University of Zawia Journal of Educational and Psychological Sciences (UZJEPS)
Volume 15, Issue 1, 2026, pp 60-87, ISSN 3078-2899

Emotional Stability and Its Relationship with Some Variables among Teachers of Students with Special Needs

Ibtisam Bashabish

Department of Psychology, Faculty of Arts, University of Zawia, Zawia, Libya

Corresponding author: Ibtisam Bashabish | Email: a.bashabish@zu.edu.ly

Received: 01-04-2026 | Accepted: 17-04-2026 | Available online: 30-06-2026 | DOI:10.26629/uzjeps.2026.04

ABSTRACT

The study aimed to uncover the level of emotional balance among teachers of students with special needs at the Al-Amal Center for the Deaf and Hard of Hearing in Al-Zawiya, and to identify whether there are statistically significant differences in the teachers' responses at the center regarding their levels of emotional balance attributed to the following variables: years of experience, educational qualification, marital status, and educational stage. It also aimed to provide recommendations based on the results. A descriptive correlational approach was followed, and the emotional balance questionnaire was prepared by the researcher. The study covered five dimensions: emotional self-awareness, control and regulation of emotions, managing challenging classroom situations, emotional flexibility and adaptation, and positive emotional expression. The sample consisted of 39 teachers at the center. For data analysis, the arithmetic mean, standard deviation, and percentages were used to describe the level of emotional balance, its different dimensions, and the distribution of the sample's demographic characteristics. A one-sample t-test was also used to compare the calculated means with the reference value and determine their statistical significance at the 0.05 level. To find out the effect of variables on the level of emotional balance, one-way ANOVA was applied to identify whether there were statistically significant differences between levels of demographic variables. The study concluded that there are statistically significant differences in the level of emotional balance among the sample members, and that there are no statistically significant differences in emotional balance due to experience, educational qualification, or marital status. The results also revealed statistically significant differences in emotional balance attributable to the academic stage

Keywords: Emotional Stability, Teachers of Students with Special Needs.

الاتزان الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة

ابتسام بشابش

قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة الزاوية، الزاوية، ليبيا

*المؤلف المراسل: ابتسام بشابش |عنوان البريد الالكتروني: a.bashabish@zu.edu.ly

استقبلت: 01-04-2026م | قبلت: 17-04-2026م | متوفرة على الانترنت | 30-06-2026م |

ملخـــــص البحـــــث

- هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة بمركز الامل للصم وضعاف السمع بمدينة الزاوية، والكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات المعلمات بالمركز حول

"Articles published in *Univ Zawia J Educ Psychol Sci* are licensed under a Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0 International License."

مستويات الاتزان الانفعالي لديهن تعزى الى المتغيرات التالية (سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية، المرحلة الدراسية) وتقديم التوصيات في ضوء النتائج. وتم إتباع المنهج الوصفي الارتباطي. واستبانة الاتزان الانفعالي من إعداد الباحثة. وتناولت خمسة ابعاد وهي (الوعي بالذات الانفعالية، والتحكم وضبط الانفعالات، وإدارة المواقف الدراسية الصعبة، والمرونة الانفعالية والتكيف والتعبير الانفعالي الايجابي. وتكونت العينة من (39) معلمة بالمركز. ولتحليل البيانات تم استخدام أيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية، لتوصيف مستوى الاتزان الانفعالي وابعاده المختلفة وتوزيع الخصائص الديموغرافية للعينة، كما تم استخدام اختبار (**T**) لعينة واحدة لمقارنة المتوسطات المحسوبة مع القيمة المرجعية وتحديد مدى دلالتها الاحصائية عند مستوى (0.05). لمعرفة تأثير المتغيرات على مستوى الاتزان الانفعالي، تم تطبيق تحليل التباين الاحادي لتحديد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مستويات المتغيرات الديموغرافية. وقد توصلت الدراسة إلى: وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى افراد العينة، والى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير (الخبرة، المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية. كما كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير المرحلة الدراسية.

- الكلمات المفتاحية: الاتزان الانفعالي، المعلمات، ذوي الاحتياجات الخاصة الدراسية).

الكلمات المفتاحية: الاتزان الانفعالي، معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة

المقدمة:

تعتبر الانفعالات أحد المكونات الأساسية من البناء الشخصي للفرد وذلك لارتباطها الوثيق بالعديد من جوانب شـــخصـــيته، ويُعد الاتزان الانفعالي أحد عناصـــر تلك المكونات التي نالت اهتماماً من قبل الباحثين وعلماء النفس لدى الأفراد عامة ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصـة تحديداً، وذلك لما له من دور وأثر في الحياة النفسية والاجتماعية، فمن خلاله يشعر المعلم بالتوافق والاستقرار النفسي.

وترى (سـماح، 2013: 132) أن الاتزان الانفعالي هو قدرة الفرد على ضـبط انفعالاته والتعبير عنها بصـورة ناضـجة متزنة بعيدة عن التهور والاندفاع والصـمود أمام مواقف الحياة بهدف تحقيق التوافق النفســي والاجتماعي، ويشــير (خالد البلاح، 2016: 27) أن الفرد الصــحيح والمتزن انفعالياً هو الذي يمكنه السـيطرة على انفعالاته والتعبير عنها بشـكل يتناسـب مع المواقف التي تسـتدعي هذه الانفعالات، ويدخل في ذلك عدم اللجوء إلى كبت هذه الانفعالات أو الخجل منها من ناحية، والخضـــوع لها بالمبالغة في إظهارها من ناحية أخرى.

إن وظيفة معلم ذوي الاحتياجات الخاصـة تعد من الوظائف التي تتطلب مسـتوى عالٍ من التحكم والضـبط الانفعالي، والعمل مع هذه الشـريحة يتطلب التحلي بالصـبر وسـعة الصـدر، خاصـة وأن دوره لا يقل أهمية عن دور الأسرة مما يقدمه من رعاية لهؤلاء الطلبة من كافة النواحي الانفعالية والعقلية والجسمية والاجتماعية، ومراعاته للفروق الفردية من خلال اسـتخدامه للأسـاليب المتنوعة أثناء الدرس، إضـافة إلى التنوع في مســـتوى الواجبات بحســـب قدراتهم، الأمر الذي يتطلب أن يكون بمســـتوى عالٍ من الاتزان الانفعالي.

ومما لا شك فيه أن ما تواجهه هؤلاء المعلمات في بيئاتهن الاجتماعية والمدرسية من مشكلات قد تسببت في معاناتهن من الضغوط النفسية والتي تؤثر على سلوكياتهن وتوافقهن، وقد تجعلهن يعشن في حالة من عدم الاستقرار والعصابية، الأمر الذي قد يسبب اختلالاً في التوازن الانفعالي لديهن، ذلك لأن شعورهن بالعصابية وعدم التوازن قد يؤدي إلى آثار سلبية ليس على شخصيتهن فحسب، وإنما على طلابهن كذلك، وفي هذا الصدد يشير (عبد المالك رابحي وآخرون، 2019: 42) إن عصابية المعلم إذا ازدادت عن حدها تؤثر على الجانب الانفعالي على كل من يتعامل معهم المعلم وخصوصاً المتعلمين، ولذلك كان لزاماً على المعلم أن يتصف بصفات الصحة النفسية السوية ومن أهمها الاتزان الانفعالي والذي يؤهله للقيام بدوره التربوي ويمكنه من التعامل مع الضغوطات التي تواجهه.

ومما تقدم، يمكن القول أن الاتزان الانفعالي يُعد حاجة ماسة ومهمة لمعلمات ذوي الاحتياجات الخاصة للتمكن من ضبط النفس والتحكم في الانفعالات والزيادة في الشعور بالثقة بالنفس، لذا فقد أجريت هذه الدراسة للكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي لدى هؤلاء المعلمات.

مشكلة البحث:

تتحدد مشكلة الدراسة في أن معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة يتعرضن للعديد من المشكلات سواء كان على الصعيد الشخصي أو الاجتماعي أو الاقتصادي أو المدرسي وما يترتب عليها من صراعات تحول بينهن وبين تحقيقهن للأهداف والتي قد تؤدي إلى فقدان السيطرة على أنفسهن، وبالتالي فإن الكشف عن العوامل التي تؤثر على الاتزان الانفعالي لديهن بات أمراً ضرورياً والعمل على علاجها حتى يتمكن هؤلاء المعلمات من التعامل الإيجابي مع ذواتهن في البيئة الاجتماعية والتعليمية ومع مجريات الحياة المختلفة.

وعليه، يمكن بلورة مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس التالي: **ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة؟**

ويتفرع من التساؤل الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير (سنوات الخبرة)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير (المرحلة الدراسية)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير (المؤهل العلمي)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير (الحالة الاجتماعية)؟

فروض البحث:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية عند مســـتوى (0.05) في مســـتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية عند مســـتوى (0.05) في مســـتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية عند مســـتوى (0.05) في مســـتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير المرحلة الدراسية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية عند مســـتوى (0.05) في مســـتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية عند مســـتوى (0.05) في مســـتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

أهداف البحث:

تهدف الدراسة إلى ما يلي:

1. التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.
2. الكشـف عن الفروق في مسـتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصـة وفقاً لمتغيرات (سنوات الخبرة، المرحلة الدراسية، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية).

