



جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

# التلاعب الانفعالي وعلاقته بالتجنب الخبراتي لدى

## طلبة الجامعة

بحث تقدمت به الطالبة

اية حسين جبر

الى كلية التربية للعلوم الإنسانية قسم العلوم التربوية والنفسية - جامعة بابل كجزء من

متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في العلوم التربوية والنفسية

بإشراف

أ.د.

علي حسين المعموري

٢٠٢٤م

١٤٤٥هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا ﴾

صدق الله العلي العظيم

سورة الاسراء / الآية ٨٥

## الاهداء

اهدي هذا العمل المتواضع الى ابي الذي لم يبخل

عليه يوما والى امي التي حوتني بالحنان والمحبه الى

من ساندي ورفع من عزمي عند تعبي اخوتي

واخواتي رعاهم الله.



## شكرا وامتنان

الحمد لله رب العالمين والصلاه والسلام على اشرف  
الانبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى اله وصحبه اجمعين  
اما بعد...

فاني اشكر الله العلي القدير اولا واخرا على ان وفقني  
لاتمام هذا البحث فهو عز وجل احق بالشكر والثناء  
واولى بهما انطلاقا من قوله عليه الصلاه والسلام لا  
يشكر الله من لا يشكر الناس فاني أتوجه بالشكر  
والامتنان لاستاذي القدير الدكتور علي حسين مظلوم  
المعموري الذي اشرف على هذا البحث ووقف معي  
وعانني ونصحني وارشدني بتوجيهاته وملاحظاته  
وعنايته ونصائحه فجزاه الله عني كل خير وبارك فيه  
وجعله مرشدا لكل طالب علم وكرمه بالرفعه والمحبه  
كما اتوجه بخالص الشكر والامتنان لجميع الاساتذه  
الذين نهلت منهم العلم والمعرفه على مدار اربع  
سنوات فجزاهم الله وفقهم لكل خير والحمد لله رب  
العالمين

## مستخلص البحث

يعد التلاعب الانفعالي من السلوكيات غير المقبولة اجتماعيًا وتربويًا في السياق الأكاديمي لكونه يبنى على الغش والخداع ويسهم في هدم الكثير من العلاقات الجامعية للطلبة، إذ يستعمل الطلبة هذا السلوك غير المقبول من أجل التأثير الاجتماعي وتغيير سلوك الآخرين وتحقيق أهدافهم الخاصة أو مصالحهم الخفية، فنجد أن لدى الافراد المتلاعبين القدرة على التلاعب بالآخرين بنجاح، لأنهم يزيدون من فرصتهم على الكسب بتمكنهم من الحصول على منالهم وتحقيق أهدافهم.

ومن هذا المنطلق يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١\_ التلاعب الانفعالي لدى طلبة الجامعة

٢\_ التجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة

٣\_ علاقه الارتباطيه بين التلاعب الانفعالي والتجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة

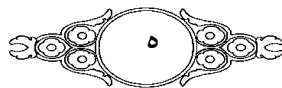
اقتصر هذا البحث على طلبة الجامعة بابل/كلية التربية للعلوم الانسانية/قسم العلوم التربوية والنفسية للعام الدراسي(٢٠٢٣\_٢٠٢٤) واختار منهم (٤٠) طالب وطالبة بالأسلوب العشوائي بواقع(٢٠) طالب و(٢٠) طالبة،اما فيما يخص ادوات البحث تبنت الباحثة(مقياس التلاعب الانفعالي الذي اعده أوستن وزملاؤها(٢٠٠٧)المتكون من(١٨) فقرة ومقياس التجنب الخبراتي الذي اعده( كيمز وآخرون ( ٢٠١١) المتكون من (٣٠) فقرة وبعد المعالجة الإحصائية توصل إلى النتائج التالية:

١\_ يتسم طلبة الجامعة بالتلاعب الانفعالي.

٢\_ يتسم طلبة الجامعة باستعمال الأسلوب المسيطر والأسلوب المفيد اجتماعيًا

٣\_ وجود علاقة ارتباطية ذات الدلالة احصائية بين المتغيرات ( التلاعب الانفعالي )

التجنب الخبراتي ( لدى عينة البحث



## قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	الايه
ج	الاهداء
د	الشكر
هـ	المستخلص
و	الفهرست
	الفصل الأول
١	مشكلة البحث
٤	أهمية البحث
٧	اهداف البحث
٧	حدود البحث
٧	تحديد المصطلحات
١٠	الفصل الثاني: الاطار النظري والدراسات السابقة
١٢	نظريات فسرت التلاعب الانفعالي
١٦	نظريات فسرت التجنب الخبراتي
٢٠	دراسات سابقة درست التلاعب الانفعالي
٢٢	دراسات سابقة درست التجنب الخبراتي
٢٥	الفصل الثالث: منهجية البحث
٢٥	منهج البحث
٢٥	مجتمع البحث
٢٦	عينة البحث
٢٨	اداتي البحث
٢٨	التطبيق النهائي لاداتي البحث
٢٩	الوسائل الإحصائية
٣٠	الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها
٣٢	الاستنتاجات
٣٢	التوصيات

٣٢	المقترحات
٣٣	المصادر
٣٦	الملاحق
٣٦	الملحق الأول: أسماء السادة المحكمين حسب الدرجة العلمية
٣٧	الملحق الثاني: مقياس التلاعب الانفعالي بالصيغة الاولى
٤٠	الملحق الثالث: مقياس التجنب الخبراتي بالصيغة الاولى
٤٣	الملحق الرابع: مقياس التلاعب الانفعالي بالصيغة النهائية
٤٦	الملحق الخامس: مقياس التجنب الخبراتي بالصيغة النهائية

## الفصل الأول

### التعريف بالبحث

مشكلة البحث

أهمية البحث

أهداف البحث

حدود البحث

تحديد المصطلحات



## أولاً: مشكلة البحث

يعيش الإنسان في عالم متغير وحاجاته ملحة ومتنوعة؛ ولكي يحصل على احتياجاته الشخصية والانفعالية والاجتماعية اليومية يلجأ إلى مجموعة متنوعة من الأساليب في تحقيق أهدافه؛ إلا أن بعض الأفراد يتخذ أسلوباً غير مقبول اجتماعياً من أجل إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه ورغباته؛ متمثلة بالتلاعب الانفعالي بالآخرين واستغلالهم؛ ويمكن أن يعود ذلك إلى أن هؤلاء الأفراد تمت تشبثهم الأسرية والاجتماعية والاقتصادية على أساليب غير صالحة فأدت إلى الاختلال بالقيم؛ لذلك يقوم هؤلاء الأفراد بسلوك غير مرغوب به بسبب تجاهلهم للقيم والأعراف من أجل تحقيق منفعتهم الذاتية والشخصية عن طريق توجهاتهم التلاعبية والانانية (الدليمي، ٢٠٢١، ٢٣)

ويتعرض طلبة الجامعة إلى التلاعب الانفعالي في علاقاتهم مع الآخرين؛ إذ يسعى الطالب الجامعي المتلاعب انفعالياً للاتصال بأقرانه ويتعامل معهم بنوع من التأثير من أجل تغيير سلوكهم وفق ما يريد؛ ويظهر ذلك في ضوء تحقيق رغبات محددة وأهداف مقصودة على حساب الآخرين مثل المكائنة والمال والجنس.. وغيرها. ويظهر هذا التلاعب كنوع من التأثير الاجتماعي الذي يهدف إلى تغيير إدراك الآخرين باستعمال الأساليب الخادعة أو المسيئة. (بتول، ٢٠٠٤، ٣٧)

وبذلك نجد أن سلوكيات التلاعب الانفعالي إحدى أوجه سوء التكيف التي تظهر في جميع مجالات الحياة؛ لاسيما ضمن السياق التعليمي الجامعي؛ وهذا ما ينتج عن سلوكيات غير اجتماعية لا تتسم بالأكاديمية والنزاهة؛ وتجعل الطلبة معرضين للمسائلة وضياح المستقبل. (التميمي، ٢٠١٩، ٨)

إن أحد أسباب قيام الطلبة بسلوك التلاعب الانفعالي يتمثل بالحصول على درجات مرتفعة وأداء أكاديمي أفضل؛ ولقد تم بحث وتوثيق مثل هذا السلوك غير المرغوب في المجال التربوي ابتداءً من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة الجامعية.

وهو يظهر في العلاقات الاجتماعية والعاطفية بدرجة كبيرة؛ إذ شاهد التلاعب الانفعالي عندما يمارسه الطلبة من التحكم بزملائهم؛ وعندما يفرضون أنفسهم في بيئة اجتماعية تنافسية للغاية ليكونوا فاعلين وبما أن المنافسة بين الطلبة تتسم بالشدة في المحيط الجامعي، لذا يلجؤون إلى المزيد من التلاعب العاطفي باستعمال نقاط الضعف ممن حولهم من أجل تحقيق أغراضهم الشخصية.

وبهذا الصدد يتسم الافراد المتلاعبين بالقدرة على التحكم بالآخرين وبنجاح لكون هذا السلوك يزيد من فرصتهم في تحقيق المكاسب الانية، وتمكنهم على منالهم وتحقيق اهدافهم . ( التكريتي، ١٩٩٥، ١٦ )

ويركز التلاعب في جوهره على الشخص المتلاعب؛ إذ يؤكد المتلاعب على تحقيق نتائج وأهداف شخصية من دون الاكتراث بنتائجه السلبية بواسطة تأثيره في الشخص الذي يتلاعب به كذلك فإن الخداع او إخفاء الأدلة المنطقية والواقعية أحدى الأمور الأساسية في التلاعب إظهار أو تقديم الحقائق للطرف الاخر سيسمح بطبيعة الحال بأن يتوصل الشخص الى قرار لا يخدم مصلحة المتلاعب . إذا التلاعب هو توظيف المكر والخديعة بطريقة تجعل الآخرين يفعلون الأشياء التي تحقق أهداف معينة؛ لكون التلاعب لا يحترم حدود العلاقة ويمكن أن يحدث ذلك م الزملاء في الدراسة والعمل والنزاعات؛ والصدقات « والعلاقات المهنية؛ وحتى في أماكن العبادة ولا توجد قيود عمرية أو تفضيلات الرجال - النساء (في جميع الأعمال والتوجهات الجنسية في ارتكاب التلاعب بهم؛ وبهذا فإن شيوع التلاعب الانفعالي يتحول الحياة الإيجابية الى سلبية، إي تلك الحياة التي تتسم بالإجهاد والقلق وعدم اليقين في العلاقات . ( السعيدة، ٢٠١٧، ٢١ )

وهذا ما أشارت إليه نتائج العديد من الدراسات؛ إذ وجدت دراسة "داسبورو وأشكاني ٢٠٠٢، أن التلاعب الانفعالي سلوك مؤذٍ ومنتشر في العديد من السياقات الاجتماعية؛ بما في ذلك الأصدقاء والأقرباء ؛ إذ إنه يعمل على تخريب العلاقات داخل

