



ISSN 2735-4822 (Online) \ ISSN 2735-4814 (print)



The Effectiveness of an Indicative Program to improve Emotional Stability in reducing Impulsivity among Police College Students in the State of Kuwait

PhD. Hussain Shanaqa Jadooaa Sayaf Al-Ruwaia

Department of psychology (Mental Health), Faculty of Woman College
Ain Shams University, Arab Republic of Egypt

Boazooz1971@gmail.com

Heba Hussein Ismail

Department of psychology (Mental Health), Faculty of Woman College
Ain Shams University, Arab Republic of Egypt

Hebahussien2009@hotmail.com

Receive Date: 15 October 2023, Revise Date: 13 November 2023

Accept Date: 22 November 2023.

DOI: [10.21608/BUHUTH.2023.242784.1581](https://doi.org/10.21608/BUHUTH.2023.242784.1581)

Volume 4 Issue 5 (2024) Pp.198-239.

Abstract

The police job is characterized by a specificity that distinguishes it from all other jobs. This specificity imposes the complete uniqueness and distinction of the personality of the police officer who carries out its duties. Such job is closely related to the protection of lives, property, and honor, and it requires high emotional stability and lack of impulsiveness in various situations. Therefore, the researcher aimed to prepare an Indicative Program to improve emotional stability and reduce impulsivity among police college students in Kuwait. He also aimed to measure the effectiveness of the indicative program prepared to improve emotional stability in reducing impulsivity among police college students in Kuwait. The present researcher followed the two-group experimental approach on a random sample of (60) students from the Police College in Kuwait. They range in age from 19 to 22 years and have different educational levels, using research tools (emotional stability scale and impulsivity scale) (prepared by the researcher). The outcomes validated the research hypotheses with a statistically significant difference between the average scores of the control and experimental groups in the post-measurement of the emotional stability scale & impulsivity scale in favor of the experimental group. The outcomes also demonstrated the effectiveness of the indicative program designed to improve emotional stability in reducing impulsivity among police college students in Kuwait. The researcher concluded with a set of recommendations.

Keywords: Emotional Stability - Impulsivity - Police College - Kuwait - Indicative Program .

فعالية برنامج إرشادي لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية

لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت

حسين شنافة جدوع سيف الرويعي

باحث دكتوراه- قسم الصحة النفسية

كلية البنات ، جامعة عين شمس، جمهورية مصر العربية

Boazooz2010@gmail.com

أ.د/ هبة حسين إسماعيل

كلية البنات ، جامعة عين شمس ، جمهورية مصر العربية

Hebahussien2009@hotmail.com

المستخلص:

تتسم الوظيفة الشرطية بخصوصية تميزها عن غيرها من سائر الوظائف الأخرى وتفترض هذه الخصوصية انفراد وتميز تام لشخصية ضابط الشرطة الذي يقوم بأعبائها، تلك الوظيفة التي تتصل اتصالاً وثيقاً بحماية الأرواح والأموال والأعراض، ما يتطلب ثبات انفعالي عالي وعدم اندفاعية في المواقف المختلفة لذا هدف البحث إلى إعداد برنامج إرشادي لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت، كما هدف إلى قياس فعالية البرنامج الإرشادي المُعد لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت، اتبع البحث الحالي المنهج التجريبي ذو المجموعتين على عينة عشوائية قوامها (٦٠ طالب) من طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت، تتراوح أعمارهم بين ١٩-٢٢ عاماً مختلفي المستوى التعليمي، باستخدام أدوات البحث (مقياس الثبات الانفعالي ومقياس الاندفاعية (إعداد الباحث)، وقد اثبتت النتائج التحقق من صحة فروض البحث بوجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس الثبات الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية، كما يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس الاندفاعية لصالح المجموعة التجريبية، كما اثبتت النتائج فعالية البرنامج الإرشادي المُعد لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت، واختتم البحث بمجموعة من التوصيات كان أبرزها وضع اللوائح والقوانين المنظمة لاندفاع رجل الشرطة.

الكلمات المفتاحية: الثبات الانفعالي – الاندفاعية- طلاب كلية الشرطة- دولة الكويت- برنامج إرشادي.

المقدمة

تتسم الوظيفة الشرطية بخصوصية تميزها عن غيرها من سائر الوظائف الأخرى وتفترض هذه الخصوصية انفراد وتميز تام لشخصية ضابط الشرطة الذي يقوم بأعبائها، تلك الوظيفة التي تتصل اتصالاً وثيقاً بحماية الأرواح والأموال والأعراض ويشمل دورها مهام وظيفية متنوعة منها إشاعة الطمأنينة والسكينة والأمن لدى أفراد المجتمع، ما يتطلب ثبات انفعالي عالي وعدم اندفاعية في المواقف المختلفة التي يتعرض لها (سعد، 2005: 19) ويعد الثبات الانفعالي واحداً من الجوانب المهمة في حياة الفرد، كما أنه واحد من العوامل التي تحدد أنماط الشخصية الإنسانية؛ فالفرد المتميز انفعالياً لديه القدرة على تحمل تأجيل إشباع الحاجات، ولديه قدرة على تحمل قدر معقول من الإحباط، ويؤمن بالتخطيط بعيد المدى، ولديه القدرة على مراجعة التوقعات في ضوء الظروف والمستجدات (Tarannum and Khatoon, 2009).

كما أن الثبات الانفعالي أحد سمات الشخصية المتوافقة، التي تتصف بالشجاعة في مواجهة التحديات والحسم في اتخاذ القرارات المهمة، والقدرة على السيطرة، والضبط في تعبيره عن انفعالاته وامتلاكه وجوداً مع الآخرين قائماً على الحب والتفاعل الذي لا يلغي خصوصيته وتقديره، وإنما يعمل على اندماجه مع الآخرين، وتحقيق ذاته (المسعودي، 2002).

ويرتبط الثبات الانفعالي، وتحمل المسؤولية بشكل وثيق مع العديد من متغيرات الشخصية، وخاصةً الاندفاعية وهو القدرة على ضبط الذات، فكلما تمتع الفرد بقدرة على ضبط الذات، استطاع أن يسيطر على انفعالاته، ويتمتع بثبات انفعالي يمكنه من السيطرة على سلوكياته، بحيث يكون قادراً على تحمل المسؤولية تجاه مختلف المواقف (الفرماوي، 2009).

وتعتبر الاندفاعية من العوامل التي تساعد على عدم تحقيق الفرد لوظائفه الأساسية في هذه الحياة (الغامدي، 2009: 30) فهي ترتبط بضعف القدرة على ضبط السلوك، والنشاط الزائد، وعدم الهدوء، وعدم الأخذ بالاعتبار النتائج قبل القيام بالفعل، وضعف القدرة على التخطيط، والأفق العقلي قصير المدى، والنقص في ضبط الذات، والبحث عن الإثارة والمخاطرة، وعدم تأخير المكافأة أو الإشباع، والتحصيل الدراسي المنخفض، والمستوى المنخفض من التمثل العاطفي، والتمركز حول الذات، والشعور بدرجة أقل بالإثم والذنب مقابل الشعور بالسعادة والانبساط، والإهمال وعدم الاهتمام مع تكرار الانخراط

في سلوكيات خطيرة بعد الفشل في التعلم من أخطاء سابقة (Nicoleta, 2016: 254) وفي ضوء ما تقدم تبلورت فكرة البحث ومشكلته فيما يلي:

مشكلة البحث:

يتضح من الدراسات التي أجريت على طلبة الكليات الجامعية بأنواعها أنها لم تهتم كثيراً بطلبة كليات الشرطة وذلك على الرغم من أهمية الدور إلى سيضطلعون به في مجتمعهم بعد إعدادهم في الكلية ومن هنا تكمن مشكلة البحث كمحاولة للبدء بالاهتمام بطلبة كلية الشرطة في دولة الكويت كجزء من العملية التعليمية وكجزء من المجتمع ككل. وتتبلور مشكلة البحث في محاولة تحسين الثبات الانفعالي وخفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت.

أسئلة البحث:

- 1 - ما إمكانية إعداد برنامج إرشادي لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت.
- 2 - ما فعالية البرنامج الإرشادي لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت.

أهداف البحث

- 1 - إعداد برنامج إرشادي لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت
- 2 - قياس فعالية البرنامج الإرشادي المُعد لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت

أهمية البحث:

- 1 - الأهمية النظرية: تتبع أهمية البحث من نوع المشكلة التي تتعرض لها، وذلك على النحو التالي:
 - أ. إلقاء الضوء على الثبات الانفعالي كمهارة لها أبعاد وخصائص وتحتاج إلى أساليب علاجية تنتمي لمدارس عديدة من العلاج النفسي، والعلاج السلوكي، والبيئي، وغيرها.
 - ب. ندرة الأبحاث التي أجريت على طلاب كلية الشرطة ولا سيما التي تتناول الثبات الانفعالي والاندفاعية وذلك على المستوى المحلي - في حدود علم الباحث.

ج. إلقاء الضوء على أهمية إجراء المزيد من البحوث والدراسات التي تهتم بدراسة جوانب الثبات الانفعالي والاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت.

د. فضلاً عما يقدمه البحث من أدوات تشخيص وتدخل علاجي تسهم في إثراء المكتبة السيكمترية العربية.

2- الأهمية التطبيقية

تكمن أهمية البحث التطبيقية في إعداد خريجين من كلية الشرطة في دولة الكويت على قدر كبير من الثبات الانفعالي وما يساعده على الحد من الاندفاعية مما يعود نفعه عليهم بحياتهم المستقبلية والمهنية، وهو ما يمثل إضافة تقيد العاملين في المجال.

مصطلحات الدراسة

الثبات الانفعالي:

يعرفه الباحث إجرائياً بأنه قدرة الشخص على السيطرة على انفعالاته المختلفة والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الظروف وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الانفعالات، وهو الدرجة التي يحصل عليها طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت على مقياس الثبات الانفعالي.

الاندفاعية:

يعرفها الباحث إجرائياً بأنها نزعة إلى الاستجابة للمثيرات الداخلية والخارجية دون تفكير كافٍ بالمخرجات والنتائج المترتبة على الفعل والسلوك، ودون تخطيط، يرافقه شعور بعدم الراحة، وتشتت في الانتباه، وصعوبة في التركيز، ونقص في القدرة على التنظيم الذاتي للأفكار والأفعال والانفعالات، وهو الدرجة التي يحصل عليها طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت على مقياس الاندفاعية.

برنامج إرشادي

يمكن تعريف البرنامج الإرشادي إجرائياً في البحث الحالي: بأنه خطة أو منظومة متكاملة تتناول مجموعة من الإجراءات التي يتم تخطيطها على أسس علمية والتي تستهدف تقديم المساعدة لطلاب كلية الشرطة الذين يعانون من تدني في مستوى الثبات الانفعالي ومرتفعي الاندفاعية.

