا البعد (8) فقرات، والعزلة ويمثل هذا البعد (7) فقرات، وقد كانت خيارات الإجابة عن كل فقرة وفقاً لنموذج ليكرت التدريج الخماسي (صحيح دائماً، غالباً صحيح، محايد، غالباً غير صحيح غير صحيح دائماً)، واعطي التدريج درجات (5، 4، 3، 2، 1) _على التوالي_ ويتم عكس هذا التدريج في الفقرات العكسية. ويتم تصنيف المستجيب وفقاً لـأرمسدن وجرينبرج، من حيث التعلق في النمط الأمن أو النمط غير الأمن بحسب استجابته على ابعاد المقياس الثلاثة _الثقة والتواصل والعزلة_، ويصنف المستجيب بأنه يتمتع بنمط تعلق أمن أذا كان أداؤه على بُعدي الثقة والتواصل متوسط الى مرتفع، ومنخفض على بُعد العزلة، وذلك نظراً لأهمية بُعد الثقة في التعلق، ويصنف المستجيب بأنه يتمتع بنمط تعلق غير أمن أذا كان أداؤه على بُعدي الثقة والتواصل منخفض، ومتوسط الى مرتفع على بُعد العزلة، وأيضا أذا كان أداؤه على بُعد الثقة متوسط ولكن كان أداؤه على بُعد التواصل منخفضًا (أو العكس) بينما أداؤه على بُعد العزلة مرتفعًا، وكذلك اذا كان أداؤه على كل من بُعد الثقة والعزلة متوسطين.

الصدق والثبات لمقياس التعلق (IPPA)

أولاً: الصدق: وقد قام كل من أرمسدن وجرينبرج[75] بالتحقق من صدق مقياس التعلق (IPPA)، وذلك من خلال حساب معامل بلغ معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية لمقياس تعلق الرفاق (56. – 75.) لبعد الثقة، ولبعد التواصل (57. – 72.)، ولبعد العزلة (51. – 27.). تم إجراء صدق المحتوى.

ثانياً: الثبات: قام كل من أرمسدن وجرينبرج[76] بالتحقق من ثبات مقياس التعلق (IPPA)، وبلغ معامل ثبات كرونباخ ألفا لمقياس تعلق الوالدين (87. – 89.)، بينما بلغ مقياس تعلق الرفاق (92.)، وللتحقق من ثبات المقياس في الدراسة الحالية فقد تم الاعتماد على ثبات

الاتساق الداخلي باستخدام كرونباخ إلفا (Cronbach's Alpha)، حيث تم استخراج هذا المعامل لجميع فقرات هذا المقياس، حيث تم استخراج هذا المعامل لجميع فقرات هذا المقياس والبالغ عددها (25) فقرة، وبلغت قيمة هذا المعامل (812.)، وتعبر هذه القيمة عن أن معامل الثبات كان مرتفعاً، وبذلك فأنه يشير الى أن المقياس يتمتع بمقدار جيد من الثبات والموثوقية. كما تم استخراج ثبات الاتساق الداخلي لكل بُعد من أبعاد المقياس الثلاث _(الثقة والتواصل والعزلة)_، وكانت قيم معاملات الثبات كما في الجدول (2)، وعلى النحو الآتي:

جدول (2): معاملات الثبات لأبعاد مقياس التعلق

البُعد	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
الثقة	10	.891
التواصل	8	.811
العزلة	7	.708

نلاحظ أن قيم معاملات الثبات للأبعاد المكوّنة للمقياس تراوحت في المدى (708. -.891) وهي معاملات ثبات جيدة.

ثانياً: مقياس التنظيم الإنفعالي Cognitive Emotion Regulation Questionnaire

يعتبر مقياس تنظيم الإنفعال المعرفي(ERQ-CA) نسخة منقحة لمقياس تنظيم الإنفعال المعرفي، والذي قام كل من جارنفسكي وكاريج وسبينهوفن[77] بتطويره من النسخة الاصلية التي تم اعدادها للكبار، وقد كان الهدف الرئيس منه العمل على قياس التنظيم الانفعالي من خلال الاستراتيجيات المحددة؛ والتي تصف طريقة استجابة الفرد للموقف، ويُعد هذا المقياس كأداة تقرير ذاتي، ويتكون هذا المقياس من (36) فقرة، توزعت على تسع استراتيجيات (أبعاد) بحيث يتكون كل بعد من الأبعاد من (4) فقرات، وقد تم التركيز على الاستراتيجيات أو الأبعاد الايجابية للبالغين والمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (12) سنة وأكثر، ويمكن من خلال هذا المقياس أن يتم تقييم ما يعتقده الأفراد بعد تعرضهم لحدث سلبي أو صادم، وهذه الاستراتيجيات هي: التقبل (Acceptance)، إعادة التركيز الإيجابي (Positive Refocusing)، إعادة التركيز على التخطيط (Refocus on Planning)، إعادة التقييم الإيجابي (Positive Reappraisal)، ورؤية الموقف من منظور اخر (Putting into Perspective). وقد كانت خيارات الإجابة عن كل فقرة وفقاً لنموذج ليكرت ذو التدريج الخماسي: (أوافق بشدة، أوافق، أوافق بدرجة متوسطة، لا أوافق، لا أوافق بشدة)، واعطي التدريج علامات (5، 4، 3، 2، 1) _على التوالي_.

الصدق والثبات لمقياس التنظيم الإنفعالي (ERQ-CA)

أولاً: الصدق: للتحقق من صدق مقياس التنظيم الإنفعالي المستخدم تم إجراء صدق المحتوى.