أهمية البحث: أولاً- الأهمية النظرية:

- تسـليط الضـوء على موضـوع مهم وهو الاتزان الانفعالي باعتباره أحد العناصـر التي تلعب دوراً بارزاً في تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.
- أهمية العينة المسـتهدفة في الدراسـة وهن معلمات أطفال ذوي الاحتياجات الخاصـة باعتبارهن المدرسـة الثانية للطفل ويقع عليهن العبء الأكبر في تأهيل وتربية أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.
- تكمن أهمية الدراسـة في فتح المجال للباحثين في هذا المجال لإجراء دراسـات أخرى للبحث أكثر في هذا الموضوع وربطه بمتغيرات أخرى كالاحتراق النفسي أو قوة الأنا.
- قلة الدراســات المحلية –على حد علم الباحثة– التي تناولت الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.

ثانياً– الأهمية التطبيقية:

- من خلال ما ستتوصل إليه الدراسة من نتائج سوف يساهم في الكشف عن الواقع الفعلي لمستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ما سيتم طرحه من توصيات ومقترحات قد يستفيد منها المهتمين والمختصين في تحديد محتوى البرامج الإرشادية والعلاجية التي يمكن أن تساهم في زيادة الثبات الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.

مصطلحات البحث :

- **الاتزان الانفعالي:** يعرفه كومار (kumar 2013) بأنه قدرة الفرد على التحكم بانفعالاته والسيطرة عليها تجاه ما يواجهه من مشكلات بشكل يتصف بالتعقل وعدم المبالغة في الاستجابة لها والبعد عن إصدار أحكام انفعالية متسرعة اتجاهها، (نصراوين، 2020: 111).
- **تعريفه إجرائياً:** هو الدرجة التي تتحصل عليها معلمة ذوي الاحتياجات الخاصة من خلال إجابتها على مقياس الاتزان الانفعالي.
- **معلمة ذوي الاحتياجات الخاصة:** هي أحد أعضاء هيئة التدريس بمركز الأمل للصم وضعاف السمع المؤهلة لتعليم طلبة ذوي الاحتياجات الخاصة بمدينة الزاوية.

حدود البحث:

- **الحد الموضوعي:** اقتصرت الدراسة على موضوع الاتزان الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات.
- **الحد البشري:** أجريت هذه الدراسة على معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.
- **الحد المكاني:** أجريت هذه الدراسة في مركز الأمل للصم وضعاف السمع بمدينة الزاوية.
- **الحد الزماني:** طبقت هذه الدراسة في العام 2025–2026.

الإطار النظري:

مفهوم الاتزان الانفعالي:

تعرفه (الشيباني، 2023 : 473) بأنه تعبير عن مقدار الصحة النفسية التي يتمتع بها الفرد والمتمثلة في التعبير بشكل صحي عن انفعالاته ومشاعره وأن يكون مرناً في التعامل مع المواقف المختلفة، كما يعرفه (البيومي، 2019 : 155) بأنه حالة من الاستقرار يحدث فيها توازن بين حاجات

الشخص وإشباعاته، بينما يعرفه (ريان، 2006 : 9) بأنه حالة التروي والمرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد الذين يميلون لهذه الحالة الأكثر سعادة وهدوءاً وتفاؤلاً وثباتاً للمزاج.

ومن خلال التعريفات السابقة تعرف الباحثة الاتزان الانفعالي بأنه قدرة الفرد على ضبط انفعالاته بشكل يتصف بالمرونة وعدم التسرع في الاستجابة تجاه المواقف التي يتعرض لها بهدف تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي.

سمات الشخص المتزن انفعاليا:

يشير (أبو زيد 1987 : 227) أن المتزن انفعاليا يتسم بالسمات التالية:

1- قدرته على التحكم في انفعالاته وضبطه لنفسه في المواقف التي تثير الانفعال.
2- حياته الانفعالية ثابتة رصينة لا تتذبذب لمثيرات انفعالية بسيطة.
3- يكون قادر على تحمل المسؤولية.
4- هادئ ولا يميل إلى العدوان.
5- يستطيع العيش في توافق اجتماعي ويكيف نفسه مع البيئة المحيطة.
6- يشعر بدرجة مناسبة من الأمن النفسي تؤهله لأن يشعر بالاستقرار.
7- يوازن جميع انفعالاته في تكامل نفسي يربط من خلاله جوانب الموقف ودوافعه الشخصية وخبرته (نقلاً عن محمود ريان، 2006: 44).

ومن خلال ما تقدم يمكن القول إن من سمات الشخص المتزن انفعالياً أن يكون قادراً على السيطرة على انفعالاته والتعبير عنها حسب ما يتطلبه الموقف وعلى إدراك ورؤية المواقف من جوانب مختلفة الأمر الذي يساعده على تحديد نوع الاستجابة المناسبة.

النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي:

لقد تناولت النظريات في علم النفس مفهوم الاتزان الانفعالي واختلفت وجهات نظر العلماء حوله وفيما يلي عرض موجز لبعض النظريات:

النظرية السلوكية:

يرى أنصار هذه النظرية أن السلوك الذي يصدر عن الإنسان هو استجابة حدثت نتيجة وجود مثير حفز الفرد على الاستجابة، وأن هذا السلوك يمكن ضبطه والتحكم به وأن فشل الفرد في تعلم

ســـلوكيات ناجحة تمكنه من التكيف الناجح مع النفس والمجتمع الذي يعيش فيه فإن هذا يعتبر عاملاً أساسياً لحدوث اختلال في اتزانه الانفعالي وفي صحته النفسية (المطيري، 2005: 63).

النظرية المعرفية:

تعتمد هذه النظرية على المعالجات المعرفية لغاية الوصـــول إلى توازن معرفي وتقوم أيضـــاً على الاختيارات والقرارات والخطط والاهتمامات واعتبار ما يؤدي إلى النجاح والفشـل، وتفترض أن الفرد بحاجة إلى اسـتيعاب معارف جديدة وتحويلها إلى مخططات معرفية مناسـبة لكي يشـعر بالسـيطرة على الخبرة الجديدة وبالتالي يشعر بالتوازن المعرفي (سعيد، 2015: 129).

نظرية التحليل النفسي:

لقد انفرد فرويد بنظريته للشـخصـية أنها تتكون من (الهو) والتي تعتمد في نشـأتها على الصـفات الفطرية، و(الأنا) وهي الأداة التي تمكن الشخصية من الموازنة بين المتطلبات الشخصية والواقع كما تعمل على تنمية المهارات اللازمة للتنسـيق بين الدوافع الفطرية والطرق الاجتماعية، و(الأنا الأعلى) وهي تعمل على مساعدة (الأنا) على استبدال بعض الأهداف غير الاجتماعية بأخرى تتماشـى مع البيئة حتى تجعل السلوك متوافقاً ومتوازناً مع متطلبات الوسط الاجتماعي (الداهري، 2011: 107).

نظرية الأبعاد:

أدت بحوث أيزنك إلى استخراج خمسة أبعاد أساسية للشخصية وقد عد الاتزان الانفعالي أحد تلك الأبعاد والذي يقابلها العصابية، حيث يقابل هذا البعد بين مظاهر حسن التوافق والنضـج والثبات الانفعالي وبين اختلال هذا التوافق والتقلب وزيادة ردود الفعل الانفعالية، والعصابية هنا ليست العصاب بل الاستعداد للإصابة به عند توافر شروط الضغوط والمواقف العصيبة. (عبد الخالق، 2005: 464).

الدراسات السابقة:

دراســة عبد الكريم عبد الكريم نوري (2018) بعنوان: الاتزان الانفعالي وعلاقته بالسـلوك القيادي لدى مديري مراكز التربية الخاصة بولاية الخرطوم.

هدفت الدراســـة إلى التعرف على الاتزان الانفعالي وعلاقته بالســـلوك القيادي لدى مديري ذوي الاحتياجات الخاصــة، وتكونت عينة الدراســة من (58) مديراً وتم اسـتخدام المنهج الوصـفي الارتباطي، وتمثلت أدوات الدراسـة في مقياس الاتزان الانفعالي والسـلوك القيادي، وقد أسـفرت نتائج الدراسـة على أن الاتزان الانفعالي لدى مديري مراكز ذوي الاحتياجات الخاصـة يتسم بالارتفاع، وإلى وجود علاقة ارتباطية

بين الاتزان الانفعالي والســـلوك القيادي، كما أكدت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية في الاتزان الانفعالي بين أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير النوع وسنوات الخبرة.

دراســـة عبد المالك رابحي وآخرون (2018) بعنوان: مســـتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية ببعض مدارس مدينة الأغواط.

قصــدت الدراســة التعرف على مســتوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية وللتعرف على الفروق في الاتزان الانفعالي حســـب كل من متغير النوع والمؤهل العلمي والخبرة، واشـــتملت عينة الدراسة على (100) معلم ومعلمة وتم استخدام استبيان الاتزان الانفعالي من إعداد (حسون عيسى)، وقد بينت نتائج الدراسة أن معلمي المرحلة الابتدائية يتمتعون بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي ولا توجد فروق ذات دلالة إحصـــائية لدى أفراد عينة الدراســـة في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغيرات النوع والمؤهل العلمي والخبرة.

