

برنامج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الانفعالي لدي التلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه

أ.د/ عمرو رفعت عمر

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة بورسعيد

أ.د/ عبد الصبور منصور محمد

أستاذ ورئيس قسم التربية الخاصة

كلية التربية - جامعة بورسعيد

أمانى السيد على احمد الحارونى

باحثة دكتوراة قسم التربية الخاصة

كلية التربية - جامعة بورسعيد

تاريخ استلام البحث : ٧ / ٥ / ٢٠٢٣ م

تاريخ قبول البحث : ١٦ / ٥ / ٢٠٢٣ م

البريد الالكتروني للباحث : amanyelsayed429@gmail.com

DOI: JFTP-2305-1290

المخلص

استهدفت الدراسة الحالية الكشف عن برنامج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الإنفعالي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه، وتكونت عينة الدراسة من (٨) تلاميذ بالمرحلة الابتدائية بمدارس الابتدائية بمحافظة بورسعيد، وتراوحت أعمارهن ما بين (٨ - ١٠) سنة، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي من خلال تصميم شبه تجريبي، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس فرط الحركة وتشتت الإنتباه صورة الأم (إعداد الباحثة)، مقياس فرط الحركة وتشتت الإنتباه صورة المعلم (إعداد الباحثة)، ومقياس التنظيم الإنفعالي (إعداد الباحثة)، كما تم اقتراح نموذج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية لتنمية التنظيم الإنفعالي ، وبناء برنامج تدريبي في ضوء النموذج المقترح، ودليل المدرب لتنفيذ البرنامج، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٥ بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مهارات التنظيم الإنفعالي على مستوى مهارات (إعادة التقييم المعرفي- كبت /قمع التعبير الإنفعالي) والدرجة الكلية لصالح التطبيق البعدي، لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتبعي للمجموعة التجريبية في أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية، كما قدمت الدراسة مجموعة من التوصيات لوزارة التربية والتعليم ووسائل الإعلام لاستحداث الأنشطة التعليمية والأساليب التعليمية في المدارس بالمرحلة الابتدائية ليناسب التلاميذ من ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه لرفع كفاءتهم في المستوي التعليمي وتحسين استقرارهم النفسي .

الكلمات المفتاحية: تلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه -التنظيم الإنفعالي - برنامج تدريبي.

Abstract

The current study aimed to reveal a training program based on executive functions in the development of emotional regulation and future memory among primary school students with hyperactivity and attention deficit hyperactivity disorder. 10) years, and the study used the experimental approach through a semi-experimental design. The tools of the study were the measure of hyperactivity and distraction, the image of the mother (prepared by the researcher), the measure of hyperactivity and distraction, the image of the teacher (prepared by the researcher), and the measure of emotional regulation (prepared by the researcher). And the measure of future memory (prepared by the researcher), and a training model based on executive functions was proposed to develop emotional regulation and future memory, and to build a training program in the light of the proposed model, and the trainer's guide to implement the program, and the results of the study reached: There is a statistically significant difference at the level of significance of 0.05 between the mean scores of the experimental group in the pre and post applications to test emotional regulation skills at the level of skills (cognitive re-evaluation - suppression / suppression of emotional expression) and the total score in favor of the post application, There is no statistically significant difference between the mean scores of the post and follow-up measurements of the experimental group in the dimensions of the emotional regulation scale and the total score, The study also presented a set of recommendations to the Ministry of Education and the media to develop educational activities and educational methods in schools at the primary stage to suit students with hyperactivity and attention deficit hyperactivity disorder to raise their efficiency at the educational level and improve their psychological stability

Keywords: Attention Deficit Hyperactive Students - Prospective Memory – Emotion regulation- Executive Functions.

المقدمة:

يعد اضطراب تشتت الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد من أكثر الاضطرابات شيوعاً لدى الأطفال في المراحل العمرية المبكرة والمتوسطة، إذ يشكل مشكلة سلوكية نمائية تنعكس آثارها سلباً في عمليات الإدراك والتعلم، نظراً لعدم قدرة الطفل علي التركيز، وانتقاله غير الهادف من نشاط إلي نشاط آخر دون الاستغراق في الأنشطة أو إكمال أي منها (غانم حسين، ٢٠١٧).

فاضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة ينتشر نحو ٥% من الأطفال ويصيب هذا الإضطراب الذكور أكثر من الإناث حيث نجد أن النسبة يمكن أن تكون ١:٢ في الأطفال وتصل إلي ١,٦:٢ في البالغين، ويتميز هذا الإضطراب بسلب قدرة الأطفال علي التركيز والانتباه (American Psychiatric Association, 2013).

الأطفال من ذوي إضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة غالباً ما يعانون من المشكلات السلوكية فهم أكثر عدوانية وإندفاعية وتهوراً، ضعف الثقة بالنفس والعناد وعدم القدرة علي الاستمرار في أداء عمل ما، كثرة الكلام، فرط النشاط، التوقف عن أداء الاعمال الجارية وعدم استكمالها مع الميل إلي الضجر والملل، ضعف في القدرة علي التفكير مما يجعلهم يخطئون كثيراً، ومن أهمهم ضعف الذاكرة والنسيان وتكرار فقد أشياء الطفل الخاصة مما يجعلهم يفشلون في انجاز الاعمال المدرسية (رضا عوض، ٢٠١٦).

يشير ديوش (Deloatche, 2015) أن معدل اضطراب تشتت الإنتباه وفرط الحركة في مرحلة الطفولة المبكرة (رياض الأطفال) قد يصل إلي ١٢% وأن وجود اضطراب تشتت الإنتباه وفرط الحركة في مرحلة ما قبل المدرسة مؤشراً قوياً علي ظهوره في المراحل التالية، كما أن هؤلاء الأطفال يكونوا أقل قدرة علي التكيف مع الآخرين وتكوين علاقات إجتماعية مع الأقران والآخرين.

ومن المشكلات السلوكية الاجتماعية لدى الأطفال تشتت الانتباه وفرط الحركة تتمثل في سوء تنظيم الانفعالات مثل (زيادة حدة الانفعالات، والمبالغة في ردود الافعال، والصعوبة في التحول من نشاط لآخر، السلوك الانفجاري أو غير القابل للتنبؤ به) فافتراض الباحثين أن الكثير من المشكلات في تنظيم الانفعالات يمكن أن تكون هي العامل الذي يكمن وراء السلوك غير الملائم، فالغالبية العظمي من الاضطرابات النفسية الموصوفة في الدليل التشخيصي الإحصائي للاضطرابات العقلية تتسم ببعض الصعوبات المرتبطة بالانفعالات أو تنظيم الانفعالات ولايعد الطلاب ذوي تشتت الانتباه وفرط الحركة استثناءً من ذلك (Calkins & Fox, 2002).

التنظيم الانفعالي يعني قدرة الفرد على السيطرة على إنفعالاته عن طريق خفض العمليات المولدة للإنفعالات السلبية من أجل إعادة تنظيم الوجدان وزيادة الإنفعالات الإيجابية لتعزيز الشعور بالسعادة وتجنب الشعور بالألم (Mc Donnell et al., 2018).

فتختلف الانفعالات لدي الأطفال عن الانفعالات لدي الكبار اختلافاً ملحوظاً بسبب تأثير النضج والتعلم علي النمو الانفعالي وللوالدين في مرحلة الطفولة دور أساسي في مساعدة أطفالهم علي كيفية التعامل مع مشاعرهم حيث تعد استجابة الوالدين لأولادهم هي المفتاح الرئيسي المسئول عن تشكيل انفعالات الأطفال وهي الأسلوب الذي من خلاله يتم اكتشاف انفعالات الأطفال وتفاعلاتهم مع بيئتهم مما يدفعهم إلي التوافق في مجالات الحياة . (الحسين سيد، ٢٠١٩).

وتشير الكتابات الحديثة التي تناولت اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة وتؤكد علي أن هذه الوظائف التنفيذية تمثل جوهر الاضطراب لدى الأطفال وقد تكون الأعراض التي يتصف بها هذا الاضطراب وتصف سلوكيات قصور الانتباه أو فرط الحركة أو الاندفاعية ماهي لإنتاج للخلل في الوظائف التنفيذية في كثير من الحالات (Barkley,1997).

فالوظائف التنفيذية تشمل مجموعة من العمليات المعرفية والمكونات السلوكية التي تقوم بالتنظيم ، والضبط وإدارة العمليات التي تعمل علي كبح السلوكيات غير الملائمة للموقف الراهن والتحكم في انفعالاته ، والتخطيط المستقبلي ، والمرونة المعرفية والتحكم الانتباهي ، وكف الاستجابة ، وبدء الاستجابة ، وتحديد الأهداف مع تنظيم أنشطة الحياة اليومية ومراقبتها حتي تسمح للفرد بالتكيف مع المواقف الغير عادية مثل المهام الجديدة والمتعارضة والمعقدة (laura et el.,2011).

ومن هنا ينطلق البحث الحالي وهو برنامج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الانفعالي لدي التلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه.

مشكلة الدراسة:

اوضح صلاح محمد (٢٠١٤) بأن التنظيم الانفعالي هو العملية المتصلة بالتعديل والتأثير علي متي وكيف يتم التعبير عن الانفعالات الخاصة ، وكيف يتم معاشة تلك الانفعالات ويشمل ذلك علي كل الانفعالات الشعورية واللاشعورية السلبية الإيجابية علي حد سواء، وقد تتضمن الانفعالات المتولدة والمختزلة وكذلك الحفاظ علي الانفعالات.