طلاب كلية الشرطة

يعرفهم الباحث إجرائياً بأنهم طلاب الهيئة النظامية المكلفة بحفظ الأمن والنظام، وتنفيذ أوامر الدولة وحماية أنظمتها، وهي أحد أفرع القطاعات الأمنية التابعة لوزارة الداخلية، والمنوط به استتباب الأمن، وحماية القانون والنظام

حدود البحث

- الحد الجغرافي: دولة الكويت

- الحد البشري: طلاب كلية الشرطة

- الحد الزمني: العام الدراسي 2022 / 2023

ينقسم البحث إلى جزئين وهما

الإطار النظري

ويشمل الثبات الانفعالي، الاندفاعية

الإطار التطبيقي:

ويشمل إعداد وتطبيق أدوات البحث (مقياس الثبات الانفعالي - مقياس الاندفاعية)

أولاً: الإطار النظري

1- الثبات الانفعالي Emotional Stability

يُشير (العبيدي، 1992) إلى أن " الثبات الانفعالي بُعد أساسي في الشخصية، يمتد من طرفه الإيجابي متمثلاً في الثبات إلى طرفه السلبي متمثلاً بالعصابية، وأن الأفراد يقعون على هذا المتصل المستمر على أي درجة منه، بناءً على استعدادهم باتجاه العصابية أو الثبات والظروف الحياتية التي يتعرضون لها (العوامل المترسبة)، وأن هذا البُعد (الثبات، العصابية) يحوي ضمناً سمات فرعية هي: الثبات الانفعالي - التآرجح الانفعالي، قوة الضبط الذاتي - الضعف الذاتي، التوافق - سوء التوافق، الشعور بالاطمئنان - الشعور بعدم الاطمئنان"، هذا ما يتفق مع تعريف (بني يونس، 2009) للاتزان الانفعالي بأنه " أحد الأبعاد الأساسية في الشخصية الذي يمتد على شكل متصل مستمر من القطب

الذي يمثله الثبات الانفعالي إلى القطب السالب الذي تمثله العصابية، وأن أي شخص يمكن أن يكون في أي مكان على هذا المتصل، ويمكننا أن نصفه طبقاً لمكانه، وأن جميع المواقع محتملة، ويمثل الثبات الانفعالي الشخص الهادئ، الرزين، الثابت، المنضبط، غير العدواني، المتقائل، الدقيق"

العوامل المؤثرة في الثبات الانفعالي

يتأثر الثبات الانفعالي بالعديد من المؤثرات والعوامل التي قد تتباين في الثبات الانفعالي للفرد، فقد يرتبط بعض هذه العوامل بشخصية الفرد الذاتية، وبعضه الآخر قد يرتبط بالبيئة المحيطة، وما يتعرض له من مواقف خلال الحياة اليومية، وهناك تأثير للاضطرابات الفسيولوجية الداخلية، وبالتالي فإن هذه العوامل تؤدي دوراً مؤثراً في مدى قدرة الفرد على تحقيق الثبات الانفعالي (أحمد، 2015) ومن العوامل المؤثرة في الثبات الانفعالي.

- العوامل النفسية

قد تسهم العوامل النفسية التي يكون مصدرها خلافاً، أو اضطراباً في العمليات المعرفية، كعدم وضوح الدوافع لدى الفرد، أو الانفعالات، وهذه العوامل قد تنشأ نتيجة التفاعل غير الطبيعي بين الذات من جهة والموضوع أو المحيط الفيزيائي المادي أو الاجتماعي من جهة أخرى، وهذا التفاعل الحاصل قد يؤثر في قدرة الفرد على تحقيق الثبات الانفعالي، وقد تتأثر الجوانب النفسية للفرد نتيجة الضغوط التي يتعرض لها، وما يصاحبها من تغيرات نفسية وفسيولوجية (الفرماوي وحسن، 2009).

- العوامل البيولوجية

تشمل العوامل الوراثية، أو الجينات، والعوامل العصبية، وهرمونات جهاز الإفراز الداخلي، التي قد تتباين من فرد إلى آخر، كما أن المكونات البيئية تؤدي دوراً في التأثير على الثبات الانفعالي لدى الفرد، وبالتالي فإن العوامل المؤثرة في الثبات الانفعالي هي نتائج تفاعل العديد من المؤثرات المتنوعة والمختلفة في نوعها وشدتها، وبالتالي فإن شدة الانفعالات الناتجة لدى الفرد تتفاوت حسب طبيعة الاقتران والتفاعل ما بين العوامل سواء أكانت هذه عوامل (بيولوجية، نفسية، بيئية، أسرية، اجتماعية، اقتصادية أو مجتمعة معاً) (بني يونس، 2009).

دور الإرشاد النفسي في تحقيق الثبات الانفعالي

تعد العملية الإرشادية هي الركيزة الأساسية التي يستطيع من خلالها الفرد من فهم أعمق لنفسه ، ومشاكله وكيفية التعامل معها، فالإرشاد النفسي لا يهدف فقط إلى حل المشكلة الانفعالية أو غيرها من المشكلات ، بل يرمي إلى تزويد الفرد بفهم أفضل لنفسه والآخرين ، ولتحرير جميع طاقاته، وامكانياته أثناء عملية الإرشاد لإكساب وجهات نظر صحية نحو ذاته ونحو الناس والحياة والوصول إلى أقصى درجة ممكنة من التناسق لجميع جوانب شخصيته ، فالإرشاد النفسي يركز على مساعدة الفرد للتغلب على مشكلاته الانفعالية أو تجاوز قلقه وحيرته ، وتعديل سلوكه غير السوي أثناء عملية الإرشاد بدرجة تعيد للفرد تماسكه النفسي ، وتنمي فيه القدرة على الثبات الانفعالي ، وتجنبه حالة الاضطراب النفسي. (حواشين وحواشين 2005) ويمكن حصر أهمية الحاجة الإرشاد النفسي في النقاط الآتي:

- أن يفهم الفرد نفسه وقدراته وامكانياته وحدود هذه القدرات والإمكانيات.
- يحقق الفرصة لتنمية قراراته وخبراته.
- يجد الفرد لنفسه مهنة لتجمع في المجتمع يحقق فيها قدرته وميوله المهنية.
- يعترف الغير بقدرات الفرد وما يستطيع أن يقدمه للمجتمع.
- يحقق الحاجة إلى الحب والعطف وفهم الغير.
- ينمي أحاسيس الفرد نحو القيم الخلقية والروحية.
- ينمي في نفسه القدرة الذاتية على التكيف للتغير في المجتمع الذي يعيش فيه. (العبيدي والعبيدي، 2010:48)

وهناك العديد من الدراسات السابقة التي تناولت الثبات الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات، وسيعرض الباحث تلك الدراسات في شكل تقرير مفصل من الأقدم إلى الأحدث وهي كالتالي:

دراسة (غالب 2012) بعنوان:

نمو الأحكام الأخلاقية وعلاقته بالثبات الانفعالي والنضج الاجتماعي

وهدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة الثبات الانفعالي والنضج الاجتماعي بالأحكام الأخلاقية. اتبعت الدراسة المنهج التجريبي على عينة تكونت من (2400) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الثبات الانفعالي والأحكام الأخلاقية، كما بينت وجود علاقة بين الثبات الانفعالي والنضج الاجتماعي، ووجود علاقة بين النضج الاجتماعي، والأحكام الأخلاقية، وعدم وجود اختلاف في مستوى الثبات الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس.

دراسة (Kumar, 2013) بعنوان:

A Study of Emotional Stability and Socio- Economic- Status of Students Studying in Secondary Schools

دراسة الثبات الانفعالي والوضع الاجتماعي والاقتصادي لطلاب المدارس الثانوية

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الثبات الانفعالي وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى الطلبة الذين يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية والخاصة، اتبعت الدراسة المنهج التجريبي على عينة تكونت من (100) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وأظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثبات الانفعالي لدى الطلاب الذين يدرسون في المدارس الحكومية والخاصة، ووجود فروق في المعدل العام للوضع الاجتماعي والاقتصادي للطلاب تبعاً للثبات الانفعالي الذي يمتازون به، وبينت النتائج أن مستوى الثبات الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة كان متوسطاً.

دراسة (الربيع وعطية، 2016) بعنوان: التفكير العاطفي والتعافي الانفعالي وعلاقتها بالشخصية المؤثرة لدى طلبة جامعة

هدفت هذه الدراسة الكشف عن الثبات الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك، اتبعت الدراسة المنهج التجريبي على عينة قوامها 749 طالب من طلبة جامعة اليرموك، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس الثبات الانفعالي، المكون من (54) فقرة، موزعة على مجالين، ومقياس ضبط الذات، المكون من (35) فقرة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الثبات الانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة، كما بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثبات الانفعالي ككل، وفي مجال المرونة في التعامل مع المواقف والأحداث، تعزى لاختلاف

متغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الثبات الانفعالي ككل، وفي المجالات، تعزى لاختلاف متغيري المستوى الدراسي، والتخصص. كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى ضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة. وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الثبات الانفعالي، ومستوى ضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك.

دراسة (علي صالح، ٢٠٢٢) بعنوان: الثبات الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك

هدف البحث إلي الكشف عن العلاقة بين التفكير العاطفي والتعافي الانفعالي وعلاقتها بالشخصية المؤثرة لدى طلبة جامعة من خلال

أولاً / التعرف الى

- التفكير العاطفي لدى طلبة الجامعة.
- التعافي الانفعالي لدى طلبة الجامعة.
- الشخصية المؤثرة لدى طلبة الجامعة.

ثانياً / معرفة اتجاه وقوة العلاقة بين:-

- التفكير العاطفي والشخصية المؤثرة لدى طلبة الجامعة.
- التعافي الانفعالي و الشخصية المؤثرة لدى طلبة الجامعة.

ثالثاً / التعرف على الفروق في العلاقة في كل من:-

- التفكير العاطفي والشخصية المؤثرة لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير

أ - الجنس (ذكور - اناث) ب - التخصص (علمي - انساني)

- التعافي الانفعالي و الشخصية المؤثرة لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير

أ - الجنس (ذكور - اناث) ب - التخصص (علمي - انساني)

ابع البحث المنهج شبه التجريبي على عينة قوامه (٤٠٠) طالب جامعي ، وأسفرت النتائج عن

- لا توجد علاقة احصائياً دالة بين التفكير العاطفي والشخصية المؤثرة.

- وجود علاقة احصائياً دالة بين التعافي الانفعالي والشخصية المؤثرة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين التفكير العاطفي والشخصية المؤثرة وفق متغيري الجنس (ذكور، اناث) والتخصص (علمي، انساني)
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين التعافي الانفعالي والشخصية المؤثرة وفق متغيري الجنس (ذكور، اناث) والتخصص (علمي، انساني).
- تشير النتائج الى ان متغير التفكير العاطفي يسهم بشكل قليل في الشخصية المؤثرة، في حين أظهرت النتائج اسهام متغير التعافي الانفعالي كان بشكل جيد في الشخصية المؤثرة.