المنظمات والمؤسسات الاجتماعية؛ وتوصلت دراسة 'واي وتليبولوس. ٢٠١٢' إلى أن التلاعب الانفعالي طريقة ماهرة في التعامل يقوم في ضوءه الافراد في استغلال المشاعر والتلاعب بهاء إذ يتميز المتلاعبون بعدم احترام العلاقات الانسانية؛ والسخرية من الناس؛ ويسعون للتقرب منهم بهدف استغلالهم؛ كذلك يظهرون مستويات منخفضة من التعاطف؛ ويحملون الآراء السلبية عن الآخرين. (الشيخلي، ٢٠٠٢، ٣٣)

كذلك ان التجنب الخبراتي يصبح مشوها للحياة حين ينتج عنه موقفا تتطور فيه الحلول التي تهدف إلى التحكم في التعبيرات الانفعالية أو التجارب الخاصة أو تقليلها إلى مشاكل بحد ذاتها، ومن ثم يصبح عملية مضطربة عندما يتم تطبيقه بشكل صارم وغير مرن بحيث يتم تخصيص الكثير من الوقت والجهد والطاقة لإدارة الأحداث الخاصة غير المرغوب فيها والتحكم فيها أو المماثلة معه (تشيليدرز، ٢٠١٢، ٨)

ويمكن أن تحدث هذه المحاولات للسيطرة على الأحداث الخاصة، على سبيل المثال، عن طريق قمع التفكير أو الكبت العاطفي أو التأقلم المتجنب، التي يمكن اعتبارها من استراتيجيات التجنب الخبراتي (الحو، ١٩٩٥، ٥) وأن الجهود المفرطة لتجنب المواقف الاجتماعية أو السيطرة عليها أو الهروب منها (أي سلوكيات السلامة) تساعد في الحفاظ على قلق الفرد (الصالح، ٢٠١٣، ١٧) وان تجنب التجارب النفسية مثل القلق لا يؤدي إلى زيادة الضغط النفسي فحسب، بل له أيضا تأثير سلبي على قيمة الحياة، يذكر إكسندر (العبد، ٢٠١٥، ٩) أيضا أن هناك عدد كبير من الدراسات التي تشير إلى وجود ارتباط بين التجنب الخبراتي وعدد من العمليات النفسية، مثل الكبت المعرفي والانفعالي والقلق، وكما هم في شدة أعراض اضطراب الشخصية من المفارقات أن محاولات التحكم في التجارب الداخلية البغيضة والحد منها ليست عقيمة فحسب، بل تؤدي أيضا إلى نتائج عكسية، مما يؤدي إلى زيادتها، وتجعل التجنب الخبراتي شديد المقاومة للتغيير (العلي، ٢٠٠٢، ٢٢) فضلا أظهرت الأبحاث أن إبعاد الأفكار والمشاعر الصعبة

يمكن أن يكون لها تأثير مرتد، حيث نشعر بها أكثر؛ إذ يحاول بعض الأفراد أيضا تجنب الأماكن أو القيام بأشياء تثير الأفكار والمشاعر الصعبة لدرجة أنه يتوقف عن فعل الأشياء التي تجعله سعيداً وتهمه حقا (عليوة، ٢٠١٩، ٤١) كذلك إن هذه النوع من التجنب يشير إلى مكافحة الفرد باستمرار مع الأحداث السلبية، التي تسبب معاناة أكبر وتصبح عقبة تمنع السعي وراء تحقيق أهداف قيمة وإيجابية.، ان تجنب التجارب السلبية هو رغبة طبيعية لكن الباحثين وجدوا انه غالبا ما يكون غير فعال ويمكن أن يخلق صعوبات على المدى البعيد، على سبيل المثال) غالبا ما تؤدي الجهود المتكررة عن ذلك لتجنب الأفكار أو المشاعر البغيضة إلى زيادة التفكير فيها أو الشعور بالرغبة لتجنبها. (تشيلدرز، ٢٠١٢، ٨) وأكدت هذا الرأي دراسة أجريت في إحدى البيئات العربية قام بها سليمان ٢٠١٩ على طلبة الجامعة، وجد فيها ان التجنب الخبراتي كان حاجزا أمام قيامهم في تجربة ما أو متابعتهم لتفاعلات اجتماعية هادفة سليمان وآخرون، ٢٠٢٠، ص.٢٣٥ وعند الحديث في الجانب التربوي والتعليمي فإن معاناة الطلبة مستمرة فالتجنب الخبراتي بالرغم من ارتباطه بالتحصيل التعليمي المنخفض، في جميع المراحل التعليمية؛ نتيجة تأثيراته المباشرة في دافعية الطلاب توافقه التعليمي مع زملائهم وأساتذتهم؛

**ثانيا :أهمية البحث :** تمثل المرحلة الجامعية مرحلة دراسية هامة، إذ يمثل طلبة هذه المرحلة طاقة هائلة ومصدرا بشريا مهما في تنمية المجتمع، فيذكر ( فروم ١٩٨٩، ١٨) أن طلبة الجامعة يشكلون فئة من فئات المجتمع، ويحتلون ركنا أساسيا من اركانه، فهم القوة الاحتياطية التي سترشد المجتمع بالطاقات البشرية الشابة المعدة والمؤهلة علميا وفنيا وثقافيا وتقنيا بعد إكمالهم الدراسة ودخولهم ميادين العمل والانتاج .وتؤكد الدراسات النفسية، ومنها دراسة ميلز ، ١٩٥٨ ضرورة تنمية الجانب الأخلاقي والإنساني لدى الطالب الجامعي، ففي هذه المرحلة العمرية، يصل الشباب شخصياتهم، وتتطور قيمهم

ومبادئهم الأخلاقية بدرجة كبيرة، مثل النزاهة وحب الآخرين والعدالة : (صالح، ١٩٨٨، ٩١،) كذلك أن طلبة الجامعة يتعلمون في هذه المرحلة الأكاديمية كيفية توظيف السلوكيات التي يمكن أن تحقق أهدافهم بعيدا عن السلوكيات غير المقبولة اجتماعيا، إذ في ضوء القوانين والآليات التي تنتهجها الجامعات، يكتسب الطلبة السلوكيات الإيجابية التي تؤكد الطيبة، وتجنب الاعتداء على الآخرين، والتعاون مع الآخرين، وتبني الأفكار والفلسفات التي تشير إلى تبني المسوغات المنطقية والخيرة عند تعامل الطلبة مع زملائهم ومدرسيهم وموظفي الجامعة، لذلك فإن الطلبة الذين لا ينتهجون أساليب التمر والتلاعب والكذب في سبيل تحقيق أغراضهم الخاصة، يتسمون بالثقة، والنجاح في الحفاظ على علاقتهم الاجتماعية والعاطفية، ويكرهون السيطرة على الآخرين . كذلك توصلت دراسة غريف و ال ٢٠١٠ أن رفض سلوكيات التلاعب الانفعالي ترتبط بدرجة ايجابية مع العديد من المهارات الاجتماعية مثل القدرة على التواصل مع الآخرين، وتفسير المعلومات الاجتماعية من دون سوء نية، وإدارة مشاعر الفرد والآخرين، لذلك يسجلون درجات مرتفعة على اتخاذ القرارات الأخلاقية، واحترام عواطف الآخرين . ووجدت دراسة براكير ٢٠٠٤ أن السلوكيات الاجتماعية التي لا تقوم على التلاعب الانفعالي والخداع، يمكن أن تساعد الفرد على تحقيق أهدافه بطريقة مشروعة، وبالصورة المطلوبة، وهذا ما يجعل الطالب ناجحا في كسب حب الآخرين، وتعاونهم ومساعدتهم عند أداء واجباته معهم .

كما إن التجنب الخبراتي إذ نظرنا تصبغ واسعة وشامله مع أدرك ان تحديات الحياة والفشل الشخصي هي ببساطة جزء من تكوين الإنسان ., كذلك يؤكد هايس عن طريق نظرية الإطار العلائقي على أهمية تعايش الفرد الايجابي مع متاعب الحياة ومنغصاتها، وذلك بتقبلها ثم الاتجاه بعد ذلك للآيتان بسلوكيات أخرى أكثر ايجابيه وذات معنى؛ لكي تثيري حياته وتزيد من ارتباطه أكثر بقيمه، فضلا عن الرغبه في الاستمرار بالاتصال مع



واقع الحياه بجميع أشكالها وتنميه قدراته على التقبل فضلا عن ذلك توليده استجابات للخبرات التي يتعذر منه سابقا). وتذكر الفقي(٢٠١٦، ١٠١) أن التوجيهات المعاصرة للعلم النفس بكل فروعها على الكيفية التي يمكن معها أن يصبح الفرد أكثر مرونة وتقبلا عند مواجهة ضغوطات الحياة وتحدياتها إذ أن تلك الضغوط والتحديات من المتلازمات الحياه وان تمتعنا في المرونة النفسية الكافية وانفتاحه على الخبرات بدلا الانغلاق وتقبل الواقع بدل تجنبه يجعلنا ننهض ونتعافى بسرعة:.

جادل هايس وزملاءه بأن إحدى مزايا التجنب الخبراتي هي أن له فائدة تجريبية عن طريق توفير منظور وظيفي لبعض الحالات وتجاوز قيود المنظور المتلازمي السائد حالياً لعلم النفس ومن المسلم به أن التجنب غالباً ما يكون استراتيجيه تكفيه للبقاء على قيد الحياه، لكن هنالك احداث تحتم على الفرد تجنبها، على سبيل المثال، ربما يكون الفرار هو الطريقة الأكثر أماناً للحفاظ على الذات عند مواجهة خطر جسدي لا يمكن التغلب عليه، او صدام متوقع أو أي مخاطر أخرى يتحمل فيها الأذى؛ إذ ليس كل أنواع التجنب سلبية؛ بل الأمر يتعلق بكيفية توظيفها، وهذا ما اكدته الأبحاث الحديثة التي بينت أهمية التجنب في بعض السياقات، وكيف أن يكون فعالاً حين اعتباره كاستراتيجيه لمنع بعض العواقب ظاهرياً، ومنها إخفاء التعبير عن القلق، أو تجنب المواقف التي يتحمل أنها ستقود إلى مشكلات أكبر، وينبغي هنا أن لا يعتمد عليه بصورة مطلقة ومبالغ فيها أو حتى متكرره. (عليوة، ٢٠١٩، ٢١٣)

ويشير تشيلي(٢٠١٢) أن زيادة المرونة النفسية وتقليل التجنب الخبراتي يكون حاسماً في تقليل الضغط النفسي لدى طلبة الجامعة ومع وجوده في الأدبيات البحثية عالمياً أصبح من الواضح أن التجنب يأخذ عدداً من الأشكال، على سبيل المثال، يتضمن التجنب استراتيجيات سلوكية وتجنباً معرفياً وانفعالياً، وقد ركزت الأدبيات الحديثة على أن التجنب

الخبراتي يشمل تجنب الأفكار والذكريات والأحاسيس الجسدية والعواطف والمواقف والتجارب الداخلية الأخرى كذلك ( سليمان ، ٢٠٢٠ ، ٢١٤ )

**ثالثاً : أهداف البحث :** يهدف البحث الحالي الى تعرف:

- ١- التلاعب الانفعالي لدى طلبة الجامعة.
- ٢- التجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة.
- ٣- العلاقة الارتباطية بين التلاعب الانفعالي والتجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة.