بينت نتائج دراسة حبيب (Habib, 2012) إلي تقييم الوظائف التنفيذية في الأطفال الذين يعانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة المقترن وغير المقترن باضطرابات سلوكية أخرى وللتحقق من ذلك طبقت اختبار كيدي سادس وبعض الاختبارات الفرعية مثل اختبار الفهم ، والمتشابهات والمتاهات لتقييم بعض الوظائف التنفيذية (اتخاذ القرار، المنطق المرونة ، تكوين المفهوم ، التجريد، الكف، التخطيط والتنظيم، الذاكرة العاملة) علي عينة تتكون من مجموعتين ، المجموعة الأولى تتكون من (٣٠) طفلاً يعانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، بينما الثانية تتكون من (٣٠) طفلاً يعانون من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٦-١٢)،

وأشارت النتائج إلي أن الأطفال المصابون باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة يظهرون تدهوراً في أداء مختلف الوظائف التنفيذية.

وهدفت دراسة سيمور (seymour, 2010) إلي تناول التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط في العلاقة ما بين اضطراب قصور الانتباه وفرط النشاط والأعراض الاكتئابية لدي المراهقين، واشتملت العينة هلي ٦٩ من المراهقين ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٠-١٤) سنة من المشخصين علي أنهم ذوي اضطراب قصور الانتباه وفرط النشاط وعددهم ٣٧ ومن العاديين وعددهم ٣٢ وذلك باستخدام أداة DSM-IV-ADHD لتشخيص اضطراب قصور الانتباه وفرط الحركة، وقم تم جمع البيانات باستخدام تقييمات للأباء والمشاركين للأعراض الاكتئابية والتنظيم الانفعالي وكانت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية ما بين الطلاب العاديين وذوي اضطراب قصور الانتباه وفرط الحركة في الأعراض الاكتئابية والقدرة علي التنظيم الانفعالي لكن لم يكن لديهم فروق في الضبط الفعال وعلاوة علي ذلك توسط متغير التنظيم الانفعالي بشكل كامل العلاقة ما بين اضطراب قصور الانتباه وفرط الحركة والأعراض الاكتئابية.

ومن خلال عمل الباحثة مع الأطفال ذوي اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة اهتمت الباحثة وذلك لأنهم يعانون من مشكلات سلوكية تتمثل في الاندفاعية، الاستهتار بالقواعد الاجتماعية، كثرة الكلام، فرط النشاط، عدم القدة علي الانتباه للتفاصيل الدقيقة، تجنب الانخراط في أنشطة تتطلب جهداً ذهنياً مستمراً كالدراسة و سهولة تشتت الانتباه بأي مثير خارجي وبالاطلاع على المراجع والدراسات التي تناولت تلك الفئة وجدت الباحثة أنهم يعانون من قصور في الوظائف التنفيذية تؤدي إلي قصور في تنظيم الذات وعجز في القدرة علي تنظيم السلوك وضعف في التنظيم الانفعالي لديهم.

وعلي هذا يتحدد السؤال للدراسة الحالية في: ما البرنامج التدريبي القائم علي الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الانفعالي لدي التلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه ؟
وينبثق من ذلك السؤال الأسئلة الفرعية التالية:

- ١- هل يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية .
- ٢- هل لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية.
- ٣- هل حجم تأثير المتغير المستقل (الوظائف التنفيذية) على المتغيرات التابعة (التنظيم الانفعالي - الذاكرة المستقبلية) قوى؟

أهداف الدراسة:

- التحقق من فعالية برنامج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الانفعالي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

- أهمية الموضوع ان نتصدي بدراسة برنامج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الانفعالي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه ومدي محاولة تقديم معلومات نظرية إلي المكتبة العربية.

الأهمية التطبيقية:

- تكمن في اهمية الدليل التشخيصي الذي تعرضت إليه الدراسة من خلال برنامج تدريبي قائم علي الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الانفعالي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه.

مصطلحات الدراسة :

اضطراب تشتت الانتباه فرط الحركة Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD) :

تم تعريف اضطراب في الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات العقلية بأنه DSM-5 اضطراب يتصف بنمط استمراري من عدم الانتباه أو فرط الحركة-الاندفاعية والتي يكون له تأثير علي خصائص أو وظائف النمو ويظهر بمرحلة الطفولة ويستمر خلال فترة المراهقة والشباب لدي بعض الناس ويظهر قبل عمر ١٢ سنة ويظهر في بيئات مختلفة(المدرسة أو المنزل او العمل أو مع الأصدقاء أو الأقارب وخلال الأنشطة المختلفة) لمدة أكثر من ستة أشهر لدرجة تؤثر علي النمو الطبيعي للفرد وتؤثر بشكل مباشر علي أنشطة الفرد الوظيفية/الأكاديمية والاجتماعية للأفراد المراهقين والكبار (من عمر ١٧ سنة فأكثر) وله مجموعة من الأنماط والمظاهر المعبره عنه والمتمثلة في سلوكيات قصور الانتباه وسلوكيات فرط الحركة .

(American Psychiatric Association, 2013).

التنظيم الانفعالي Emotion regulation :

التنظيم الإنفعالي هو مجموعة من المهارات المعرفية والإنفعالية والسلوكية التي تنظم وتسيطر على خبرات الفرد وتعبيراته الناشئة من تفاعله مع بيئته (Kuo et al.,2016).

وتعرف التنظيم الانفعالي إجرائياً بأنها إمكانية الفرد علي التحكم في انفعالاته السلبية ،
والتركيز علي المشاعر والأفكار والتفكير في الخبرات الإيجابية نحو الموقف الإنفعالي لتحقيق رغباته
وأهدافه. وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص علي مقياس تنظيم الانفعالات المستخدم في
الدراسة الحالية.

مهارات الوظائف التنفيذية Executive Functions kills :

هي مجموعة من الوظائف المسؤولة عن بدء وتطور الأنشطة الهادفة، وهي تشمل علي العديد
من العمليات المعرفية ،مثل حالة الاستعداد، الانتباه الانتقائي والمستمر ،زمن الرجوع، طلاقة ومرونة
التفكير، إيجاد حلول للمشكلات الجديدة، والتدخل في التخطيط وتنظيم السلوك (Cypel,2007).

البرنامج التدريبي: Training Program

هو مجموعة من الإجراءات العملية المنظمة والمحددة بجدول زمني معين والتي يستغرق عدد
من الجلسات التي تحتوي علي بعض الأنشطة والألعاب والقصص الإجتماعية التي تستخدم في الصور
والرسومات وألعاب تركيب الصور، والتي أعدت وفقاً لنظرية الوظائف التنفيذية والتي تهدف إلي التدريب
علي بعض مهارات الوظائف التنفيذية (الضبط الإنفعالي- الكف(ضبط الاندفاع)- مراقبة الذات -
التخطيط - المرونة المعرفية - التنظيم (الحاجيات والأدوات) - تحليل المهمة) لدي تلاميذ المرحلة
الإبتدائية ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه لتنمية التنظيم الانفعالي والذاكرة المستقبلية لديهم ، وسوف
يتم عقد هذه الجلسات بشكل جماعي من خلال مجموعة من القواعد العلمية والنفسية المنظمة.

إطار نظري ودراسات سابقة

المحور الأول: اضطراب فرط الحركة وتشتت الإنتباه:

يعرف اضطراب فرط الحركة وتشتت الإنتباه بأنه من الاضطرابات السلوكية - العصبية الاكثر
تكراراً لتشخيصها في مرحلة الطفولة وهو يؤثر على الاطفال من الطفولة المبكرة وحتى المدرسة وحياة
الرشد ، وهو اضطراب متميز ، اصبح الوالدين والمربين والكلينيكين أكثر وعياً ومعرفة به ، وقد
اصبح الاضطراب الان يتم تشخيصه على نحو اكثر تكراراً مما كان منذ عقد من الزمن (عبد الرقيب
البحيري ، ٢٠١٤) .

واتجهت البحوث النفسية والطبية والتربوية لدراسة طبيعة وأسباب اضطراب النشاط الزائد
المصحوب بتشتت الانتباه، وقد قدمت تفسيرات متنوعة لتلك الظاهرة، فقد أرجعها البعض إلي عوامل
وراثية وأرجعها البعض الآخر إلي عوامل بيئية ونظر آخرون إلي هذا الاضطراب باعتباره انعكاساً
لعوامل عضوية عصبية كحدوث خلل وظيفي في المخ أو حدوث إصابة مخية أو نتيجة خلل في التوازن
الكيميائي أو تأخر التنشئة الاجتماعية.

(محمدعيتاني، ٢٠٠٦).

توصلت دراسة شيماء سليمان (٢٠١٦) بأنه يتم التعرف على الطفل الذي يعاني من تشتت الانتباه من الاعراض التالية :

- ١- يتشتت الطفل بسهولة للمنبهات الخارجية ولو كانت منبهات ضعيفة .
- ٢- لا يستطيع الطفل تركيز انتباهه مدة زمنية معقولة على منبه واحد .
- ٣- يخطئ الطفل كثيرا في اداء المهام المطلوب منه انجازها .
- ٤- يجد الطفل صعوبة كبيرة في اتمام عملية الانصات لذلك يبدو عليه كأنه لا يسمع مايقال له .
- ٥- تخلو كافة اعماله من النظام والترتيب ، ودائما ما ينسى التعليمات التي نطرحها عليه

المحور الثاني : التنظيم الإنفعالي:

أوضحت حنان محمود (٢٠١٦) ان التنظيم الانفعالي يتمثل في: جهود الفرد للسيطرة على حالة الاستثارة الانفعالية واعادة توجيهها وتحسينها وتعديلها حتى يتمكن الفرد من الاداء المتكيف الذي يساعد على تحقيق اهدافه ، وفي سبيل ذلك يستخدم مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات المعرفية عند التعامل مع المواقف والاحداث الضاغطة .