2- الاندفاعية Impulsivity

يعتبر السلوك الاندفاعي أحد مظاهر النقص في الجوانب المعرفية الذي يتميز في عدم القدرة على التحكم في السلوك، والتلقائية في الاستجابة للمثيرات المختلفة التي تواجه الفرد دون تفكير حيث يتصف من يغلب عليهم الاندفاعية بنقص في التركيز، وتشتت في الانتباه، وقصور في الفهم فهو يؤدي إلى إعاقة في عملية التعلم والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، فالأفراد الذين يتصفون بالاندفاعية تكون استجاباتهم سريعة وهذا يترتب عليه أخطاء كثيرة في حين أن الأفراد الذين يستغرقون وقتاً طويلاً في الاستجابة في اتخاذ القرارات مهما كان نوعها ودرجة تعقيدها تكون أخطأهم منخفضة (الشقيرات والزعبي، 2003). لذا تعددت تعريفات الاندفاعية ومنها:

- **تعريف لورينس وزملاؤه (2009):** الاندفاعية هي الميل للتصرف بسرعة لمتطلبات البيئة واضعاً أهمية للنتائج الفورية على حساب الإنجازات المستقبلية، وهي متناقضة نموذجياً مع السلوك الموجه للهدف الطويل المدى (Lucas, Todd, 2009) وهذا ما يتفق مع تعريف ديك، وسميث، وأولوسون، وميتشيل، وآخرون (2010) بأنها نقص حساسية للعواقب، أو النتائج السلبية، ورد فعل سريع غير مخطط للمنبه (بدون معالجة ملائمة للمعلومات) وضعف، أو عدم اعتبار للعواقب على المدى الطويل (Dick, . Smith, , 1990)

أشكال السلوك الاندفاعي:

يتميز هذا السلوك بالتهور والعشوائية في الاستجابة لأول فكرة تخطر على بال الفرد وبالتالي فان العشوائية والتهور تظهر في الشكلين التاليين:

1. الاندفاع السلوكي:

ويظهر في الانتقال من عمل الى اخر ومن نشاط الى نشاط وهذا يشير الى سلوك غير مسيطر عليه بحيث أن الفرد لا يعير النتائج أي اهتمام، باللحظة الراهنة.

2. الاندفاع الفكري

ويتمثل في اصدار الاستجابة السريعة في المواقف المثيرة، حيث يواجه الفرد ما يعترضه من مشكلات باستجابة سريعة تكون في معظم الأحيان خاطئة نتيجة اتخاذ القرار بسرعة دون أن يفكر في العواقب (نجاتي، 1983).

بعض التفسيرات النظرية للسلوك الاندفاعي:

- النظرية السلوكية:

ترى هذه النظرية أن السلوك الاندفاعي هو سلوك متعلم من خلال التفاعل مع البيئة المحيطة ضمن معطيات التركيب البيولوجي الذي ورثه الانسان فمن خلال العلاقة الوظيفية بين المثير والاستجابة ومع وجود التعزيز يتم تعلم السلوك الاندفاعي، فالسلوك الاندفاعي قد يحدد نوع المعزز وسرعة التعزيز، فهو من وجهة نظر هذه النظرية محكوم بطبيعة التعزيزات التي يواجهها (الغداني، 2014)

فالسلكيون يرون أن السلوك الاندفاعي هو نتيجة الفشل في تعلم سلوك مناسب، وتعلم أساليب سلوكية غير مناسبة، ومواجهة الفرد لمواقف متناقضة لا يستطيع معها اتخاذ قرار مناسب، وربط استجابات الفرد بمنبهات جديدة لاستثارة الاستجابة (سويف، 1996).

- نظرية التعلم الاجتماعي

ترى هذه النظرية أن السلوك الاندفاعي يتم تعلمه من خلال الملاحظة والتقليد، فمن خلال ملاحظة سلوكيات الآخرين وما يرافقها من آثار عقابية أو تعزيزية يتولد الدافع لدى الفرد في تعلم هذا السلوك بحيث تتدخل العمليات المعرفية وعمليات التنظيم الذاتي في تحديد تعلم السلوك الاندفاعي وهذا يشير الى الجانب الانتقائي في تعلم هذا السلوك فعندما يتفاعل الفرد مع الآخرين ويلاحظ سلوكياتهم ينتبه الى بعض انواع السلوك، ويجد في تعلمها وتخزينها ليرجع اليها عند استدعاء أنماط معينة من السلوك (العتيبي، 2014)

- النظرية البيئية

ترى هذه النظرية أن السلوك الاندفاعي هو نتيجة التعرض الى مثيرات بيئية غير ملائمة فنوعية تفاعلات الفرد مع البيئة (كل ما يحيط بالفرد من مثيرات مادية ومواقف اجتماعية) بما توفره من خبرات تحدد نمط السلوك فالبيئة السليمة التي توفر خبرات متوازنة وإيجابية تسهم في النمو السليم وتساعد على تجاوز نمط السلوك الاندفاعي في حين تسهم البيئة سواء كانت جغرافية أو عوامل حضارية وثقافية أو عوامل التنشئة الاجتماعية التي توفر خبرات غير مناسبة تؤدي الى توليد السلوك الاندفاعي.

1- النظرية البيوسلوجية:

ترى هذه النظرية أن السلوك الاندفاعي يعود الى أسس بيولوجية - فسيولوجية حيث يولد الفرد ولديه الاستعداد لهذا السلوك حيث يعمل هذا الاستعداد على تطوير هذا الاضطراب لدى البعض في الوقت الذي يبقى كامنا لدى البعض الآخر، فهذه النظرية تربط ما بين هذا الاضطراب والأسباب العصبية والجينية أو البيوكيميائية أو الفسيولوجية حيث تعمل هذه العوامل على توليد السلوك الاندفاعي وتفاقمه (الزغول، 2006)

وهناك العديد من الدراسات السابقة التي تناولت السلوك الاندفاعي وعلاقته ببعض المتغيرات وسيعرض الباحث تلك الدراسات في شكل تقرير مفصل من الأقدم إلى الأحدث وهي كالتالي:

دراسة (محمد، 2019) بعنوان:

فاعلية برنامج إرشادي لخفض السلوك الاندفاعي وزيادة الدافعية لدى طالبات ذوات صعوبات التعلم بمدينة حائل

هدفت الدراسة إلى تدريب الطالبات ذوات صعوبات التعلم على خفض السلوك الاندفاعي وزيادة الدافعية للتعلم بمدينة حائل، والتعرف على طبيعة الدافعية للطالبات ذوات صعوبات التعلم نحو عملية التعلم وإكسابهن المهارات والمعارف التعليمية التي تساعدهن على زيادة الدافعية للتعلم وذلك من خلال هذا البرنامج الإرشادي الذي قامت به الباحثة، شملت العينة طالبات المرحلة المتوسطة ممن لديهن صعوبات تعلم وسلوك اندفاعي وعددهن (16) طالبة، اتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي الذي يتناسب والبرنامج الإرشادي، وخلصت النتائج إلى مجموعة من النتائج أهمها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين الدافعية بين أفراد المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي وأفراد المجموعة الضابطة الذين

لم يتعرضوا للبرنامج، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في خفض سلوك الاندفاع بين أفراد المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي وأفراد المجموعة الضابطة الذين لم يتعرضوا للبرنامج، كما خلصت الدراسة إلى العديد من التوصيات أهمها: وضع بطاقة متابعة لعمل البرنامج الإرشادي لكل طالبة، اختيار أفضل المعلمين ليقوم بتنفيذ البرنامج وإقناعهم بأهمية هذا العمل

دراسة (طلب، 2020) بعنوان:

فاعلية برنامج إرشادي سلوكي جدلي في خفض السلوك الاندفاعي لدى طلاب الجامعة

ذوي أعراض اضطراب الشخصية الحدية

دفت الدراسة إلى التعرف إلى طبيعة العلاقة الارتباطية بين أعراض اضطراب الشخصية الحدية والسلوك الاندفاعي لدى عينة من طلاب الجامعة، وكذلك بحث الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في السلوك الاندفاعي، ونسبة انتشار اضطراب الشخصية الحدية، كما تناولت الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي سلوكي جدلي في خفض السلوك الاندفاعي لدى المجموعة التجريبية، اتبعت الدراسة المنهجين: الوصفي، وشبه التجريبي على عينة قوامها (٢٠) طالبا من الذكور من طلبة جامعة الملك خالد. وقد خلصت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين أعراض اضطراب الشخصية الحدية والسلوك الاندفاعي لدى طلاب الجامعة، نسبة انتشار اضطراب الشخصية الحدية لدى الإناث أكبر مقارنة بالذكور، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في السلوك الاندفاعي لصالح الإناث، وفاعلية البرنامج الإرشادي السلوكي الجدلي في خفض السلوك الاندفاعي لدى أفراد المجموعة التجريبية

فروض البحث

1. يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس في الثبات الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية .
2. يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس في الاندفاعية لصالح المجموعة التجريبية .

3. لا توجد فروق بين متوسطي درجات الثبات الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي.

4. لا توجد فروق بين متوسطي درجات الاندفاعية لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي.

منهج البحث

يتبع البحث الحالي المنهج شبه التجريبي ذو المجموعتين وذلك للتحقق من علاقة الثبات الانفعالي، والاندفاعية (كمتغير تابع) لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت.

عينة البحث

تتكون عينة البحث من مجموعة قصدية قوامها (٦٠ طالب) من طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت، تتراوح أعمارهم بين ١٩-٢٢ عاما مختلفي المستوى التعليمي، تم تقسيمهم مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كلٍ منها ٣٠ طالب.

أدوات البحث

1- مقياس الثبات الانفعالي (إعداد الباحث).

2- مقياس الاندفاعية (إعداد الباحث).

الأساليب الإحصائية:

سوف يتم توظيف الأساليب الإحصائية (البارمترية واللابارمترية) والتي تتلاءم مع منهج الدراسة وحجم العينة والفروض، وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS وهي:

- اختبار " ت " للمقارنة بين عينتين مستقلتين Independent-Samples T-test.
- اختبار " ت " للمقارنة بين عينتين مرتبطتين Paired Samples t-Test
- مربع إيتا لقياس حجم تأثير.

الإطار التطبيقي

أولاً: إعداد أدوات البحث

1- مقياس الثبات الانفعالي (إعداد الباحث).

قام الباحث بالاطلاع على العديد من الدراسات السابقة التي تناولت مقياس الثبات الانفعالي وقد اهتمت بإعداد مقياس الثبات الانفعالي والمكون من (15) فقرة، تحت عنوان (التحكم والسيطرة على الانفعالات)، وتتم الاستجابة على فقرات المقياس وفقاً لتدرج ليكرت الثلاثي (Likert)

صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك لحساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي، ويوضح الجدول التالي الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (1) قيمة معامل الثبات (r) بين كل مفردات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي).