دراســة وســام حداد (2023) بعنوان: الانغماس الأكاديمي والاتزان الانفعالي كمنبئات بالفعالية الذاتية لدى أخصائيي التربية الخاصة .

هدفت الدراســـة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الانغماس الأكاديمي والاتزان الانفعالي والفعالية الذاتية والكشــف عن دلالة الفروق في مســتوى هذه المتغيرات وفقاً لـــــ (النوع، الخبرة، الحالة الاجتماعية)، وقد بلغت عينة الدراسـة (90) أخصـائياً، وتم اسـتخدام المنهج الوصـفي كما طبقت مقاييس الانغماس الأكاديمي والاتزان الانفعالي والفعالية الذاتية على أفراد العينة، وقد توصـلت نتائج الدراســة إلى وجود فروق إحصـــائية في الانغماس الأكاديمي والاتزان الانفعالي والفعالية الذاتية تبعاً لمتغيرات الدراســة الســابقة الذكر، كما أكدت النتائج على أنه يمكن الاســتدلال على الفعالية الذاتية لدى أخصـــائي التربية الخاصة من خلال الانغماس الأكاديمي والاتزان الانفعالي.

دراســة حنان قســومة وســمية زين (2023) بعنوان: الذكاء العاطفي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى معلمي التربية الخاصة:

سـعت الدراسـة إلى الكشـف عن ما إذا كانت هناك علاقة من عدمها بين الذكاء العاطفي والاتزان الانفعالي لدى معلمي التربية الخاصـة وفقاً لمتغير النوع، وقد اشـتملت عينة الدراسـة على (70) معلماً من معلمي التربية الخاصــة، منهم (20) معلماً و (50) معلمة، وقد تم اسـتخدام المنهج الارتباطي والمقارن،

ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الذكاء العاطفي لسكوت وآخرون (1998) ومقياس الاتزان الانفعالي لأحلام سمور (2012)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى: تميز معلمي التربية الخاصة بمستوى معتدل من الاتزان الانفعالي وأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في الذكاء العاطفي والاتزان الانفعالي بين معلمي التربية خاصة تعزى لمتغير النوع، إضافة إلى أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والاتزان الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة.

التعليق على الدراسات السابقة:

لقد اختلفت الدراسات السابقة من حيث الأهداف فقد تنوعت الأهداف وفقاً للمتغيرات التي تم تناولها في تلك الدراسات فمنها من هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الاتزان الانفعالي والسلوك القيادي لمديري مراكز التربية الخاصة كما في دراسة عبد الكريم نوري (2018)، ومنها من هدفت للتعرف على مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى معلمي المرحلة الابتدائية كما في دراسة عبد المالك رابحي (2018)، أما دراسة وسام حداد (2023) فقد هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الانغماس الأكاديمي والاتزان الانفعالي والفعالية الذاتية، في حين هدفت دراسة حنان قسومة وسمية زين (2023) للتعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي والاتزان الانفعالي.

أما من حيث المنهج فقد اجتمعت الدراسات السابقة على استخدام المنهج الوصفي الارتباطي نظراً لملائمته لطبيعة تلك الدراسات وهو ما يتفق مع منهج الدراسة الحالية، وفيما يتعلق بالعينات فقد اختلفت الدراسات من ناحية العينة المستخدمة، فمنها من كانت عينتها على معلمي التربية الخاصة كدراسة وسام حداد (2023) ودراسة حنان قسومة وسمية زين (2023)، ومنها من كانت على مديري مراكز التربية الخاصة كدراسة عبد الكريم نوري (2018)، أما دراسة عبد المالك رابحي وآخرون (2018) فقد كانت على معلمي المرحلة الابتدائية.

وأما من حيث النتائج فقد اختلفت النتائج التي أسفرت عنها تلك الدراسات في مستوى الاتزان الانفعالي بين المنخفض كما في دراسة عبد المالك رابحي وآخرون (2018) ومستوى مرتفع كما في دراسة عبد الكريم نوري (2018) وبين معتدل كما في دراسة حنان قسومة وسمية زين (2023)، وقد استفادت الباحثة من هذه الدراسات في إعداد الاستبانة وفي وضع أهداف الدراسة الحالية وتدعيم مناقشة نتائجها من حيث الاتفاق والاختلاف مع نتائج الدراسات السابقة.

الإجراءات المنهجية للدراسة

1 – منهج الدراسة:

تم اتباع المنهج الوصـــفي الارتباطي باعتباره الأكثر ملاءمة لطبيعة الدراســـة من خلال جمع البيانات وتفسيرها وتحديد العلاقة بين المتغيرات.

– مجتمع الدراسة وعينته:

تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمات مركز الأمل للصم وضعاف السمع والبالغ عددهن (39) معلمة، وقد تم اتباع أسلوب المسح الشامل.

3–خصائص عينة الدراسة:

في ضوء جمع البيانات تم تحديد مواصفات أفراد العينة على النحو التالي:

جدول (1) توزيع عينة الدراسة وفق الخصائص الديموغرافية

المتغير	الصفة	العدد	النسبة
سنوات الخبرة	5–15 سنة	16	(%41.0)
	16–25 سنة	18	(%46.2)
	26–35 سنة	5	%5.0
المرحلة الدراسية	ابتدائي	6	15.4
	إعدادي	12	30.8
	ثانوي	21	53.8
المؤهل العلمي	ليسانس	18	(%46.2)
	بكالوريوس	10	(%25.6)
	دبلوم	11	(%11.2)
الحالة الاجتماعية	عازبة	7	(%17.9)
	متزوجة	25	(%61.1)
	مطلقة	2	%5.1
	أرملة	5	(%12.8)

أظهرت نتائج جدول (2) أن عينة الدراســة تتســم بتنوع ديموغرافي ملحوظ. فيما يخص ســنوات الخبرة، يغلب على المعلمات فئة (16–25) ســنة بنســبة (46.2%)، تليها فئة (5–15) ســنة بنســبة (41.0%)، في حين كانت الخبرة الطويلة (26–35) ســـنة أقل تمثيلاً بنســـبة 5.0%. أما المرحلة الدراسية، فغلبت المرحلة الثانوية على العينة بنسبة (53.8%)، تلتها المرحلة الإعدادية بنسبة (30.8%) والابتدائية بنسـبة (15.4%)، مما يعكس تمثيلاً أكبر للمعلمات في المراحل الأعلى. وبخصـوص المؤهل العلمي، جاءت أغلبية المعلمات حاصـلات على ليسـانس بنسـبة (46.2%)، تليها بكالوريوس (25.6%)

ودبلوم (11.2%)، مما يشير إلى تنوع في مستويات التحصيل العلمي. أما الحالة الاجتماعية، فكانت معظم المعلمات متزوجات بنسبة (61.1%)، تلتها العازبات بنسبة (17.9%)، مع وجود نسب أقل للمطلقات (5.1%) والأرامل (12.8%)، ما يعكس التكوين الاجتماعي المتنوع للعينة.

- أداة الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة تم بناء استبيان الاتزان الانفعالي من إعداد الباحثة، والذي تم بناؤه من خلال الاطلاع على المقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة، وذلك لتحديد أبعاده وصياغة فقراته. وقد اشتمل الاستبيان على (5) أبعاد وهي: (الوعي بالذات الانفعالية، والتحكم وضبط الانفعالات، وإدارة المواقف الدراسية الصعبة، والمرونة الانفعالية والتكيف، والتعبير الانفعالي الإيجابي). وقد احتوى كل بعد على (5) فقرات ليكون مجموع فقرات الاستبيان (25) فقرة.

5 - طريقة تصحيح الأداة:

تم تحديد تصحيح استبيان الاتزان الانفعالي وفق ثلاثة بدائل وهي: (نعم، أحياناً، لا). حيث أعطيت الإجابة بـ (نعم) الدرجة (3)، والإجابة بـ (أحياناً) الدرجة (2)، والإجابة بـ (لا) الدرجة (1).

6- الدراسة الاستطلاعية:

للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة (الصدق، الثبات) تم تطبيق الأداتين على عينة صغيرة من مجتمع الدراسة بلغ عددها (30) معلمة وجاءت النتائج وفق الآتي:

- صدق أداة الدراسة:

تم التحقق من صدق أداة الدراسة من خلال عرضهما على 5 من المحكمين من ذوي الاختصاص في علم النفس حيث أخذت ملاحظاتهم بعين الاعتبار، وقد أظهرت نتائج الصدق التمييزي وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين العليا والدنيا في الدرجة الكلية إذ كانت جميع القيم دالة عند مستوى أقل من (0.05)، كما بينت نتائج صدق الاتساق الداخلي وجود ارتباطات دالة إحصائياً بين فقرات الاستبيان والأبعاد التي تنتمي إليها ومع الدرجة الكلية عند مستوى أقل من (0.05) مما يؤكد على تمتع الأداة بدرجة جيدة من الصدق ويمكن الوثوق في نتائجها.