واوضح صلاح مُجَد (٢٠١٤) بأن التنظيم الانفعالي هو العملية المتصلة بالتعديل والتأثير علي متي وكيف يتم التعبير عن الانفعالات الخاصة ، وكيف يتم معاشة تلك الانفعالات ويشمل ذلك علي كل الانفعالات الشعورية واللاشعورية السلبية الإيجابية علي حد سواء ، وقد تتضمن الانفعالات المتولدة والمختزلة وكذلك الحفاظ علي الانفعالات.

مكونات وابعاد تنظيم الانفعالات:

أبعاد تنظيم الانفعالات:

يرى سنو وآخرون (snow et al.,2013) ان التنظيم الانفعالي يتضمن عددا من الابعاد ، وهي كما يأتي :

- الوعي والفهم لانفعالات الذاتية ، مثل : الحب ، والكره ، والغضب .
- قبول الانفعالات .
- القدرة على ضبط السلوكيات الاندفاعية ، والانخراط في سلوكيات موجهه للهدف عند المرور بخبرة الانفعالات السلبية .
- الاستخدام المرن لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي التي تناسب مع الموقف السلبي الذي يتعرض له الفرد .

قامت دراسة جوس وجون (gross & John,2003) بتحديد أبعاد التنظيم الانفعالي وتشمل
إعادة التقييم المعرفى ، والبج او القمع التعبيرى .

وأشارت دراسة جرتر ورويمر (gratz & roemer,2004) لتنظيم الانفعالات ستة ابعاد هى :
ردود الافعال العاطفية ، وإنجاز الاهداف ، والسيطرة على الانفعالات والوعى الانفعالى ، واستراتيجيات
تنظيم الانفعال ، ووضوح فهم الانفعالات .

وتوصلت دراسة جارنيفسكي وكرايج (garnefski & kraaij,2007) أن تنظيم الانفعالات
يشمل علي تسعة ابعاد وهما :المسئولية الذاتية ، والقبول والرضا وتركيز التفكير حول الانفعالات
الذاتية وردود الافعال الايجابية والتخطيط لردود الافعال الايجابية وإعادة التقييم المعرفى وإعداد المنظور
وحول الاشياء والاحداث الفاجعة ولوم الاخرين

واعدت دراسة لينا كمال (٢٠١٦) اربعة ابعاد وهما:

البعد الاول : القمع التعبيرى للانفعالات والتحكم بها ، يقيس هذا المجال قدره الفرد على ادارة انفعالاته
والتحكم بها فى مختلف المواقف .

البعد الثانى : إعادة تقييم المعرفى للانفعالات ، يقيس هذا المجال قدرة الفرد على إعطاء حكم على
انفعالاته ووضع التوقعات لهذة الانفعالات .

البعد الثالث: فهم الانفعالات والوعى بها، يقيس هذا المجال قدرة الفرد علي فهم انفعالاته ومشاعره
والتعبير عنها بطريقة إيجابية وسليمة.

البعد الرابع: التكيف الاجتماعي وقياس هذا المجال قدرة الفرد علي تكيف مشاعره وانفعالاته حسب
الموقف، والمرونة في التنقل بين الحالات.

المحور الثالث:الوظائف التنفيذية:

يعتبر مفهوم الوظائف التنفيذية من المفاهيم الجديدة نسبيا فى علم النفس المعرفى ،فهى
مجموعة من الوظائف المعرفية التى تمكن الشخص من التعرف على سلوكه الشخصى وتقييم مدى
مناسبة هذا السلوك لموقف التفاعل الذى يتواجد فيه ثم تعديل او تغيير هذا السلوك اذا اقتضى موقف
التفاعل ذلك (رحاب الصاعدى، ٢٠١٢).

وتشير هذة الوظائف الى مجموعة القدرات المعرفية التى تنظم وتتحكم فى كل القدرات الاخرى
والسلوك وهى وظائف ضرورية ومهمه فى اى سلوك موجة نحو هدف معين . تتضمن القدرة على
المبادرة بالقيام بالافعال او ايقافها ، ومراقبة السلوك وتغييره عند اللزوم ، والتخطيط للسلوك المستقبلى
عند مواجهة مهام او مواقف جديدة . ومثل هذة الوظائف تساعدنا على توقع نتائج سلوكنا ، والتوافق
مع المواقف المتغيرة . كما تساعد الافراد على كف السلوكيات غير المناسبة ، والافراد الذين يعانون

قصورا فى هذه الوظائف لديهم مشكلات فى تعاملاتهم وتفاعلاتهم مع الاخرين لانهم ببساطة قد يقومون او يفعلون اشياء تبدو غريبة او مؤذية او مزعجة بالنسبة للاخرين .

(سامى عبد القوى ، ٢٠١١)

وهدفت دراسة بيتر وآخرون (Peters et al.,2012) للتحقق من الصدق العاملي لمقياس التقدير السلوكي للوظائف التنفيذية صورة المعلمون علي عينة مكونة من (٢٠٤٤) تلميذا من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وقد استخدم الباحثون التحليل التوكيدي الذي أظهر أن المقياس يقيس ثلاثة عوامل مستقلة هي عامل: التنظيم السلوكي، وتشعبت به البنود التي تقيس وظائف الكف والمراقبة الذاتية، وعامل ما وراء المعرفة وتشعبت به البنود التي تقيس وظائف الذاكرة والمبادأة ومراقبة المهمة وتنظيم الحاجيات والتخطيط، وعامل الضبط الانفعالي.

وأوضحت دراسة إيزابيل وآخرون (Ezpeleta et al., 2015) إلي التحقق من صدق الخصائص

السيكومترية لمقياس التقدير السلوكي للوظائف التنفيذية لمرحلة ما قبل المدرسة والتي تم تطبيقها علي المعلمين وتكونت عينة الدراسة من (٦٢٠) طفلا عمرهم الزمني ٣ سنوات .وقد أظهرت نتائج الدراسة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي وجود عاملين رئيسيين هما التنظيم السلوكي، ويتكون من خمسة أبعاد، والعامل الثاني وهو الضبط الانفعالي، ويتكون من (٣) أبعاد فرعية وذلك بعد استبعاد أربعة بنود من المقياس.

المحور الرابع: البرنامج التدريبي:

اعتمد البرنامج علي التدريب المعرفي والذي يقوم علي فرضية أن الممارسة المتكررة لمجال معين ستؤدي إلي تحسينات في الكفاءة المعرفية والسلوكية للمجال المستهدف فضلاً عن نقل هذه التحسينات إلي مجالات آخري غير مدربة ولتقريب معني هذه الفرضية من خلال المقارنة مع التدريب البدني ، ومن المرجح أن تحدث التحسينات أيضاً لمهارات آخري فمن المتوقع أن يسهم التدريب علي مهارات الوظائف التنفيذية للأفراد في تحسين مهارات التنظيم الانفعالي والمعرفية الاجتماعية لديهم (مجد حماد، ٢٠٢٠).

تعرف آمال باظة (٢٠١٨) البرنامج التدريبي بأنه مجموعة من التدريبات والأنشطة والممارسات القائمة علي استراتيجيات التنظيم الإنفعالي التي يقوم بها المراهقون الموهوبون من أفراد المجموعة التجريبية لفترة زمنية محددة (فترة تطبيق البرنامج) وتهدف إلي تحسين قدرتهم علي تقديم ذاتهم بفعالية وبصورة توكيدية وتقليل تقديم الذات الدفاعي بما يؤدي إلي خفض الرهاب الاجتماعي لدي المراهقين الموهوبين .

كما ذكر سعيد العزاليد (٢٠١٢) بأنه مجموعة من الأنشطة والتدريبات التي تقدم لأطفال الروضة في ضوء فنيات التعلم الاجتماعي مثل لعب الدور، والنمذجة، والتعزيز والمناقشة والحوار، تستغرق عدة جلسات تتضمن إجراء تدريبات تساعد الأطفال علي إكساب مهارات نظرية العقل والتنظيم الإنفعالي. أولاً: مبادئ البرنامج التدريبي:

- تخضع العملية التدريبية الى مبادئ أساسية. ينبغي مراعاتها في المراحل جميعها هي:
- اولاً الشرعية: يجب أن يتم التدريب وفقاً للقوانين والأنظمة واللوائح المعمول بها داخل المنظمة أو المؤسسة التربوية.
 - ثانياً المنطقية: يجب أن يتم التدريب بناء على فهم منطقي واضح للاحتياجات التدريبية.
 - ثالثاً الهادفية: يجب أن تكون أهداف التدريب واضحة وموضوعية قابلة للتطبيق ومحددة تحديداً دقيقاً من حيث زمن ومكان التدريب الملائمة. وكذلك عدد المتدربين والوسائل والأدوات المتاحة ثم التكلفة المادية.
 - رابعاً الشمولية: يجب أن يشمل التدريب جميع أبعاد التنمية البشرية من قيم واتجاهات ومعارف ومهارات، كما يجب أن يوجه المستويات الإدارية في المنظمة ليشمل جميع فئات العاملين فيها.
 - خامساً التدرج في التدريب: يجب أن يبدأ التدريب بمعالجة الموضوعات البسيطة ثم يتدرج بصورة مخططة ومنظمة الى الأكثر تعقيداً وهكذا.
 - سادساً الاستمرارية: التدريب يبدأ مع بداية الحياة الوظيفية للإنسان، ويستمر معه خطوة بعد أخرى لتطويره وتنميته حتى يساعد العاملين على التكيف مع التطورات المستمرة أمام التغيرات الحالية والمستقبلية.
 - سابعاً المرونة: يجب أن يتطور نظام التدريب وعملياته لمواكبة التطور والتزود بالوسائل والأدوات والأساليب اللازمة لإشباع الاحتياجات التدريبية للعاملين بما يتناسب ومستوياتهم الوظيفية لتوظيفها في خدمة العملية التربوية والتدريس.
- (أحمد الطعاني، ٢٠٠٧).