**رابعاً . حدود البحث**

يقتصر البحث الحالي على دراسة التلاعب الانفعالي وعلاقته بالتجنب الخبراتي لدى طلبة الدراسات الأولية في جامعة بابل كليه التربيه والعلوم الانسانية للمرحله الثانيه والثالثه والرابعة للدراسه الصباحي فقط للعام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤

**خامساً : تحديد المصطلحات :** حدد البحث الحالي بالمصطلحات الآتية:

**اولاً : التلاعب الانفعالي :** عرفه كل من:

- المرسومي ١٩٩٤

الافراد الذين يميلون الى استعمال الآخرين والاستفادة منهم حيث يكون الآخرون مهمين عنده في الحد الذي يمكنه من استغلالهم لمصلحته الشخصية (المرسومي ١٩٩٤) سلوكيات يمارسها الشخص ضد الآخرين يهدف من ورائها الى تغيير سلوكهم وأفكارهم باستعماله لأنماط مسيئة أو مخادعة أو استغلالية لتحقيق اهداف أو مصالحه الخاصة.

-اوستن وآخرون ٢٠٠٧، قدرة الفرد للتأثير في مشاعر الناس من أجل تحقيق مصلحتهم الخاصة، (اوستين واخرون ٢٠٠٧ ) وهو التعريف النظري المتبنى للبحث الحالي .  
التعريف النظري :تم تبني تعريف (اوستن وآخرون ٢٠٠٧) بوصفه التعريف النظري الذي

أعتمدت عليه الباحثة في قياس وتفسير التلاعب الانفعالي لدى طلبة الجامعة .  
التعريف الإجرائي :الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب الجامعي عن طريق إجابته  
عن فقرات مقياس التلاعب الانفعالي المعد لهذا الغرض.

### ثانيا .التجنب الخبراتي

،عرفة كل من :

•هايس ١٩٩٩ محاولة الفرد لتجنب الأفكار، والمشاعر، والذكريات، والأحاسيس  
الجسدية، والتجارب الداخلية الأخرى -حتى عندما يتسبب ذلك في ضرر على المدى  
الطويل•

-هاريس ٢٠٠٧

ميل الفرد إلى تغيير شكل وتكرار الأفكار السلبية الخاصة حتى عندما تتسبب تلك  
المحاولات بضرر نفسي وسلوكي عليه  
-جاولا و وستافين ٢٠٠٧ عدم الرغبة في البقاء على اتصال مع التجارب الداخلية غير  
المرغوب فيها، مثل المشاعر المؤلمة والأفكار والذكريات والأحاسيس الجسدية

كارلوس ٢٠١٦

استراتيجية تنظيم ذاتي تنطوي على جهود للسيطرة أو الهروب من المحفزات السلبية مثل  
الأفكار أو المشاعر أو الأحاسيس التي تولد ضائقة شديد .

سليمان ٢٠٢٠

"هو الميل إلى تقييم الأفكار والمشاعر سلبا وبذل جهد كبير لتغيير أو تجنب الأحداث  
والخبرات الشخصية والمواقف غير المرغوبة التي حدثت في الماضي وادت إليها أو  
المواقف المتوقع ان تؤدي إليها في المستقبل) "سليمان، ٢٠٢٠



التعريف النظري تبنت الباحثة تعريف هايس ١٩٩٩ وذلك لأنه اعتمدت نظريته التي بنيت على أساسها المقياس وفسرتها الباحثة ما توصلت إليه من نتائج .

التعريف الإجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب المستجيب بعد إجاباته عن فقرات مقياس التجنب الخبراتي المعرب لهذا الغرض.

## الفصل الثاني

### المحور الأول إطار نظري

### المحور الثاني دراسات سابقة

## المحور الأول: الإطار النظري .

**أولاً : مفهوم التلاعب الانفعالي** . يتضمن التلاعب الانفعالي الاعتراف والتحكم في العواطف والمشاعر ، إذ يشمل هذا السلوك مجموعة واسعة من المهارات والسمات الفردية تتجاوز دائرة معينة من المعرفة السابقة، مثل معدل الذكاء والمهارات الاجتماعية ويتمتع المتلاعب انفعاليا بالمهارات الشخصية ومهارات التعامل مع الآخرين والتوافق وإدارة الإجهاد، الذي يمكنه من تحقيق اهدافه في الأسرة والدراسة والعمل .

ويظهر التلاعب الانفعالي بوصفه جانبا سلبيا من الذكاء الانفعالي ، إذ يتضمن قدرة الأفراد للتأثير في مشاعر الآخرين لمصلحتهم الخاصة .وهؤلاء لديهم الهيمنة على مشاعر الآخرين ويديرونها من أجل الحصول على مصالحهم الشخصية ( صليبيا ، ١٩٨٤، ٢٧٥ ) ، وبهذا الصدد هناك ثلاثة عناصر شائعة تظهر في التلاعب الانفعالي هي:

أ . **الهدف** : البحث عن الضحايا التي يحقق في ضوءها المتلاعب أهدافه وحاجاته

ب . **آليات التلاعب** : إظهار المتلاعب اهتمامه وعواطفه للضحايا بهدف خداعهم واقناعهم وجعلهم يثقون به .

ج . **استغلال الضحايا** : كسب الكثير من الاهداف والحاجات القيمة التي يرغب بها المتلاعب، ومن ثم تركهم عند الانتهاء منهم (لاكاني ٢٠١٦ ، ٢٧ )

**ثانيا** . **التلاعب الانفعالي بوصفه اضطرابا شخصيا** : أهتمت مجموعة من الدراسات النفسية بالتلاعب الانفعالي بوصفه أحد مظاهر اضطراب الشخصية ، إذ يظهر التلاعب كإحدى الجوانب المظلمة وغير المتلائمة التي تعبر عنها الشخصية المضطربة في علاقاتها مع الآخرين ، وتركز هذه الدراسات على ثلاثة أنواع من اضطرابات الشخصية،

١. النرجسية :تمتلك هذه الشخصية شعورا مبالغا فيه بأهميتها، وحاجة شديدة إلى زيادة الاهتمام والإعجاب بها، وقد وصفت كتطور ومرحلة من التكوين النفسي وكنحرف من انحرافات الشخصية وكدور رئيسي لتنظيم المشاعر والأحاسيس للرفاهية والسعادة وكجانب لحب الذات. ( عبد الرقيب، ١٩٨٧، ١٧)

٢. السايكوباتية: \_تعتبر الشخصية السايكوباتية من أكثر الشخصيات تعقيدا وأصعبها تشخيصيا وتعرفا على صاحبها، والسبب يكمن في أن الشخص السايكوباتي جيد التمثيل وله قدرة فائقة في التأثير على الآخرين، بل والتلاعب بأفكارهم، وبالرغم من أن السايكوباتي لا يظهر أعراض المرض العقلي لأنه غالبا لا يعاني منه إلا أن سلوكه الاجتماعي لا يقل خطورة عن أسوأ الأمراض العقلية الأخرى، حيث إن سوء تكيفه الاجتماعي يعكس اضطرابا عميقا في الشخصية، ولذلك تعد السايكوباتية من المشكلات الاجتماعية والنفسية والتربوية معا لما تتركه من آثار سيئة على الفرد والمجتمع ولما تهدره ( وليد احمد، ٢٠١٣، ١١١)

٣. الميكافيلية :سمة شخصية تشير إلى تأثير الفرد في الآخرين، وخداعهم لتحقيق أهداف ومصالح، ليصبحوا مطيعين ويتصرفون كما يشاء. وتعرف الميكافيلية بأنها استعمال أساليب غير أخلاقية لتحقيق مصلحة الفرد، من بين سمات الميكافيلين التلاعب الانفعالي إذ يستعمل الميكافيلي المتلاعب استراتيجيات غير صادقة أو استغلالية من أجل التحكم بأفكار الآخرين ومشاعرهم والسيطرة عليهم باستعمال كلمات مقنعة والتكرار وتقديم المكافأة والأمانى الزائفة .. وغيرها من الحيل الأخرى .

ثالثا .علامات التلاعب الانفعالي

ويمكن تعرف علامات المتلاعب انفعاليا وتجنبها وهي كالاتي:

١- إن الشخص المتلاعب يريد دائماً أن يتحدث أولاً ويطلب من الآخرين التحدث عن أنفسهم وآرائهم الشخصية ومشاعرهم، وتبدأ الأسئلة بـ ماذا؟ -وكيف؟ (ليتعرف نقاط القوة والضعف -لديهم .والمتلاعب لن يكشف الكثير عن معلوماته الشخصية بوساطة حوار .

٢- يستعمل المتلاعب أفكار لاعقلانية للحصول على أهدافه، ويتلاعب بأفكار الآخرين، أي غسل أدمغتهم ويفعلون الأشياء التي يريدونها على رضا منهم.

٣- سوء المعاملة والتلاعب الانفعالي يسيران جنباً إلى جنب، فالشخص المتلاعب انفعالياً يسهل عليه كشف ضعف الآخرين، وهو يستخدمه كسلاح للسيطرة عليهم أو التقليل من شأنهم وإهانتهم مثل (أنت قبيح -أنت ضعيف -أنت سمين ) صليبا ، ١٩٨٤، ٢٩٧ )

#### رابعاً .النظريات النفسية التي وضحت التلاعب الانفعالي

**نظرية التحليل النفسي:** (أشار فرويد إلى أن شخصية الفرد ذات السلوك التلاعبية تظهر في المرحلة الفمية للنمو الجنسي، إذا قسم هذه المرحلة إلى مرحلتين فرعيتين هما:-

**أولاً المرحلة الفمية الاستقبالية المندمجة :-** التي تمتد من الولادة حتى نهاية الشهر السابع

**ثانياً :المرحلة الفمية السادية،:-**التي تمتد من نهاية الشهر السابع حتى نهاية السنة الأولى من عمر الطفل، إذ تظهر في هذه المرحلة الاسنان عند الطفل التي تعطيه القدرة على العض الذي يحصل منه على اللذة وبخاصة العض العدوانية ( داود والعبيدي ، ١٩٩٠، ٧٢-٧٣ ) لذلك تسمى بمرحلة التقبل الاستغلالي العدوانية، التي يمر بها جميع الأطفال، وتعد حالة طبيعية.

