التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية كمنبئات بسلوك الشِّرَاء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد

ربا سعيد محمد القحطاني

باحثة ماجستير التوجية والارشاد النفسي بقسم علم النفس - جامعة الملك خالد

د/ عبير صالح علي الشهري

استاذ علم النفس المشارك - وكيلة قسم علم النفس - جامعة الملك خالد

المُستخلص

هدف البحث إلى دراسة التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية، بوصفها منبئات بسلوك الشراء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد، وتكوّنت عينة البحث الاستطلاعية من (١٠٠) طالب وطالبة بجامعة الملك خالد؛ لتقنيين أدوات البحث، في حين بلغ عدد أفراد البحث الأساسية (٤٠٦) من طلبة مرحلة البكالوريوس بجامعة الملك خالد، بمتوسط عمري (٢١.٣٩)، وانحراف معياري (١.٨٤)، بعد استبعاد حالات عدم الجدية في الأداء على أدوات البحث المتمثّلة في: مقياس التنظيم الانفعالي، ومقياس الضغوط النفسية، ومقياس الشِّراء القهري. وأسفرت أهم النتائج نتائج البحث عن : - وجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي لبُعد الكبت؛ لصالح الوسط الفرضي، وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي لبُعد إعادة التقييم؛ لصالح المتوسط التجريبي، ووجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد؛ لصالح المتوسط التجريبي، ووجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الشِّراء القهري والأبعاد الفرعية لدى طلبة جامعة الملك خالد، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات

درجات التنظيم الانفعالي في بُعد الكبت لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد، في حين توجد فروق ذات لالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في بُعد إعادة التقييم، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١)، بين متوسطات درجات الضغوط النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد؛ لصالح الطالبات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١)، بين متوسطات درجات الشّراء القهري للمجموع الكلي، وبُعد الاندفاعية، وبُعد متعة الشراء لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد؛ لصالح الطالبات، كما أمكن التنبؤ بسلوك الشِّراء القهري من خلال أبعاد التنظيم الانفعالي (الكبت، وإعادة التقييم) والضغوط النفسية، وفُسّرت النتائج في ضوء الأدبيات النظرية لمُتغيّرات البحث والدراسات ذات الصلة، وبالاعتماد على هذه النتائج وتفسيرها صيغ عدد من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الانفعالي - الضغوط النفسية - سلوك الشِّراء القهري.

abstract

The research aims to study emotional regulation and psychological stress as predictors of compulsive buying behavior among King Khalid University students. The survey study sample consisted of (100) male and female students of King Khalid University, for the technicians of the study tools, while the number of members of the basic study was (406) male and female undergraduate students of King Khalid University, with an average age (21.39) and a standard deviation (1.84), after excluding cases of the psychological stress scale, the compulsive buying scale. The results of the research showed that there were statistically significant differences at the level of (0.01) between the experimental mean and the hypothetical mean for the reappraisal dimension in favor of the hypothetical

mean, there were statistically significant differences at the level of (0.01) between the experimental mean and the hypothetical mean for the suppression dimension in favor of the experimental mean, there were statistically significant differences at the level of (0.01) between the experimental mean and the hypothetical mean on the psychological stress scale in favor of the experimental mean, there were statistically significant differences at the level of (0.01) between the experimental mean and the hypothetical mean on the compulsive buying scale and its sub-dimensions among King Khalid University students, and there were no statistically significant differences between the averages of emotional regulation scores in the suppression dimension among male and female students at King Khalid University, while there were statistically significant differences at the level of (0.05) in the reappraisal dimension, and there were statistically significant differences at the level of significance (0.01) between the averages of stress scores Psychological among male and female students of King Khalid University in favor of female students, and the presence of statistically significant differences at a significance level of (0.01) between the averages of compulsive buying scores for the total and the dimension of impulsivity and the dimension of buying pleasure among male and female students of King Khalid University in favor of female students. Compulsive buying behavior could also be predicted through the dimensions of emotional regulation (reappraisal, suppression) and psychological stress. The results were interpreted in light of the theoretical literature of the study variables and related studies, and based on these results and their interpretation, a number of recommendations were formulated.

Keywords: Emotion Regulation - Psychological Stress- Compulsive Buying.