رقم المفردة	قيمة ر	رقم المفردة	قيمة ر	رقم المفردة	قيمة ر
1	0.47	11	0.57	21	0.74
2	0.71	12	0.62	22	0.32
3	0.57	13	0.87	23	0.46
4	0.51	14	0.65	24	0.83
5	0.64	15	0.52	25	0.94
6	0.74	16	0.85	26	0.68
7	0.85	17	0.67	27	0.79
8	0.41	18	0.40	28	0.52
9	0.50	19	0.39	29	0.67
10	0.64	20	0.82	30	0.77

وفي ضوء ما سبق يتضح أن هناك ترابطاً بين مفردات المقياس والمقياس ككل فيما يشير إلى تمتعه بالثبات، وأن المقياس يتمركز حول هدف واحد ألا وهو قياس الثبات الانفعالي

صدق المقياس

القدرة التمييزية للمقياس: تم حساب التقدير التمييزي للمقياس للتحقق من القدرة التمييزية للمقياس حيث تمت المقارنة بين متوسطي المجموعتين الأعلى من الوسيط، والأقل من الوسيط، حيث بلغت قيمة

الوسيط لدرجات أفراد العينة على مقياس " الثبات الانفعالي " ، وقد تم حساب قيمة (ت) لدلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين الأعلى والأقل من الوسيط، وقد جاءت النتائج علي النحو التالي:

جدول(2) قيمة (ت) للتحقق من الثبات الانفعالي

مستوي الدلالة " sig"	قيمة الدلالة α	درجة الحرية	قيمة "ت"	الأقل من الوسيط ن = 20		الأعلى من الوسيط ن = 20		الثبات الانفعالي
				ع	م	ع	م	
				0.01	.000	26.	9.268	

تشير النتائج بالجدول السابق إلى تحقق القدرة التمييزية لمقياس الثبات الانفعالي، حيث يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الأعلى والأقل من الوسيط، حيث بلغت قيمة (ت) (9.268) وهي دالة إحصائياً عند مستوي (0.01).

التطبيق القبلي لمقياس الثبات الانفعالي على مجموعتي الدراسة:

طبق مقياس الثبات الانفعالي على المجموعة التجريبية يوم الاثنين الموافق 2023/4/24 وعلى المجموعة الضابطة يوم الثلاثاء الموافق 2023/4/25 وبعد تفرغ البيانات لمجموعتي الدراسة تم استخدام اختبار (ت) للمقارنة بين عينتين مستقلتين Independent-Samples T-test ، والجدول التالي يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت).

جدول(3) قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمقياس الثبات الانفعالي

المقياس	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة الدلالة	مستوي الدلالة " sig"
الثبات الانفعالي	ضابطة	24.1333	2.17721	30	-0.682	58	.498	غير دال
	تجريبية	24.5333	2.35962	30				

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمقياس الثبات الانفعالي، وبالتالي فالمجموعتان متكافئتان ومتجانستان قبل التدريس.

ثبات معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية: تم حساب الثبات باستخدام طريقتي التجزئة النصفية، ومعامل ألفا كرونباخ ، ونوضح ذلك في الجدول التالي :

جدول (4) معامل الثبات اختبار التفكير الجانبي بطريقتي التجزئة النصفية ، وألفا كرونباخ

القيم الإحصائية	ن	قيمة (ر)
طريقة حساب الثبات		
معامل ألفا - كرونباخ	40	97
التجزئة النصفية	40	81

بالنظر لقيم معاملات الارتباط الواردة في الجدول أعلاه يتضح أن الاختبار يتمتع بمعامل ثبات عالٍ في كلتا الطريقتين، و هذا دليل على صلاحية الاختبار لقياس الثبات الانفعالي لدى أفراد العينة .

2- مقياس الاندفاعية

قام الباحث بالاطلاع على العديد من الدراسات السابقة التي تناولت مقياس الاندفاعية وقد اهتمت لإعداد مقياس مكون من (15) فقرة، وتتم الاستجابة على فقرات المقياس وفقاً لتدرج ليكرت الثلاثي (Likert) (تنطبق تماماً- تنطبق إلى حد ما- لا تنطبق)

صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك لحساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي، ويوضح الجدول التالي الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (5) قيمة معامل الثبات (ر) بين كل مفردات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي).

رقم المفردة	قيمة ر	رقم المفردة	قيمة ر	رقم المفردة	قيمة ر
1	0.94	6	0.79	11	0.52
2	0.41	7	0.52	12	0.65
3	0.50	8	0.46	13	0.46
4	0.87	9	0.50	14	0.82
5	0.40	10	0.64	15	0.78

وفي ضوء ما سبق يتضح أن هناك ترابطاً بين مفردات المقياس والمقياس ككل فيما يشير إلى تمتعه بالثبات، وأن المقياس يتمركز حول هدف واحد ألا وهو قياس الاندفاعية

صدق المقياس

القدرة التمييزية للمقياس :

تم حساب التقدير التمييزي للمقياس للتحقق من القدرة التمييزية للمقياس حيث تمت المقارنة بين متوسطي المجموعتين الأعلى من الوسيط، والأقل من الوسيط، حيث بلغت قيمة الوسيط لدرجات أفراد العينة على مقياس " الاندفاعية " ، وقد تم حساب قيمة (ت) لدلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين الأعلى والأقل من الوسيط، وقد جاءت النتائج علي النحو التالي:

جدول (6) قيمة (ت) للتحقق من الاندفاعية

مستوي الدلالة	قيمة الدلالة α	درجة الحرية	قيمة "ت"	الأقل من الوسيط ن = 20		الأعلى من الوسيط ن = 20		الاندفاعية
				ع	م	ع	م	
0.01	.000	24	6.899	3.37912	8.9500	1.23544	14.5000	

تشير النتائج بالجدول السابق إلى تحقق القدرة التمييزية لمقياس الاندفاعية، حيث يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الأعلى والأقل من الوسيط، حيث بلغت قيمة (ت) (6.899) وهي دالة إحصائياً عند مستوي (0.01).

التطبيق القبلي لمقياس الاندفاعية على مجموعتي الدراسة:

طبق مقياس الاندفاعية على المجموعة التجريبية يوم الاثنين الموافق 2023/4/24 وعلى المجموعة الضابطة يوم الثلاثاء الموافق 2023/4/25 وبعد تفرغ البيانات لمجموعتي الدراسة تم استخدام اختبار (ت) للمقارنة بين عينتين مستقلتين Independent-Samples T-test ، والجدول التالي يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت).

جدول (7) قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمقياس الاندفاعية

المقياس	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة الدلالة α	مستوي الدلالة
مقياس الاندفاعية	ضابطة	13.8333	1.57750	30	1.608	58	.113	غير دال
	تجريبية	13.2667	1.11211	30				

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمقياس الاندفاعية، وبالتالي فالمجموعتان متكافئتان ومتجانستان قبل التدريس.

جدول (8) معامل الثبات اختبار التفكير الجانبي بطريقتي التجزئة النصفية ، وألفا كرونباخ

القيم الإحصائية	ن	قيمة (ر)
طريقة حساب الثبات		
معامل ألفا - كرونباخ	40	96
التجزئة النصفية	40	87

بالنظر لقيم معاملات الارتباط الواردة في الجدول أعلاه يتضح أن الاختبار يتمتع بمعامل ثبات عالٍ في كلتا الطريقتين، و هذا دليل على صلاحية الاختبار لقياس الاندفاعية لدى أفراد العينة

صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك لحساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي، ويوضح الجدول التالي الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (9) قيمة معامل الثبات (ر) بين كل مفردات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي).

رقم المفردة	قيمة ر	رقم المفردة	قيمة ر	رقم المفردة	قيمة ر
1	0.94	6	0.79	11	0.52
2	0.41	7	0.52	12	0.65
3	0.50	8	0.46	13	0.46
4	0.87	9	0.50	14	0.82
5	0.40	10	0.64	15	0.78

وفي ضوء ما سبق يتضح أن هناك ترابطاً بين مفردات المقياس والمقياس ككل فيما يشير إلى تمتعه بالثبات، وأن المقياس يتمركز حول هدف واحد ألا وهو قياس الاندفاعية

صدق المقياس

القدرة التمييزية للمقياس :

تم حساب التقدير التمييزي للمقياس للتحقق من القدرة التمييزية للمقياس حيث تمت المقارنة بين متوسطي المجموعتين الأعلى من الوسيط، والأقل من الوسيط، حيث بلغت قيمة الوسيط لدرجات أفراد العينة على مقياس " الاندفاعية " ، وقد تم حساب قيمة (ت) لدلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين الأعلى والأقل من الوسيط، وقد جاءت النتائج علي النحو التالي:

جدول (8) قيمة (ت) للتحقق من الاندفاعية

مستوي الدلالة	قيمة الدلالة α	درجة الحرية	قيمة "ت"	الأقل من الوسيط ن = 20		الأعلى من الوسيط ن = 20		الاندفاعية
				ع	م	ع	م	
0.01	.000	24	6.899	3.37912	8.9500	1.23544	14.5000	

تشير النتائج بالجدول السابق إلى تحقق القدرة التمييزية لمقياس الاندفاعية، حيث يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الأعلى والأقل من الوسيط، حيث بلغت قيمة (ت) (6.899) وهي دالة إحصائياً عند مستوي (0.01).

تطبيق أدوات البحث:

قام الباحث بإعداد نسخة الكترونية من مقياس الثبات الانفعالي، يمكن الاطلاع عليها من خلال الماسح الضوئي للكود التالي:



Scan the QR code to
vote or go to
<https://forms.office.com/r/ettNrWsr7C>

كم قام الباحث بإعداد نسخة الكترونية من مقياس الاندفاعية، يمكن الاطلاع عليها من خلال الماسح الضوئي للكود التالي:



Scan the QR code to
vote or go to
<https://forms.office.com/r/PVnNTrk0pP>

البرنامج الإرشادي

خامساً: الأسس التي يقوم عليها البرنامج:

- الأسس العامة تعتمد على حق العينة في التقبل دون قيد أو شرط، وكذلك حقه في الإرشاد النفسي، كما راعى الباحث الأسس التي يقوم عليها الإرشاد النفسي والمتمثلة في قابلية السلوك للتعديل والتغيير والتدريب وضرورة الاستمرار في الجلسات.
- تدريب عينة الدراسة على مهارات تنمية الثبات الانفعالي، بحيث يتم تدريبهم على بعض المهارات اللازمة للتحكم في هذا المتغير.

الإجراءات العملية لتنفيذ الجلسات:

- أعد الباحث (10) جلسات تطبق بواقع جلسة أسبوعياً، وفقاً لظروف الدراسة والامتحانات، وتستغرق الجلسة 45 دقيقة، ويتم تطبيق الجلسات على أفراد المجموعة التجريبية، ولن تتعرض المجموعة الضابطة للجلسات.
- مكان انعقاد الجلسات: كلية الشرطة دولة الكويت.

سادساً: الفنيات التي اعتمدها الباحث في تنفيذ الجلسات:

- المناقشة والحوار:

هي حوار شفوي بين الباحث وأفراد العينة أو أفراد العينة وأنفسهم يتم من خلاله تقديم المادة العلمية أو الجلسة، والمناقشة تعني فتح الاتصال بين الباحث والطلبة أو بين الطلبة أنفسهم. وتتميز المناقشة بأنها تؤدي إلى إعمال العقل، وجذب الانتباه، وتنمية الناحية الاجتماعية في الطالب والقدرة على إبداء الرأي.