ثبات الأداة:

من أجل اختبار ثبات أداة الدراسة تم استخدام اختبار ألفا كرونباخ لاختبار الاتساق الداخلي للأداة، حيث تشير النتائج الواردة في الجدول (2) إلى درجة ثبات في استجابات عينة الدراسة كانت (88.2%) وهي نسب مقبولة، لأن قيمة ألفا المعيارية أكثر من (70%). وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس ثابت بمعنى أن المبحوثين يفهمون بنوده بنفس الطريقة وكما تقصدها الباحثة، وعليه يمكن اعتماده في هذه الدراسة الميدانية لكون نسبة تحقيق نفس النتائج لو أعيد تطبيقه مرة أخرى تقدر كانت (88.2%).

جدول (2) نتائج اختبار ثبات أداة الدراسة (ألفا كرونباخ)

البعد	عدد الفقرات	قيمة ألفا
الوعي بالذات الانفعالية	**5**	**(0.766)**
التحكم وضبط الانفعالات	**5**	**(0.749)**
إدارة المواقف الدراسية الصعبة	**5**	**(0.775)**
المرونة الانفعالية والتكيف	**5**	**(0.759)**
التعبير الانفعالي الإيجابي	**5**	**(0.799)**
المقياس ككل	**25**	**(0.882)**

أساليب تحليل البيانات:

لتحليل بيانات الدراسة، تم استخدام الأساليب الإحصائية الوصفية والاستدلالية باستخدام برنامج (SPSS 27) بما يتوافق مع طبيعة المتغيرات البحثية وأهداف الدراسة. أولاً، تم استخدام الإحصاءات الوصفية، والتي شملت حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية، وذلك لتوصيف مستوى الاتزان الانفعالي وأبعاده المختلفة وتوزيع الخصائص الديموغرافية للعينة. ثانياً، لاختبار الفرضية الأولى المتعلقة بوجود فروق في مستوى الاتزان الانفعالي، تم استخدام اختبار (t) لعينة واحدة لمقارنة المتوسطات المحسوبة مع القيمة المرجعية وتحديد مدى دلالتها الإحصائية عند مستوى (0.05). ثالثاً، لدراسة تأثير المتغيرات الديموغرافية (سنوات الخبرة، المرحلة الدراسية، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية) على مستوى الاتزان الانفعالي، تم تطبيق تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لتحديد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات هذه المتغيرات المختلفة. وقد تم تحديد مستوى الدلالة الإحصائية عند (0.05)، واعتمدت النتائج في تفسيرها على القيم المحسوبة لاختبارات (f) و(t) مع الإشارة إلى المتوسطات والانحرافات المعيارية لكل بعد ومقياس كلي.

نتائج الدراسة:

أولاً- مستوى الاتزان الانفعالي لدى أفراد عينة الدراسة:

جدول رقم (3) إجابات عينة الدراسة على الفقرات المتعلقة بمستوى الاتزان الانفعالي من حيث الوعي بالذات الانفعالية

ت	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة
1	أتجنب المواقف التي تسبب لي الضيق والتوتر	2.69	0.521	مرتفعة
2	أستطيع التعرف على نقاط ضعفي وقوتي بشكل سهل	2.49	0.601	مرتفعة
3	لدي القدرة على التصرف بطريقة مناسبة حيال المواقف التي أواجهها	2.46	0.555	مرتفعة
4	أهتم بتطور مهاراتي في كيفية تعاملي مع الطلبة	2.77	0.485	مرتفعة
5	أدرك تماماً كيف تؤثر مشاعري على مستوى أدائي في العمل	2.77	0.485	مرتفعة
	المتوسط العام	2.64	0.282	مرتفعة

أظهرت النتائج الواردة في جدول (3) أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة من حيث الوعي بالذات الانفعالية جاء بدرجة مرتفعة بمتوسط حسابي عام بلغ (2.64) وانحراف معياري (0.282)، مما يشير إلى تمتع أفراد العينة بقدر جيد من القدرة على فهم مشاعرهن وإدارتها أثناء المواقف المهنية. وقد بينت المتوسطات الحسابية للفقرات أن أعلى مستويات الاستجابة تمثلت في فقرتي الاهتمام بتطور المهارات في التعامل مع الطلبة وإدراك تأثير المشاعر على مستوى الأداء في العمل بمتوسط حسابي (2.77) وانحراف معياري (0.485) لكل منهما، وهو ما يعكس وعياً واضحاً بأهمية الجوانب الانفعالية في تحسين الممارسة التربوية. كما جاءت فقرة تجنب المواقف المسببة للضيق والتوتر بمتوسط حسابي (2.69) وانحراف معياري (0.521)، تلتها فقرة التعرف على نقاط الضعف والقوة بمتوسط (2.49) وانحراف (0.601)، ثم فقرة القدرة على التصرف بطريقة مناسبة حيال المواقف بمتوسط (2.46) وانحراف (0.555)، وجميعها ضمن درجة موافقة مرتفعة. وتدل هذه المؤشرات مجتمعة على أن المعلمات يمتلكن مستوى ملائماً من الوعي الانفعالي يمكنهن من التعامل المتزن مع متطلبات العمل مع فئة ذوي الاحتياجات الخاصة والتكيف مع المواقف الضاغطة التي قد تواجههن.

جدول رقم (4) إجابات عينة الدراسة على الفقرات المتعلقة بمستوى الاتزان الانفعالي من حيث التحكم وضبط الانفعالات

ت	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة
1	أستطيع التحكم في نفسي عند مواجهتي المواقف داخل الصف	2.64	0.537	مرتفعة
2	لا أسمح لمشكلاتي الشخصية أن تؤثر على أسلوبي مع الطلبة	2.85	0.366	مرتفعة

3	أحاول تهدئة نفسي عندما أكون في حالة غضب	2.54	0.555	مرتفعة
4	أستطيع المحافظة على ثباتي حتى في حالات السلوك العدواني من الطلبة	2.67	0.478	مرتفعة
5	لدي القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها	2.51	0.683	مرتفعة
	المتوسط العام	2.64	244.	مرتفعة

أوضحت النتائج المعروضة في جدول (4) أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة من حيث التحكم وضبط الانفعالات جاء بدرجة مرتفعة، إذ بلغ المتوسط الحسابي العام (2.64) بانحراف معياري (0.244)، وهو ما يعكس قدرة جيدة لدى المعلمات على إدارة انفعالاتهن أثناء المواقف الصفية المختلفة. وقد حققت فقرة عدم السماح للمشكلات الشخصية بالتأثير على أسلوب التعامل مع الطلبة أعلى متوسط حسابي بلغ (2.85) وانحراف معياري (0.366)، مما يدل على مستوى عالٍ من الفصل بين الحياة الشخصية والمتطلبات المهنية. كما جاءت فقرة المحافظة على الثبات في حالات السلوك العدواني من الطلبة بمتوسط (2.67) وانحراف (0.478)، تلتها فقرة القدرة على التحكم في النفس عند مواجهة المواقف داخل الصف بمتوسط (2.64) وانحراف (0.537)، وهو ما يشير إلى امتلاك المعلمات مهارات مناسبة في إدارة المواقف الضاغطة. وفي المقابل حصلت فقرة محاولة تهدئة النفس عند الغضب على متوسط (2.54) وانحراف (0.555)، بينما جاءت فقرة القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها بمتوسط (2.51) وانحراف (0.683)، وجميعها ضمن درجة موافقة مرتفعة. وتؤكد هذه النتائج أن المعلمات يتمتعن بدرجة ملائمة من التحكم الانفعالي وضبط السلوك، الأمر الذي يسهم في تعزيز فاعلية أدائهن التربوي وقدرتهن على التعامل المتوازن مع التحديات المرتبطة بتعليم ذوي الاحتياجات الخاصة.

جدول (5) إجابات العينة ا على الفقرات المتعلقة بمستوى الاتزان الانفعالي من حيث إدارة المواقف الدراسية الصعبة

ت	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة
1	لدي القدرة على التعامل مع السلوكيات غير المرغوبة من الطلاب	2.46	0.600	مرتفعة
2	أستخدم المهارات المخفضة للقلق والتوتر أثناء مواجهتي للصعوبات	2.51	0.556	مرتفعة
3	لدي القدرة على إعادة تنظيم الدرس عند حدوث موقف طارئ أثناء الحصة	2.69	0.468	مرتفعة
4	لدي القدرة على التركيز والانتباه	2.87	0.339	مرتفعة
5	أتعامل مع أولياء الأمور ببساطة حتى عند اختلاف وجهات النظر	2.82	0.389	مرتفعة
	المتوسط العام	2.67	0.232	مرتفعة

بينت النتائج الواردة في جدول (5) أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة من حيث إدارة المواقف الدراسية الصعبة جاء بدرجة مرتفعة، إذ بلغ المتوسط الحسابي العام (2.67) بانحراف معياري (0.232)، وهو ما يعكس امتلاك المعلمات مهارات مناسبة للتعامل مع التحديات الطارئة داخل البيئة الصفية. وقد أظهرت الفقرات أن أعلى متوسط حسابي تحقق في فقرة القدرة على التركيز والانتباه بمتوسط (2.87) وانحراف معياري (0.339)، تلتها فقرة التعامل مع أولياء الأمور ببساطة حتى عند اختلاف وجهات النظر بمتوسط (2.82) وانحراف (0.389)، مما يدل على مستوى عالٍ من المرونة الانفعالية ومهارات التواصل الاجتماعي. كما جاءت فقرة القدرة على إعادة تنظيم الدرس عند حدوث موقف طارئ أثناء الحصة بمتوسط (2.69) وانحراف (0.468)، وهو ما يشير إلى قدرة المعلمات على التكيف مع المستجدات التربوية. في حين حصلت فقرة استخدام المهارات المخفضة للقلق والتوتر أثناء مواجهة الصعوبات على متوسط (2.51) وانحراف (0.556)، تلتها فقرة القدرة على التعامل مع السلوكيات غير المرغوبة من الطلاب بمتوسط (2.46) وانحراف (0.600)، وجميعها ضمن درجة موافقة مرتفعة. وتشير هذه المعطيات إلى أن المعلمات يمتلكن مستوى جيداً من الكفاءة الانفعالية التي تساعدهن على إدارة المواقف التعليمية المعقدة بفاعلية والحفاظ على سير العملية التعليمية في ظروف تتسم بالتحدي.