## نظرية التلاعب النفسي لجورج سايمون

يرى سايمون أنه يوجد فرق بين التلاعب النفسي والتأثير الاجتماعي، فالتأثير الاجتماعي لا يكون سلبيا بالضرورة. فعلى سبيل المثال، يمكن للأشخاص مثل الأصدقاء والعائلة والأطباء محاولة إقناع الفرد بتغيير العادات والسلوكيات غير المفيدة الملحوظة كما ينظر إلى التأثير الاجتماعي عموما على أنه غير ضار عندما يحترم حق المتأثرين في قبوله أو رفضه، وليس قسريا بشكل لا لزوم له. لكن اعتمادا على السياق والدوافع التي تكمن وراءه (وجدت النظرية أن معظم المتلاعبين لديهم اضطراب كبير في الشخصية) بمعنى أن لديهم ضميرا أو حساسية قليلة جدا)، إذ يجد المتلاعبون ان أسهل الفرائس بالنسبة إليهم هم الأفراد الحساسون (أي الافراد الذين لديهم مستويات عالية من الحساسية والضمير وهنا يستعمل المتلاعب تكتيكات لعب دور الضحية في ضوء التلاعب بعواطفهم وضميرهم .

**نظرية التعلم الاجتماعي :-** تفترض هذه النظرية أن أي سلوك يظهر بوصفه نتيجة حتمية للتفاعل بين البيئة والعوامل الشخصية (ميشيل واخرون ٣٥٩، ٢٠١٣)، قدم هذه النظرية البرت باندورا عام (١٩٧٧) مؤكدا على أن أداء الفرد يفسر عن طريق سلوكه والبيئة المحيطة. تفترض النظرية الاجتماعية المعرفية أن تعلم يحدث ضمن السياق الاجتماعي، وأن الناس يتعلمون من بعضهم عبر (الملاحظة - والتقليد - والمحاكاة والنمذجة. ( محمد زياد، ٢٠١٧، ٢٧٥ )

### مفاهيم نظرية التعلم الاجتماعي:-

**الارتباط التفاضلي** :يشير هذا المفهوم إلى أن الفرد يتعلم السلوك العدواني عن طريق ملاحظة النماذج العدوانية أو المواقف العدوانية، على سبيل المثال تعرض المتتمرين إلى الثناء، والتعاطف السطحي، والاهتمام بتعبيرات الوجه، ( عبد العزيز ، ٢٠١٨ ، ٩٣ )

-**التعزيز التفاضلي** يشير الى مكافأة نوع معين من السلوك من دون السلوكيات الأخرى، وهذا التعزيز يتم عندما يحقق المتلاعب أهدافه ويحصل على مكاسبه عن طريق التلاعب من دون السلوكيات الأخرى

**النمذجة** .تشير النمذجة الى تقليد الفرد للسلوك بعد ملاحظة سلوك فرد آخر، فالأفراد سوف يكررون الإجراءات التي لاحظوها ( وبهذا الصدد يعد التلاعب الانفعالي شكلا من أشكال التأثير الاجتماعي).

### الدافع

حافز يعمل على زيادة احتمالية تكرار السلوك (ويندفع معظم المتلاعبين إلى استعمال السلوكيات الضارة والتحكمية نتيجة مجموعة من الأهداف والمصالح الخاصة التي توجه سلوكهم التلاعبى).

**نموذج اوستن في التلاعب** : وجدت اوستن أن هناك مجموعة من الدراسات تشير إلى وجود جانب مظلم في الذكاء الانفعالي، إذ يمكن أن يظهر هذا الذكاء كقدرة سلبية ضارة اتجاه الآخرين، وذلك عندما يوظف الاذكياء انفعالاتهم في التلاعب بمشاعر الآخرين لأغراض غير اجتماعية، وقدمت اوستن وأودنيل ٢٠١٣ است مهارات فرعية تمثل التلاعب الانفعالي، هي :

**تحسين المزاج**، وتقديم المساعدة أو الطمأنينة من أجل كسب ثقة الضحية، وقد يستعمل الأفراد استراتيجيات مثل التحدث عن الأشياء الإيجابية، والتصرف بطريقة سعيدة، ورواية القصص المضحكة ( اوستن وأودنيل، ٢٠١٣، ١١ )

**إظهار الفهم العاطفي لمشكلات الآخرين وحاجاتهم**، ولكنه فهم غير أصيل، وهو يتضمن أيضا إظهار الدعم والتشجيع والتعاطف عندما يتعرض شخص ما لمشاعر سلبية أو يواجه المشكلات من أجل أن يحقق المتلاعب مصلحة الذاتية فيما بعد .

-السماح للآخر بالتعبير عن مشاعره، وقد يشمل تعزيز مشاعر الآخرين وزيادة التأثيرات الإيجابية وتقليل التأثيرات السلبية

-استعمال الحالة المزاجية السلبية، في بعض المواقف من اجل الهيمنة على الآخر مثل النقد، والتعليقات السلبية، وقلة الثقة، وإظهار الغضب .

-إخفاء المتلاعب لعواطفه الحقيقية عن الآخرين، مثل تقديم المشاعر الزائفة لأغراض الخدمة الذاتية (غير أصلية)، بما في ذلك اللطف أو الإطراء أو العبوس أو إثارة الذنب والتعاطف والغيرة لدى الآخرين .

- المهارات العاطفية الضعيفة، وتتمثل باستعمال التحويل لتحسين الحالة المزاجية للآخرين، التي تتضمن محاولة جعل الفرد إيجابيا، واستعمال الفكاهة وتقديم الأنشطة الممتعة:

### ثانياً: التجنب الخبراتي

أن فرضية قبول الصعوبات وعدم الهروب منها أو تجنبها قد حث عليها الدين الإسلامي الحنيف ، ومنها (قبول إرادة الله عز وجل (وفي المسيحية) التسامح (وحتى في البوذية نجد مفاهيم مقاربة منها) عدم إصدار الأحكام والقبول والكرام، ومن ذلك ما طرحه فرويد من وجهة نظر حول التجنب؛ إذ يرى أن التجنب هو أصل العديد من المشكلات النفسية، فعلى مستوى اللاوعي تطور الأنا آليات دفاع لحماية الذات من إثارة القلق؛ و يعتقد بيرلز ١٩٥١ أن إحدى السمات الأساسية للمشكلات النفسية هي تجنب المشاعر المؤلمة أو غير المرغوب فيها، أما بالنسبة لروجرز ١٩٦١ كان هدفه أن يكون الفرد قادرا على العيش بشكل كامل، دون محاولة تجنب عناصر الخبرة ، وأن التجنب الخبراتي مصطلح عام يشمل أنواعا أكثر تحديدا من التجنب، وهي:



أولاً. التجنب المعرفي على سبيل المثال، التشتت عن القلق

ثانياً. التجنب العاطفي على سبيل المثال، محاولة قمع الحزن

ثالثاً. التجنب السلوكي على سبيل المثال، تجنب المواقف التي الاستثارة  
الفسولوجية و الأحاسيس الداخلية المصاحبة.

النظريات التي فسرت التجنب الخبراتي

### المدرسة الوجودية

طرحت كوباسا ١٩٧٧ مفهوما في النظرية الوجودية (وهو قوة تحمل الشخصية أو قوة  
التحمل الذي يتصل بوجود الفرد ( الحلو ١٩٩٥، ٥٩ )

كذلك إن كيركجارد يرى أن حياتنا عبارة عن سلسلة من القرارات وان الفرد عندما يمعن  
النظر في قراراته باتجاه ما، فان هذه القرارات ستعمل على تغيير هذا الفرد وتضعه أمام  
مستقبل مجهول، ( الجبوري، والمعموري، ٢٠١٩، ٣٢٠، )

ويشير فرانكل إلى الذين يتجنبون متابعة القيم، انهم يتجنبون دور المسؤولية التي  
أوكلتها لهم الحياة الروحية.

### مدرسة التحليل النفسي

#### نظرية فرويد

يلجأ الفرد إلى استخدام ما يسميه فرويد بالحيل الدفاعية أو الميكانزمات الدفاعية عندما  
يتعذر عليه الهرب .مصدر يمثل تهديدا أو يتعذر عليه تنفيذ ما يمليه عليه الضمير،  
ومن تلك الحيل التي تقترب من مفهوم التجنب الخبراتي هو حيلة الكبت والكبت كذلك

أوضح فرويد "عبارة عن إبعاد لا إرادي لشيء ما عن الوعي، هو في جوهره إنكار غير واع لوجود شيء يجلب لنا عدم الراحة والألم". (الجبوري المعموري ٢٠١٩، ٨١)

### نظرية أدلر.

يرى أدلر أن اتجاهات العنف والرفض والإهمال تخلق شخصية غير سوية؛ لذلك يحاول الفرد تعويض مشاعر النقص التي سببتها تلك الاتجاهات فهو يكون غير دقيق في تقديره لذاته ويكون متجنباً ومحبطاً من المواقف التي يمر بها وأيضاً يكون دائماً التوتّر (عبد ٢٠١٠، ٢٦)

وعلى هذا الأساس افترض وجود أربعة أساليب أساسية في حياة كل فرد يتبناها عند التعامل مع المشكلات التي تواجهه، وهي:

اتجاه السيطرة أو التحكم.

• الإهمال.

• المتجنب

• المفيد اجتماعياً.

### نظرية كارين هورني

صنفت هورني في نظرياتها الأفراد وفقاً لثلاثة أساليب تسند إلى ثلاثة أنماط، فكانت:

أولاً. **التحرك نحو الآخرين**: في هذا الأسلوب تؤلف الحاجة إلى التعاطف والتعاون والإحسان مع الآخرين، وان اختيار الشريك الآخر جوهر هذا الأسلوب، وهذا الأسلوب يرتبط بنمط المذعن - المتنازل.

ثانيا .التحرك ضد الآخرين :في هذا الأسلوب تؤلف الحاجة إلى السلطة والسيطرة والقوة، وان الطموح يكون جوهر هذا الأسلوب، وهذا الأسلوب يرتبط بنمط العدوانى -المتعاضم .

ثالثا .الابتعاد عن الآخرين :في هذا الأسلوب تؤلف الحاجة إلى الاكتفاء والاعتكاف والانغلاق والعزلة، وان التجنب جوهر هذا الأسلوب ويظهر فيه العجز واضحا بإقامة صداقات وعلاقات حب أو حتى الكره، يرتبط هذا الأسلوب بنمط المنفصل .