مقدمة:

يُعدّ التسوّق نشاطًا ترفيهيًّا ومظهرًا روتينيًّا في الحياة اليومية للأشخاص العاديين؛ لكنه في بعض الحالات يتحوّل إلى سلوك مَرَضِي لا يستطيع فيه بعض الأفراد مقاومة رغباتهم الداخلية في الشِّرَاء، سواء كان ذلك بشكل متكرر، أو كصورة الإفراط في الإنفاق؛ حتى إذ كانوا لا يستطيعون تحمّل تكاليف المشتريات أو لم يستفيدوا منها، ويُسمّى هذا السلوك المرضي بـ(الشِّرَاء القهري) (Compulsive Buying) (جروان وآخرون،٢٠٢٠).

ويتمثّل سلوك الشِّرَاء القهري في صورة زائدة ومُبالغ فيها في عملية الشِّرَاء، وقد ينتج عنه تأثير سلبي في جميع المجالات: الاجتماعية والاقتصادية والنفسية والدينية والترفيهية والتعليمية، فالأشخاص يجدون متنفسًا للشراء كالشعور بالراحة والمتعة، وانخفاض القلق عند إتمام هذا السلوك، فهو رغبة للتخفيف من حِدّة القلق والخوف، لكنهم يُبالغون في عملية الشِّرَاء لأشياء غير ضرورية ومتكررة وغير مستخدَمة (الطيب،٢٠٢٠)؛ ومن ثمّ يُنظر إلى الشِّرَاء القهري بأنه: إستراتيجية غير ملائمة للتعامل مع الانفعالات السلبية، ويكون التخفيف من الانفعالات السلبية التي تحدث عقب عملية الشِّرَاء قصيرًا، ويتبعه غالبًا مشاعر الذنب والعار والقلق (Williams,2012 & Grisham).

وتوافقًا مع ما ذُكر؛ فإن سلوك الشِّرَاء القهري قد ينشأ نتيجة ضعف في التكيّف الداخلي أو الخارجي ومحاولة تحقيق التوافق، أو أنه ينشأ عن عدم استقرار في العلاقات الاجتماعية، أو يُمثّل انسحابًا وهروبًا من الضغوط، ويكون الشعور بالسعادة بعد سلوك الشِّرَاء القهري تفريغًا وتنفيسًا انفعاليًّا لتخفيف التوتر (اللحياني، ٢٠٢١).

ويعدُّ التنظيم الانفعالي من المفاهيم الحديثة في المجال الانفعالي للشخصية بعلم النفس، فكل فرد لديه من المهارات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تنظّم الخبرات والمواقف التي تساعده على التكيّف مع محيطه، حيث تبحث نماذج التنظيم الانفعالي في ميكانزمات قائمة أساسًا على حلقات متداخلة من التغذية الراجعة، والمتمثّلة في كيفية تغيير المفاهيم بالسلوك أو الوظيفة المعرفية؛ للوصول إلى مستوى أعلى من الرضا (بخاري، ٢٠٢١).

كما توصّلت دراسة أيرلندا وكلوف (Ireland & Clough,2017) إلى أهمية التنظيم الانفعالي في عملية التعامل مع المواقف الضاغطة؛ إذ يُشكّل تنظيم الانفعال أهمية كبرى في مواجهة الانفعالات المصاحبة للضغوط المختلفة، فالأفراد الذين يفشلون في تنظيم انفعالاتهم، أو يستخدمون إستراتيجيات غير تكيفية أو غير فعّالة؛ يكونون عُرضة وبشكل أكبر للمعاناة من الاضطرابات الانفعالية.

فالفرد عند إدراكه أنه غير قادر على ضبط مُتطلّبات الموقف، أو غير قادر على ضبط الاستجابة لهذا الموقف؛ فإنه يشعر بهيمنة الضغوط عليه، ولكن عندما يستطيع التكيّف مع المُتطلّبات التي تحيط به؛ فيكون الضغط مقبولًا، ويعدُّ هذا الجانب الإيجابي للضغوط النفسية، والهدف منه استثارة الفرد لاستخدام إستراتيجيات جديدة لمقاومة المواقف الضاغطة والمشكلات التي تواجههم (الخضر، ٢٠٢١).

مشكلة البحث:

عادة ما يحدث الشِّرَاء القهري نتيجة لمُتغيّرات نفسية أو اجتماعية أو اقتصادية، وتتمثّل المُتغيّرات النفسية في: زيادة ضغوطات الفرد المثّلة في: التوتر، والقلق، وعدم القدرة على مواجهة المشكلات؛ ومن ثمّ يلجأ المشتري إلى الشِّرَاء بوصف ذلك تعبيرًا عن حالة الانفعال التي تصيبه لتقليل التوتر الناتج عن هذه الضغوط (Zheng et al., 2020).