جدول (6) إجابات عينة الدراسة على الفقرات المتعلقة بمستوى الاتزان الانفعالي من حيث المرونة الانفعالية والتكيف

ت	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة
1	أتقبل القرارات المفاجئة في الخطة الدراسية دون توتر	2.10	0.754	متوسطة
2	أتكيف بسهولة مع الحاجات والفروق الفردية للطلبة	2.79	0.522	مرتفعة
3	أقوم بتعديل أسلوبي الانفعالي وفقاً لما تتطلبه المواقف	2.56	0.598	مرتفعة
4	أحافظ على هدوئي على الرغم من ضغوطات العمل	2.67	0.577	مرتفعة
5	أواجه التحديات الاجتماعية والمهنية بكل روح رياضية	2.62	0.633	مرتفعة
	المتوسط العام	2.55	0.405	مرتفعة

أشارت النتائج المبينة في جدول (6) إلى أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة من حيث المرونة الانفعالية والتكيف جاء بدرجة مرتفعة، إذ بلغ المتوسط الحسابي العام (2.55) بانحراف معياري (0.405)، مما يدل على قدرة مناسبة لدى المعلمات على التكيف مع

المتغيرات المهنية ومتطلبات العمل التربوي. وقد حققت فقرة التكيف بسهولة مع الحاجات والفروق الفردية للطلبة أعلى متوسط حسابي بلغ (2.79) وانحراف معياري (0.522)، وهو ما يعكس وعياً تربوياً بأهمية مراعاة الخصائص الفردية للمتعلمين. كما جاءت فقرة الحفاظ على الهدوء على الرغم من ضغوطات العمل بمتوسط (2.67) وانحراف (0.577)، تلتها فقرة مواجهة التحديات الاجتماعية والمهنية بروح رياضية بمتوسط (2.62) وانحراف (0.633)، مما يشير إلى تمتع المعلمات بدرجة جيدة من الصلابة النفسية والقدرة على التكيف. وفي السياق ذاته حصلت فقرة تعديل الأسلوب الانفعالي وفقاً لما تتطلبه المواقف على متوسط (2.56) وانحراف (0.598) وبدرجة موافقة مرتفعة، في حين جاءت فقرة تقبل القرارات المفاجئة في الخطة الدراسية دون توتر بمتوسط (2.10) وانحراف (0.754) وبدرجة موافقة متوسطة، الأمر الذي يشير إلى أن هذا الجانب يمثل التحدي النسبي الأبرز ضمن أبعاد المرونة الانفعالية. وتدل هذه النتائج إجمالاً على أن المعلمات يمتلكن مستوى إيجابياً من القدرة على التكيف الانفعالي، مع وجود حاجة إلى تعزيز مهارات التعامل مع التغيرات المفاجئة في الخطط والبرامج الدراسية

جدول (7) إجابات عينة الدراسة على الفقرات المتعلقة بمستوى الاتزان الانفعالي من حيث التعبير الانفعالي الإيجابي

ت	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة
1	**أحفز الطلاب وأشجعهم برغم ظروفهم الصعبة**	**2.95**	**0.223**	**مرتفعة**
2	**أستخدم لغة الحوار المنطقي حتى وإن كنت في حالة من التعب والتوتر**	**2.46**	**0.643**	**مرتفعة**
3	**أسعى إلى بث روح المحبة والتعاون بيني وبين الطلبة**	**2.90**	**0.307**	**مرتفعة**
4	**أستطيع التفكير في الموقف قبل أن أتفاعل معه عاطفياً**	**2.44**	**0.598**	**مرتفعة**
5	**أحرص على الحفاظ على اتزاني عند شعوري بالإحباط**	**2.56**	**0.502**	**مرتفعة**
	المتوسط العام	**2.66**	**0.248**	**مرتفعة**

أظهرت النتائج الواردة في جدول (7) أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة من حيث التعبير الانفعالي الإيجابي جاء بدرجة مرتفعة، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام (2.66) بانحراف معياري (0.248)، وهو ما يعكس قدرة المعلمات على إظهار مشاعر إيجابية وداعمة أثناء تفاعلهن مع الطلبة في المواقف التعليمية المختلفة. وقد حققت فقرة تحفيز الطلاب وتشجيعهم برغم ظروفهم الصعبة أعلى متوسط حسابي بلغ (2.95) وانحراف معياري (0.223)، تلتها فقرة السعي إلى بث روح المحبة والتعاون بين المعلمة والطلبة بمتوسط (2.90) وانحراف (0.307)، مما يدل على توجه

إيجابي قوي نحو تعزيز المناخ الانفعالي الداعم داخل الصف. كما جاءت فقرة الحرص على الحفاظ على الاتزان عند الشعور بالإحباط بمتوسط (2.56) وانحراف (0.502)، في حين حصلت فقرة استخدام لغة الحوار المنطقي حتى في حالة التعب والتوتر على متوسط (2.46) وانحراف (0.643)، تلتها فقرة القدرة على التفكير في الموقف قبل التفاعل معه عاطفياً بمتوسط (2.44) وانحراف (0.598)، وجميعها ضمن درجة موافقة مرتفعة. وتشير هذه النتائج إلى أن المعلمات يمتلكن مستوى ملائماً من مهارات التعبير الانفعالي الإيجابي القائم على التشجيع والدعم والحوار الهادئ، وهو ما يسهم في بناء علاقات تربوية صحية مع الطلبة ويعزز من فاعلية العملية التعليمية في بيئات ذوي الاحتياجات الخاصة.

اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات:

قبل البدء باختبار فرضيات الدراسة، تم فحص طبيعة توزيع البيانات للتأكد مما إذا كانت تخضع للتوزيع الطبيعي أم لا باستخدام اختبار .Shapiro–Wilk وأظهرت النتائج أن قيم مستوى المعنوية لكل الأبعاد كانت أكبر من (0.05)، مما يشير إلى عدم رفض الفرضية الصفرية التي تفترض خضوع البيانات للتوزيع الطبيعي، وبالتالي تبين أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي، وهو ما أتاح استخدام الأساليب الإحصائية المعلمية في اختبار فرضيات الدراسة لضمان دقة التحليل وصحة النتائج.

اختبار فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى:

الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.

الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.

لاختبار الفرضية أعلاه، تم استخدام اختبار (t) لعينة واحدة وكانت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول (8) اختبار (t) لاختبار الفروق في الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة

البعد	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار T	مستوى الدلالة
الوعي بالذات الانفعالية	39	2.64	0.282	(4.064) 1	< 0.001
التحكم وضبط الانفعالات	39	2.64	0.244	(6.436) 1	< 0.001
إدارة المواقف الدراسية الصعبة	39	2.67	0.232	(8.112) 1	< 0.001
المرونة الانفعالية والتكيف	39	2.55	0.404	(8.472)	< 0.001

التعبير الانفعالي الإيجابي	**39**	**2.66**	**0.248**	**(6.676) 1**	**< 0.001**
المقياس ككل	**39**	**2.63**	**0.213**	**18.499**	**< 0.001**

أظهرت نتائج اختبار الفرضية الأولى باستخدام اختبار (T) لعينة واحدة، كما ورد في جدول (8)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة، وذلك لصالح المتوسطات الحسابية المتحققة مقارنة بالقيمة المحكية. فقد بلغ المتوسط الحسابي لبعد الوعي بالذات الانفعالية (2.64) بانحراف معياري (0.282)، وجاءت قيمة اختبار (t) مساوية لـ (14.064) عند مستوى دلالة أقل من (0.001)، مما يدل على أن هذا البعد يتحقق بدرجة دالة إحصائياً. كما أظهرت النتائج أن بعد التحكم وضبط الانفعالات حقق متوسطاً حسابياً قدره (2.64) وانحرافاً معيارياً (0.244) مع قيمة (t) بلغت (16.436) ومستوى دلالة أقل من (0.001)، وهو ما يؤكد تمتع المعلمات بقدرة مرتفعة على إدارة انفعالاتهن.