ثانياً الثبات: للتحقق من ثبات هذا المقياس فقد تم الاعتماد على ثبات الاتساق الداخلي باستخدام كرونباخ إلفا (Cronbach's Alpha)، حيث تم استخراج هذا المعامل لجميع فقرات هذا المقياس والبالغ عددها (20) فقرة، وبلغت قيمة هذا المعامل (869.)، وتعبر هذه القيمة عن أن معامل الثبات كان مرتفعاً، وبذلك فأنه يشير الى أن المقياس يتمتع بمقدار من الثبات والموثوقية. كما تم استخراج ثبات الاتساق الداخلي لكل بُعد من أبعاد المقياس الخمسة، وكانت قيم معاملات الثبات كما في الجدول (3)، وعلى النحو الآتي:

جدول (3): معاملاث الثبات لأبعاد مقياس تنظيم الإنفعال المعرفي

البُعد	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
التقبل	4	.667
إعادة التركيز الإيجابي		.789
إعادة التركيز على التخطيط		.555
إعادة التقييم الإيجابي		.636
رؤية الموقف من منظور اخر		.633

نلاحظ أن قيم معاملات الثبات للأبعاد الخمسة المكوّنة للمقياس تراوحت في المدى (555. - 789.) وهي معاملات ثبات مقبولة.

إجراءات الدراسة

بعد الاطلاع على الدراسات والادبيات ذات الصلة بموضوع الدراسة وذلك بغرض تحليلها ومناقشتها والاستفادة منها في اعداد الاطار النظري وتوظيفها في معالجة مشكلة واجراءات الدراسة، وكذلك تمّ الحصول على كتاب تسهيل المهمة لتطبيق المقايسين على عينة الدراسة، وادخال البيانات، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياسين، ومن ثم تم اجراء التحليل الاحصائي المناسب للإجابة عن اسئلة الدراسة، وقد تم اعتماد المعيار الاحصائي الموضح في الجدول رقم (4) التالي لتفسير قيم المتوسطات في هذه البحث.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

جدول (4): المعيار الإحصائي لتفسير المتوسطات الحسابية

المتوسط الحسابي	درجة التطبيق
من 1.00 – أقل من 2.33	منخفضة
من 2.34 – اقل من 3.66	متوسطة
من 3.67 – 5.00	مرتفعة

حيث تم حساب طول الفئة من خلال قسمة $\frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى}}{\text{عدد الفئات}} = \frac{5-1}{3} = 1.33$

المعالجة الاحصائية

للإجابة عن أسئلة الدراسة الحالية من خلال استخدام المعالجة الإحصائية المناسبة للبيانات من خلال برنامج الحزم الاحصائية (SPSS)، فقد تم القيام باستخراج معامل الثبات (Reliability) بطريقة كرونباخ إلفا (Cronbach's Alpha)، وتم حساب المتوسطات الحسابية (Means) والانحرافات المعيارية (Std. Deviation) والنسبة المئوية (Percentage)، وإيجاد معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation)؛ لفحص العلاقة الارتباطية، ولفحص دلالة الفروق في العلاقة فقد تم القيام باستخدام اختبار(ت) للعينات المستقلة (Independent Samples T-Test)، واختبار (Z) الفشري (Fisher-Z-Transformation).

نتائج الدراسة ومناقشتها

يتناول هذا الجزء النتائج التي تم التوصل اليها في الإجابة على اسئلة الدراسة، وهي كالتالي:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما درجة التنظيم الإنفعالي لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس التنظيم الإنفعالي المعرفي بحسب الأبعاد، ويوضحها الجدول (5) التالي.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 20

جدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لابعاد مقياس التنظيم الإنفعالي

البُعد	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
التقبل	653	3.51	0.83	متوسطة
اعادة التركيز الايجابي		3.76	0.87	مرتفعة
أعادة التركيز على التخطيط		3.83	0.97	مرتفعة
اعادة التقييم الايجابي		3.91	0.93	مرتفعة
رؤية الموقف		3.36	0.92	متوسطة
التنظيم الإنفعالي المعرفي (الكلّي)		3.67	0.69	مرتفعة

أظهرت النتائج بأن درجة التنظيم الإنفعالي جاءت بدرجة مرتفعة لدى عينة الدراسة_ بحسب المحك المعتمد والموضح في الجدول (4)_، فقد كان المتوسط الحسابي له (3.67) بانحراف معياري قُدر بـ(0.69)، ويُلاحظ أن هذا المتوسط جاء في الفئة الدنيا من الدرجة المرتفعة، وربما يعزى ذلك الى طبيعة المرحلة العمرية حيث أنه من المحتمل في مرحلة المراهقة أن يصبح تنظيم الإنفعالات أكثر مرونة مع زيادة التماسك في التعرف على مشاعر الآخرين وفهمها، وزيادة في فهم الانتقائية المحتملة للتصورات والتقييمات الخاصة، وزيادة التبصر في السلوكيات المتعلقة بالانفعالات التي تعد جزءاً من العملية الإنفعالية. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت له دراسة يعقوب (2011) التي توصلت إلى أن مستوى التنظيم الإنفعالي المعرفي لدى الطلبة المتميزين كان ايجابياً. إلا أن هذه النتيجة تختلف مع ما توصلت له دراسة **سلوم** (2016) التي أظهرت أن مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية والجامعية كان متوسطاً.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما أنماط التعلق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس التعلق بحسب الأبعاد؛ والتي يتم من خلالها التصنيف بحسب النمط وفقاً لأرمسدن وجرينبرج، ويوضح الجدول (6) التالي هذه الاحصائيات.