ثانياً: أسس التدريب:

- هناك مجموعة من الأسس التي تقوم عليها برامج التدريب ومنها ما يأتي:-
- أن يؤسس التدريب على إطار أو نموذج نظري يستمد مبادئه من الحقائق التجريبية.
 - أن تكون أهداف البرنامج التدريبي واضحة وواقعية.
 - أن يلبي التدريب حاجات تدريبية حقيقية.

أن تتوافر المرونة وتتعدد الاختبارات في برامج التدريب.

-ان تتسم عملية التدريب بالاستمرارية.

-أن يستثمر التدريب معطيات التقنيات التربوية.

-أن يعتمد التدريب وسائل متعددة لتحقيق أهدافه (أحمد الطعاني، ٢٠٠٧).

فروض الدراسة:

١- يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين

القبلي والبعدي لأبعاد مقياس التنظيم الإنفعالي والدرجة الكلية.

٢- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين

البعدي والتتبعي لأبعاد مقياس التنظيم الإنفعالي والدرجة الكلية.

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج التجريبي من خلال تصميم شبه تجريبي ذي المجموعة التجريبية الواحدة؛ وذلك للتحقق من البرنامج القائم علي مهارات الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الانفعالي لدي التلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه، وتستخدم الدراسة تصميم المجموعة الواحدة دون غيره لضمان مزيد من الضبط التجريبي ، ولندرة عينة الدراسة.

أدوات الدراسة:

١- مقياس تشتت الانتباه وفرط الحركة (صورة الأم). (إعداد الباحثة)

٢- مقياس تشتت الإنتباه وفرط الحركة (صورة المعلم). (إعداد الباحثة)

٣- مقياس التنظيم الإنفعالي. (إعداد الباحثة)

٤- برنامج تدريبي. (إعداد الباحثة)

أولاً: مقياس التنظيم الإنفعالي:

الخصائص السكومترية لمقياس التنظيم الإنفعالي:

أولاً: صدق المقياس:

أ- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته المبدئية على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال التربية الخاصة والصحة النفسية وعلم النفس التربوي لتحديد مدى مناسبة العبارات لمقياس التنظيم الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه حيث يتكون المقياس من بعدين البعد الأول: إعادة التقييم المعرفي، والبعد الثاني: كبت/قمع التعبير الانفعالي، وتم إجراء التعديلات المقترحة للسادة المحكمين من حذف وتعديل وإضافة وإعادة صياغة بعض العبارات وتراوحت نسب الاتفاق بين السادة المحكمين على مدى صلاحية العبارات بين (٨١

١٠٠% وأصبح المقياس مكون من (١٨) عبارة لقياس التنظيم الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه بمحافظة بورسعيد.

ب- صدق العبارات:

يعد صدق المحكمين من أنواع الصدق السطحي أو الظاهري ؛ لذلك قامت الباحثة بتطبيق مقياس التنظيم الانفعالي على عينة التحقق من الخصائص السيكومترية من تلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه بمحافظة بورسعيد بلغ عددها (ن = ٥٠) تلميذاً وتلميذة للتأكد من صدق العبارات بواسطة حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية المعروفة اختصاراً بSpssV.22 فكانت قيم معاملات الارتباط كما هو موضح بجدول (١)

جدول (١) قيم معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس

رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط
١	**٠.٤٥٢	٦	**٠.٤٢٩	١١	**٠.٤١٥	١٦	*٠.٢٠٥
٢	**٠.٤٦١	٧	**٠.٤٥٦	١٢	**٠.٤٦٧	١٧	**٠.٣٩٤
٣	**٠.٤١١	٨	**٠.٤٤٧	١٣	**٠.٤٣٢	١٨	**٠.٤٢٦
٤	*٠.٢٠٠	٩	*٠.٢٠١	١٤	**٠.٣٤٨	-	-
٥	**٠.٤٣٠	١٠	*٠.٢٢٧	١٥	**٠.٤٧٢	-	-

(**) دال عند مستوى ٠.٠١

(*) دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ والبعض الآخر دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ ؛ مما يشير إلى أن عبارات المقياس على درجة مناسبة من الصدق.

ثانياً: ثبات المقياس:

أ- طريقة معامل ألفا لكرونباخ:

استخدمت الباحثة لحساب ثبات عبارات المقياس معامل ألفا لكرونباخ Cronbach's Alpha Coefficient في حالة حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية للمقياس فبلغت قيمة معامل ألفا العام للمقياس ككل (٠.٧١٣) كما تم حساب معامل ثبات كل عبارة فكانت قيم معاملات ثبات العبارات كما هو موضح بجدول (٢)

جدول (٢) قيم معاملات ألفا لعبارات المقياس

رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا	رقم العبارة	قيمة معامل ألفا
١	٠.٧١١	٦	٠.٧٠٨	١١	٠.٧١١	١٦	٠.٧١٠
٢	٠.٧٠٩	٧	٠.٧١١	١٢	٠.٧٠٩	١٧	٠.٧٠٧
٣	٠.٧١٢	٨	٠.٧٠٩	١٣	٠.٧١٢	١٨	٠.٧١١
٤	٠.٧١٠	٩	٠.٧١٠	١٤	٠.٧١٠	-	-
٥	٠.٧١١	١٠	٠.٧١١	١٥	٠.٧٠٨	-	-

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا لعبارات المقياس أقل من قيمة معامل ألفا العام مما يشير إلى أن عبارات المقياس على درجة مناسبة من الثبات.
ب - طريقة التجزئة النصفية:

للتحقق من ثبات المقياس ككل تم استخدام طريقة التجزئة النصفية Split half وبلغت قيمة معامل الارتباط بين نصفى المقياس (٠.٥٤٧) وبعد تصحيح أثر التجزئة بمعادلة جيتمان Guttman بلغت قيمة معامل الثبات (٠.٧٢٦) ، ويتضح مما سبق أن المقياس على درجة مناسبة من الثبات.
ثالثاً- الاتساق الداخلى:

تم حساب الاتساق الداخلى عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية المعروفة اختصاراً ب SpssV.22 فكانت قيم معاملات الارتباط كما هو موضح بجدول (٣)

جدول (٣) قيم معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للبعد

رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط	رقم العبارة	قيمة معامل الارتباط
١	٠.٣٥٥**	٦	٠.٣٤٥**	١١	٠.٣٣١**	١٦	٠.٣٦٨**
٢	٠.٣٩٦**	٧	٠.٣٧٨**	١٢	٠.٢٢١*	١٧	٠.٢١٨*
٣	٠.٤٣٢**	٨	٠.٤٥١**	١٣	٠.٤٤٥**	١٨	٠.٤٣٠**
٤	٠.٤٢٥**	٩	٠.٤١٨**	١٤	٠.٤٦٤**	-	-
٥	٠.٤١٢**	١٠	٠.٤١٦**	١٥	٠.٢٠١*	-	-

(**) دال عند مستوى ٠.٠١

(*) دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ وبعض العبارات دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ ، مما يشير إلى أن عبارات المقياس على درجة مناسبة من الاتساق.

ومن إجراءات الصدق والثبات السابقة أصبح المقياس فى صورته النهائية مكوناً من (١٨) عبارة موزعة على بعديه كما يلى: البعد الأول: إعادة التقييم المعرفى ويمثله العبارات (من ١ إلى ٧)، والبعد الثانى: كبت/قمع التعبير الانفعالى ويمثله العبارات (من ٨ إلى ١٨)، والمقياس بهذه الصورة النهائية صالح للتطبيق على العينة الأساسية.

ثانياً: البرنامج التدريبي:

أولاً: الهدف الرئيس للبرنامج:

ينقسم الهدف الرئيس للبرنامج إلى قسمين:

أ- هدف تنموى: حيث يهدف البرنامج إلى تنمية التنظيم الإنفعالي لدي عينة من التلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه في مرحلة (الطفولة المتأخرة) ، وذلك من خلال تنمية كلاً من إعادة التقييم المعرفي ، كبت / قمع التعبير الإنفعالي .