- المحاضرة:

تعد المحاضرة من أقدم طرق التدريس استخداماً في التعليم، ولم تستخدم بصورتها الحالية إلا بعد بداية المدارس النظامية، وتعتمد المحاضرة على قيام المعلم بإلقاء المادة العلمية على الطلبة بشكل منظم، مع مراعاة قواعد الإلقاء، ويكون دور المعلم الملقى بينما يكون دور الطالب المتلقي أو المستقبل للتعلم.

- عروض الفيديو التوضيحية:

تتمتع عروض الفيديو بقدرتها على إتاحة الفرصة بمشاهدة العروض المصورة ثم طرح بعض الأسئلة، وتحوز عروض الفيديو تأثيراً مرئياً يجعل التعلم جذاباً، كما يوفر فرصة للتعلم البناء لأنه يدعم بعض العمليات المعرفية الضرورية للتعلم، كذلك الجوانب الفعالة لجعل المحاضرة ممتعة.

- إعادة البناء المعرفي:

يستخدم مصطلح إعادة البناء المعرفي، للإشارة إلى كل النماذج العلاجية التي تشمل محاولة تعديل العوامل المعرفية، فالسلوك غير التكيفي، وفق هذا الأسلوب يعامل بوصفه نتاج للتفكير غير الوظيفي، وغير المنطقي. وبناء على ذلك ينظر إلى العلاج على أنه عملية تعلم داخلية تشمل إعادة تنظيم المجال الإدراكي، وإعادة تنظيم الأفكار ذات العلاقة بالروابط بين الأحداث والمثيرات البيئية المختلفة.

ومن الأساليب العلاجية: تحديد الأنماط الخاصة بالتفكير غير المنطقي أو غير التكيفي، ثم مساعدة المسترشد على تفهم الأثر السلبي لأنماط التفكير، واستبدال أنماط التفكير غير التكيفية بأنماط تكيفية وفعالة، وأخيراً تدريب المسترشد على الاستعانة بكل ما من شأنه تطوير استراتيجيات الضبط الذاتي.

- التخيل:

هو القدرة على إنتاج ومحاكاة الأشياء والأفكار الجديدة في العقل دون أي تدخل مباشر للحواس، وهو تكوين تجارب في العقل، والتي يمكن أن تكون إعادة ابتكار تجارب سابقة مثل الذكريات مع تغييرات متخيلة، أو اختراع تجارب جديدة في العقل.

- النمذجة:

النموذج هو التمثيل الذهني لشيء ما ولكيفية اشتغاله والنمذجة هي إحدى الطرق التي تقوم بتعلم السلوك، فمثلاً عند ملاحظة فرد لسلوك فرد آخر ويقوم بتقليد سلوكه فهو بذلك يعمل على النمذجة والمحاكاة، وهناك من يطلق عليها التعلم الاجتماعي أو التعلم المعتمد على الملاحظة، كما أنها أيضاً نوع من أنواع التعلم غير المباشر الذي لا يتطلب حدوث توجيه مباشر.

- لعب الأدوار:

هو أحد أساليب التعليم والتدريب الذي يمثل سلوكاً حقيقياً في موقف مصطنع، حيث يقوم المشتركون بتمثيل الأدوار التي تسند إليهم بصورة تلقائية، وينغمسون في أدوارهم حتى يظهروا الموقف كأنه حقيقة.

- حل المشكلات

هي طريقة بحث منهجية تتكون من مجموعة من الإجراءات التي يتم عملها للوصول لهدف معين، وهي تشمل نوعين من التفكير وهما أولاً الاختلاف، ويتم من خلال إنشاء مجموعة متنوعة من الحلول البديلة للمشكلة، ثانياً التقارب، ويتم من خلال تضيق الإمكانيات المتعددة للعثور على أفضل طريقة لحل المشكلة وتعرف أيضاً بأنها الطريقة التي يقوم الفرد في تحديد الوسائل واكتساب المعرفة والمهارات المختلفة وفهمها في محاولة لتلبية متطلبات مواقف غير مألوفة مثل اتخاذ قرار معين وحل المشكلات.

- توكيد الذات

هي قدرة الفرد على التعبير عن المعارضة بالغضب والاستياء والامتناع تجاه شخص آخر أو موقف ما من مواقف العلاقات الاجتماعية، وقد اتسع هذا المفهوم ليشمل كل التعبيرات المقبولة اجتماعياً للإفصاح عن الحقوق والمشاعر الشخصية، ومن أمثلة ذلك الرفض المؤدب لطلب غير معقول والتعبير عن الضيق والسخط والاشمئزاز والتعبير الصادق عن الاستحسان، والاعجاب والتقدير والاحترام، كذلك الصياح تعبيراً عن البهجة.

- الاسترخاء:

يختلف الاسترخاء عن النوم أو الهدوء الظاهري، فهو التوقف الكامل لكل التقلصات العضلية التي عادةً ما تكون مترافقة مع التوتر والضغط النفسي، ويعرف الاسترخاء بأنه حالة فيزيائية من الراحة العميقة التي تغير الاستجابات الجسدية والعاطفية للتوتر، على سبيل المثال معدل التنفس والنقصان في معدل ضربات القلب وضغط الدم وتوتر العضلات.

- إدارة الوقت:

هي الاستخدام الأمثل للوقت بهدف تحقيق أهداف محددة، وذلك بالتخطيط والتنظيم والتوجيه، والمتابعة والتقييم الفعال للأنشطة والواجبات خلال فترة زمنية محددة. ومن الأمور التي تساعد على تنظيم

الوقت وإدارته وجود خطة مع وضوح الأهداف، وتدوين الأفكار والخطط والأهداف، والمقارنة بين الأولويات.

سابعاً: خطوات الدراسة

- تحليل النظريات والاستفادة من الدراسات السابقة في اختيار عينة الدراسة وكذلك إعداد أدوات الدراسة أيضاً اختيار الطرق المعالجة (الكمية، الكيفية).
 - تحليل المقاييس والبرامج السابقة وذلك بهدف الاستفادة منها في صياغة المفردات وتحديد المكونات وسلم الاستجابات وطرق التصحيح والتأكد من صلاحيتها.
 - إعداد أدوات الدراسة والتأكد من صلاحيتها.
 - تطبيق مقياس الثبات الانفعالي ومقياس الاندفاعية تطبيقاً قبلياً على عينة الدراسة يومي الاثنين والثلاثاء 20-21 /2/2023.
 - اختيار عينة الدراسة التجريبية وتحديد مبررات اختيارها من خلال اختيار الحاصلين على أعلى درجات في مقياس الثبات الانفعالي والأكثر انخفاضاً في مقياس الاندفاعية.
 - تطبيق برنامج تنمية الثبات الانفعالي للحد من الاندفاعية على عينة الدراسة من خلال تدريس ١٠ جلسات تطبيقية في الفترة من 1/3/2023 حتى 1/5/2023.
 - التطبيق البعدي على المجموعة التجريبية الضابطة لاختبار فعالية الجلسات في تحقيق هدف البحث في يومي الاثنين والثلاثاء 8-9 /5/2023.
 - التطبيق التتبعي لأدوات البحث يومي الاثنين والثلاثاء 26-27 /6/2023.
 - المعالجة الإحصائية لفروض الدراسة وكذلك المعالجة الكيفية.
 - مناقشة النتائج وكتابة التقرير النهائي.
- ثامناً: مراحل تطبيق الجلسات التطبيقية:**

تمر الجلسات التطبيقية بخمس مراحل كما يلي:

- **المرحلة الأولى:** يتم خلالها التعارف والتمهيد وتعريف المرشد بنفسه، والتعارف بين أفراد العينة وتكوين علاقة إرشادية معهم وتقديم الإطار العام للجلسات وأهدافها.
- **المرحلة الثانية:** تهدف إلى تقديم خطة لتنمية الثبات الانفعالي والحدة الاندفاعية من خلال تقديم المفاهيم النظرية والفنيات المستخدمة في نظريات الإرشاد النفسي للتحكم في الاندفاعية.

-المرحلة الثالثة: تهدف إلى تقديم الإجراءات والفنيات وممارستها بعد تقديم المفاهيم النظرية لمتغيرات الدراسة من خلال الجلسات.

-المرحلة الرابعة: تطبيق الجلسات في ضوء الأهداف على عينة الدراسة، وذلك للتعرف على مدى ملاءمة محتواها لتحقيق الأهداف المنشودة.

-المرحلة الخامسة: تقييم الجلسات وفقاً للهدف الرئيسي للتعرف على مدى فاعلية تنمية الثبات الانفعالي للحد من الاندفاعية لدى عينة الدراسة وتم التقييم من خلال الأساليب التالية:

- القياس القبلي: يطبق على العينة التجريبية مقياس الثبات الانفعالي، ومقياس الاندفاعية، ويتم رصد درجاتهم قبل البدء في تنفيذ البرنامج.
- القياس البعدي: يتم بعد التدريب على الجلسات، وتطبق المقاييس السابقة على عينة الدراسة والعينة التجريبية، ورصد الدرجات.

تاسعاً: الأساليب الإحصائية المتبعة:

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم جمعها بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية (Statistical Package for the Social Sciences) والتي يرمز لها اختصاراً (SPSS) وتضمنت

المعالجة الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون (Correlation)
- معامل ثبات ألفا. Alpha Cronbach
- اختبار " ت " للمقارنة بين عينتين مستقلتين Independent-Samples T-test.
- اختبار " ت " للمقارنة بين عينتين مرتبطتين Paired Samples t-Test
- مربع إيتا لقياس حجم تأثير.