جدول (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد التعلق

أبعاد التعلق	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الثقة	653	3.83	0.82
التواصل		3.54	0.78
العزلة		2.52	0.72

تُظهر النتائج المبينة في الجدول (6) السابق أبعاد مقياس التعلق لدى عينة الدراسة، فقد جاء بعد الثقة بدرجة مرتفعة لدى عينة الدراسة_ بحسب المحك المعتمد الجدول(4)_، حيث بلغ المتوسط الحسابي له (3.83) بانحراف معياري قُدر بـ(0.82)، بينما جاء بعد التواصل بدرجة متوسطة، فقد بلغ المتوسط الحسابي له (3.54) بانحراف معياري قُدر بـ(0.78)، وجاء بعد العزلة بدرجة متوسطة ايضا قريبة من المنخفضة، حيث بلغ المتوسط الحسابي له (2.52) بانحراف معياري قُدر بـ(0.72).

باستخدام قواعد تصنيف انماط التعلق وفقاً لأرمسدن وجرينبرج فانه يمكننا تحديد نمط التعلق لـ (653) مستجيب، وكما هو في الجدول (7) التالي:

جدول (7): التكرارات والنسبة المئوية لأنماط التعلق بالرفاق وفق تصنيف (Armsden & Greenberg's, 1987)

نمط التعلق	التكرار	النسبة المئوية
النمط الأمن	512	78.4%
النمط غير الأمن	141	21.6%

وهذا يبين أن النمط السائد للتعلق لدى عينة الدراسة هو النمط الآمن مقارنة بغير الآمن، فقد بلغ مقدار تكراره (512) طالبا وما يمثل نسبته لدى عينة الدراسة (78.4%)، بينما جاء نمط التعلق غير الأمن بتكرار مقداره (141) طالبا بنسبة مئوية بلغت (21.6%)، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت له دراسة العنزي واليوسف (2018) التي أظهرت أن النمط التعلقي السائد هو النمط الآمن، وربما يعزى ذلك إلى أنه في مرحلة المراهقة تأخذ التفاعلات مع الأقران أولوية أعلى من غيرها وبشكل متزايد، لذا فأنه غالبًا ما يتم توجيه سلوك التعلق أيضًا تجاه الشخصيات غير الوالدية، حيث يُنظر إلى الأصدقاء المقربين على أنهم مصادر أساسية للتوجيه والدعم. كما أن العلاقة الحميمة والتبادلية والإفصاح عن الذات للأصدقاء تبلغ ذروتها خلال فترة المراهقة، لذا يتطور المراهقون من كونهم متلقين للرعاية من والديهم إلى مقدمي رعاية محتملين للآخرين المهمين، وبالتالي يمكن اعتبار علاقات الأقران نوعًا من علاقة التعلق.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة α (0.05) بين التنظيم الإنفعالي والتعلق بالرفاق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم حساب الارتباطات (Correlation)؛ بين استجابات عينة الدراسة على مقياس التنظيم الإنفعالي (الدرجة الكليّ) ومقياس التعلق (النمط الأمن، النمط غير الأمن)، وذلك من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation)؛ والجدول(8) يوضح معامل الارتباط بين الدرجة الكلية مقياس التنظيم الإنفعالي التعلق بنمطيه الأمن وغير الأمن، وهي كالآتي:

جدول (8): معامل الارتباط بين التنظيم الإنفعالي والتعلق

المقياس	الاحصائي	التنظيم الإنفعالي	التعلق الأمن	التعلق غير الأمن
التنظيم الإنفعالي	معامل ارتباط بيرسون	1	.554	-.052
	مستوى الدلالة		.000	.181
التعلق الأمن	معامل ارتباط بيرسون		1	-.302
	مستوى الدلالة			.000
التعلق غير الأمن	معامل ارتباط بيرسون			1
	مستوى الدلالة			

ويتضح من الجدول (8) أن معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الإنفعالي والتعلق الأمن كانت (.554) وهي تمثل ارتباط موجب متوسط، وكانت قيمة هذه المعامل دالة إحصائية عند مستوى الدلالة α (0.05)، بينما كان معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الإنفعالي والتعلق غير الأمن كانت (.52-) وهي تمثل ارتباط سالب (عكسي) ضعيف جداً، وكانت قيمة هذه المعامل غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة α (0.05).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Abtahi & Kerns) التي أكدت أن الأطفال ذوو التعلق الامن يظهرون تنظيمًا أفضل للإنفعالات، وتتفق هذه النتيجة من حيث وجود ارتباط بينهما جزئياً مع ما

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

اشارت له دراسة (Parrigon, Kerns, Abtahi & Koehn) بأن التعلق له علاقة مع معرفة الطفل بالانفعال وبالعمليات الفسيولوجية التي قد تعكس الانفعال، كما تتفق هذه النتيجة جزئياً مع ما توصلت له دراسة (Mihalca & Tarnavska) في أن استراتيجيات التنظيم الانفعالي تعمل كمنبئات جيدة. ويمكن أن نعزو ذلك الى نظرية التعلق، والتي تقترح أن تجارب العلاقة الآمنة مع الوالدين تصبح داخلية وتشكل تمثيلات توجه التجربة الإنفعالية، كما أنه إذا كان أمان التعلق يوفر معلومات مفيدة حول كيفية تصرف المراهقين في العلاقات، وتماشيا مع النظرية يرتبط أمن المراهقين بغضب أقل وتجنبًا أقل لحل المشكلات، وتعبيرات وجه أقل لسلوك تثبيط الاتصال (حزن، الغضب، والابتعاد، وعلامات الخلاف)، والمزيد من البيانات التي تثبت صحة البيانات وعروض المشاركة والتعاطف مع الطرف الآخر وتصريحاته.

النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل يوجد فروق في العلاقة بين التعلق بالرفاق وتنظيم الانفعالات تعزى للفروق في الجنس لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان؟.

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم أُستخدم اجرائين، وهما:

أولاً: التنظيم الانفعالي، فقد تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent Samples T-Test) لفحص دلالة العلاقة في اختلاف التنظيم الإنفعالي لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان تبعاً لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، وكانت النتائج كما في (9) التالي:

جدول (9): نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة لفحص دلالة الفروق في في التنظيم الإنفعالي تبعاً لمتغير الجنس.

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة (F) المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة
التنظيم الإنفعالي	الذكور	192	3.52	0.72	3.003	651	*.000
	الإناث	461	3.74	0.67			
* دال احصائياً عند مستوى دلالة α (0.05)							

نلاحظ من هذا الجدول (9) أن قيمة (F) المحسوبة لمقياس التنظيم الإنفعالي الذي جرى تطبيقه على عينة الدراسة كانت (3.003)، بينما كانت مستوى الدلالة لها (000.)، وكانت دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.05) α، وبالتالي يوجد فروق دالة إحصائيًا تُعزى للجنس في اختلاف التنظيم الإنفعالي لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان،

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 24

لصالح الإناث؛ كوّن متوسطهن أعلى من متوسط الذكور والذي بلغ _كما هو موضح في الجدول (9) آنف الذكر_ (3.74)، مقارنة بالذكور الذي بلغ متوسطهم الحسابي (3.52). وهذا يتفق مع دراسة (Garnefski & Kraaij) في أن الفروق كانت لصالح الإناث في جميع استراتيجيات تنظيم الانفعالات المعرفية ولدى جميع العينات، إلا أن هذه النتيجة تختلف مع ما توصلت له دراسة يعقوب (2011) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة في مستويات التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير الجنس، وقد يُعزى ذلك إلى طبيعة التنشئة الإجتماعية للإناث ولخصائص العينة كوَن معظمهاً من الإناث، بينما يميل الأولاد إلى استخدام الاستراتيجيات التي تتضمن تقييمًا إيجابيًا للموقف، غير أن الفتيات يملين أكثر نحو الاستراتيجيات الإنفعالية مثل التنظيم الإنفعالي والتعبير الإنفعالي، فقد زادت خبرتهن في انتقاء استراتيجيات مناسبة وصحية بشكل أكثر للمواقف المختلفة خاصة وأن الأفراد الذين ينضجون ويكسبون خبرات حياة، ربما يتعلمون وعلى نحو متزايد أن يستخدموا استراتيجيات تنظيم انفعال صحية وقد اتفق ذلك مع ما توصلت لها بعض الدراسات ومنها دراسة (Pascual, Conejero & Etxebarria).

ثانياً: التعلق، ولفحص دلالة الفروق في اختلاف التعلق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان تبعاً لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، فقد تم حساب معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين استجابات عينة الدراسة على مقياس التنظيم الانفعالي ومقياس التعلق وكانت النتائج كما في (10) التالي:

جدول (10): معاملات ارتباط بيرسون بين استجابات عينة الدراسة على مقياس التنظيم الانفعالي ومقياس التعلق تبعاً لمتغير الجنس.

نمط التعلق	الاحصائي	الجنس	
		الذكور	الإناث
التعلق الأمن	معامل ارتباط بيرسون	.585	.531
	الدلالة الإحصائية	*.000	*.000
التعلق غير الأمن	معامل ارتباط بيرسون	.044	-.060
	الدلالة الإحصائية	.547	.200
* دال احصائياً عند مستوى دلالة α (0.05)			

يتبين من الجدول (10) أن هناك فروق ظاهرية في قيم معاملات الارتباط بين استجابات عينة الدراسة على التعلق الأمن والتنظيم الانفعالي لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان تبعاً لمتغير الجنس، ولمعرفة مستوى الدلالة الاحصائية لتلك الفروق فقد استخدام اختبار (Z) الفشري، الجدول (11)، وكان على النحو التالي:

جدول (11): اختبار (Z) الفشري لمعاملات ارتباط بيرسون بين التنظيم الانفعالي والتعلق تبعاً لمتغير الجنس.

نمط التعلق	الجنس	معامل الارتباط	العدد	قيمة Z	مستوى الدلالة
التعلق الأمن	الذكور	.585	192	.908	.182
	الإناث	.531	461		
التعلق غير الأمن	الذكور	.044	192	1.204	.114
	الإناث	-.060	461		
* دال احصائياً عند مستوى دلالة α (0.05)					

يتبين من النتائج المبينة في الجدول (11)، عدم وجود فروق دالة إحصائيًا تُعزى للجنس في اختلاف التعلق لدى طلبة مرحلة المراهقة المتوسطة في المدارس الحكومية في عمان، وتتفق هذه النتيجة جزئيا مع ما توصلت له كل من دراسة أبو غزال ودراسة محاميد ودراسة العبيدي من حيث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض انماط التعلق. وتختلف هذه النتيجة جزئيا مع ما توصلت له دراسة أبو غزال ودراسة العبيدي في وجود فروق ذات دلالة إحصائية؛ ولصالح الذكور في بعض انماط التعلق (القلق، الأمن)، ويمكن أن يعزى ذلك إلى عدم وجود فروق في طبيعة التنشئة الإجتماعية والانفعالية والخبرات التي يتعرض لها الأقران في مرحلة المراهقة.