ب- هدف وقائي: حيث يكتسب أفراد العينة التجريبية بعض الفنيات المعرفية والسلوكية التي تساعدهم على:

- فهم انفعالاتهم وأسبابها وكيفية ضبط انفعالاتهم وطريقة التعبير عنها بطريقة مناسبة وأيضاً تساعدهم علي فهم انفعالات الآخرين ويستطيعوا تذكر المهام المكلفون بتنفيذها في المستقبل ، مما يحقق لهم حياة اجتماعية وانفعالية سليمة في المستقبل، وذلك لأن الشعور بضبط الانفعالات وكيفية التصرف في المواقف الإجتماعية تذكر الفرد المهام المطلوب منه تحقيقها يجعل الفرد أكثر نضجاً في مواقفه الحياتية ، وزيادة مستوي تذكره في تنفيذ للمهام المستقبلية كما يحقق زيادة الدافعية، والقدرة علي تحقيق الأهداف وإدارة الذات والإنجاز.

ثانياً: محتوى البرنامج التدريبي:

يحتوي البرنامج علي عدد من المواقف والأنشطة التدريبية تم إعدادها وفق مبادئ واستراتيجيات تعلم قائمة علي بعض الوظائف التنفيذية والتي تم تصميمها في (٢٢) جلسة.

وقد تم وضع البرنامج في ضوء عدد من المحكات:

- مراعاة خصائص التلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه سواء النفسية أو الاجتماعية وحاجاتهم وميولهم وقدراتهم.
- مراعاة الفروق الفردية ومبادئ جلسات التدريب الجماعي.
- تدعيم العلاقة بين الباحثة وعينة الدراسة على أن تقوم هذه العلاقة على أساس من الاحترام والثقة والأمان والتقدير المتبادل.
- الاستفادة من مواهب وطاقات التلاميذ المرحلة الإبتدائية ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه عينة الدراسة والعمل على استثمارها أثناء إجراء الجلسات التدريبية للبرنامج.
- تراعى الباحثة تهيئة المناخ المناسب والمكان والأدوات والوسائل اللازمة لتطبيق البرنامج.
- تراعى الباحثة أيضاً أثناء جلسات البرنامج إتاحة الفرصة لأفراد العينة للتعبير عن مشاعرهم وحاجاتهم وآرائهم مما يساعدهم على تقبل ذاتهم وزيادة الوعي بها وذلك بهدف المشاركة الفعالة الناجحة بين الباحثة وبينهم والتي تؤدي إلى التغيير الإيجابي والحقيقي.

حرصت الباحثة على أن تنبع المواقف في جلسات البرنامج التدريبي من تلاميذ المرحلة الإبتدائية ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه أنفسهم حتى لا تكون في معزل عنهم، وحتى يساعدهم ذلك على المشاركة في البرنامج بكل اهتمام وشغف.

ثالثاً: وحدات البرنامج:

ينقسم البرنامج إلى مجموعة من الوحدات:

- الوحدة الأولى (الجلسات من ١-٢) وهي الخاصة بالتعارف بين المدربة وأعضاء المجموعة التدريبية وبين الأعضاء بعضهم البعض.

- الوحدة الثانية (الجلسات من ٣-٩) وهي الخاصة بإعادة التقييم المعرفي.

- الوحدة الثالثة (الجلسات من ١٠-١١) وهي الخاصة بالكبت / القمع الإنفعالي.

رابعاً: الفنيات والأساليب التي اعتمد عليها البرنامج:

مهارات الوظائف التنفيذية وهي مهارات الإنفعالية يمكن توضيحها كالتالي:

أولاً: المهارات الإنفعالية:

١- الضبط الإنفعالي: يتم الاعتماد -كذلك- علي عرض بعض المواقف التي تتطلب إظهار انفعالات (الحزن - الغضب - الفرح المبالغ فيه-البكاء - الصراخ) مثل "فقد عزيز - عدم تلبية الأهل لرغبات الطفل في وقتها - الفوز في مسابقة لكرة القدم)، ثم بعد سماع وجهة نظر التلاميذ حول طبيعة انفعالاتهم تجاه تلك المواقف أقوم بتوضيح أهمية ضبط تلك الانفعالات وأهمية إظهار كل انفعال في الموقف الملائم له.

٢- الكف (ضبط الاندفاع):

عرض مجموعة من المواقف الحياتية تحت بند "ماذا تفعل إذا تعرضت للمواقف التالية ، بحيث تتطلب تلك المواقف استجابات عنيفة، وبعد إجابة التلاميذ عن طبيعة استجاباتهم الانفعالية في تلك المواقف ،أقوم بالتعليق علي الاستجابات التي تتسم بالعنف والعدوانية ومحاولة إقناع التلاميذ بضرورة ضبط تلك الانفعالات التي تتسم بالعدوانية عن طريق توضيح مخاطرها النفسية والجسمية والاجتماعية، ثم أقوم بطرح الاستجابة البديلة للاستجابة العدوانية

٣- مراقبة الذات:

أعرض المشكلة التالية علي التلاميذ :طلب منك أحد زملائك الاتصال معه عبر الإنترنت لممارسة لعبة مشتركة (أسم اللعبة،.....) ولكن طلبت منك والدتك عدم الاتصال به إلا بعد إنهاء المذاكرة والواجبات المدرسية بشكل متقن، كيف تستطيع التوفيق بين هذين المطلبين وماذا ستفعل حتي تنظم ذاتك لتحقيق أهدافك بين إرضاء أمك وبين الوصول لرغبتك في اللعب ، ما الإجراءات التي ستخذيها لتقييم نفسك في أعمال المذاكرة حتي ترضي أمك عن اللعب؟.

خامساً: الأنشطة المستخدمة في البرنامج التدريبي:

١- الأنشطة المستخدمة: لغوية- فنية- قصصية- تمثيلية.

٢- أنشطة لغوية: مثل (تقديم نفسى للآخرين والتحدث عن أهم الأشياء المفضلة لى وأهم الشخصيات فى حياتى).

٣- أنشطة فنية: كالرسم والتلوين والبازل وذلك بهدف التنفيس الانفعالى عن طاقات التلاميذ وتحقيق الشعور بالإنجاز والنجاح الشخصى.

٤- أنشطة قصصية: ويمكن من خلالها توضيح الأفكار التى اكتسبها التلميذ باستخدام أسلوب المناقشة أو باستخدام لعب الدور، فتقوم المدربة بسرد بعض القصص ذات المغزى السلوكى والإنفعالي والتي تتناسب مع هؤلاء التلاميذ فى هذه المرحلة العمرية، وطبيعة المهارات المراد التدريب عليها، بحيث تعرض شخصيات القصة كنماذج للقيام بالمهارات المرغوبة.

٥- أنشطة تمثيلية: وذلك من خلال تمثيل التلاميذ لمواقف وخبرات مروا بها، أو تمثيل مواقف اجتماعية أو تمثيل لأحداث قصة .

سادساً: تحديد الأدوات المستخدمة في البرنامج التدريبي:

استعانت المدربة ببعض الأدوات والوسائل حسب طبيعة وهدف كل جلسة، وقد راعت أن تكون بسيطة ومتنوعة وجذابة حتى لايملها التلميذ، وتمثلت هذه الأدوات فيمايلى:

- مجموعة من القصص التى تحكى مواقف سلوكية وقيم إيجابية.
- مجموعة من المواقف التى تمثل نماذج سلوكية إيجابية وسلبية.
- أوراق عمل متنوعة حسب طبيعة كل جلسة.
- مجموعة من الصور المعبرة (كاريكاتير - قصص).
- مقاطع فيديو.
- أوراق رسم وألوان.
- لعبة puzzle.

إجراءات الدراسة:

- ١- تحديد مجتمع الدراسة وعينته.
- ٢- شروط اختيار عينة الدراسة.
- ٣- إجراءات اختيار عينة الدراسة.
- ٤- التطبيق القبلي لأدوات القياس.
- ٥- تطبيق البرنامج التدريبي.

٦- التطبيق البعدي لأدوات القياس.

٧- الأساليب الإحصائية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

التحقق من صحة الفرض الأول:

لاختبار الفرض الأول والذي ينص على أنه: " يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالى والدرجة الكلية لصالح القياس البعدي". استخدمت الباحثة اختبار ويلكسون Wilcoxon Test للمجموعات المرتبطة وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية المعروفة اختصاراً ب Spss V.23 ويوضح جدول (٤) نتائج هذا الفرض:

جدول (٤)

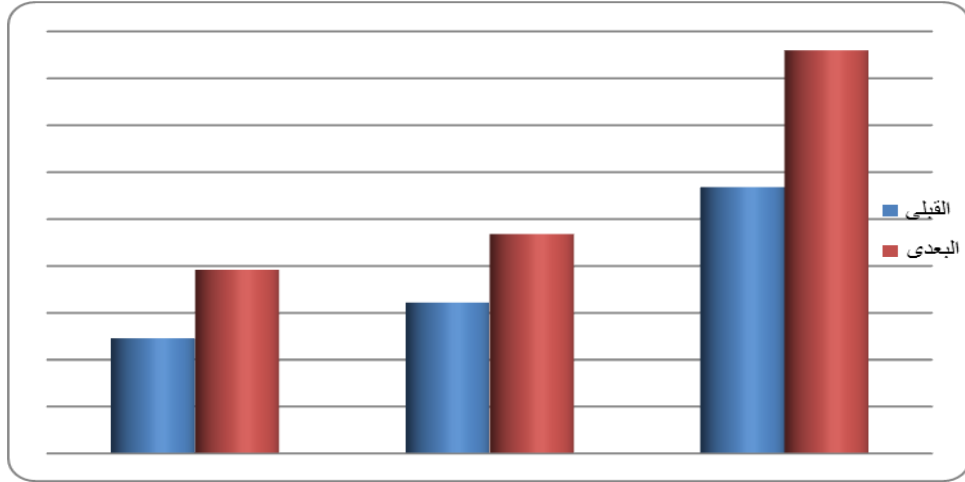
نتائج اختبار ويلكسون للقياسين القبلى والبعدى لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالى والدرجة الكلية

المتغير	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
إعادة التقييم المعرفى	السالبة	٠	٠	٠	٢.٥٣-	٠.٠٥
	الموجبة	٨	٤.٥	٣٦		
	المتساوية	٠	-	-		
	المجموع	٨	-	-		
كبت التعبير الانفعالى	السالبة	٠	٠	٠	٢.٥٣-	٠.٠٥
	الموجبة	٨	٤.٥	٣٦		
	المتساوية	٠	-	-		
	المجموع	٨	-	-		
الدرجة الكلية	السالبة	٠	٠	٠	٢.٥٣-	٠.٠٥
	الموجبة	٨	٤.٥	٣٦		
	المتساوية	٠	-	-		
	المجموع	٨	-	-		

يتضح من الجدول السابق أن قيم " Z " دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى أبعاد مقياس تنظيم الانفعالات والدرجة الكلية لصالح القياس البعدي، وذلك يدل على فعالية البرنامج التدريبي القائم على الوظائف التنفيذية فى تحسين أبعاد التنظيم الانفعالى.