وأشار جروان وآخرون (٢٠٢٠) إلى أن سلوك الشِّرَاء القهري يحدث في نهاية مرحلة

المراهقة، ويكون متوسط الأعمار (١٨ -٣٠) سنة، وأن أكثر المستهلكين المتضررين كانوا من فئة الشباب مقارنة بالفئات العمرية الأخرى، وأن الأشخاص الأصغر سنًّا أكثر عُرضة للشراء القهري، كما يكون مرتفعًا لدى طلبة الجامعة مقارنة بالفئات الأخرى، بينما توجد تضاربات في نتائج الدراسات السابقة في متغيّر النوع، حيث توصّلت دراسة (Zheng et al., 2020)،و(mayer et al.,2019) إلى أن الطالبات لديهن ميول للسلوك الشِّرَاء القهري مقارنة بالطلاب، ويختلف هذا مع دراستي: لوي وآخرين (looi et al.,2022)، وإقبال وأسلم (iqbal & Aslam,2016)، اللتين توصّلتا إلى أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في سلوك الشِّرَاء القهري، بينما أجرت دربشي (٢٠١٥) دراسة على (٨٨) من طالبات جامعة الملك سعود وتوصّلت نتائجها إلى وجود علاقة دالة إحصائيًّا بين اضطراب الشِّرَاء القهري وبعض الاضطرابات النفسية الأخرى، كما أن (٦٨٪) من المصابات باضطراب الشِّرَاء القهري يعانين من القلق والاكتئاب، بالإضافة إلى مشاكل في علاقاتهن الاجتماعية، ووجود تداخل بين سلوكياتهن وأدائهن في المدرسة والعمل.

وتصل نسبة انتشار سلوك الشِّرَاء القهري في الولايات المتحدة الأمريكية إلى ٥.٨٪، وبلغت في ألمانيا ٩.٦٪، كما تعدّ معدلات انتشار الشِّرَاء القهري مرتفعة لدى طلاب الجامعة عن باقي فئات المجتمع؛ إذ تتراوح ما بين ٦٪ -١٥٪ (السيد، ٢٠١٦)، في حين توصّلت نتائج دراستي (الزهراني وأبو عيشة،٢٠٢٣؛lou & byun,2018) إلى أن مستويات طلبة الجامعة في سلوك الشِّرَاء القهري جاءت بمستوى مرتفع.

كما أظهرت دراسة جونزاليس وآخرين (Gonzalez et al.,2022) أن طلبة الجامعة الأكثر عُرضة للشراء القهري؛ هم الذين يواجهون صعوبات في التنظيم الانفعالي، مثل: عدم القدرة على التعامل مع المشاعر السلبية، وهذا ما أشارت إليه دراسة عيسى (٢٠٢٢)، بأن العديد من الطلاب الجامعيين يعانون من عدم التحكّم في انفعالات القلق والتوتر والإحباط والخوف المختلفة، ولا يستخدمون إستراتيجيات

فاعلة للتكيّف مع الاستثارة الانفعالية؛ مما يعوقهم عن مراقبة الاستجابات الانفعالية وتقويمها وتعديلها عندما تتملّكهم مشاعر الغضب والخوف والتوتر.

وفي هذا السياق، أشار روزنشتاين وآخرين (Rosenstein et al.,2018) إلى أن عدم قدرة الفرد على التنظيم الانفعالي؛ يرجع إلى شدة الانفعالات أو التعطيل المُفرط لها، وتبني معتقدات متعاكسة ومتناقضة، كما أشارت بعض الدراسات التي اهتمت بفحص العلاقة بين صعوبات التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية إلى أن الأفراد ذوي صعوبات التنظيم الانفعالي؛ يميلون إلى تجنّب الوعي بالمواقف والأحاسيس والانفعالات، كما يميلون إلى كبت الخبرات الحالية، وعدم القدرة على الحكم على الخبرة التي يمرون بها؛ وبذلك يكونون مضطربين نفسيًّا (Hill;2008, Baer & Carmody&Updegraff,2012;Roemer et al.,2009).