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، ونظراً لأهمية متغيراتها، فأن الباحثة توصي بـ:

- ضرورة التأكيد على الدور الفعال والاساسي لأنماط التعلق كمصدر من مصادر الفرق بين الجنسين في استخدام التنظيم الإنفعالي لهم.
- ضرورة عقد المزيد من الدورات التدريبية والورشات الإرشادية لطلبة مرحلة المراهقة لتنظيم انفعالاتهم لتحقيق التوافق النفس اجتماعي.
- تعزيز الثقة والتواصل لدى المراهقين بالرفاق مما يحسن التنظيم الإنفعالي لديهم.
- تشكيل فرق متعددة لتحسين التواصل مع الرفاق والأهل لدى المراهقين.
- اجراء المزيد من الدراسات التي تتناول هذه المتغيرات مع متغيرات اخرى كالتحصيل الاكاديمي.

الهوامش

1. Underwood, M. K., &Rosen, L. H: Social development: Relationships in infancy, childhood, and adolescence. New York: Guilford Press , 2011.

2. Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., & Grossmann, K. E.:Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. International Journal of Behavioral Development, 25(4), 2001, 331–343.

3. Parrigon, K., Kerns, K., Abtahi, M and Koehen, A.:"Attachement and Emotion in Middle Childhood and Adolescence". Psychological Topics, 24(1), 2015, 27-50.

4. Shumaker, Deutsch,& Brenninkmeyer.: How Do I Connect? Attachment Issues in Adolescence. Journal of Child Custody. 6(1), 2009, 91-112.

5. Santrock, J.W.: Adolescence. New York, McGraw-Hill, 2003.

6. Smetana, J. G.: Middle-class African American adolescents' and parents' conceptions of parental authority and parenting practices: A longitudinal investigation. Child Development, 71, 2000, 1672–1686.

7. Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P.: Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. Personality and Individual Differences, 30, 2001, 1311–1327.

8. Armsden, G. C., & Greenberg, M. T.: The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(5), 1987, 427–454.

9. Barker, R.: The Social Work Dictionary, Washington, DC,NASW 1999 PRESS, 1999.

10. Smetana, J. G.: Middle-class African American adolescents' and parents' conceptions of parental authority and parenting practices: A longitudinal investigation. Child Development, 71, 2000, 1672–1686.

11. Hyekyung, C & Daniel, S.: Quality of Parent-Child Relationship, Family Conflict, Peer Pressure, and Drinking Behaviors of Adolescents in an Asian Context: The Case of Singapore, Springer, (110), 3, 2013, 1141-1157.

12. Eisenberg, N., & Fabes, R.A.: Empathy: Conceptualization, measurement, and relation to prosocial behavior. Motivation and Emotion, 14(2), 2000, 131-149.

13. Mauss, I.B., Bunge, S.A., & Gross, J.J.: Automatic emotion regulation. Social and Personality Psychology compass, 1(1), 2007, 146-147.

14. Thompson, R. A.: Emotion regulation: A theme in search of definition. Monographs of the society for research in child development, 59(2-3),1994, p:27-28.

15. Eisenberg, N.: The core and correlates of affective social competence. Social Development, 10,2001, 120-124.

16. Erdelyi, M.H.: Repression: The mechanism and the defense. In D. M. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), Handbook of mental control. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1993.

17. Goleman, D.: Emotional intelligence. New York: Bantam Books, 1995.

18. Philippot, P., & Feldman, R. S. (Eds.): *The regulation of emotion*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2004.

19. Gross, J.J.: The emerging field of emotion regulation: an integrative review. Review of general psychology, 2(4), 1998, 271-276.

20. Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A.: Emotion Regulation as a Scientific Construct: Methodological Challenges and Directions for Child Development Research. *Child Development, 75*(2), 2004, 317-333; Gross, J.J.: Emotion regulation Conceptual and empirical foundations. Handbook of emotion regulation, 2, 2014, 3-20.

21. Gyurak, A., Gross, J. J., & Etkin, A.: Explicit and implicit emotion regulation: a dual-process framework. Cognition and emotion, 25(3), 2011, 400-412.

22. Gross, J.J.: Emotion regulation Conceptual and empirical foundations. Handbook of emotion regulation, 2, 2014, 3-20.

23. Gross, J.J.: Emotion regulation Conceptual and empirical foundations. Handbook of emotion regulation, 2, 2014, 3-20.

24. Dan-Glauser, E. S., & Gross, J. J.: Emotion regulation and emotion coherence: evidence for strategy-specific effects. Emotion, 13(5), 2013, 832.

25. Gross, J.J.: Emotion regulation Conceptual and empirical foundations. Handbook of emotion regulation, 2, 2014, 3-20.

26. المرجع نفسه، ص (11).

27. Lewis, M., Haviland-Jones, J. M., & Barrett, L. F. (Eds.): *Handbook of emotions* (3rd ed.). The Guilford Press, 2008.

28. Rothbaum, F., Weisz, J. R., & Snyder, S. S.: Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology, 42*(1), 1982, 5–37.