ملخص الجلسات التطبيقية

جدول (10) ملخص الجلسات التطبيقية لتنمية الثبات الانفعالي للحد من الاندفاعية

الجلسة	عنوان الجلسة	الأهداف	الفنيات
الأولى	تمهيد وتعارف	<ul style="list-style-type: none"> - بناء العلاقات الإرشادية والتعارف وتكوين اللفة بين أفراد المجموعة والترحيب بهم. - التعرف على أخلاقيات وقواعد العمل والمشاركات بالجلسات. 	المناقشة الحوار
الثانية	التعريف بالثبات الانفعالي	<ul style="list-style-type: none"> - تعريف الانفعال. - تعريف الاتزان الانفعالي. - العوامل المؤثرة في الاتزان الانفعالي. - طرق تحقيق الاتزان الانفعالي والسيطرة على الانفعالات. - كيفية المحافظة على الصحة الانفعالية. 	المحاضرة المناقشة الحوار
الثالثة	التعريف بالاندفاعية	<ul style="list-style-type: none"> - تعريف الاندفاعية - تشخيص السلوك الاندفاعي - أشكال السلوك الاندفاعي - أبعاد السلوك الاندفاعي - أسباب حدوث السلوك الاندفاعي 	المحاضرة المناقشة الحوار
الرابعة	الوازع الديني وتنمية الثبات الانفعالي	<p>(محاضرة يلقيها أحد رجال الدين)</p> <ul style="list-style-type: none"> - التعرف على السور القرآنية والأحاديث الشريفة التي يتضح فيها أهمية الثبات الانفعالي والحد من الاندفاعية. - سرد بعض السير لأنبياء والصالحين التي يتضح بها الثبات الانفعالي والحد من الاندفاعية. 	المحاضرة المناقشة الحوار توكيد الذات
الخامسة	الإرشاد النفسي وتنمية الثبات الانفعالي	<p>(محاضرة يلقيها أحد علماء الإرشاد النفسي)</p> <ul style="list-style-type: none"> - التعرف على العلاقة بين الإرشاد النفسي والاتزان الانفعالي. - التعرف على الاتزان الانفعالي من منظور علم النفس والصحة النفسية 	المحاضرة المناقشة
الجلسة	عنوان الجلسة	الأهداف	الفنيات
السادسة	الاسترخاء وتنمية الثبات الانفعالي	<ul style="list-style-type: none"> - تدريب أفراد العينة التجريبية على الاسترخاء - تمكين أفراد العينة من السيطرة على أنفسهم في المواقف الضاغطة. - احداث استجابات بديلة عن الانفعال كالاسترخاء لخفض حدة الاندفاعية 	الاسترخاء التخيل
السابعة	النمذجة ولعب الأدوار لتنمية الثبات الانفعالي	<ul style="list-style-type: none"> - تدريب أفراد العينة التجريبية على الاتزان الانفعالي من خلال لعب الأدوار والمواقف المعروضة عليهم - تدريب أفراد العينة على الحد من الاندفاعية من خلال لعب الأدوار والنمذجة 	لعب الأدوار التخيل النمذجة

فعالية برنامج إرشادي لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت

الاسترخاء المشاهدة الاستماع التسجيلات	<ul style="list-style-type: none"> - الاستماع إلى بعض أنواع الفنون الموسيقية التي تعمل على الاسترخاء والشعور بالسكينة لتنمية الثبات الانفعالي - مشاهدة بعض الفنون التشكيلية التي تدعو للتأمل والاسترخاء - التعرف على الترددات الصوتية، وأثرها في تنمية الثبات الانفعالي والحد من الاندفاعية. 	الفنون وتنمية الثبات الانفعالي	الثامنة
توكيد الذات اللعبة إدارة الوقت	<ul style="list-style-type: none"> - اعداد مسابقات تدعو للتركيز وتنمية الثبات الانفعالي مثل ألعاب لوحة الشطرنج والكيرم (البلياردو)، والعمل على ملاحظة أفراد العينة واندفاعهم أثناء اللعب وتوجيههم إلى ذلك الاندفاع 	ألعاب التركيز وتنمية الثبات الانفعالي	التاسعة
عروض مصورة التخيل لعبة الادوار	<ul style="list-style-type: none"> إعداد عروض مصورة لمواقف حياتية يتضح منها الاندفاع وضعف الثبات الانفعالي وبيان الأضرار والمخاطر التي تعرض لها رجال الشرطة جراء الاندفاع مثل اندفاع أحد أفراد الشرطة نحو التجمهر أو الحشود بالمظاهرات وغيرها 	مواقف واحداث (عروض مصورة)	العاشرة

نتائج البحث

هدف البحث الحالي إلى إعداد برنامج إرشادي لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت وقياس فعالية البرنامج الإرشادي المُعد لتحسين الثبات الانفعالي في خفض الاندفاعية لدى طلاب كلية الشرطة في دولة الكويت، لذا قام الباحث بالاطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة الخاصة بالثبات الانفعالي والاندفاعية، ومن ثم اعداد الجلسات التطبيقية ومقياسي البحث وتطبيقها ويمكن حصر النتائج من خلال التحقق من صحة فروض البحث، كما يلي:

أولاً: المعادلات الاحصائية المستخدمة:

1. اختبار " ت " للمقارنة بين عينتين مستقلتين Independent-Samples T-test.

2. اختبار " ت " للمقارنة بين عينتين مرتبطتين Paired Samples t-Test

3. مربع إيتا لقياس حجم تأثير.

ثانياً: نتائج الدراسة وتفسيرها

الفرض الأول:

1. يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس في الثبات الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية .

اختبار صحة الفرض الأول:

تم التحقق من صحة الفرض باستخدام اختبار ((ت)) للمقارنة بين عينتين مستقلتين Independent-Samples T-test ، والجدول التالي يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) كما تم حساب مربع إيتا لقياس حجم تأثير البرنامج من خلال المعادلة الآتية:

$$n^2 = \text{مربع إيتا}$$

$$n^2 = \frac{t^2}{t^2 + df}$$

وعن طريق " n^2 " أمكن حساب قيمة حجم تأثير البرنامج باستخدام المعادلة التالية :

$$d = \frac{\sqrt{n^2}}{1 - n^2} \quad (\text{النجار ، 2013 ، 65})$$

جدول (9) حجم كل من قيمة d ، n^2

حجم التأثير				الأداة المستخدمة
كبير جدا	كبير	متوسط	صغير	
0.20	0.14	0.06	0.01	n^2
1.1	0.8	0.5	0.2	D

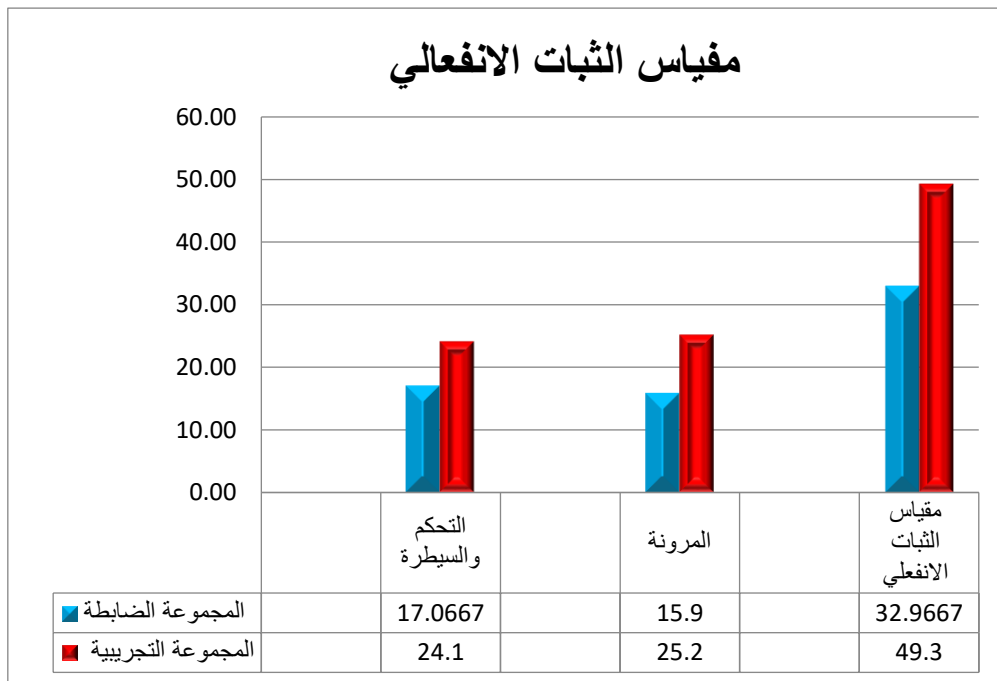
جدول (10) قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي

مقياس الثبات الانفعالي

الأبعاد	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة الدلالة α	مستوى الدلالة	حجم التأثير الكلي
التحكم والسيطرة	ضابطة	17.0667	1.41259	30	12.901	58	.000	0.01	n^2
	تجريبية	24.1000	2.63072	30					
المرونة	ضابطة	15.9000	1.62629	30	20.141	56.3	.000	0.01	0.169

تأثير كبير جدا	0.01	.000	58	18.377	30	1.93694	25.2000	تجريبية	القياس الكلي
					30	2.55266	32.9667	ضابطة	
					30	4.14521	49.3000	تجريبية	

يوضح الجدول السابق أن قيمة ت كانت (18.377)، و أقل قيمة للدلالة (0.000) وبالتالي يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي علي مقياس الثبات الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية. كما يوضح الجدول ان حجم تأثير البرنامج كبير جدا، والشكل التالي يوضح الفرق بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي علي مقياس الثبات الانفعالي



شكل (1) الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي علي مقياس الثبات الانفعالي

مناقشة نتائج الفرض الأول:

تفسر نتائج الفرض الأول في ضوء الإطار النظري، وما تم التوصل إليه من دراسات سابقة، حيث أظهرت النتائج الإحصائية التي تتعلق بالفرض الأول وجود فرق ذات دلالة إحصائية عند مستوى

دلالة (0.01) بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي علي مقياس الثبات الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (سرج، 1995) إلى أنه توجد فروق بين طلاب المرحلة الثانوية في العلاقة بين الاتزان الانفعالي والقدرة على التفكير الابتكاري لصالح المجموعة التجريبية، كما أشارت دراسة (المزني، 2001) إلى أنه لا توجد فروق بين القيم الدينية لدى العينة التجريبية من طلبة الجامعة ومستوى الاتزان الانفعالي لديهم

وهذا ما يتفق مع دراسة (يونس، 2005) على عينة من طلبة الجامعة الأردنية بهدف الكشف عن كلٍ من مستويات الاتزان الانفعالي ومستويات تأكيد الذات، وايجاد العلاقة بينهما ، فقد أسفرت النتائج إلى أن مستوى تأكيد الذات المتوسط تقاطع مع كل من مستوى الاتزان الانفعالي المتوسط والمرتفع

ويمكن تفسير صحة الفرض الأول للبحث من خلال الأطر النظرية التي تناولت الاتزان الانفعالي وذلك على النحو التالي:

حيث انفتحت نتائج البحث الحالي مع ما أورده (فهمي، 1995: 348) بأن الانفعال هو حالة تغير مفاجئ تشمل الفرد كله دون أن يختص بها جزء معين من جسمه، ثم إن هذه الحالة الانفعالية المفاجئة تزول بزوال المثير أو المنبه الذي أثارها وهذا ما يتفق مع تعريف (سماره وآخرون، 1999: 211) " بأنه حالة تغير مفاجئ تشمل الفرد كله، وتؤثر في جميع نواحي جسم الفرد وسلوكه.