أولاً مناقشة النتائج الخاصة بمهارات التنظيم الإنفعالى :

دلت نتائج الفرض الأول على وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسط رتب درجات المجموعات التجريبية فى التطبيقين القبلى والبعدى لإختبار مهارات التنظيم الإنفعالى على مستوى مهارات (إعادة التقييم المعرفي - كبت التعبير الإنفعالى) لصالح التطبيق البعدي ، والشكل التالى يوضح فروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية فى التطبيق القبلى والبعدي على مهارات التنظيم الإنفعالى .



شكل (١) رسم بياني لمتوسطى درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية

يلاحظ أن أداء تلاميذ المجموعة التجريبية كان أكثر تمييزاً بعد تطبيق البرنامج التدريبي في مهارات التنظيم الإنفعالي على النحو التالي (إعادة التقييم المعرفي - كبت التعبير الإنفعالي) وتفسر الباحثه تحسن أداء المجموعة التجريبية في مهارات التنظيم الإنفعالي من خلال ثلاث محاور :

المحور الاول : مناقشة النتائج وتفسيرها كميأ :

أولاً : تفسير النتائج على النحو التفصيلي للمهارات الفرعية .

مهارة إعادة التقييم المعرفي :

يتضح من الشكل (١) وجدول (٤) وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي على إعادة التقييم المعرفي والتطبيق البعدي لنفس المجموعة على إعادة التقييم المعرفي لصالح القياس البعدي ،وتعزو الباحثة هذه الفروق إلى :

استخدام التعبيرات الوجيهة في التدريب على التعرف على الإنفعالات : عملت فنية النمذجة بالبرنامج التدريبي على تدريب المجموعة التدريبية على نمذجة التعبيرات الوجيهة المرتبطة بالإنفعالات وبالتالي تدريبهم على كيفية التمييز بين الإنفعالات.

استخدام المجسمات الملونه : ساهمت المجسمات الملونة ذات الألوان الجذابة لتعبيرات الوجهه للإنفعالات وأدي إلى ذلك جذب انتباه الأطفال لمفهوم تعبيرات الوجه وفهم مشاعرهم وإنفعالاتهم .

لعب الادوار : أدت هذه الفنية إلى التدريب على كيفية التعبير عن إنفعالاتهم والمشاعر التي سببت تلك الإنفعالات بأسلوب شيق وبعيد عن الإنتقاد والسخرية من خلال المواقف التي تم طرحها في البرنامج التدريبي من قبل المدربه .

المناقشة والحوار : أدت هذه الفنية إلى قدرتهم على إدارة الحوار وكيفية المناقشة مع الآخرين وجعلتهم يتقبلوا آراء الآخرين .

مراقبة الذات : عمل البرنامج التدريبي على تدريب المجموعة التدريبية على إصدار حكم على إنفعالاتهم من خلال رصد الأفكار والمشاعر حول الإنفعالات في المواقف الحياتية المختلفة وذلك يولد لدى التلاميذ الوعي التام بانفعالاته وكيفية التمييز بين انفعالاته ليستطيع استخدامها في إدارة إنفعالاته.

نظام التعزيز : يساعد تقديم التعزيز بصورة متعاقبة مع كل تقليد صحيح من قبل المجموعة التدريبية للنموذج المعروض أمامهم ، وجعلهم يتنافسون للحصول على التعزيز المقدم من قبل المدربة (معنوياً - مادياً) مما ساهم في إستمراريتهم في الجلسات بكل شغف وحماس .

كبت التعبير الإنفعالي :

خطة الضبط الإنفعالي : وتعزو الباحثه هذه الفروق إلى عمل البرنامج التدريبي على تقديم عمليات الضبط الإنفعالي في صورة مخطط مبسط يشمل على (الهدف - الإستراتيجية - اتخاذ القرار - المراجعة) مما يساعد التلاميذ على التخطيط لإنفعالاتهم في المواقف المختلفة.

التنوع في استراتيجيات إدارة الضبط الإنفعالي :عمل البرنامج التدريبي على تدريب المجموعة التدريبية على استراتيجيات متنوعة للضبط الإنفعالي مثل : (الحديث الذاتي الإيجابي ، والإسترخاء ، والمناهة ، وتمارين التنفس بعمق) مما ساعد المتدرب على استخدام أكثر من استراتيجية للضبط الإنفعالي في مواقف حياته المختلفة .

المعالجة المعرفية للإنفعال : عمد البرنامج التدريبي على تدريب المجموعة التدريبية على ضبط إنفعالاته من خلال إيقاف الأفكار التي تكون الإنفعالات السلبية مستخدماً فنيتي الإسترخاء وتمارين التنفس بعمق أو من خلال تحويل الأفكار السلبية إلى أفكار إيجابية مستخدماً فنيتي الحديث الذاتي الإيجابي للموقف الإنفعالي .

توظيف مهارات الضبط الإنفعالي : عملت المجموعة الإنفعالية على توظيف مهارات الضبط الإنفعالي والتغذية الراجعة مما يسهل على التلاميذ عمليات إدارة انفعالاتهم وقدرتهم على اختيار الاستراتيجية المناسبة في إدارة انفعالاتهم في مواقف حياتهم المختلفة.

ثانياً مناقشة النتائج وتفسيرها فنياً :

تمارين الاسترخاء :

أسهمت فنية الإسترخاء في البرنامج التدريبي في مساعدة المجموعة التدريبية على التحكم الإنفعالي في المواقف التي تتطلب إنفعال سلبي لأن الإسترخاء يساعد الفرد على التفكير بشكل إيجابي وقدرته على التخطيط للإنفعالات الإيجابية في المواقف المختلفة التي يتعرض لها .

الحديث الذاتى الإيجابي :

أسهمت فنية الحوار الذاتى الإيجابي في البرنامج التدريبي في مساعدة المجموعة التدريبية على الضبط الذاتى أثناء تعرضهم لمواقف إنفعالية مختلفة .

الإلهاء والتحول :

أسهمت فنية الإلهاء والتحول في البرنامج التدريبي في مساعدة المجموعة التدريبية على التخلص من الأفكار السلبية تجاه الموقف وتحويلها إلى الأفكار الإيجابية .

الضبط الإنفعالى :

أسهمت فنية الضبط الإنفعالى إلى قدرة التلاميذ على إدارة وتحكم إنفعالاتهم السلبية في المواقف الحياتية المختلفة .

مراقبة الذات :

أسهمت فنية مراقبة الذات في قدرته على مراقبته إنفعالاته واستطاعته في إصدار حكم على إنفعالاته عند تعرضه لمواقف مختلفة .

ثالثاً مناقشة النتائج وتفسيرها كفيلاً :

معاملة الوالدين : وتتمثل في

معاملة الوالدين بالسلب :

اتباع إحدي الأنماط السلبية مع انفعالات الأطفال كمثل (منع الإنفعال في المواقف السلبية التي يتعرض لها الطفل - لجوء الأب / الأم للعقاب) عند ظهور تعبير انفعالي سلبي في مواقف حياتية ومنعها بقوة من الظهور .

الثقة الإنفعالية :

فشل الأفراد في إدارة إنفعالاتهم بشكل وذلك يرجع إلى الخبرات السلبية التي مروا بها كمثل عقاب الأب والأم الشديد لديهم أو تعنفها الشديد من قبل المدرسة أو المجتمع ، فلذلك قد يؤدي إلى عدم إدارة انفعالاتها في المواقف الحياتية .

المواظبة على حل التطبيقات :

مواظبة التلاميذ على استخدام الفنيات التدريبية التي تم التدريب عليها في البرنامج التدريبي بجلساته المختلفة وأيضاً دور الأم بأن تقوم بتدريب أطفالها على استخدام الفتيات التي تم تدريبهم عليه من قبل الباحثة داخل الجلسات إلى خارجها من خلال التطبيقات الموجودة بنهاية كل جلسة مما يؤدي إلى تحسن مهارات التنظيم الإنفعالى .

تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات السابقة :

(WEIJAR - Bergsma , Formsma & El , Bolgels , 2021 ; Tabrizchi & vahidi , Jennifer Stacie , Diane , Todd , Richard & patricia , 2013 ; , 2015

, 2016 , vance & mallow , 2015 , Milligan, Badali & spiroiu , 2015 , محمد اسماعيل حميده ،
٢٠١٩ ، محمد حماده، ٢٠١٨ ، محمود أحمد عوض ٢٠١٩ ، أسامه عيد، ٢٠٢٠ ، هناء زكي
وأمنية حلمي (٢٠١٩)

في أن البرامج التدريبية تسهم بشكل ملحوظ في تحسين التنظيم الإنفعالي لدى الأفراد بمختلف أعمارهم
، في حين تتباين الدراسة الحالية مع تلك الدراسات في أن تلك الدراسات اعتمدت على فتيات تنتمي
إلى نظرية معينة في التدريب أما الدراسة الحالية فعملت على فتيات الوظائف التنفيذية في تحسين
التنظيم الإنفعالي وأتفقت معها دراسة كلاً من :

(lantripetal.,2016; latronica,20216; Rueda & paz – Alonzo,2013; marceau
etal., 2018) .

بأن نضج جوانب الوظائف التنفيذية مثل التحكم المثبط والأهتمام التنفيذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بزيادة
التنظيم الإنفعالي ، كما تعتبر الوظائف التنفيذية هي القدرات المركزية اللازمة للتنظيم الإنفعالي وتعتبر
الوظائف التنفيذية ووظائف معرفية " ذات مستوى أعلى " تلعب دوراً مهماً في تمكين العمليات المعرفية
" ذات المستوى الأدنى " المشاركة في تنظيم الإنفعالات لدى الأفراد .

لذلك عملت الدراسة الحالية على استخدام فتيات الوظائف التنفيذية (الضبط الإنفعالي – الكف
الإنفعالي – مراقبة الذات) في تحسين التنظيم الإنفعالي لدى تلاميذ من ذوي فرط الحركة وتشتت
الانتباه مما يؤدي إلى إدارة وضبط إنفعالاتهم في مختلف مواقف حياتهم .
التحقق من صحة الفرض الثاني:

لاختبار الفرض الثاني والذي ينص على أنه: " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب
درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة
الكلية." استخدمت الباحثة اختبار ويلكسون Wilcoxon Test للمجموعات المرتبطة وذلك باستخدام
الحزمة الإحصائية المعروفة اختصاراً بSpss V.23 ويوضح جدول (٥) نتائج هذا الفرض:

جدول (٥)

نتائج اختبار ويلكسون للقياسين البعدى والتتبعى لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية

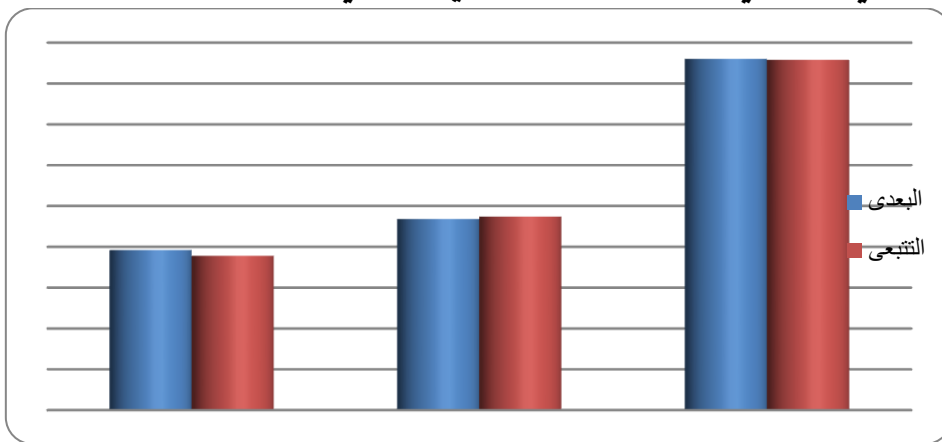
المتغير	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
إعادة التقييم المعرفى	السالبة	٥	٤.٣	٢١.٥	١.٣-	غير دالة
	الموجبة	٢	٣.٢٥	٦.٥		
	المتساوية	١	-	-		
	المجموع	٨	-	-		
كبت التعبير الانفعالي	السالبة	١	٣	٣	١.٣-	غير دالة
	الموجبة	٤	٣	١٢		
	المتساوية	٣	-	-		
	المجموع	٨	-	-		
الدرجة الكلية	السالبة	٥	٣.١	١٥.٥	٠.٢٦-	غير دالة
	الموجبة	٢	٦.٢٥	١٢.٥		

		-	-	١	المتساوية
		-	-	٨	المجموع

يتضح من الجدول السابق أن قيم " Z " دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى أنه لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية فى أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية، وذلك يدل على استمرارية فعالية البرنامج التدريبي القائم على الوظائف التنفيذية فى تحسين أبعاد التنظيم الانفعالي.

ثانياً : تفسير التباين في حجم تأثير البرنامج التدريبي على مهارات التنظيم الإنفعالي : بعدي - تتبعي:

يوضح الشكل التالي متوسطي درجات القياسين البعدي والتتبعي.



شكل (٢)

رسم بياني لمتوسطي درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية
فى أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية

يتضح من الشكل (٢) و الجدول (٥) بأن لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية فى أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي والدرجة الكلية. بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج التدريبي القائم على مهارات الوظائف التنفيذية وهذا يشير إلى استمرار أثر البرنامج التدريبي وفعاليته حتى بعد الإنتهاء من التطبيق كما أن بقاء أثر البرنامج التدريبي بعد فترة من تطبيقه يدل على مدى فاعلية الأنشطة القائمة على مهارات الوظائف التنفيذية ، والتي ساعدت التلاميذ على الاحتفاظ بتلك المهارات لفترة أطول مما يسهل من استرجاعها وكذلك استخدام الباحثة الفنيات المختلفة كالمقصص ولعب الأدوار والنمذجة ساهم في نجاح واستمرارية البرنامج التدريبي.

مما ساعد الباحثة على زيادة دافعية التلاميذ لدري البرنامج وتشجيعهم على استكمال البرنامج للحصول على التعزيزات المادية ، المعنوية من قبل الباحثة .

ويمكن تفسيرها بأن البرنامج التدريبي القائم على الوظائف التنفيذية قد أظهر فاعلية وكفاءة في تنمية التنظيم الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه وقد حرصت الباحثة أن يتناسب البرنامج مع خصائص وقدرات التلاميذ ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه، كما صممت مجموعة من الأنشطة التي تعمل على جذب وانتباه التلاميذ .
وأوصت دراسة (سهير معروف ، ٢٠٠٨ ، محمد عبدالرحمن ، ٢٠٢٠) بضرورة الاستفادة من الألعاب والقصص التعليمية ولعب الأدوار والنمذجة بالقصة والنمذجة المصورة في تنمية مهارات و معارف المختلفة للتلاميذ .

توصيات الدراسة:

أولاً التوصيات الخاصة بوزارة التربية والتعليم :

- ١- بناء برامج الإرشادية لمعلمين ومعلمات تنمي وعيهم بالممارسات التربوية التي يمارسونها مع الأفراد من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه .
- ٢- عقد ورش عمل وندوات للمعلمين والمعلمات تخص الأفراد من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه والصفات الخاصة بهم وكيفية التعامل معاهم وخاصة في المناهج الدراسية وكيفية عمل أنشطة تعليمية خاصة لهؤلاء الأفراد من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه .
- ٣- وضع إستراتيجيات تعليمية مناسبة للأفراد من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه من خلال إستراكتهم في الفصل والعمل على إستثمار طاقاتهم بالشكل الإيجابي .
- ٤- تنمية قدره على التمييز الانفعالي لدى الأطفال وأهميته في حياتهم وفهم إنفعالاتهم وكيفية إستخدام الإنفعالات المناسبه في المواقف المناسبه .
- ٥- الإستفادة التربوية من نتائج الدراسة الحالية وإستخدام برنامج الدراسة كأنشطة تربوية داخل الفصل وتدريب الأطفال من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه على أنشطة برنامج الدراسة لتحقيق الكفاءة الأكاديمية لديهم .

ثانياً التوصيات الخاصة بوسائل الإعلام :

- ١- تفعيل دور المؤسسات التعليمية والإعلام بزيادة الوعي والإهتمام بالأفراد من ذوي فرط الحركة وتشتت الانتباه بصفاتهم وكيفية التعامل معهم وتوضيح كيفية استخدام استراتيجيات التنظيم الانفعالي في مختلف مواقفهم الحياتية .
- ٢- إرشاد أولياء الأمور بكيفية تدريب الأطفال على تحسين التنظيم الانفعالي وكيفية إدارة إنفعالات أطفالهم من خلال الدورات التدريبية والندوات الخاصة بذلك .

ثالثاً التوصيات الخاصة بكلية التربية :

- ١- عقد ورش عمل وندوات عملية للطلبة الجامعيين لتحسين التنظيم الإنفعالي لديهم وكيفية إدارة إنفعالاتهم في مختلف المواقف الإجتماعية لديهم وتنمية الثقة بالنفس لديهم .
- ٢- تدريب طلبة الجامعة على أساليب التنظيم الإنفعالي لديهم لإكتشاف قدراتهم وفهم إنفعالاتهم لتحسين المهارات الإجتماعية لديهم .
- ٣- تطبيق برامج إرشادية لرفع مستوى التنظيم الإنفعالي لديهم .