29. Lazarus, R., & Folkman, S.: Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer, 1984.

30. Rothbart, M. K., Ziaie, H., & O'Boyle, C. G.: Self-regulation and emotion in infancy. In N. Eisenberg & R. A. Fabes (Eds.), New directions for child development, No. 55: The Jossey-Bass education series. Emotion and its regulation in early development, 1992, p. 7–23.

31. Gross, J. J.: Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences. Psychophysiology, 39(3), 2002, 281–291.

32. المرجع نفسه، ص (13).

33. .Ochsner, K. N., & Gross, J. J.: *The Neural Architecture of Emotion Regulation.* In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*, The Guilford Press, 2007, p. 87–109.

34. Crockenberg, S. C., & Leerkes, E. M.: Infant and maternal behaviors regulate infant reactivity to novelty at 6 months. Developmental Psychology, 40(6), 2004, 1123.

35. Delaney, K.: Following the affect: learning to observe emotional regulation. Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing. 19, 2006, P. 175-181.

36. Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S.: Emotion Regulation in Children and Adolescents. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 27*(2), 2006, 155–168.

37. MacKlem, G.L.: Practitioner's Guide to Emotion Regulation in School-Aged Children, 2008.

38. Garber, J., & Dodge, K. A. (Eds.): *Cambridge studies in social and emotional development. The development of emotion regulation and dysregulation.* New York, NY, US: Cambridge University Press, 1991.

39. Muraven, M., & Baumeister, R. F.: Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin, 126*(2), 2000, 247–259. ; MacKlem, G.L.: Practitioner's Guide to Emotion Regulation in School-Aged Children, 2008.

40. الزغول، رافع: التنشئة الإجتماعية والتعلق، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2006.

41. Parkes, C. M., Stevenson-Hinde, J., & Marris, P. (Eds.): *Attachment across the life cycle.* Tavistock/Routledge, 1991.

42. مدوري، يمينة: إشكالية التعلق لدى الطفل. مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية. ع. 14-13، 2015. ص. 66-80

43. Bowlby, J.: Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment. Attachment and Loss. New York: Basic Books, 1969.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

44. أبو غزال، معاوية وجرادات، عبد الكريم: أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، جامعة اليرموك، 5(1)، 2009، 45-57.

45. أبو غزال، معاوية: النمو الإنفعالي والإجتماعي، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 2009.

46. المرجع نفسه، ص (43).

47. المرجع نفسه، ص (45).

48. Passer & Smith.: Psychology the Science of Mind and Behavior. 3rd edition. New York: McGraw-Hill Companies, 2007.

49. أبو غزال، معاوية: النمو الإنفعالي والإجتماعي، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 2009.

50. المرجع نفسه، ص (49).

51. Armsden, G. C., & Greenberg, M. T.: The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(5), 1987, 427–454.

52. Guarnieri, S., Ponti, L., & Tani, F.: The inventory of parent and peer attachment (IPPA): A study on the validity of styles of adolescent attachment to parents and peers in an Italian sample. TPM - Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology. 17, 2010, 103-130.

53. Armsden, G. C., & Greenberg, M. T.: The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(5), 1987, 427–454.

54. Guarnieri, S., Ponti, L., & Tani, F.: The inventory of parent and peer attachment (IPPA): A study on the validity of styles of adolescent attachment to parents and peers in an Italian sample. TPM - Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology. 17, 2010, 103-130.

55. Rosenblum GD, Lewis M: Emotional development in adolescence. In Adams GR, Berzonsky MD (Eds), Blackwell Handbook of Adolescence. Blackwell Publishing, Malden, MA, 2006.

56. Guarnieri, S., Ponti, L., & Tani, F.: The inventory of parent and peer attachment (IPPA): A study on the validity of styles of adolescent attachment to parents and peers in an Italian sample. TPM - Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology. 17, 2010, 103-130.

57. Cassidy, J.: Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3), 1994, 228–283.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 30

58. Van der Kolk, B. A., & Fisler, R. E.: Childhood abuse and neglect and loss of self-regulation. *Bulletin of the Menninger Clinic, 58*(2), 1994, 145–168.

59. Cassidy, J.: Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3), 1994, 228–283.

60. Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J.: Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*(1-2), 1985, 66–104.

61. العنزي،هند واليوسف، رامي: أنماط التعلق وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي لدى أطفال الروضة بدولة الكويت. مجلة دراسات، 46 (2)، 2019، 69-88.

62. Abtahi, M, & Kerns, K. A.: Attachment and emotion regulation in middle childhood: changes in affect and vagal tone during a social stress task. Attachment & human development, 19(3), 2017, 221–242.

63. Blair, B. L., Gangle, M. R., Perry, N. B., O'Brien, M., Calkins, S. D., Keane, S. P., & Shanahan, L.: Indirect Effects of Emotion Regulation on Peer Acceptance and Rejection:The Roles of Positive and Negative Social Behaviors. Merrill-Palmer quarterly (Wayne State University. Press), 62(4), 2016, 415–439.

64. سلوم، هناء: استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات: دراسة مقارنة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية والجامعية في مدينة دمشق. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا، 2016.

65. Garnefski, N., Kraaij, V.: Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. Personality and Individual Differences. (40), 2016, p. 1659-1669.

66. Garnefski, N.: Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and Internalizing and Externalizing psychopathology. Journal of Adolescence. vol 28, 2015, p. 619–631.

67. Mihalca, A., Tarnavska, Y.: Cognitive Emotion Regulation Strategies and Social Functioning in Adolescents. Procedia - Social and Behavioral Sciences. 82, 2013, 574-579.