وفيما يتعلق ببعد إدارة المواقف الدراسية الصعبة فقد بلغ المتوسط الحسابي (2.67) بانحراف معياري (0.232) وقيمة (t) مقدارها (18.112) عند مستوى دلالة أقل من (0.001)، مما يعكس قدرة واضحة على التعامل مع المواقف الصفية الضاغطة. أما بعد المرونة الانفعالية والتكيف فقد سجل متوسطاً حسابياً (2.55) وانحرافاً معيارياً (0.404) وقيمة (t) بلغت (8.472) بدلالة أقل من (0.001)، وهو ما يشير إلى توفر مستوى مناسب من القدرة على التكيف مع المتغيرات. كما حقق بعد التعبير الانفعالي الإيجابي متوسطاً حسابياً (2.66) وانحرافاً معيارياً (0.248) مع قيمة (t) مقدارها (16.676) ومستوى دلالة أقل من (0.001).

وعلى مستوى المقياس ككل بلغ المتوسط الحسابي للاتزان الانفعالي (2.63) بانحراف معياري (0.213) وقيمة (t) بلغت (18.499) عند مستوى دلالة أقل من (0.001)، الأمر الذي يدل على ارتفاع مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة بصورة دالة إحصائياً. وبناءً على هذه النتائج يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تقر بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى أفراد العينة، مما يؤكد تمتعهن بدرجة مرتفعة من الكفاءة الانفعالية بمختلف أبعادها.

وقد يعزى ذلك إلى اختلاف الخصائص الشخصية لهؤلاء المعلمات التي تتضمن التكيف مع ظروف الحياة، كما أن هؤلاء المعلمات قد يواجهن مشكلات متباينة سواء كانت أكاديمية أم نفسية أم

اجتماعية، إضـــافة إلى اختلاف تعاملهن مع تلك المشـــكلات الأمر الذي قد يســـهم في وجود فروق في مستوى الاتزان الانفعالي لديهن، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة وسام (2020).

الفرضية الثانية:

الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغيرات الدراسة (سنوات الخبرة، المرحلة الدراسية، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية).

الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصـــة تعزى لمتغيرات الدراســـة (ســـنوات الخبرة، المرحلة الدراســـية، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية).

أولا: وفق متغير سنوات الخبرة

لاختبار الفرضـــية وفق متغير ســـنوات الخبرة، تم اســـتخدام اختبار تحليل التباين الأحادي حيث كانت النتائج كما موضحة في الجدول التالي:

جدول (9) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاختبار الفروق في مســـتوى الاتزان لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير سنوات الخبرة

البعد	مصدر الاختلاف	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	مستوى الدلالة
الوعي بالذات الانفعالية	سنوات الخبرة	2	0.250	0.125	(1.619)	0.212
	الخطأ العشوائي	36	2.780	0.077		
	المجموع	38	3.030			
التحكم وضبط الانفعالات	سنوات الخبرة	2	0.024	0.012	0.197	0.822
	الخطأ العشوائي	36	2.230	0.062		
	المجموع	38	2.254			
إدارة المواقف الدراسية الصعبة	سنوات الخبرة	2	0.269	0.135	(2.741)	0.078
	الخطأ العشوائي	36	1.770	0.049		
	المجموع	38	2.039			
المرونة الانفعالية والتكيف	سنوات الخبرة	2	0.035	0.017	0.102	0.903
	الخطأ العشوائي	36	6.182	0.172		
	المجموع	38	6.217			
التعبير الانفعالي الإيجابي	سنوات الخبرة	2	0.220	0.110	(1.878)	0.168
	الخطأ العشوائي	36	2.112	0.059		
	المجموع	38	2.332			

البعد	مصدر الاختلاف	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي	سنوات الخبرة	2	0.070	0.035	0.765	0.473
	الخطأ العشوائي	36	1.658	0.046		
	المجموع	38	1.729			

أظهرت نتائج اختبار الفرضية الثانية وفق متغير سنوات الخبرة باستخدام تحليل التباين الأحادي، كما هو موضح في جدول (9)، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لاختلاف سنوات الخبرة في جميع الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس. فقد بلغت قيمة اختبار (f) لبعد الوعي بالذات الانفعالية (1.619) عند مستوى دلالة (0.212)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى تقارب مستويات الوعي الانفعالي بين المعلمات على اختلاف خبراتهن المهنية. كما أظهرت النتائج أن قيمة (f) لبعد التحكم وضبط الانفعالات بلغت (0.197) عند مستوى دلالة (0.822)، وهو ما يؤكد عدم وجود تأثير لسنوات الخبرة في قدرة المعلمات على إدارة انفعالاتهن.

وفيما يتعلق ببعد إدارة المواقف الدراسية الصعبة فقد سجلت قيمة (f) مقدار (2.741) بمستوى دلالة (0.078)، وهي أيضاً غير دالة إحصائياً، الأمر الذي يدل على أن مهارات التعامل مع المواقف الصفية الضاغطة لا تختلف باختلاف سنوات الخبرة. وبالنسبة لبعد المرونة الانفعالية والتكيف بلغت قيمة (f) (0.102) عند مستوى دلالة (0.903)، مما يعكس تجانساً كبيراً بين المعلمات في هذا الجانب. كما بينت النتائج أن بعد التعبير الانفعالي الإيجابي حقق قيمة (f) مقدارها (1.878) بمستوى دلالة (0.168)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وعلى مستوى الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي بلغت قيمة اختبار (f) (0.765) عند مستوى دلالة (0.473)، وهو ما يؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير سنوات الخبرة. وبناءً على هذه النتائج يتم قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة فيما يتعلق بهذا المتغير، مما يشير إلى أن سنوات الخبرة المهنية لا تمثل عاملاً مؤثراً في مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة، وأن هذا الاتزان يرتبط على الأرجح بعوامل شخصية ومهنية أخرى مشتركة بين أفراد العينة، وتعزى هذه النتيجة أيضاً إلى أن طبيعة عمل المعلمات تتطلب منذ البداية ضبط الانفعالات والصبر والتحكيم في التعامل مع المواقف الصفية لدى الطلبة، إضافة إلى ذلك غالباً ما

تخضـــع المعلمات إلى دورات تأهيلية تســـاهم في وجود مســـتويات متقاربة من الكفاءة الانفعالية لحديثي الخبرة وذوات الخبرة الطويلة على حد سواء، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة وسام الحداد (2023).

ثانيا: وفق متغير المرحلة الدراسية

لاختبار الفرضـية وفق متغير المرحلة الدراسـية، تم اسـتخدام اختبار تحليل التباين الأحادي حيث كانت النتائج كما موضحة في الجدول التالي:

جدول (10) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاختبار الفروق في مستوى الاتزان لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير المرحلة الدراسية

البعد	مصدر الاختلاف	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	مستوى الدلالة
الوعي بالذات الانفعالية	المرحلة الدراسية	2	0.395	0.197	2.698	0.081
	الخطأ العشوائي	36	2.635	0.073		
	المجموع	38	3.030			
التحكم وضبط الانفعالات	المرحلة الدراسية	2	0.596	0.298	6.473	0.004
	الخطأ العشوائي	36	1.658	0.046		
	المجموع	38	2.254			
إدارة المواقف الدراسية الصعبة	المرحلة الدراسية	2	0.258	0.129	2.602	0.088
	الخطأ العشوائي	36	1.781	0.049		
	المجموع	38	2.039			
المرونة الانفعالية والتكيف	المرحلة الدراسية	2	0.865	0.433	2.909	0.067
	الخطأ العشوائي	36	5.352	0.149		
	المجموع	38	6.217			
التعبير الانفعالي الإيجابي	المرحلة الدراسية	2	0.198	0.099	1.666	0.203
	الخطأ العشوائي	36	2.135	0.059		
	المجموع	38	2.332			
الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي	المرحلة الدراسية	2	0.392	0.196	5.276	0.010
	الخطأ العشوائي	36	1.337	0.037		
	المجموع	38	1.729			

أظهرت نتائج اختبار الفرضـــية الثانية وفق متغير المرحلة الدراســـية باســـتخدام تحليل التباين الأحادي، كما ورد في جدول (10)، وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية في بعض أبعاد الاتزان الانفعالي والدرجة الكلية، في حين لم تظهر فروق دالة في أبعاد أخرى. فقد تبين أن بعد التحكم وضـبط الانفعالات

سجل قيمة اختبار (f) بلغت (6.473) عند مستوى دلالة (0.004)، وهي قيمة دالة إحصائياً، مما يشير إلى وجود اختلافات بين المعلمات في هذا البعد تعزى لاختلاف المرحلة الدراسية التي يعملن بها. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة في الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي حيث بلغت قيمة (f) (5.276) بمستوى دلالة (0.010)، وهو ما يدل على أن المرحلة الدراسية تمثل عاملاً مؤثراً في المستوى العام للاتزان الانفعالي.

في المقابل، لم تسفر النتائج عن فروق ذات دلالة إحصائية في عدد من الأبعاد الأخرى، إذ بلغت قيمة (f) لبعد الوعي بالذات الانفعالية (2.698) عند مستوى دلالة (0.081)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً. كما جاء بعد إدارة المواقف الدراسية الصعبة بقيمة (f) مقدارها (2.602) ومستوى دلالة (0.088)، وبُعد المرونة الانفعالية والتكيف بقيمة (f) بلغت (2.909) ومستوى دلالة (0.067)، وجميعها تشير إلى عدم وجود فروق جوهرية تعزى للمرحلة الدراسية. كذلك لم يظهر بعد التعبير الانفعالي الإيجابي فروقاً دالة، حيث بلغت قيمة (f) (1.666) عند مستوى دلالة (0.203).