المستسلم ( عبدالله، ٢٠١١، ١١٢)

### المدرسة السلوكية

#### نظرية مورير

يمكن تتبع أسس الأنموذج المفاهيمى الأساسى للتجنب إلى نظرية مورير (التي اطلق عليها نظرية ثنائية العامل والتي تقترح وجود عنصرين أساسيين لسلوك التجنب.

أولا .يشير الحافز التحذيري إلى حالة كره أو تثير القلق مؤقتا، بناء على تاريخ تعليمي سابق لمثل هذا .

ثانيا .استخدام جهد سلوكي فعال للتهرب عن قصد من المنبه غير المرغوب به.

#### نظرية البرت باندورا

أكد البرت باندورا في نظريته التعلم الاجتماعى ، ان مواجهة الصعوبات او تجنبها يتصل بتفاعلات الفرد مع البيئة المحيطة وكذلك بفاعلية الذات المدركة .فالأفراد الذين يعتقدون أن لديهم فاعلية ذات مرتفعة يكونون أكثر إصرارا وعزيمة عند مواجهة تحديات ومعوقات الحياة، أما الذين يعتقدون بان لديهم فاعلية ذات منخفضة فانهم غالبا ما

يتجنبون مواجهة الصعوبات.(الجبورى والمعمورى٢٠١٩، ٣٦٠)

## المدرسة المعرفية

### نظرية كولنين

يعد تجنب الأذى الأحيائي (في الأنموذج النفسي لكولنجر، يمكن أن يكون عاملاً شائعاً لدى التجنبيين إذ إن أصل مخطط كولنجر يتكون من ثلاثة عوامل أو سمات، هي

• البحث عن الحادثة .

• تجنب الأذى.

• الاتكال على المكافأة.

### نظرية هايس

انطلق هايس في نظريته نظرية الاطار العلائقي من إحدى فلسفات العلوم تعرف السياقية الوظيفية وتركز هذه الفلسفة على سياق الأحداث والوقائع الحياتية وتحللها وفقاً لوظيفتها وتصف نظرية العلاقة كيف أن الأفراد يخلقون أطراً للعلاقات التواصلية فيما بينهم عبر تعلم الاستجابة المرتكزة على العوامل الموقفية وعلى تاريخ عملية الاشتراط (تشيلدرز وروزمان، ٢٠١٢، ٩١-٩٢).

وواحد من أهم أهدافها هو تعظيم الإمكانيات الذاتية لدى الفرد حتى يتمكن من تكوين حياة هادفة وذات معنى في نفس الوقت، وعادة ما يتحقق ذلك عن طريق

١- مساعدة الفرد على تحديد كل ما يمثل له قيمة ومعنى وأهمية

٢- تحفيزه وإرشاده لتعديل ذاته نحو الأفضل وذلك عن طريق قيامه بأفعال إرادية

تغير من واقعه المتجنب إلى ذات تتصف بالمرونة النفسية.

٣- تعليمه مهارات اليقظة الذهنية (لتمكنه من التفاعل الإيجابي مع أفكاره الاجنبية  
ومشاعره الطلبية وانفعالاته المؤلمه

دراسات سابقة(دراسات سابقة درست التلاعب الانفعالي)

-الدراسات العربية :

دراسة (التميمي ٢٠١٩)

استهدف البحث تعرف العلاقة بين المنتحل وعلاقته بالتلاعب الانفعالي لدى طلبة  
الجامعة، وقد وظف الباحث المنهج الوصفي وبلغت عينة الدراسة (٢٠٠) طالباً وطالبة  
من طلبة الجامعة .ولاستخراج نتائج البحث استعملت الباحثه، الاختبار التائي لعينة  
واحدة و الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون .وتوصل البحث إلى  
عدة نتائج أهمها وجود مستوى معتدل من ظاهرة المنتحل لدى طلبة الجامعة ولا توجد  
فروق بين الذكور والاناث، أما في التلاعب الانفعالي فقد ظهر على نحو عام فطلبة  
الجامعة لديهم تلاعب انفعالي ولكن لا توجد فروق بين الذكور والاناث، ولم تظهر النتائج  
وجود علاقة ارتباطية بين المنتحل والتلاعب الانفعالي لدى طلبة الجامعة التميمي ٢٠١٩.

دراسة (محسن ٢٠١٩ )

هدفت الدراسة تعرف العلاقة بين التلاعب العاطفي والتتمر الالكتروني (على عينة  
(٣٠٠) طالبا وطالبة في الجامعة المستنصرية، وكانت النتيجة أن طلبة الجامعة يتسمون  
بالتلاعب العاطفي، وأن هناك فروقاً بين الجنسين على التلاعب العاطفي، إذ كان الذكور  
أكثر استعمالاً للتلاعب من الإناث، وتوصلت الدراسة إلى أن التلاعب العاطفي شكل من  
أشكال التأثير الاجتماعي، وهو يحدث في جوانب الحياة اليومية والعلاقات العاطفية في

ضوء ممارسة أساليب ومهارات معينة للتحكم والسيطرة وذلك لتحقيق هدف مخفي

محسن ٢٠١٩

### دراسات اجنبية:

دراسة أوستين وآخرون ٢٠٠٧: هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي والميكافيلية والتلاعب الانفعالي(، إذ بلغت العينة (١٥٦) طالبًا، وكانت نتائج الدراسة أن الذكور أعلى من الإناث في الذكاء العاطفي، وإخفاء المشاعر، وأقل اتسامًا بالميكافيلية، في حين كانت الإناث أعلى من الذكور في الميكافيلية والتلاعب الانفعالي

اوستن و اخرون ٢٠٠٧

دراسة كريف وآخرون ٢٠١٠ هدفت الدراسة تعرف العلاقة بين التلاعب الانفعالي والأخلاق المثالية والسيكوباتية(، إذ بلغت العينة من (٢٧٥) طالباً في جامعة استراليا، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك فروقا بين الجنسين، إذ كان الذكور أعلى من الإناث في التلاعب الانفعالي والسيكوباتية من الإناث، في حين كانت الإناث أعلى من الذكور في الأخلاق المثالية، وتوصلت الدراسة إلى أن النزعات المعادية للمجتمع لها أثر مختلف في التلاعب الانفعالي بين الذكور والإناث، فضلاً عن أن التلاعب لا علاقة له بالسيكوباتية بدرجة مرتفعة لدى الذكور، في المقابل لم تظهر علاقة دالة احصائية بين الأخلاق والتلاعب الانفعالي لدى للإناث، وكانت الإناث تعاني من تدني المهارات الانفعالية (كريف و اخرون ٢٠١٠)

دراسة أيبيل وآخرون ٢٠١٦: عن ذلك هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين التلاعب الانفعالي والميكافيلية لدى النساء(، إذ بلغت العينة (١٨٨) امرأة، وأظهرت نتائج الدراسة أن النساء يتمتعن بمستويات عالية من الميكافيلية، وكانت توظفها في التلاعب الانفعالي اتجاه الاصدقاء المقربين من الجنس نفسه، كذلك كانت النساء يتسمن بالميكافيلية، إذ كن

ماهرات في التلاعب الانفعالي، الأمر الذي يؤدي شعورهن بالمزيد من الراحة بواسطة استعمال استراتيجية التلاعب الانفعالي، لأن هناك فرصة منخفضة للكشف عن دوافعهن وأهدافهن ايبيل و آخرون ٢٠١٨

دراسات سابقة(دراسات سابقة درست التجنب الخبراتي )

أ. الدراسات العربية.

سليمان وآخرون ٢٠١٩

هدفت الدراسة التعرف على التجنب التجريبي وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة إذ بلغت العينة(٣٠٢) طالبا وطالبة وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين التجنب التجريبي وابعاده والقلق الاجتماعي وأبعاده .وجود تأثير دال إحصائيا لعاملي النوع ومستوى التجنب التجريبي بشكل منفصل على القلق الاجتماعي . إن أبعاد التجنب التجريبي تتبى بظهور القلق الاجتماعي وأبعاده لدى عينة من طلبة الجامعة.

ب. دراسات اجنبية :

دراسة كريستوفر ٢٠١٢

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التجنب الخبراتي والانتفاع لدى عينة غير سريرية وبلغت العينة (١٤٧) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة وأظهرت نتائج الدراسة ان لدى طلبة الجامعة مستوى مرتفع من التجنب الخبراتي ،ولديهم مستوى منخفض من الاندفاع ووجود علاقة ارتباطية عكسية بين التجنب الخبراتي والاندفاع، ويساهم الاندفاع بشكل كبير في التجنب الخبراتي.

## دراسة بريتاين ٢٠١٣

هدفت الدراسة إلى التعرف على التجنب الخبراتي والمعرفة الاجتماعية في توقع القلق الإجتماعي إذ بلغت العينة (٤٠٦) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة وأظهرت نتائج الدراسة إن طلبة الجامعة لديهم مستوى مرتفع من التجنب الخبراتي. ولديهم مستوى منخفض من المعرفة الاجتماعية. ومستوى مرتفع من القلق، وان التجنب الخبراتي والمعرفة الاجتماعية يسهمان في توقع القلق الاجتماعي.

## دراسة جينا ٢٠١٥

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين القلق والتجنب الخبراتي وتقييم التجارب اليومية إذ بلغت العينة (٦٦) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة وأظهرت نتائج الدراسة ان لدى طلبة الجامعة مستوى مرتفع من القلق، ومستوى مرتفع من التجنب الخبراتي، ولديهم اتجاه سلبي نحو تقييم التجارب اليومية .

## دراسة كارسيا وجوس ٢٠١٦

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التجنب الخبراتي والإدمان التكنولوجي لدى المراهقين إذ بلغت العينة (٣١٧) طالبا وطالبة من مرحلة الثانوية وأظهرت نتائج الدراسة ان هنالك مستوى مرتفع من التجنب الخبراتي . ويعاني الطلبة من إدمان تكنولوجي مرتفع. ووجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين التجنب الخبراتي والإدمان التكنولوجي . وان الإدمان التكنولوجي يسهم وبشكل كبير في التجنب الخبراتي .

## دراسة كامبلا ٢٠١٦

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الاندماج المعرفي والتجنب الخبراتي في القلق والاكتئاب. إذ بلغت العينة (١٠٦) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة وأظهرت نتائج الدراسة



ان هنالك مستوى مرتفع من الاندماج المعرفي لدى طلبة الجامعة .مستوى مرتفع من التجنب الخبراتي. و مستوى مرتفع من القلق ومستوى مرتفع من الاكتئاب لدى طلبة الجامعة.

### دراسة سلطاني وآخرين ٢٠١٨

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التجنب الخبراتي وعلاقته بالاندماج المعرفي والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة إذ بلغت العينة (٣٢٤) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة وأظهرت نتائج الدراسة .وجود علاقة إيجابية بين التجنب الخبراتي والقلق الاجتماعي .تتبا التجنب الخبراتي والقلق الاجتماعي .وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الاندماج المعرفي والقلق الاجتماعي.