68. أبو غزال، معاوية محمود، وفلوة، عايدة: أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقاً لتغيري النوع الاجتماعي والفئة العمرية. المجلة الأردنية، في العلوم التربوية، مجلد 10، العدد 13، 2015.

69. Parrigon, K., Kerns, K., Abtahi, M and Koehen, A.: Attachement and Emotion in Middle Childhood and Adolescence. Psychological Topics, 24(1), 2015, 27-50.

Jerash for Research and Studies Journal ???? ??? ?????? ?????????, Vol. 23 [2022], Iss. 1, Art. 40

70. Sorić, I., Penezic, Z., & Burić, I.: Big Five Personality Traits, Cognitive Appraisals and Emotion Regulation Strategies as Predictors of Achievement Emotions. Psihologijske Teme. 22, 2013, 325-349.

71. Akhtar, Z.: Attachment styles of adolescents: Characteristics and contributing factors. Academic Research International, 2(2), 2012, 613.

72. يعقوب، صالح: مستوى التنظيم الانفعالي لدى الطلبة المتميزين في مدارس محافظة ديالى بالعراق. مجلة جامعة ديالى، 6(4)، 2011، 14-66.

73. Waters, S. F., Virmani, E. A., Thompson, R. A., Meyer, S., Raikes, H. A., & Jochem, R.: Emotion regulation and attachment: Unpacking two constructs and their association. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 32*(1), 2010, 37-47.

74. Armsden, G. C., & Greenberg, M. T.: The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*(5), 1987, 427–454.

75. المرجع نفسه، ص (431).

76. المرجع نفسه، ص (432).

77. المرجع نفسه، ص (434).

78. Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P.: Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. Personality and Individual Differences, 30, 2001, 1311–1327.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية:

الزغول، رافع (2006). **التنشئة الإجتماعية والتعلق**، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.

سلوم، هناء (2016). **استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات: دراسة مقارنة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية والجامعية في مدينة دمشق**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا.

شريم، رغدة (2009). **سيكولوجية المراهقة**، دار المسيرة، ط1،عمان،الاردن.

العنزي، هند واليوسف، رامي (2019). أنماط التعلق وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي لدى أطفال الروضة بدولة الكويت. **مجلة دراسات**، 46 (2)، 69-88.

https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jpu/vol23/iss1/40 32

أبو غزال، معاوية (2009). **النمو الإنفعالي والإجتماعي**، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.

أبو غزال، معاوية محمود، وفلوة، عايدة (2015). أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقاً لتغيري النوع الاجتماعي والفئة العمرية. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، مجلد 10، العدد 13.

أبو غزال، معاوية وجرادات، عبد الكريم (2009)، أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، جامعة اليرموك، 5(1): 45-57.

محاميد، علي (2017). **أنماط التعلق السائدة بين المتنمرين في المدارس الإعدادية في منطقة أم الفحم الفلسطينية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

مدوري، يمينة. (2015). إشكالية التعلق لدى الطفل. **مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية**. ع. 14-13، ديسمبر 2015. ص. 66-80.

يعقوب، صالح (2011). مستوى التنظيم الانفعالي لدى الطلبة المتميزين في مدارس محافظة ديالى بالعراق. **مجلة جامعة ديالى**، 6(4)، 14-66.

List of Sources and References

Abtahi, M, & Kerns, K. A. (2017). Attachment and emotion regulation in middle childhood: changes in affect and vagal tone during a social stress task. *Attachment & human development*, 19(3), 221–242.

Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.

Akhtar, Z. (2012). Attachment styles of adolescents: Characteristics and contributing factors. *Academic Research International*, 2(2), 613.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. https://doi.org/10.1007/BF02202939

Barker, R. (1999). *The Social Work Dictionary*, Washington, DC,NASW 1999 PRESS.

Blair, B. L., Gangle, M. R., Perry, N. B., O'Brien, M., Calkins, S. D., Keane, S. P., & Shanahan, L. (2016). Indirect Effects of Emotion Regulation on Peer Acceptance and Rejection:The Roles of Positive and Negative Social Behaviors. *Merrill-Palmer quarterly* (Wayne State University. Press), 62(4), 415–439.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*, Vol. 1: Attachment. Attachment and Loss. New York: Basic Books.

Brodzinsky, D.M. & Gormly, A., & Ambron, S. (1986) *Lifespan Human Development* (3rd ed.). New York: Holt, Rinehart, & Winston.

Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228–283. https://doi.org/10.2307/1166148

Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion Regulation as a Scientific Construct: Methodological Challenges and Directions for Child Development Research. *Child Development*, 75(2), 317-333.

Crockenberg, S. C., & Leerkes, E. M. (2004). Infant and maternal behaviors regulate infant reactivity to novelty at 6 months. *Developmental Psychology*, 40(6), 1123.

Dan-Glauser, E. S., & Gross, J. J. (2013). Emotion regulation and emotion coherence: evidence for strategy-specific effects. *Emotion*, 13(5), 832.

Delaney, K. (2006). Following the affect: learning to observe emotional regulation. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*. 19. Pp. 175-181.

Eisenberg, N. (2001). The core and correlates of affective social competence. *Social Development*, 10, 120-124.

Eisenberg, N., & Fabes, R.A. (2000). Empathy: Conceptualization, measurement, and relation to prosocial behavior. *Motivation and Emotion*, 14(2)m 131-149.

Erdelyi, M.H. (1993). *Repression: The mechanism and the defense*. In D. M. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), Handbook of mental control. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.