وتدل هذه النتائج على أن تأثير المرحلة الدراسية يتركز بصورة أساسية في بعد التحكم وضبط الانفعالات وفي الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي، بينما تبدو بقية الأبعاد أكثر استقراراً وتشابهاً بين المعلمات على اختلاف المراحل. وبناءً على ذلك يتم رفض الفرضية الصفرية جزئياً وقبول الفرضية البديلة فيما يتعلق بهاذين المتغيرين، مما يشير إلى أهمية طبيعة المرحلة الدراسية ومتطلباتها في تشكيل مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة، وقد يعزى ذلك أيضاً إلى اختلاف الخصائص النفسية والسلوكية لدى الطلبة من مرحلة دراسية إلى أخرى، الأمر الذي ترتب عليه اختلاف حدة الضغوطات الانفعالية. وهذا الاختلاف يفرض على المعلمات مستويات مختلفة من التحكم والضبط أثناء التفاعل اليومي مع فئات الطلبة.

ثالثا: وفق متغير المؤهل العلمي

لاختبار الفرضية وفق متغير المؤهل العلمي، تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي حيث كانت النتائج كما موضحة في الجدول التالي:

جدول (11) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاختبار الفروق في مستوى الاتزان لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير المؤهل العلمي

البعد	مصدر الاختلاف	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	مستوى الدلالة
الوعي بالذات الانفعالية	المؤهل العلمي	2	0.414	0.207	2.847	0.071
	الخطأ العشوائي	36	2.616	0.073		
	المجموع	38	3.030			
التحكم وضبط الانفعالات	المؤهل العلمي	2	0.232	0.116	2.066	0.141
	الخطأ العشوائي	36	2.022	0.056		
	المجموع	38	2.254			
إدارة المواقف الدراسية الصعبة	المؤهل العلمي	2	0.318	0.159	3.325	0.047
	الخطأ العشوائي	36	1.721	0.048		
	المجموع	38	2.039			
المرونة الانفعالية والتكيف	المؤهل العلمي	2	0.512	0.256	1.614	0.213
	الخطأ العشوائي	36	5.706	0.158		
	المجموع	38	6.217			
التعبير الانفعالي الإيجابي	المؤهل العلمي	2	0.602	0.301	6.268	0.005
	الخطأ العشوائي	36	1.730	0.048		
	المجموع	38	2.332			
الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي	المؤهل العلمي	2	0.350	0.175	4.572	0.017
	الخطأ العشوائي	36	1.378	0.038		
	المجموع	38	1.729			

أظهرت نتائج اختبار الفرضية الثانية وفق متغير المؤهل العلمي باستخدام تحليل التباين الأحادي، كما يتضح من جدول (11)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعض أبعاد الاتزان الانفعالي وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس، في حين لم تظهر فروق دالة في أبعاد أخرى. فقد بينت النتائج أن بعد إدارة المواقف الدراسية الصعبة حقق قيمة اختبار (f) بلغت (3.325) عند مستوى دلالة (0.047)، وهي قيمة دالة إحصائياً، مما يشير إلى أن قدرة المعلمات على إدارة المواقف الصفية تتأثر بمستوى مؤهلهن العلمي. كما ظهر تأثير دال للمؤهل العلمي في بعد التعبير الانفعالي الإيجابي حيث بلغت قيمة (f) (6.268) عند مستوى دلالة (0.005)، وهو ما يدل على اختلاف في أساليب التعبير الانفعالي تبعاً للمستوى التعليمي.

وعلى مستوى الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي بلغت قيمة (f) (4.572) بمستوى دلالة (0.017)، مما يؤكد وجود فروق جوهرية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير المؤهل العلمي. في المقابل، لم تسجل الأبعاد الأخرى فروقاً ذات دلالة إحصائية، إذ بلغت قيمة (f) لبعد الوعي بالذات الانفعالية (2.847) عند

مستوى دلالة (0.071)، ولبعد التحكم وضبط الانفعالات (2.066) عند مستوى دلالة (0.141)، كما سجل بعد المرونة الانفعالية والتكيف قيمة (f) مقدارها (1.614) بمستوى دلالة (0.213)، وهي جميعها قيم غير دالة إحصائياً.

وتشير هذه النتائج إلى أن المؤهل العلمي يمثل عاملاً مؤثراً في بعض الجوانب المرتبطة بالاتزان الانفعالي، لاسيما ما يتعلق بإدارة المواقف الدراسية الصعبة والتعبير الانفعالي الإيجابي، إضافة إلى تأثيره في المستوى الكلي للاتزان. وبناءً على ذلك يتم رفض الفرضية الصفرية جزئياً وقبول الفرضية البديلة فيما يخص هذه الأبعاد، الأمر الذي يعكس أهمية الإعداد الأكاديمي والتربوي في تنمية الكفاءة الانفعالية لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة، ويمكن تفسير ذلك أيضاً بأن تأثير الإعداد الأكاديمي الذي تلقته المعلمات أثناء الدراسة قد ساعدهن على معرفة كيفية ضبط انفعالاتهن وساهم في توفير معارف نفسية وتربوية أدت إلى تعزيز الوعي بالذات الانفعالية لديهن واكتسابهن مهارات الضبط الانفعالي لإدارة مواقف الحياة الضاغطة التي يتعرضن إليها، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة عبدالمالك رابحي وآخرون (2018).

رابعا: وفق متغير الحالة الاجتماعية

لاختبار الفرضية وفق متغير الحالة الاجتماعية، تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي حيث كانت النتائج كما موضحة في الجدول التالي:

جدول (12) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاختبار الفروق في مستوى الاتزان لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

البعد	مصدر الاختلاف	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	مستوى الدلالة
الوعي بالذات الانفعالية	الحالة الاجتماعية	3	0.662	0.221	3.261	0.033
	الخطأ العشوائي	35	2.368	0.068		
	المجموع	38	3.030			
التحكم وضبط الانفعالات	الحالة الاجتماعية	3	0.661	0.220	4.837	0.006
	الخطأ العشوائي	35	1.594	0.046		
	المجموع	38	2.254			
إدارة المواقف الدراسية الصعبة	الحالة الاجتماعية	3	0.739	0.246	6.638	0.001
	الخطأ العشوائي	35	1.300	0.037		
	المجموع	38	2.039			
المرونة الانفعالية والتكيف	الحالة الاجتماعية	3	0.412	0.137	0.829	0.487
	الخطأ العشوائي	35	5.805	0.166		
	المجموع	38	6.217			
	الحالة الاجتماعية	3	0.542	0.181	3.533	0.025

البعد	مصدر الاختلاف	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	مستوى الدلالة
التعبير الانفعالي الإيجابي	الخطأ العشوائي	35	1.790	0.051		
	المجموع	38	2.332			
الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي	الحالة الاجتماعية	3	0.501	0.167	4.759	0.007
	الخطأ العشوائي	35	1.228	0.035		
	المجموع	38	1.729			

أظهرت نتائج اختبار الفرضية الثانية وفق متغير الحالة الاجتماعية باستخدام تحليل التباين الأحادي، كما هو مبين في جدول (12)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معظم أبعاد الاتزان الانفعالي وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس تعزى لاختلاف الحالة الاجتماعية للمعلمات. فقد سجل بعد الوعي بالذات الانفعالية قيمة اختبار (f) بلغت (3.261) عند مستوى دلالة (0.033)، مما يدل على وجود اختلافات دالة إحصائياً بين المعلمات في هذا البعد تبعاً لحالتهن الاجتماعية. كما أظهر بعد التحكم وضبط الانفعالات فروقاً دالة حيث بلغت قيمة (f) (4.837) بمستوى دلالة (0.006)، وهو ما يشير إلى تأثير واضح للحالة الاجتماعية في قدرة المعلمات على إدارة انفعالاتهن.

وفيما يتعلق ببعد إدارة المواقف الدراسية الصعبة فقد جاءت قيمة (f) مرتفعة نسبيًا إذ بلغت (6.638) عند مستوى دلالة (0.001)، مما يعكس فروقاً جوهرية في أساليب التعامل مع المواقف الصفية تبعاً لاختلاف الحالة الاجتماعية. كما ظهر تأثير دال في بعد التعبير الانفعالي الإيجابي بقيمة (f) مقدارها (3.533) ومستوى دلالة (0.025). وعلى مستوى الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي بلغت قيمة (f) (4.759) عند مستوى دلالة (0.007)، وهو ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي ككل تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

في المقابل، لم يظهر بعد المرونة الانفعالية والتكيف فروقاً دالة إحصائياً، حيث بلغت قيمة (f) (0.829) عند مستوى دلالة (0.487)، مما يشير إلى تقارب المعلمات في هذا الجانب بغض النظر عن حالتهن الاجتماعية. وبناءً على هذه النتائج يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة جزئياً، إذ يتضح أن الحالة الاجتماعية تعد عاملاً مؤثراً في معظم أبعاد الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة، وأن تأثير الحالة الاجتماعية في معظم أبعاد الاتزان الانفعالي لدى هؤلاء المعلمات بما توفره من دعم نفسي واجتماعي ساهم في تعزيز الوعي بالذات والتعامل المناسب مع المواقف والمشكلات داخل الصف الدراسي، إضافة إلى أن الخبرات الحياتية لدى هؤلاء المعلمات ساهمت في تنمية الكفاءة الانفعالية، بينما تبقى بعض الأبعاد كالمرونة الانفعالية أكثر ارتباطاً بالصفات الشخصية والمهنية المشتركة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة وسام حداد (2023) .