رابعاً التوصيات الخاصة بالبحث العلمي :

- ١- التوجيهات الخاصة نحو برامج قائمة على مهارات الوظائف التنفيذية :
- توصي الدراسة بتوجيه الباحثين في مجال التربية الخاصة بالأبحاث التي تقوم على مهارات الوظائف التنفيذية بوصفه مدخلاً تدريبياً للأفراد من خلال برامج تعمل على تحسين مهارات الإنفعالية والمعرفية لدى الأفراد بمختلف أعمارهم .

مقترحات الدراسة :

- ١- أساليب المعاملة الوالديه وعلاقتها بالعناد لدى الأفراد من ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه .
- ٢- برنامج إرشادى في تنمية التنظيم الإنفعالي لدى الأطفال من ذوى فرط الحركة وتشتت الإنتباه .
- ٣- أثر صعوبات التنظيم الإنفعالي لدى الأفراد من ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه على المهارات الإجتماعية لديهم .
- ٤- برنامج قائم على الوظائف التنفيذية في تنمية التنظيم الإنفعالي لدى الأطفال من ذوي فرط الحركة وتشتت والإنتباه باستخدام قياسات أخرى للوظائف التنفيذية .
- ٥- الوظائف التنفيذية الإنفعالية وعلاقتها بالكفاءة الإجتماعية لدى الأطفال من ذوي فرط الحركة وتشتت الإنتباه .

المراجع

المراجع باللغة العربية:

- أحمد حسن الطعاني (٢٠٠٧). التدريب مفهومه وفعالته، بناء البرامج التدريبية وتقويمها، ط، ١ دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان
- أسامة عبد المنعم عيد (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي قائم على اليقظة الفعلية لتنمية المرونة النفسية وخفض القلق لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة، المجلة التربوية، ٧٩، ١٣٧٦ - ١٤١٣.
- أمال عبد السميع باظة (٢٠١٨). فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي لخص الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين الموهوبين، مجلة كلية التربية جامعة كفر الشيخ، ١٨ (٢)، ٦٠٧ - ٦٣٢.
- الحسين سيد (٢٠١٩). الاستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال وعلاقتها بالهنا الذاتي الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ٣ (١١)، ٧١ - ١١٦.
- حنان حسين محمود (٢٠١٦). التنظيم الانفعالي والمعتقدات ما وراء المعرفية وعلاقتها بقلق الامتحان لدى عينة من طالبات المرحلة الجامعية. مجلة العلوم التربوية، ٢٤ (٤) ٦٩ - ١١٧.
- رحاب محمد الصاعدي (٢٠١٢): الفروق في اداء الوظائف التنفيذية بين الاطفال التوحديين ذوي الاداء الوظيفي المرتفع والاطفال المعاقين ذهنيا بدرجة بسيطة في المملكة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الخليج العربي، كلية الدراسات العليا.
- رضا عوض (٢٠١٦). فعالية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الاجتماعية للأم في خفض اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى أطفالها. مجلة دراسات نفسية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٦ (٤)، ٦٤٩ - ٦٨٠.
- سامي عبد القوي علي (٢٠١١). علم النفس العصبي. الاسس وطرق التقييم ط٢، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- سعيد كمال العزاليد (٢٠١٢). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات نظرية العقل لدى أطفال الروضة وأثره في تحسين مستوى التنظيم الانفعالي لديهم، ج٢، ٣ (٣٨)، ١٦١ - ٢١٤.
- سهير محمد معروف (٢٠٠٨). فاعلية الألعاب التعليمية في تحسين الانتباه لدى الأطفال المتأخرين دراسياً. دراسة دكتوراه غير منشورة جامعة الزقازيق كلية التربية.

شيماء مجّد سليمان (٢٠١٦). برنامج نفسى حركى للحد من اضطراب تشتت الانتباه وفرط الحركة لدى طفل الروضة . رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة القاهرة ، كلية رياض الاطفال.

صلاح الدين عراقي مجّد (٢٠١٤). الحساسية للقلق وعلاقتها بكل من تنظيم الانفعال وأعراض اضطراب القلق لدى طالب الجامعة .مجلة كلية التربية جامعة بنها ، (٦٤) ، ١-٣٠.

عبد الرقيب أحمد البحيرى (٢٠١٤) . اختبار اضطراب نقص الانتباه مفرط الحركة : التعرق على الأفراد ذوي اضطراب نقص الانتباه مفرط الحركة (ADHD). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

غانم حسين (٢٠١٧).فاعلية الذات لدى عينة من الاطفال ذوي اضطراب تشتت الانتباه وأقرانهم العاديين .مجلة كلية التربية ببلوان، ٢٣(١)، ١٣٠-١٥٣.

لينا عبود كمال (٢٠١٦) . العلاقة بين تنظيم الانفعالات ومستوى الغضب لدى طلبة المرحلة الاعدادية فى مدينة حيفا ، رساله ماجستير غير منشورة ،جامعة عمان العربية ، كلية العلوم التربوية والنفسية .

مجّد أحمد حماد (٢٠٢٠). فاعلية برنامج تدريبي قائم على الوظائف التنفيذية في تحسين مستوى التنظيم الإنفعالي والمعرفية الإجتماعية لدى الأطفال المعاقين سمعياً، ١٤(٢١)، مجلة البحث العلمي في التربية كلية البنات للأداب والعلوم والتربية جامعة عين شمس، ٢٦٨٣١٤.

مجّد خليفة عبدالرحمن (٢٠٢٠) . فاعلية إستراتيجية الألعاب التعليمية لتنمية المفاهيم والقضايا الجغرافية والتفكير الناقد لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية الأزهرية . مجلة كلية التربية جامعة الأزهر ، ٣٦ (١٢) ، ٢٧٨-٣١٤ .

مجّد عيتاني(٢٠٠٦، فبراير٢٦).الحركة المفرطة وصعوبة التركيز.

On line :[Http://www.tonbiboline.com/childcare.asp?subtopicid=1133](http://www.tonbiboline.com/childcare.asp?subtopicid=1133)

محمود أحمد عوض (٢٠١٩) . فاعلية برنامج إرشادى قائم على نموذج اليقظة الذهنية فى تنمية العمود النفسى لدى طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة دمنهور .

هناء مجّد زكى وأمنية حسن حلمي (٢٠١٩) . فاعلية برنامج تدريبيقائم على اليقظة العقلية في تحسين العمود الأكاديمى لدى طلاب الجامعة . المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢٩ (١٠٤) . ٤٠٩ - ٤٨٦ .

المراجع باللغة الإنجليزية:

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders fifth edition (DSM-5)*. USA: American Psychiatric Pub.
- Barkley,R.(1997).*ADHD and the nature of self-control*.New York: The Guilford press.
- Cypel,S.(2007).*Attention Deficit And Hyperactivity And The Executive Functions*.Sao Paulo: Editora Lemos.(in portuguese).
- Calkins ,S.,fox,N.,(2002).*Self-regulatory processes in early personality development: A multilevel approach to the study of childhood social withdrawal and aggression*,*Development and psychopathology*,14(3),477-498.
- Deloatche,K.(2015).*Parent-child interaction Therapy As a treatment for ADHD in early childhood :A multiple baseline single-case design (Unpublished doctoral dissertation)*.college of education,South Florida University.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23, 141–149
- gratz, k.,&roemer,l .(2004).multidimensional assessment of emotion regulation and deregulation: development , factor structure , and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale . *journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26,41-54.
- Gross, J., & john, p. (2003). individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *journal of personality and social psychology*, 85(2), 348-362.
- Habib,M.(2012). *Executive Functions in Attention Deficit Hyperactivity Disorder with and without Co- morbid other Disruptive Behavior Disorder*.(Unpublished Master dissertation). Faculty of Medicine: Cairo University.
- Kuo,J., Fitzpatrick,S., Metcalfe,R., McMMain,S.(2016). A multi-method laboratory investigation of emotional reactivity and emotion regulation abilities in borderline personality disorder. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*.50(7),52-60.
- Lourdes,E.,Roser,G.,Nuria,O.,Josep,m.,(2015).*Clinical characteristics of preschool children with oppositional Defiant Disorder and Callous-Unemotional Traits*. *Journal, pone*,10(9).

- Laura,A.,Joshua,F.,Katherine ,E.,(2011).*Academic Procrastination in college students:The role of self-reported executive function*,*Jclin Exp Neuropsychol*,33(3),344-357.
- Mc Donnell,E., David Hevey,D., McCauley,M., Noel Ducray,K.(2018). *Exploration of Associations Between Early Maladaptive Schemas, Impaired Emotional Regulation, Coping Strategies and Resilience in Opioid Dependent Poly-Drug Users*.National library of medicine.53(14),2320-2329.
- Milligan, K., Badali, P. & spiroiu, F. (2015). *Using integra mind fulness martial arts to address self – regulation challenges in youth with learning disabilities : Aqualitative exploration*. *Journal of child and family studies*, 24 (3), 562– 575.
- Marceau, E.M.,Kelly, P.J & Solowij, N. (2018).*The relationship between executive functions and emotion regulation in Females attending the rapeutic community treatment for substance use disorder*. *Drug and alcohol de pendence*,182, 58-66.
- Peter . c; Algina . J., mith, Daunic, A.p.(2012). *Factorial validity of the behavior rating inventory of executive function (BRIEF)-Teacher from . child Neurppsychoology* , 18(2),168-181 .
- Seymour, K. (2010). *Emotion regulation mediates the relationship between ADHD and depressive symptoms in youth*.*Child psychology*,40(4),595-606.