ويرى الباحث أن طبيعة الاتزان الانفعالي تكمن في المرونة التي تمكن الفرد من التصدي للمواقف، بدرجة يمكن أن تصل إلى حد خلق وابتكار استجابات جديدة، وهذا ما يتفق مع آراء (المطوع، 2001: 39)

ويرى الباحث أن الصحة النفسية عند الفرد في التوازن بين جميع جوانب الحياة؛ (الاجتماعية والجسمية والروحية والعاطفية)، والشخص الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة يمكن ان يتكيف بشكل جيد مع نفسه وبيئته وعالمه الداخلي، ويمتلك الشعور بالسعادة والإيجابية، وقادر على الاستمتاع بالحياة؛ لديه علاقات صحية مع العائلة والأصدقاء والزملاء. ولكي يحافظ الفرد على عافيته لا بد له من أن يطور اسلوبا حياتيا قادرا من خلاله على التكيف الايجابي والضبط الانفعالي

الفرض الثاني:

٢- يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس في الاندفاعية لصالح المجموعة التجريبية

اختبار صحة الفرض الثاني:

تم التحقق من صحة الفرض باستخدام اختبار ((ت)) للمقارنة بين عينتين مستقلتين Independent-Samples T-test ، والجدول التالي يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) كما تم حساب مربع إيتا لقياس حجم تأثير البرنامج من خلال المعادلة الآتية:

$$n^2 \text{ مربع إيتا} =$$

$$n^2 \frac{-t^2}{t^2+df}$$

وعن طريق " n^2 " أمكن حساب قيمة حجم تأثير البرنامج باستخدام المعادلة التالية :

$$d = \frac{\sqrt{n^2}}{1-n^2} \quad (\text{النجار ، 2013 ، 65})$$

جدول(11) يوضح الجدول التالي حجم كل من قيمة d ، n^2

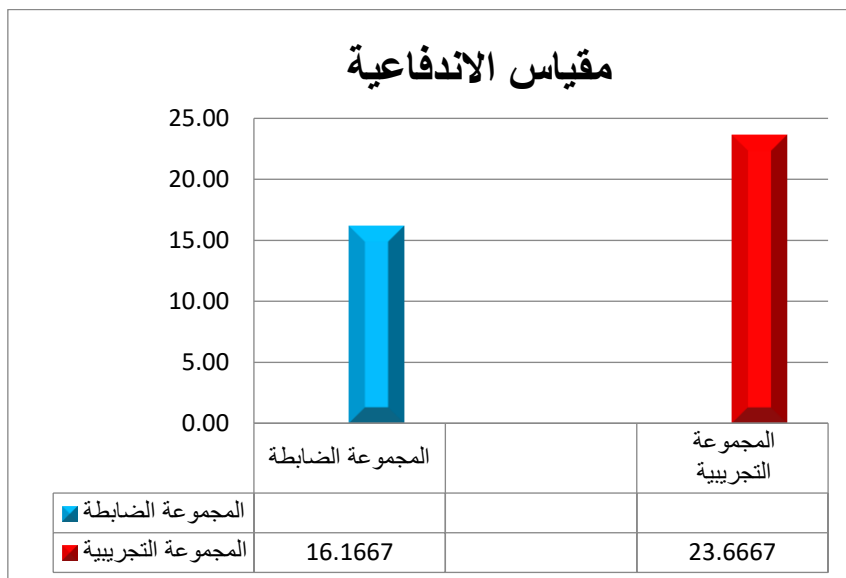
حجم التأثير				الأداة المستخدمة
كبير جدا	كبير	متوسط	صغير	
0.20	0.14	0.06	0.01	n^2
1.1	0.8	0.5	0.2	D

جدول (12) قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي

علي مقياس الاندفاعية

حجم التأثير		مستوي	قيمة الدلالة	درجة	قيمة	ن	الانحراف	المتوسط	المجموعات	المقياس
للمقياس الكلي		ي	α	الحرية	(ت)		المعياري	الحسابي		
		الدلالة								
		"								
		"sig								
D	n^2	0.01	.000	55.2	13.492	30	1.89525	16.1667	ضابطة	الاندفاعية
1.40	0.33					30	2.38289	23.6667	تجريبية	
تأثير كبير جدا										

يوضح الجدول السابق أن قيمة ت كانت (13.492)، و أقل قيمة للدلالة (0.000) وبالتالي يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي علي مقياس الاندفاعية لصالح المجموعة التجريبية . كما يوضح الجدول ان حجم تأثير البرنامج كبير جدا، والشكل التالي يوضح الفرق بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة و التجريبية في القياس البعدي علي مقياس الاندفاعية.



شكل (2) الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي علي مقياس الاندفاعية

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

يمكن تفسير نتائج الفرض الثاني في ضوء ما تم التوصل إليه من دراسات سابقة، حيث أظهرت النتائج الإحصائية التي تتعلق بالفرض الثاني وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطي درجات المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي علي مقياس الاندفاعية لصالح المجموعة التجريبية وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الشخص، 1991) والتي تبين من خلالها وجود علاقة بين الاندفاعية ومستوى التحصيل، هذا وتتفق نتائج البحث الحالي مع دراسة (محمد، 2020) والتي اثبتت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في خفض سلوك الاندفاع بين أفراد المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي وأفراد المجموعة الضابطة الذين لم يتعرضوا للبرنامج، وهذا ما يتفق مع نتائج البحث الحالي.

ويمكن تفسير صحة الفرض الثاني للبحث من خلال الأطر النظرية التي تناولت الاتزان الانفعالي وذلك على النحو التالي:

حيث اتفقت نتائج البحث الحالي مع ما أورده (الشقيرات والزعبي، 2003) بأن السلوك الاندفاعي أحد مظاهر النقص في الجوانب المعرفية الذي يتميز في عدم القدرة على التحكم في السلوك، والتلقائية في الاستجابة للمثيرات المختلفة التي تواجه الفرد دون تفكير حيث يتصف من يغلب عليهم الاندفاعية بنقص في التركيز، وهو ما يدعم رأي (بيرلين ورولز 2004) حيث أشارا أن الاندفاعية هي عدم القدرة على تقدير المنبه بشكل كامل قبل الاستجابة له، وهو عدم القدرة على تأخير الاستجابة بغض النظر عن العائد الأكبر الاندفاعية هي التصرف بدون إدراك الخطر الكامن في السلوك (Clarke, 2006)

ويرى الباحث أن وجود تفسيرات متعددة للاندفاعية، يرجع لاختلاف مجال البحث فأرجع البعض الاندفاعية ربما تؤدي إلى عدم التروي أو عدم القدرة على التفكير قبل التصرف Stable 2007 (Ramsayer). إذ يعتقد أن الساعة الداخلية للأشخاص المندفعين ربما تجري بشكل أسرع من هؤلاء غير المندفعين (Wittmann & Marc, 2008). وهو ما يدعمه ارتباط الاندفاعية بمشكلات إدراك الوقت. إذ ارتبط المقياس الفرعي للاندفاعية غير المخططة بشكل إيجابي مع مشكلة تقدير الوقت Mimura, & (O'Connor, 2000; Marc & Kinsbourne) في حين يرى أنصار نظرية العائد المزيف، أو الاختيار الزمني المؤقت أن الاندفاعية هي نتيجة عدم القدرة على تأخير الإشباع.

الفرض الثالث :

3- لا توجد فروق بين متوسطي درجات الثبات الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي.

اختبار صحة الفرض الثالث :

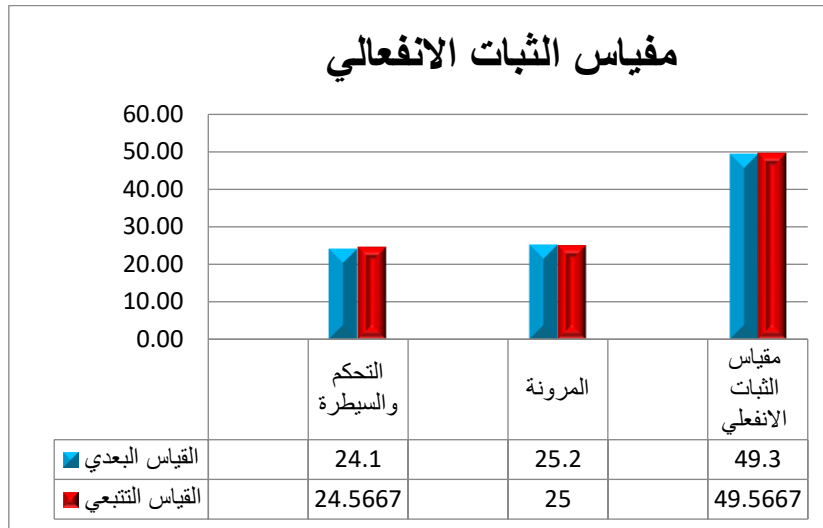
تم التحقق من صحة الفرض باستخدام اختبار ((ت)) للمقارنة بين عينتين مرتبطتين Paired Samples t-Test ، والجدول التالي يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ((ت)) .

جدول(13) قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي

علي مقياس الثبات الانفعالي

الأبعاد	نوع القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة الدلالة α	مستوي الدلالة
التحكم والسيطرة	بعدي	24.1000	2.63072	30	965	29	.343	غير دال
	تتبعي	24.5667	3.38030	30				
المرونة	بعدي	25.2000	1.93694	30	1.030	29	.312	غير دال
	تتبعي	25.0000	1.81944	30				
القياس الكلي	بعدي	49.3000	4.14521	30	- .482	29	.633	غير دال
	تتبعي	49.5667	4.27247	30				

يوضح الجدول السابق أن قيمة ت كانت (-.482)، و أقل قيمة للدلالة (.633). وبالتالي لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الثبات الانفعالي. والشكل التالي يوضح الفرق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الثبات الانفعالي.



شكل (3) الفرق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي علي مقياس الثبات الانفعالي

مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يمكن تفسير نتائج الفرض الثالث في ضوء وما تم التوصل إليه من دراسات سابقة، حيث أظهرت النتائج الإحصائية التي تتعلق بالفرض الثالث أنه لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي علي مقياس الثبات الانفعالي وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (العتيبي 2014) والتي تبين من خلالها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير مكان العمل في القياسين البعدي والتبعي، وهذا ما يتفق مع نتائج البحث الحالي.

في حين أشارت دراسة (حمدان 2015) والتي تناولت الثبات الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ضباط الشرطة الفلسطينية، بأنه توجد فروق في الثبات الانفعالي تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصص الأدبي، بينما بينت نتائج الدراسة وجود فروق في القدرة على اتخاذ القرار تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصص العلمي.

وقد اتفقت دراسة كلٍ من (الأشقر والجريسي: 2012) و(الطناني، 2010) في مدى التزام الشرطة الفلسطينية بمبادئ العلاقات الإنسانية في ضوء تعاليم الإسلام، وأثرها في تنمية مهارات رجل الشرطة في التعامل مع الجمهور وأثرها على فعالية تقديم الخدمة الأمنية، وهذا ما عمل عليه الباحث بالجلسات التجريبية بتقديم تعاليم الدين الإسلامي لتنمية الاتزان الانفعالي حيث اثبتت الدراسات عدم وجود أثر للمتغيرات: الحاجة الاجتماعية، الرتبة، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخدمة مع ظاهرة الدراسة فيما يوجد

أثر لمتغيري العمر ومكان العمل على تنمية الثبات الانفعالي ، هذا وقد انققت نتائج البحث الحالي مع توصيات الدراسات بضرورة تطوير وصقل المهارات الإنسانية والذاتية لضباط الشرطة وضرورة العناية بتعزيز علاقتهم بالمجتمع والجمهور .