ملخص النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة كان مرتفعاً بشكل عام، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام للمقياس (2.63) بانحراف معياري (0.213). وقد تبين من خلال تحليل أبعاد الاتزان الانفعالي أن جميع الأبعاد جاءت بدرجات موافقة مرتفعة، مع تفاوت بسيط بين الأبعاد. فجاء بعد التعبير الانفعالي الإيجابي بمتوسط (2.66) وانحراف (0.248)، وبعد إدارة المواقف الدراسية الصعبة بمتوسط (2.67) وانحراف (0.232)، وبعد التحكم وضبط الانفعالات بمتوسط (2.64) وانحراف (0.244)، وبعد الوعي بالذات الانفعالية بمتوسط (2.64) وانحراف (0.282)، وبعد المرونة الانفعالية والتكيف بمتوسط (2.55) وانحراف (0.405). وتشير هذه المتوسطات إلى قدرة المعلمات على فهم مشاعرهن والتكيف معها، والتحكم في انفعالاتهن، والتعامل مع المواقف الصعبة، والتعبير عن انفعالات إيجابية داخل الصف، مع وجود جانب نسبي أقل في تقبل القرارات المفاجئة ضمن البعد المتعلق بالمرونة الانفعالية.

وبالاعتماد على اختبارات الفرضيات، بينت نتائج اختبار (t) لعينة واحدة وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) لصالح المتوسطات المحسوبة، مما يؤكد ارتفاع مستوى الاتزان الانفعالي لدى المعلمات. وعند دراسة تأثير متغيرات الدراسة، أظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لسنوات الخبرة في جميع أبعاد الاتزان والانفعالات الكلية. أما متغير المرحلة الدراسية فقد أظهر فروقاً دالة في بعد التحكم وضبط الانفعالات وفي الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي، في حين لم تظهر بقية الأبعاد فروقاً مهمة. وبالنسبة لمتغير المؤهل العلمي فقد بينت النتائج فروقاً دالة في بعد إدارة المواقف الدراسية الصعبة والتعبير الانفعالي الإيجابي، إضافة إلى تأثيره على الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي، بينما لم تكن بقية الأبعاد متأثرة. وأخيراً، أظهرت نتائج تحليل الحالة الاجتماعية وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معظم الأبعاد، بما فيها الوعي بالذات الانفعالية، والتحكم وضبط الانفعالات، وإدارة المواقف الدراسية الصعبة، والتعبير الانفعالي الإيجابي، إضافة إلى تأثيرها على الدرجة الكلية، في حين لم يظهر بعد المرونة الانفعالية والتكيف فروقاً دالة.

الاستنتاجات:

1- تتمتع معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة بمستوى مرتفع من الاتزان الانفعالي بشكل عام، مع قدرة جيدة على التحكم في الانفعالات، وإدارة المواقف الصعبة، والتعبير الانفعالي الإيجابي.

2- يظهر أن الجانب الأقل ارتفاعاً ضـــمن أبعاد الاتزان الانفعالي يتعلق بالمرونة في تقبل القرارات المفاجئة، مما قد يشـــير إلى حاجة المعلمات لمزيد من التدريب على التكيف الســـريع مع المتغيرات الطارئة.

3- لا تمثل ســنوات الخبرة عاملاً مؤثراً في مســتوى الاتزان الانفعالي لدى المعلمات، مما يشــير إلى أن الخبرة المهنية وحدها لا تكفي لتطوير الكفاءة الانفعالية.

4- تؤثر المرحلة الدراسية بشكل واضح على قدرة المعلمات في التحكم وضبط الانفعالات، كما تؤثر على الدرجة الكلية للاتزان، مما يعكس دور متطلبات كل مرحلة دراسية في تشكيل الاستجابة الانفعالية.

5- يعد المؤهل العلمي عاملاً مؤثراً في إدارة المواقف الدراســـية الصـــعبة والتعبير الانفعالي الإيجابي، إضــافة إلى تأثيره على المســتوى العام للاتزان، مما يبرز أهمية الإعداد الأكاديمي والتربوي في تعزيز الكفاءة الانفعالية.

6- تؤثر الحالة الاجتماعية بشـــكل كبير على معظم أبعاد الاتزان الانفعالي، ما يعكس أهمية الدعم الاجتماعي والأسري في تعزيز قدرة المعلمات على التحكم والتكيف الانفعالي.

التوصيات:

1- يوصـى بأن تكون بيئة العمل متوفرة فيها الإمكانيات والوسـائل التي تسـاعد معلمات ذوي الاحتياجات الخاصــة على أداء وظيفتهن على وجه أفضــل، ذلك لأن غياب تلك المميزات قد تســاهم في تذمرهن من المهنة.

2- عقد دورات تدريبية ومؤتمرات وندوات علمية لمســاعدتهن على التعرف على الطرق الســليمة للتعامل مع الضغوطات التي يتعرضن إليها على المستوى الشخصي والوظيفي.

3- مساعدة المعلمات على إدراك مشكلاتهن ومساعدتهن على إيجاد الحلول لها.

4- بناء برامج إرشـــادية وقائية علاجية تســـاعدهم على معرفة المهارات والأســـاليب المناســـبة الواجب استخدامها للتخفيف من حدة ضغوط العمل وساهم في تنمية شعورهم بالاتزان الانفعالي.

5- الاســـتفادة من المنظمات المحلية والدولية المهتمة بذوي الاحتياجات الخاصـــة لتوفير الدعم المعنوي والمادي لتحفيز المعلمات للتطوير من قدراتهن في مجال الفئات الخاصة والصحة النفسية بشكل عام.

المقترحات:

-دراسة العلاقة بين الاتزان الانفعالي وقوة الأنا لدى معلمات الاحتياجات الخاصة.

-دراسة فاعلية برنامج تدريبي للرفع من مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمات أطفال متلازمة داون.

-إجراء دراسة عن الاتزان الانفعالي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة.

دراسة مقارنة للاتزان الانفعالي بين معلمات ذوي الاحتياجات الخاصة والمعلمات العاديات

المراجع:

[1]- أحمد محمد عبد الخالق (2005): أسس علم النفس، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، مصر.

[2]- حنان قسومة، سمية زين (2023): الذكاء العاطفي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى معلمي التربية الخاصة، مذكرة ماستر، قسم العلوم الاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الوادي، الجزائر.

[3]- خالد عوض البلاح (2016): الصحة النفسية لذوي الاحتياجات الخاصة، جامعة الملك فيصل، السعودية.

[4]- سعاد جبر سعيد، (2015): الذكاء الانفعالي وعلم النفس التربوي، عالم الكتب الحديث، إربد، الأردن.

[5]- سعد رياض البيومي (2019): الجمود الفكري والاتزان الانفعالي لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج 3، ع 32، ديسمبر، ص ص 152-167.

[6]- سماح توفيق علي (2023): الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الاتزان الانفعالي والتفكير الإيجابي لدى عينة من المراهقين الأيتام، مجلة كلية الآداب بقنا، مج 32، ع 58، يناير، ص ص 299-383.

[7]- صالح حسن الداهري (2010): مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.

[8]- عبد الكريم عبد الكريم نوري (2018): الاتزان الانفعالي وعلاقته بالسلوك القيادي لدى مديري مراكز التربية الخاصة بولاية الخرطوم، رسالة ماجستير، جامعة النيلين، السودان.

[9]- عبد المالك رابحي، ياهي سلامي، علي عون (2019): مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية ببعض مدارس مدينة الأغواط، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الأغواط، الجزائر، مج 7، ع 32، ص ص 141-153.

[10]- لمى نزار سليمان، معين نصراوين (2020): مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بتكوين الصداقات والتوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الاعدادية في بلدة البعينة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج 4، ع 4، فبراير، ص ص 107-139.

[11]- محمود إسماعيل ريان (2006): الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظة غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

[12]- معصومة سهيل المطيري، (2005): الصحة النفسية، مفهومها، اضطراباتها، مكتبة الفلاح، الكويت.

[13]- نجية محمد الشيباني (2023) الاتزان الانفعالي وعلاقته باتخاذ القرار لدى بعض طلاب جامعة بني وليد في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الأفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية، ليبيا، مج 2، ع 2، أبريل، ص ص 469-487.

[14]- وسام حداد (2023): الانغماس الأكاديمي والاتزان الانفعالي كمنبئات بالفعالية الذاتية لدى أخصائيي التربية الخاصة، مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، الجزائر، مج 8، ع 2، ص ص 382-396.