## الفصل الثالث منهجية البحث وإجراءاته

منهج البحث

مجتمع البحث

عينه البحث

اداتا البحث

التطبيق النهائي لاداتي البحث

الوسائل الإحصائية

## منهجية البحث

يتضمن هذا الفصل وصفاً منهجياً للبحث والإجراءات التي اتبعتها الباحثة في معالجة موضوع البحث وخاصة التي تشمل تحديد مجتمع البحث وأسلوب اختيار العينه وادوات البحث وتحديد الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات

### أولاً: منهج البحث

اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لكونه المنهج الملائم لطبيعة الدراسة واهدافها (عبيدات وآخرون، ٢٠١٢، ٢٦٥).

### ثانياً: مجتمع البحث

ويقصد بالمجتمع البحث جميع الأفراد الذي ينبغي على الباحث ان يعمم عينه النتائج ذات العلاقة بالمشكلة)عوده وملكاوي (١٩٩٢، ١٥٩) وقد شمل البحث الحالي الطلبة المسجلين في كلية العلوم الانسانية، جامعة بابل، قسم العلوم التربوية والنفسيه ولصف الثاني والثالث والرابع للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٤) وقد بلغ عدد الطلبة المسجلين في قسم العلوم (٣٠٧) طالب وطالبة

جدول رقم (١) يوضح اعداد الطلبة قسم العلوم التربوية والنفسيه

ت	المرحلة	المجموع
١	الثانية	١١٠
٢	الثالثة	٩٠
٣	الرابعة	١٠٧

### ثالثاً: عينه البحث

أخذت الباحثة عينه عشوائية من كلية التربية للعلوم الانسانية/قسم العلوم التربوية والنفسية المرحلة الثانية والثالثة والرابعة والمبالغ عددهم (٤٠) طالب وطالبة بواقع (٢٠) ذكور (٢٠) إناث للعام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٤)

### الجدول رقم (٢) يوضح عينه البحث

ت	المرحلة	ذكور	الاناث	المجموع
١	الثانية	١٠	١٠	٢٠
٢	الثالثة	٥	٥	١٠
٣	الرابعة	٥	٥	١٠

### رابعاً: اداتا البحث

تبنت الباحثة في بحثها الحالي (التلاعب الانفعالي وعلاقته بالتجنب الخبراتي) مقياس (التلاعب الانفعالي) لأوستين وزملاؤها، (٢٠٠٧) ومقياس التجنب الخبراتي (كميز)، (٢٠١١) وتم عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال العلوم التربوية والنفسية للتحقق من الصدق الظاهري.

### ١\_ التلاعب الانفعالي

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي في الكشف عن التلاعب الانفعالي قامت الباحثة بتبني مقياس (أوستين وزملاؤها)، (٢٠٠٧) وقامت بالإجراءات التالية لتأكيد من صلاحية المقياس

### الصدق الظاهري

ان افضل طريقة للتحقيق من استخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على

مجموعة من المحكمين الكبيسي، (٢٠١٠:٢٦٥) لتحقيق من الصدق عرضت الباحثه فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين أو المختصين في التربية وعلم النفس .

### ثبات المقياس

ان المقصود بثبات المقياس هو درجة استقرار إذ طبق لأكثر من مرة بفاصل زمني (مقارب) عوده ٢٠٠٠٨٦ (و لغرض استخراج ثبات المقياس استخدمت الباحثه طريقة التجزئة النصفية إذ تعتمد هذه الطريقة على تجزئة فقرات المقياس إلى فقرات فردية وفقرات زوجيه) ملحم، ٢٠٠٠ ٧٦ (وبعد تطبيق المعادلة بيرسون وجد معامل الارتباط (٠,٦٥) حيث تمثل معامل ثبات نصفي الاختبار وباستعمال المعادلة الصحيحة لسبيرمان بروان قد بلغ معامل الثبات (٠,٧٨)

### الصيغة النهائية للاداء

بعد الانتهاء من اجراء الصدق والثبات تم اعداد الصيغة النهائية للاداء التي تكونت من (١٨)فقرة وضعت الباحثه أمام كل فقره بدائل خماسية متدرجة للاجابة بعد ان أعطيت اوزان (١-٥) درجات فكانت موافق بشده موافق، أوافق احيانا، ارفض، أرفض بشدة وتعطى عند تصحيح الدرجات (١،٢،٣،٤،٥) على التوالي للفقرات وبذلك يكون الوسط الفرضي للمقياس (٥٤) وبلغ أعلى درجة (٧٩) ادنى درجه (٤٤)

### ٢\_ مقياس التجنب الخبراتي

لغرض تحقيق أهداف البحث قامت الباحثه بتبني مقياس التجنب الخبراتي الذي اعده) كيمز وآخرون (٢٠١١)والذين اعتمدو نظرية هايز (١٩٩٩).

### -الصدق الظاهري

ان افضل طريقة للتأكد من استخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثه بعرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين بالتربية وعلم النفس .

## ثبات المقياس

يقصد بثبات المقياس درجة استقراره اذا طبق لأكثر من مرة بفواصل زمني مناسب)عوده، ص ٦٨ (ولغرض استخراج ثبات المقياس، استخدمت الباحثة التجزئة النصفية تعتمد هذه الطريقة على تجزئة فقرات الاختبار المطلوب إلى فقرات فردية وفقرات زوجية)ملحم ٢٠٠٠ ٦٧ (وبعد تطبيق معادلة بيرسون وجد ان معامل الارتباط قد بلغ (٠,٥٧) وهذه الدرجة تمثل معامل ثبات نصفي الاختبار وبعد استعمال المعادله التصحيحية لسليمان قد بلغ معامل الثبات (٠,٨٥)

## الصيغة النهائية للاداء

بعد الانتهاء من اجراء الصدق والثبات تم اعداد الصيغة النهائية للاداء التي تكونت من ٣٠ فقره فقد وضعت الباحثة أمام كل فقره ٥ بدائل حماسيه متدرجه للاجابته لا أوافق بشده ، لا اوافق، محايد، اوافق، اوافق بشده وتعطى عند التصحيح الدرجات وفق التدرج (١،٢،٣،٤،٥) وتعكس في حالة الفقرات السلبية وبذلك يكون الوسط الفرضي (٩٠) اما أعلى درجه فرضية (١١٢) وادنى درجه فرضيه (٥٨)

## التطبيق النهائي

بعد أن تم إعداد اداتي البحث قامت الباحثة بتطبيقها على عينة البحث البالغة (٤٠) طالب وطالبة من قسم العلوم التربوية والنفسية في كلية التربية جامعة بابل للعام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤ وتم توزيع الاستبانات على الطلبة.

## الوسائل الإحصائية:-

$$1- \text{الوسط الحسابي : } \bar{X} = \frac{\text{مجموع الدرجات}}{\text{عددها}}$$

$$2- \text{الوسط الفرضي} = \frac{\text{عدد الفقرات} \times \text{مجموع البدائل}}{\text{عدد البدائل}}$$

$$3- \text{الانحراف المعياري} = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{n}}$$

4- الاختبار الثنائي لعينة واحدة لاختبار الفرق بين المتوسط الفرضي و المتوسط الحسابي لدرجة العينة على مقياس البحث

$$t = \frac{\bar{X} - \mu_0}{\frac{s}{\sqrt{n}}}$$

5- الاختبار الثنائي لعامل الارتباط بيرسون. استخدام هذه الاختبار لمعرفة دلالة قيمة الارتباط س مقياسي البحث

$$t = \frac{r}{\sqrt{\frac{1-r^2}{n-2}}}$$

6- معامل ارتباط بيرسون استعمل في استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية

$$r = \frac{\sum (X - \bar{X})(Y - \bar{Y})}{\sqrt{(\sum (X - \bar{X})^2)(\sum (Y - \bar{Y})^2)}}$$

## الفصل الرابع

عرض النتائج

الاستنتاجات

التوصيات

المقترحات



## اولا : عرض النتائج

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي توصل إليها الباحثه، وفقا لأهداف البحث التي تم تحديدها في الفصل الاول وعرض الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:-

### اولا:التلاعب الانفعالي لدى طلبة الجامعة

بعد المعالجة الإحصائية بلغ المتوسط الحسابي على مقياس التلاعب الانفعالي ( ٥٨.٣٥ ) وبينما كان الوسط الفرضي(٥٤) وبلغ الانحراف المعياري(١٠.٦٥) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينه واحده ظهرت ان القيمة التائيه المحسوبه (٣٤.١٣) أعلى من القيمة الجدولية ( ١.٩٦ ) وهي ذات دلالة احصائية من مستوى(٠.٠٥) (ودرجه الحرية (٣٩)

تشير نتائج البحث بأنه يميل طلبة الجامعة إلى استعمال التلاعب الانفعالي ويفسر ذلك على وفق نموذج (اوستن وآخرون) (بأنهم يوظفون مهاراتهم العاطفية في استغلال مشاعر اساتذتهم وزملائهم من أجل تحقيق منفعة ذاتية مثل الحصول على الدرجات المرتفعة.وكسب مشاعرهم واعجابهم، وتوكيد ذاتهم.وجاءت هذه النتيجة متفقه مع دراسة كريف واخرون(٢٠١٠)التي أشارت ان طلبة الجامعة يستعملون التلاعب الانفعالي في علاقاتهم الاجتماعية والعاطفية(٢٠١٠:٩)

العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
٤٠	٩٥.١٦	٥٤	١٠.٦٥	٣٤.١٣	١.٩٦	٣٩	٠.٠٥

### ثانيا:التجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة

بعد المعالجة الإحصائية بلغ المتوسط الحسابي على مقياس التجنب الخبراتي (٩٥،١٦)

بينما الوسط الفرضي (٩٠) وبلغ الانحراف المعياري (٢١.٤٨) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينه واحده ظهرت ان قيمه التائيه المحسوبه (٢٣,٦) أقل من قيمه الجدوليه (١.٩٦) وهي ذات دلالة أحصائية من مستوى (٠.٠٥) ودرجه الحرية (٣٩) يتضح ان طلبة الجامعة لديهم تجنب خبراتي مرتفع ،وكذلك أشارت دراسة كاشدان (٢٠٠٨) الى ان تأثير التجنب الخبراتي يختلف مستواه من فرد إلى اخر باختلاف وضوح القيمه والهدف لكل منهم.

العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
٤٠	٩٥.١٦	٩٠	٢١.٤٨	٢٣.٦	١.٩٦	٣٩	٠.٠٥

**الهدف الثالث:** التعرف على العلاقة الارتباطيه بين التلاعب الانفعالي وعلاقته بالتجنب الخبراتي استخدمت الباحثه معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة وقد بلغ معامل الارتباط بين التلاعب الانفعالي والتجنب الخبراتي (٠.٣٨) وعند اختبارها بطريقة الاختبار التائي بدلاله معامل الارتباط تبين ان قيمة المحسوبه البالغه (١٥,٨٣) اعلى من قيمه الجدوليه (١,٩٦) وهذا يدل على أن قيمة الارتباط داله احصائيه عند مستوى الدلاله (٠,٠٥)

جدول يوضح العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث

العينة	قيمة الارتباط	قيمة التائية	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
٤٠	٠.٣٨	١٥.٨٣	١.٩٦	٣٩	٠.٠٥

## ثانياً: الاستنتاجات

- ١- ان طلبة الجامعة يلجؤون للتلاعب الانفعالي في سياق حياتهم اليومية وعلاقتهم مع زملائهم
- ٢- ان طلبة الجامعة لديهم ارتفاع في مستوى التجنب الخبراتي وهذا الجانب يعد سلبياً، وأن هذا الدرجة قد ازدادت عن المتوقع، ويمكن أن يعود سبب ذلك إلى ما يتعرض له طلبة الجامعة من ضغوطات الحياة اليومية
- ٣- توجد علاقة ارتباطية بين التلاعب الانفعالي والتجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة

## ثالثاً :التوصيات

- ١- توفير الرعاية النفسية لطلبة الجامعات عن طريق تفعيل مراكز إرشادية لتوفير الدعم النفسي لهم
- ٢- اقامه ندوات علميه لتعريف طلبة الجامعة بمفهوم التجنب الخبراتي وما يسببه من اثار سلبيه عليهم
- ٣- نشر اللوائح والتعليمات التي تؤكد تعزيز قيم التسامح والمحبه، وتجنب وسائل الخداع والغش والتلاعب بالآخرين

## رابعاً :المقترحات

- ١- العلاقة بين التلاعب الانفعالي وبعض المتغيرات الأخرى منها الابتزاز الإلكتروني واضطرابات الشخصية وأساليب حل المشكلات.
- ٢- رأس المال النفسي والمعتقدات المرنة بالتجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة
- ٣- التجنب الخبراتي بالخوف من الفشل الدراسي لدى طلبة الصف الثالث متوسط
- ٤- إجراء دراسة للكشف العلاقة بين متغيرين البحث على عينات اخرى مثل طلبة المدارس والمعاهد

## المصادر العربية

- بتول (٢٠٠٤) التضليل الإعلاني التجاري واثره على المستهلك. رسالة ماجستير مقدمة إلى كلية الحقوق، جامعة النهدين (٢٠٠٤).
- تشيلدرز وروزمان (٢٠١٢) التخلص من الاكتئاب حل هارت ماث لمشاعر القهر والحزن والتوتر مكتبة العبيكان - الرياض - المملكة العربية السعودية
- التكريتي (١٩٩٥) أساليب الحياة لدى المراهقين الأسوياء وعلاقتهم بتوافقهم الشخصي والاجتماعي. جامعة بغداد، كلية الآداب، أطروحة دكتوراه غير منشورة
- التميمي (٢٠١٩) المنتحل وعلاقته بالتلاعب الانفعالي لدى طلبة الجامعة بغداد مجله كلية الاداب
- الجبوري والمعموري (٢٠١٩) نظريات الشخصية دار المنهجية بابل، العراق
- الحلو (١٩٩٥) قوة تحمل شخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة، أطروحة دكتوراه غير منشورة كلية الاداب جامعة بغداد العراق
- داود العبيدي (١٩٩٠) علم النفس الشخصية بغداد - مطابع وزارة التعليم والبحث العلمي بغداد - العراق.
- رواء سامي علي الدليمي ، ٢٠٢١ ، رسالة موسومة ( التلاعب الانفعالي وعلاقتة باساليب الحياة لدى طلبة الجامعة) كلية الاداب جامعة القادسية
- السعيدة (٢٠١٧) أساليب الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة القدس.
- سليمان (٢٠٢٠) التجنب الخبراتي وعلاقتة بالقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة
- سليمان ، عبده ، وعبد الرحمن ٢٠٢٠ ، التجنب التجريبي وعلاقتة بالقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المجلد الرابع العدد (١٣) ، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والأدب القاهرة ، مصر
- الشبخلي (٢٠٠٢) الاذعان لدى موظفي الدولة وعلاقته باسلوب الحياه جامعة بغداد كلية الاداب، رسالة ماجستير غير منشورة

- شيلدرز (٢٠١٢) التخلص من الاكتئاب حل هارت ماث لمشاعر القهر و الحزن والتوتر (عبير الدجاني، ترجمة، ط ١) مكتبة العبيكان، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- صالح (١٩٨٨) الشخصية بين التنضير والقياس مطابع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي \_بغداد العراق.
- الصالحي (٢٠١٣) التفكير المغاير للواقع لدى متخذي القرار بجدية الأقصى رسالة ماجستير جامعة بغداد كلية الآداب العراق
- صليبا (١٩٨٤) دار الكتب اللبنانية بيروت لبنان.
- عبد (٢٠١٠) الانسحاب الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتة بالعنف الاسري،الجامعة المستنصرية ،كلية التربية الأساسية.
- عبد العزيز حيدر ،(٢٠١٨) النظريات المعرفية نماذجها \_استراتيجياتها ، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، عمان.
- عبدالله ابو زعزيق (٢٠١١) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي.
- عبيدات،ذوقان،عبد الرحمن، وعبد الخالق ،كايد (٢٠١٢) البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه ط٤١،دار الفكر،عمان الأردن.
- العلي (٢٠٠٢) القيم المتجة نحو التحقيق للذات وعلاقتها بالالتزام الأخلاقي الأكاديمي لدى طلبة الجامعة المستنصرية (اطروحة دكتوراه غير منشورة )الجامعة المستنصرية.
- عليوه (٢٠١٩) فعالية برنامج علاجي بالتقبل والالتزام في تنمية الشفقة بالذات لتحقيق (الاحصاد المدرك)الضغوط الحياتيه.
- عودة وملكاوي(١٩٩٢) أساسيات في البحث العلمي في التربية) عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي لبياناته ( ط٢،أريد، الأردن.
- فروم،(١٩٨٩) ،الإنسان بين الجوهر والمظهر(نمتهك أو نكون )،ترجمة سعد زهران)، مطابع السياسه، الكويت.

- الفقي (٢٠١٦) فعالية العلاج بالتقبل والالتزام في تنمية المرونة النفسية لدى امهات الاطفال الأوتيزم . مجلة الإرشاد النفسي العدد (٤٧) مركز الارشاد النفسي جامعة عين شمس القاهرة مصر .
- الكبيسي، وهيب مجيد (٢٠١٠) القياس النفسي بين التتضير والتطبيق ط١ ،العالمية المتحدة، بيروت-لبنان.
- اكاني (٢٠١٦)، الاقناع فن الفوز بما تريد ترجمة زينب عاطف ،ترجمه ط ١ مؤسسة هنداوي التعليم والثقافة ،القاهرة،مصر .
- محمد زياد ٢٠١٧ ، تطبيقات علم نفس التعلم في غرف الصفية المندمجة.
- وليد احمد فتحي ٢٠١٣ ، مقالات الشخصية السايكوباتيه.
- ملحم سامي (٢٠٠٠) القياس والتقويم في التربية الخاصة وعلم النفس، ط٢، دار المسيره للنشر والتوزيع، عمان،الأردن.

## ملحق رقم (١)

اراء السادة المحكمين حسب الدرجة العلمية

ت	الدرجة العلمية	الاسم	التخصص
١	أ.د.	مدين نوري طلاك	علم النفس التربوي
٢	أ.م.د.	فارس مطشر حسن	طرائق تدريس
٣	م.م.	كرار كريم عبد عباس	علم النفس العام
٤	م.د.	اسيل لطيف كتاب	علم النفس التربوي
٥	م.م.	وئام سامي المعموري	طرائق تدريس
٦	م.د.	حيدر حسن كطان	علم النفس العام
٧	م.د.	رنا فليح عبيس	علم النفس العام
٨	أ.د.	علي محمود كاظم الجبوري	الصحة النفسية
٩	أ.د.	حسين ربيع حمادي العلواني	علم النفس التربوي
١٠	أ.م.د.	صادق كاظم جريو الشمري	علم النفس التربوي

## ملحق رقم (٢)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الأولية/البكالوريوس

م/استبانة آراء المحكمين حول صلاحية فقرات

(( مقياس التلاعب الانفعالي بصيغته الاولى ))

الأستاذ الدكتور.....المحترم

تحية طيبة....

تروم الباحثة إجراء بحثها المرسوم ب (التلاعب الانفعالي وعلاقته بالتجنب الخبراتي لدى طلبة الجامعة) لغرض تحقيق أهداف البحث. قامت الباحثة بتبني مقياس أوستين وزملاؤها، (٢٠٠٧) (الذين صاغوه وفق نموذجهم النظري حول التلاعب الانفعالي الذي عرفوه بأنه :قدرة الافراد في التأثير على مشاعر الناس من اجل تحقيق مصلحتهم الخاصة) ونظرًا لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في مجال تخصصكم تتوجه الباحثة إليكم للاستعانة بآرائكم ومقترحاتكم حول صلاحية فقرات المقياس وصلاحية البدائل المستعملة في الإجابة وهي (موافق بشدة ، موافق ، احيانا ،ارفض ،أرفض بشدة)

تقبلوا فائق الشكر والاحترام

الباحثة

(اية حسين جبر)

المشرف

ا.د علي المعموري



ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	اعرف كيف أخرج شخصًا ما لمنعه من التصرف بطريقة معينة.			
٢	أعرف كيف أجعل شخصًا آخر يشعر بعدم الارتياح			
٣	اتمكن من جعل شخصين يتنازعان ضد بعضهما البعض			
٤	أعرف كيف أجعل شخصًا ما يشعر بالخجل من شيء فعله لمنعه من فعل ذلك مرة أخرى			
٥	أعرف كيف أنهى علاقتي مع أصدقائي - المقربين			
٦	يمكنني استعمال مهارتي العاطفية لجعل الآخرين يشعرون بالذنب			
٧	يمكنني أن أجعل شخصًا ما يشعر بالقلق حتى يتصرف بطريقة معينة			
٨	يمكنني أن أثنى على شخص ما لحصوله على كتب جيدة			
٩	أنا جيد في طمأنة الناس حتى يصبحوا أكثر ميلاً إلى مواكبة ما أقوله			
١٠	أظهار بأنني أكثر غضبًا مما أنا عليه حقًا بشأن سلوك شخص ما من أجل حثه على التصرف بشكل مختلف في المستقبل			
١١	أنا لست جيدًا في إثارة انفعالات الناس الآخرين. أشعر أنني أفترق إلى مهارت العاطفية			
١٢	أشعر أنني أفترق إلى المهارات العاطفية			
١٣	أنا لا أجيد تغيير مزاج شخص ما حتى لو كان ذلك سيجعله يتصرف بالطريقة التي أريدها.			
١٤	أنا لست جيدًا في إعطاء التشجيع الإيجابي للآخرين			

			١٥ عندما يزعجني أحدهم أو يفضبني، اقوم بإخفاء مشاعري. استطيع إخفاء مشاعري عن الآخرين
			١٦ عندما يزعجني أحدهم أو يفضبني، اقوم بإخفاء مشاعري
			١٧ استطيع إخفاء مشاعري عن الآخرين
			١٨ أنا لا اميل لأخبار الآخرين عن مشاكلي، بل أحتفظ بها لنفسني.