ويمكن تفسير صحة الفرض الثالث للبحث من خلال الأطر النظرية التي تناولت الاتزان الانفعالي وذلك على النحو التالي:

تتفق نتائج البحث الحالي مع دراسة كلٍ من سعيد (٢٠١٥) وأبو نجيلة، (٢٠١٨) في أن الفرد غير المتزن انفعاليا هو الفرد الذي يتصف بشدة الانفعال وبسرعة الغضب في المواقف البسيطة ومتقلب مزاجيا غير مستقر يتصف بالتقلب وسرعة التغير الانفعالي، يشعر بتدني في تقدير ذاته، والخجل الاجتماعي والقلق، غير ناضج انفعاليا. وهو ما يدعم رزي الجبالي، (٢٠١٦) أنه من سمات المتزن أن يتقبل المضايقات والإحباط ولا يغضب غضبا يؤثر على صحته بحيث لا يستطيع التحكم به، يعتمد على ذاته ويستطيع الوقوف، متعاون ويلبي حاجاته وحاجات الغير، محبا لنفسه وغيره، ويقدم الأمور المهمة على سعادته.

الفرض الرابع:

4- لا توجد فروق بين متوسطي درجات الاندفاعية لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي.

اختبار صحة الفرض الرابع :

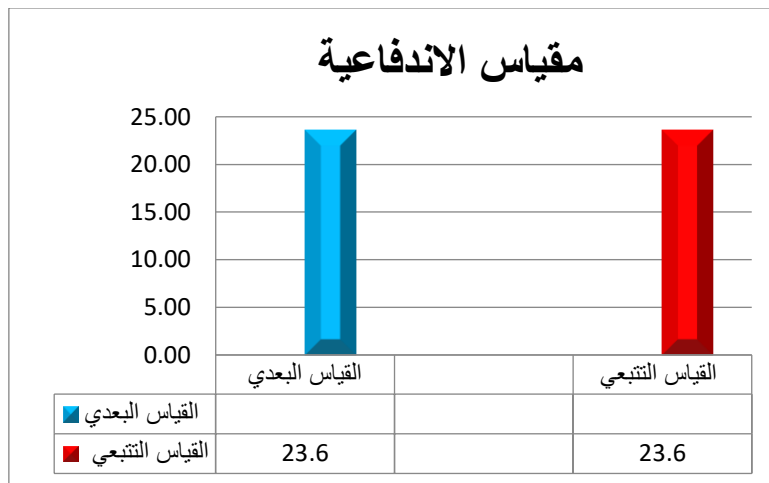
تم التحقق من صحة الفرض باستخدام اختبار ((ت)) للمقارنة بين عينتين مرتبطتين Paired Samples t-Test ، والجدول التالي يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)

جدول (14) قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي

مقياس الاندفاعية

المقياس	نوع القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة الدلالة α	مستوى الدلالة
الاندفاعية	بعدي	23.6667	2.3828		1.720	29	.096	غير دال
	تتبعي	23.5000	2.3156					

يوضح الجدول السابق أن قيمة ت كانت (1.720)، و أقل قيمة للدلالة (.096). وبالتالي لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الاندفاعية. والشكل التالي يوضح الفرق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الاندفاعية.



شكل (4) الفرق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الاندفاعية

مناقشة نتائج الفرض الرابع:

يمكن تفسير نتائج الفرض الرابع في ضوء وما تم التوصل إليه من دراسات سابقة، حيث أظهرت النتائج الإحصائية التي تتعلق بالفرض الرابع أنه لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي علي مقياس الاندفاعية .

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الطناني، 2010) والتي اهتمت بمهارات رجل الشرطة في التعامل مع الجمهور وأثرها على فعالية تقديم الخدمة الأمنية، وتعد الانفعالية مظهر هام من مظاهر التعامل مع الجمهور .

ويمكن تفسير صحة الفرض الرابع للبحث من خلال الأطر النظرية التي تناولت الاندفاعية وذلك على النحو التالي:

حيث تتفق نتائج البحث مع ما أورده كلٍ من (زهرا ن ١٩٩٩، نظير ٢٠٠٤، بكزاده ٢٠٠٠، عبد الرحمن ٢٠٠٥) حيث أن التوافق النفسي لضابط الشرطة مع عمله ل ذو أهمية كبرى، تنعكس آثارها الإيجابية المباشرة عليه وعلى جهاز الشرطة معا، بل وعلى المجتمع بأسره، ويرجع الباحث الأسباب الحقيقية وراء هذا التوافق، من خلال التوصل إلى مجموعة الخصائص النفسية لضابط الشرطة، والتي تشمل السمات النفسية والثبات الانفعالي والقدرات العقلية والميول المهنية والقيم الاجتماعية التي يجب أن تتوفر في الضابط لكي يتحقق هذا التوافق النفسي بينه وبين عمله، والتي يتم على أساسها اختيار طلبة كلية الشرطة من بين المتقدمين للالتحاق بها، على أن يراعى دائما اختيار الأكثر امتلاكًا لهذه الخصائص والسمات من بين المتقدمين وخاصة سمة الثبات الانفعالي .

توصيات البحث:

في ضوء ما توصل إليه الباحث يوصي بما يلي:

- 1- إجراء برامج إرشادية تساعد على تنمية الثبات الانفعالي.
- 2- تقديم الندوات الدينية والتثقيفية الخاصة بتوعية طلاب كلية الشرطة بضرورة الحد من الاندفاعية.
- 3- عقد دورات متخصصة تدعم الاتجاه الإيجابي للحد من الاندفاعية.
- 4- اهتمام وزارة الاعلام وخاصة الإذاعة والتلفزيون بتقديم برامج تثقيفية وتوعية حول دور الثبات الانفعالي في الحد من الاندفاعية.
- 5- إثراء مكتبات كليات الشرطة بالوطن العربي بالمنشورات الهادفة لتنمية الثبات الانفعالي.
- 6- وضع اللوائح والقوانين المنظمة لاندفاع رجل الشرطة.

مراجع البحث

أولاً: المراجع العربية

- أحمد، سهير (2015): *سيكولوجية الشخصية*، ط2، القاهرة، دار الزهراء.
- أحمد، سهير كامل (2000): *التوجيه والإرشاد النفسي*. مركز الإسكندرية للكتاب، الأزاريطة، الإسكندرية.
- بني يونس، محمد (2009): *سيكولوجية الدافعية والانفعالات*، ط2، الأردن، عمان، دار المسيرة.
- بني يونس، محمد (2009): *مبادئ علم النفس*، ط2، الأردن، عمان، دار الشروق.
- حواشين، مفيد، وحواشين، زيدان (2005): *إرشاد الطفل وتوجيهه*، الطبعة الثانية، الأردن، عمان، دار الفكر.
- الربيع، فيصل خليل وعطية، رمزي محمد (2016): *أثبات الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك*، بحث منشور مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد 43، ملحق 3، الأردن، ص134-175
- الزغول، رافع، والزغول، عماد (2003): *"علم النفس المعرفي"* الأردن، عمان، دار الشروق.
- سعد الدين، أحمد (2005): *الانفعال*، منتدى علم النفس والاجتماع، www.al3ez.net
- سوييف، مصطفى (1996). *الثبات الانفعالي محور من محاور الشخصية*. مجلة العربي، 9(1)، 92-116.
- الشقيرات، محمد عبد الرحمن؛ والزعبي. أحمد محمد علي. (2013) *أثر النمط المعرفي الاندفاعي والتأملي في الأداء على بعض اختبارات الذاكرة وحل المشكلات عند طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة مؤتة*. مجلة جامعة دمشق، ص 19-52
- طلب، أحمد علي أحمد (2020): *فاعلية برنامج إرشادي سلوكي جدلي في خفض السلوك الاندفاعي لدى طلاب الجامعة ذوي أعراض اضطراب الشخصية الحدية*، بحث منشور، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، العدد (43)، ص 254-278
- العبيدي، محمد إبراهيم (1992): *قياس الثبات الانفعالي عند أبناء الشهداء وأقاربهم الذين يعيشون مع والديهم*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية (أبن رشد)، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
- العبيدي، محمد جاسم، والعبيدي، ألاء محمد (2010): *الإرشاد والتوجيه النفسي*. الطبعة الأولى، مركز ديونو لتعليم التفكير، عمان، الأردن.

- العتيبي، كتاب بن عقيلان (2014). فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تعزيز الصلابة النفسية لدى رجال الأمن العاملين في قوة المهمات والواجبات الخاصة بشرطة منطقة القصيم. رسالة دكتوراه، جامعة نايف للعلوم الأمنية، السعودية الرياض.
- الغامدي، صالح يحيى الجار الله (2009): اضطرابات الكلام وعلاقتها بالثقة بالنفس وتقدير الذات لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة. رسالة دكتوراه، جامعه أم القرى، مكة المكرمة.
- غالب، فؤاد عبده (2012): نمو الأحكام الأخلاقية وعلاقته بالثبات الانفعالي والنضج الاجتماعي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سوريا.
- الغداني، ناصر بن راشد بن محمد (2014): أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالثبات الانفعالي لدى الأطفال المضطربين كلاميا بمحافظة مسقط، رسالة ماجستير، كلية العلوم والآداب، قسم التربية والدراسات الإنسانية، جامعة نزوى.
- الفرماوي، حمدي وحسن، وليد (2009): الميثاق الانفعالي (لدى العاديين وذوي الإعاقة الذهنية)، ط1، الأردن، عمان، دار صفاء.
- محمد، أم كلثوم أحمد (2020): فعالية برنامج إرشادي لخفض السلوك الاندفاعي وزيادة الدافعية لدى طالبات ذوات صعوبات التعلم بمدينة حائل، بحث منشور المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة. مج. 4، ع. 10، يناير 2020
- المسعودي، عبد عون (2002): قياس الثبات الانفعالي لدى طلبة الجامعة بناء وتطبيق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية (أبن رشد)، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
- نجاتي، محمد عثمان (1983). علم النفس في حياتنا اليومية: الطبعة 10 (منقحة). الإسكندرية: مكتبة الإسكندرية.
- النجار، إياد (2013). التحليل الإحصائي للبيانات التربوية. عمان، الأردن، دار صفاء للنشر والتوزيع.

ثانياً: المراجع الاجنبية

- Dickman, J. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity: Personality and cognitive correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(1), 95-102.
- Kumar, P .(2013). A Study of Emotional Stability and Socio-Economic Status of Students Studying in Secondary Information Studies. *International Journal of Education and Management Studies*. 3 (1): 7-11.
- Nicoleta, R. and Vitalia, I .(2013). The Influence of Experiential Analysis on the Emotional Stability in the Unifying Experiential Groups. *Journal of Experiential Psychotherapy*. 16 (1): 3-12.
- Lucas, Todd; Jason, D. Young, Ludmila Zhdanova: (2010). Self and other justice beliefs, impulsivity, rumination and forgiveness: Justice can both prevent and prompt forgiveness. Personality and individual differences, 49 (2), 851 – 856.
- Tarannum, M and Khatoon, N .(2009). Self-Esteem and Emotional Stability of Visually Challenged students. *Journal of India Academy of Applied Psychology*, 35 (2), 245-266.