Garber, J., & Dodge, K. A. (Eds.). (1991). *Cambridge studies in social and emotional development. The development of emotion regulation and dysregulation.* New York, NY, US: Cambridge University Press.

Garnefski, N. (2015). Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and Internalizing and Externalizing psychopathology. *Journal of Adolescence*. vol 28. Pp: 619–631.

Garnefski, N., Kraaij, V. (2016). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*. (40). Pp: 1659-1669.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311–1327.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books

Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291.

Gross, J.J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of general psychology*, 2(4), 271-276.

Gross, J.J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 214-219.

Gross, J.J. (2014). *Emotion regulation Conceptual and empirical foundations.* Handbook of emotion regulation, 2, 3-20.

Guarnieri, S., Ponti, L., & Tani, F. (2010). The inventory of parent and peer attachment (IPPA): A study on the validity of styles of adolescent attachment to parents and peers in an Italian sample. TPM - Testing, Psychometrics, *Methodology in Applied Psychology*. 17. 103-130.

Gyurak, A., Gross, J. J., & Etkin, A. (2011). Explicit and implicit emotion regulation: a dual-process framework. *Cognition and emotion*, 25(3), 400-412.

Hyekyung, C & Daniel, S. (2013). Quality of Parent-Child Relationship, Family Conflict, Peer Pressure and Drinking Behaviors of Adolescents in an Asian Context: The Case of Singapore, *Springer*, (110),3,(1141-1157).

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.

Lewis, M., Haviland-Jones, J. M., & Barrett, L. F. (Eds.). (2008). *Handbook of emotions* (3rd ed.). The Guilford Press.

MacKlem, G.L.. (2008). *Practitioner's Guide to Emotion Regulation in School-Aged Children*. 10.1007/978-0-387-73851-2.

Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 66–104. https://doi.org/10.2307/3333827

Mauss, I.B., Bunge, S.A., & Gross, J.J. (2007). Automatic emotion regulation. *Social and Personality Psychology compass*, 1(1), 146-147.

Mihalca, A., Tarnavska, Y. (2013). Cognitive Emotion Regulation Strategies and Social Functioning in Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 82. 574-579. 10.1016/j.sbspro.2013.06.312.

Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126(2), 247–259. https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.2.247

Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2007). *The Neural Architecture of Emotion Regulation.* In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (p. 87–109). The Guilford Press.

Omran, M. (2011). Relationships between cognitive emotion regulation strategies with depression and anxiety. *Open Journal of Psychiatry*. 1. Pp: 106-109.

Parkes, C. M., Stevenson-Hinde, J., & Marris, P. (Eds.). (1991). *Attachment across the life cycle.* Tavistock/Routledge.

Parrigon, K., Kerns, K., Abtahi, M and Koehen, A. (2015). "Attachement and Emotion in Middle Childhood and Adolescence". *Psychological Topics*, 24(1), 27-50.

Pascual, A., Conejero, S., & Etxebarria, I. (2016). Coping strategies and emotion regulation in adolescents: Adequacy and gender differences. *Ansiedad y Estrés*, 22(1), 1–4. doi:10.1016/j.anyes.2016.04.002

Passer & Smith. (2007). *Psychology the Science of Mind and Behavior*. 3rd edition. New York: McGraw-Hill Companies

Philippot, P., & Feldman, R. S. (Eds.). (2004). *The regulation of emotion.* Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Rosenblum GD, Lewis M (2006) *Emotional development in adolescence*. In Adams GR, Berzonsky MD (Eds), Blackwell Handbook of Adolescence. Blackwell Publishing, Malden, MA.

Rothbart, M. K., Ziaie, H., & O'Boyle, C. G. (1992). *Self-regulation and emotion in infancy*. In N. Eisenberg & R. A. Fabes (Eds.), New directions for child development, No. 55: The Jossey-Bass education series. Emotion and its regulation in early development (p. 7–23).

Rothbaum, F., Weisz, J. R., & Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology,* 42(1), 5–37. https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.5

Santrock, J.W.(2003). *Adolescence*. New York, McGraw-Hill.

Shumaker, Deutsch,& Brenninkmeyer. (2009). How Do I Connect? Attachment Issues in Adolescence. *Journal of Child Custody*. 6(1). 91-112. 10.1080/15379410902894866.

Smetana, J. G. (2000). Middle-class African American adolescents' and parents' conceptions of parental authority and parenting practices: A longitudinal investigation. *Child Development*, 71, 1672–1686.

Sorić, I., Penezic, Z., & Burić, I. (2013). Big Five Personality Traits, Cognitive Appraisals and Emotion Regulation Strategies as Predictors of Achievement Emotions. *Psihologijske Teme*. 22. 325-349.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 25-52.

Underwood, M. K., &*Rosen*, L. H. (2011). *Social development: Relationships in infancy, childhood and adolescence*. New York: Guilford Press.

van der Kolk, B. A., & Fisler, R. E. (1994). Childhood abuse and neglect and loss of self-regulation. *Bulletin of the Menninger Clinic,* 58(2), 145–168.

Waters, S. F., Virmani, E. A., Thompson, R. A., Meyer, S., Raikes, H. A., & Jochem, R. (2010). Emotion regulation and attachment: Unpacking two constructs and their association. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment,* 32(1), 37-47.

Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S. (2006). Emotion Regulation in Children and Adolescents. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 27(2), 155–168. https://doi.org/10.1097/00004703-200604000-00014

Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., & Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25(4), 331–343.