## الملحق رقم (٣)

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الإنسانية قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الأولية / البكالوريوس

م / استبانة آراء المحكمين حول صلاحية فقرات

(( مقياس التجنب الخبراتي بصيغته الاولى ))

الأستاذ الدكتور

تحية طيبة .....

تروم الباحثة اجراء بحثها المرسوم بـ ( التلاعب الانفعالي وعلاقته بالتجنب الخبراتي )  
ولغرض تحقيق أهداف البحث تبنت الباحثة مقياس الذي اعده ( كيمز وآخرون ٢٠١١ )  
والذين اعتمدوا نظرية هايز (١٩٩٩) الذي عرفه على أنه. محاولة الفرد لتجنب الأفكار،  
والمشاعر، والذكريات، والأحاسيس الجسدية، والتجارب الداخلية الأخرى. ونضرا لما  
تتمتعون به من خبره ودرايه علمية في مجال تخصصكم تتوجه الباحثة اليكم للاستعانه  
بارائكم ومقترحاتكم حول صلاحية فقرات المقياس وصلاحية البدائل المستعملة في الاجابة  
وهي ( لا أوافق بشدة لا أوافق، محايد، أوافق، أوافق بشدة ).

تقبلوا فائق الشكر والاحترام

الباحثة

المشرف

اية حسين جبر

الدكتور علي المعموري

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	تجنب الأشياء التي تجعلني غير مرتاح.			
٢	إذا تمكنت من الزلة كل ذكرياتي المؤلمة بطريقة سحرية فسافعل			
٣	اجهد نفسي من اجل إيقاف التفكير بالأشياء المزعجة.			
٤	لدي صعوبة في معرفة ما أشعر به			
٥	اعتقد أن على الناس أن يواجهوا مخاوفهم.			
٦	اتجنب الأنشطة التي قد تسبب لي الأذى.			
٧	السعادة تعني عدم الشعور بأي خيبة امل.			
٨	اماطل لتجنب مواجهة التحديات			
٩	احاول التفكير بأشياء أخرى عندما تعتريني الأفكار السلبية			
١٠	يخبرني زملائي بأنني في حالة إنكار لمشاعري			
١١	استمر بعمل الاشياء التي أقدرها حتى عندما أشعر بعدم الارتياح			
١٢	ابتعد عن عمل الاشياء اذا كان هناك احتمال أنها تزعجني.			
١٣	عندما أكون منزعجا سأفعل أي شيء لأشعر بالتحسن.			
١٤	عندما يكون لدي شيء مهم أقوم به أجد نفسي أقوم بالكثير من الأشياء الأخرى بدلاً عنه.			

			اشتت أفكاري عندما أشعر بشيء مؤلم.	١٥
			أوقف مشاعري عندما لا أريد أن أشعر .	١٦
			اتحمل الألم لمحصل عمى ما أريد .	١٧
			اتجنب المواقف التي قد تثير في داخلي مشاعر حزن .	١٨
			أحدد أهداف سعادتني للتخلص من الأفكار السلبية	١٩
			أتعامل مع المشكلات على الفور	٢٠
			أحاول التركيز على أشياء أخرى عندما تمر على ذكريات مزعجة	٢١
			أدرك التي لا أشعر بالقلق حتى يخبرني الآخرون.	٢٢
			أحمل المعاناة لأجل الأشياء التي تهمني	٢٣
			أتمسك بما أنا مرتاح منو بدلاً من تجربة أنشطة جديدة	٢٤
			أحد أهدافي الكبيرة هو التحرر من المشاعر المؤلمة	٢٥
			أوجل المهام غير السارة لأطول فترة ممكنة	٢٦
			أعمل بجد للتخلص من المشاعر المزعجة.	٢٧
			أنا على اتصال مع مشاعري.	٢٨
			الخوف لن يمنعني من القيام بشيء مهم ...	٢٩
			عندما أشك باي عمل فاني لن افعله	٣٠

## الملحق رقم (٤)

### مقياس التلاعب الانفعالي بصيغته النهائية

عزيزي الطالب:

عزيزتي الطالبة:

تحية طيبة:-

أمامك عبارات تدل على أفعال يرجى منك التفضل في الإجابة عليها وذلك بوضع علامة (٧) تحت البديل الذي تعتقد انه يمثل موقفك من العبارة على سلم مدرج بين تنطبق علي دائماً و لا تنطبق علي دائماً، علماً أنه ليس هناك اجابة صحيحة أو خاطئة ولن يطلع على الاجابة سوى الباحث، وكما في المثال الاتي:

شكراً لتعاونكم

ت	الفقرة	موافق بشدة	موافق	احياناً	ارفض	ارفض بشدة
١	اعرف كيف اخرج شخصاً ما لمنعه من التصرف بطريقة معينة					
٢	أعرف كيف أجعل شخصاً آخر يشعر بعدم الارتياح.					
٣	اتمكن من جعل شخصين يتنازعان ضد بعضهما					

					البعض.	
					أعرف كيف أجعل شخصاً ما يشعر بالخجل من شيء فعله لمنعه من فعل ذلك مرة أخرى.	٤
					أعرف كيف أنهى علاقتي مع أصدقائي المقربين.	٥
					يمكنني استعمال مهاراتي العاطفية لجعل الآخرين يشعرون بالذنب.	٦
					يمكنني أن أجعل شخصاً ما يشعر بالقلق حتى يتصرف بطريقة معينة.	٧
					يمكنني أن أثني على شخص ما لحصوله على كتب جيدة.	٨
					أنا جيد في طمأنة الناس حتى يصبحوا أكثر ميلاً إلى مواكبة ما أقوله.	٩

					أظهار بأني أكثر غضبًا مما أنا عليه حقًا بشأن سلوك شخص ما من أجل حثه على التصرف بشكل مختلف في المستقبل.	١٠
					أنا لست جيدًا في إثارة انفعالات الناس الآخرين.	١١
					أشعر أنني أفنقر إلى المهارات العاطفية.	١٢
					أنا لا أجد تغيير مزاج شخص ما حتى لو كان ذلك سيجعله يتصرف بالطريقة التي أريدها.	١٣
					أنا لست جيدًا في إعطاء التشجيع الإيجابي للآخرين.	١٤
					عندما يزعجني أحدهم أو يجعلني أغضب أميل إلى التقليل من شأن مشاعري.	١٥
					عندما يزعجني	١٦



					أحدهم أو يغضبني اقوم بإخفاء مشاعري.	
					استطيع إخفاء مشاعري عن الآخرين.	١٧
					أنا لا اميل لأخبار الآخرين عن مشاكلي، بل أحتفظ بها لنفسني	١٨

## الملحق رقم (٥)

مقياس التجنب الخبراتي بصيغته النهائية

جامعة بابل كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

زميلي الطالب.....المحترم

زميلتي الطالبة.....  
المحترمة

أضع بين أيديكم مجموعة من الفقرات تستخدم في الحياة اليومية وهذه الفقرات تتعلق بأهداف علمية بحثية، لذا يرجى قراءة كل فقرة بدقة وموضوعية ووضع (✓) تحت البديل المناسب من البدائل الموجودة أمام كل فقرة من الفقرات، والذي يعبر عن رأيك. علماً أن إجابتك لن يطع عليها احد سوى الباحث، وتستخدم للبحث العلمي.

تقبلوا منا فائق الشكر والتقدير لتعاونكم معنا

الكلية:

الجنس:

مثال توضيحي:

ت	الفقرة	لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	وافق	وافق بشدة
١	افضل الانسحاب من المواقف الصعبة					

ت	الفقرة	لا أوافق بشدة	لا اوافق	محايد	اوافق	اوافق بشدة
١	أتجنب الأشياء التي تجعلني غير مرتاح.					
٢	إذا تمكنت من إزالة كل ذكرياتي المؤلمة بطريقة سحرية فسأفعل					
٣	اجهد نفسي من اجل إيقاف التفكير بالأشياء المزعجة.					
٤	لدي صعوبة في معرفة ما أشعر به.					
٥	اعتقد أن على الناس أن يواجهوا مخاوفهم.					
٦	أتجنب الأنشطة التي قد تسبب لي الأذى.					
٧	السعادة تعني عدم الشعور بأي خيبة امل.					
٨	أماطل لتجنب مواجهة التحديات.					
٩	أحاول التفكير بأشياء أخرى عندما تعترضني الأفكار السلبية					
١٠	بخبرني زملائي بأنني في حالة إنكار لمشاعري.					
١١	استمر بعمل الأشياء التي أقدرها حتى عندما أشعر بعدم الارتياح					
١٢	ابتعد عن عمل الأشياء إذا كان هناك احتمال أنها تزعجني					
١٣	عندما أكون منزعجا سأفعل أي شيء لأشعر بالتحسن.					
١٤	عندما يكون لدي شيء مهم أقوم به أجد نفسي أقوم بالكثير من الأشياء الأخرى بدلاً عنه.					
١٥	اشتت أفكارى عندما أشعر بشيء مؤلم					
١٦	أوقف مشاعري عندما لا أريد أن أشعر.					
١٧	أتحمل الألم للحصول على ما أريد.					
١٨	أتجنب المواقف التي قد تثير في داخلي مشاعر حزن					
١٩	احد أهداف سعادتى التخلص من الأفكار السلبية.					
٢٠	اتعامل مع المشكلات على الفور					
٢١	أحاول التركيز على أشياء أخرى عندما تمر علي ذكريات مزعجة.					
٢٢	أدرك أنني لا أشعر بالقلق حتى					

					يخبرني الآخرون.	
					أتحمل المعاناة لأجل الأشياء التي تهمني.	٢٣
					اتمكسك بما انا مرتاح منه بدلا من تجربة أنشطة جديدة	٢٤
					احد اهدافي الكبيرة هو التحرر من المشاعر المؤلمة	٢٥
					اوجل المهام غير السارة لاطول فترة ممكنة	٢٦
					اعمل بجد للتخلص من المشاعر المزعجة	٢٧
					انا على اتصال مع مشاعري	٢٨
					الخوف لن يمنعني من القيام بشيء مهم	٢٩
					عندما اشك بأي عمل فأني لن افعله	٣٠