أسئلة البحث:

يسعى البحث إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد؟
- ما مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد؟
- ما مستوى سلوك الشِّرَاء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد؟
- هل يختلف التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد باختلاف النوع؟
- هل تختلف الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد باختلاف النوع؟
- هل يختلف سلوك الشِّرَاء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد باختلاف النوع؟
- هل يمكن التنبؤ بسلوك الشِّرَاء القهري من خلال التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد؟

أهداف البحث:

- يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف الآتية:
- قياس مستوى التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد.
- قياس مستوى الضغوط النفسية بين طلبة جامعة الملك خالد.
- قياس مستوى سلوك الشّرَاء القهري بين طلبة جامعة الملك خالد.
- الكشف عن دلالة الفروق في التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد تُعزى إلى
اختلاف النوع.
- الكشف عن دلالة الفروق في الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد تُعزى إلى اختلاف النوع.
- الكشف عن دلالة الفروق في سلوك الشّرَاء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد تُعزى إلى اختلاف النوع.
- تحديد إمكانية التنبؤ بسلوك الشّرَاء القهري من خلال التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية بين طلبة جامعة الملك خالد.

أهمية البحث:

تتمثّل أهمية البحث في:

الأهمية النظرية:

- تتجلى أهمية البحث في الفئة العمرية التي تناولها وما يصاحبها من تقلّب انفعالي، والتحدّيات التي يواجهونها.
- تناول البحث مُتغيّرًا مهمًّا، وهو سلوك الشّرَاء القهري، الذي يترتب عليه آثار سلبية في الفرد والأسرة والمجتمع ككل.

الأهمية التطبيقية:

- يمكن أن تفيد نتائج البحث الحالي المعالجين والمرشدين النفسيين بتخطيط برامج؛ لتنمية التنظيم الانفعالي وتعلّم إستراتيجيات فعّالة لمواجهة الضغوط النفسية.
- تساعد نتائج البحث المرشدين المعنيين في مراكز الإرشاد الطلابي بالجامعات على تخطيط البرامج الإرشادية لخفض سلوك الشِّرَاء القهري.

مصطلحات البحث:

- **التنظيم الانفعالي (Emotion Regulation):**

يُعرّف جروس وجون (Gross& John,1998) التنظيم الانفعالي بأنه: "عملية تأثير الأفراد في الانفعالات التي لديهم، والتوقيت الذي يحدث به هذا التأثير، والطريقة التي يُعبّر بها عن هذه الانفعالات"(ص. ٢٧٥).

ويُعرّف التنظيم الانفعالي إجرائيًا: بالدرجة التي يحصل عليها طلبة جامعة الملك خالد على مقياس التنظيم الانفعالي جروس وجون (Gross & John,2003)، والمُستخدم في البحث الحالي من تعريب الباحثة وتقنينها.

- **الضغوط النفسية (Psychological Stress):**

يُعرّف السرحاني وآخرون (٢٠٢١) الضغوط النفسية بأنها: "مجموعة من العوامل الداخلية والخارجية المعقّدة التي يصعب مواجهاتها، وتُسهم بشكل كبير في شعور الفرد بالقلق والتوتر؛ مما يجعله يفقد القدرة على التوازن" (ص.٢٧٠).

وتُعرّف الضغوط النفسية إجرائيًا: بالدرجة التي يحصل عليها طلبة جامعة الملك خالد على مقياس الضغوط النفسية - من إعداد: السرحاني وآخرين (٢٠٢١) والمُستخدم في البحث الحالي.

- سلوك الشِّرَاء القهري (Compulsive Buying):

يُعرّف سلوك الشِّرَاء القهري بأنه: "سلوك لا إرادي واندفاعي للشراء، مصحوب برغبة مُلحّة في الشِّرَاء غير المحسوب، وقد يتبعها إحساس بالندم" (أبو بكر والمعمري، ٢٠١٩، ص.٣٢٦).

ويُعرّف سلوك الشِّرَاء القهري إجرائيًا: بالدرجة التي يحصل عليها طلبة جامعة الملك خالد على مقياس سلوك الشِّرَاء القهري – من إعداد: أبي بكر والمعمري (٢٠١٩) والمُستخدَم في البحث الحالي.

الإطار النظري للبحث:

- التنظيم الانفعالي:

مفهوم التنظيم الانفعالي:

يعدّ مصطلح التنظيم الانفعالي من المصطلحات الحديثة نسبيًا، وكان من الطبيعي أن يهتم العديد من الباحثين النفسيين بتحديد هذا المفهوم، حيث لم يختلفوا كثيرًا حول الأصول؛ بل كانت غالبية اختلافاتهم حول الفروع أو جوانب الاهتمام؛ إذ ركّز بعضهم في تحديدهم للتنظيم الانفعالي على أنه العملية التي يتحكّم من خلالها الأشخاص في تجاربهم ومظاهرهم العاطفية وضبطها، وهناك الكثير من المزايا للتنظيم الانفعالي، عبر تخفيف أعراض الاكتئاب والقلق؛ إذ يُساعد على تعزيز الصحة العقلية، ويُحسّن الرفاهية العامة، من خلال تشجيع الثبات العاطفي والقدرة على التكيّف في مواجهة الصعوبات (Cisler et al.,2010)، ويشير(الأسود،٢٠١٧) بأن التنظيم الانفعالي: حالة نفسية وجدانية تعبر عن ردود فعل واستجابات المثيرات الخارجية التي يدركها الفرد ولها مظهر فيزيولوجي سلوكي ومعرفي، وتُشكّل هذه الاستجابات نوع الحالة الانفعالية التي حدثت للشخص، وتوجد على مستويات متنوّعة من الشدة. ص.٢٦ في حين عرفته"(حلواني،٢٠٢١، ص.٢٤٦) بأنه: المقدرة على

إدارة الانفعالات التي يمتلكها الفرد ومشاركتها مع الآخرين في المواقف التي يحتاجها بطريقة صائبة.

ويرتبط مفهوم التنظيم الانفعالي بمجموعة من القدرات، وهي: الوعي الانفعالي وفهمه، وقبول الانفعالات، والسيطرة على السلوكيات المتهوّرة، والتصرّف وفقًا للأهداف المرجوّة عند التعرّض للانفعالات السلبية، والاستخدام الموقفي والمرن لإستراتيجيات التنظيم الانفعالي، وكشف العجز في أي من هذه القدرات أو جميعها عن صعوبات في التنظيم الانفعالي(Duarte & Marques,2015)).

ومن خلال العرض السابق لتعريفات التنظيم الانفعالي؛ فإنه يتمحور حول قدرة الأشخاص على التحكّم في عواطفهم، فغالبًا ما يكونون أكثر تعاطفًا وحساسية لمشاعر الآخرين، حيث إن ذلك يُعزّز التفاعلات الشخصية الأقوى.

أهمية التنظيم الانفعالي:

يُعدّ التنظيم الانفعالي من العوامل المؤثرة في قدرة الفرد على التواصل الاجتماعي، والمشاركة في المواقف الاجتماعية، والاهتمام بالعلاقات الاجتماعية، والتوافق الاجتماعي والانفعالي في مختلف المراحل النمائية - خاصة مرحلة المراهقة - التي تعدّ إحدى المراحل الحرجة في النمو الإنساني، كما يتغيّر تنظيم الانفعالات عبر المراحل العمرية المختلفة، ففي مرحلة الطفولة يكون تنظيم الانفعال الخارجي المسيطر في البداية، حيث يؤدي مُقدّم الرعاية دورًا رئيسًا في تنظيم الانفعالات، بينما في مرحلة الطفولة المبكرة إلى المتوسطة: أي عندما تحدث تغييرات في النمو؛ فتُمكّن قدرات تنظيم الانفعال الإضافية. كما تُمثّل مرحلة المراهقة فترة نمو تتميّز بالتغييرات الانفعالية، حيث تُحدّد أشكال معرفية جديدة لتنظيم الانفعال تعتمد على: الدافع، ونوع العاطفة، والسياق الاجتماعي (Gross, 2013; Zeman et al., 2007)، لا سيما في التمييز بين عمليات التنظيم الانفعالي الضمنية والصريحة في مرحلة المراهقة.

كما يُعدّ التنظيم الانفعالي أحد العناصر الرئيسة للسلوك البشري والصحة النفسية،

حيث يتعامل التنظيم الانفعالي مع القدرة على فهم السيطرة وتنظيمها وممارستها على عواطف الفرد، وهذه القدرة لها تأثير كبير في العلاقات، والصحة النفسية، ونوعية الحياة العامة بشكل يومي (Thompson & Goodman, 2010).

فأساس الصحة العقلية القدرة على التحكّم في عواطف الفرد؛ إذ يُعدّ القلق واليأس أكثر شيوعًا لدى الأشخاص الذين يجدون صعوبة في التحكّم بعواطفهم، وتميل المشاعر غير المنضبطة إلى أن تؤدي إلى عمليات وأفعال معرفية سلبية، فقد يتصرّف الشخص الذي يعاني من مشاكل الغضب المستمرة بعدوانية؛ مما يعرّض نفسه والآخرين للخطر، وفي المقابل، قد يشعر الأشخاص الذين يكبتون عواطفهم بالخدر والانفصال؛ مما قد يؤدي إلى الشعور بالفراغ والاكتئاب (Zaki, & Williams, 2013).

أما الذين أتقنوا التنظيم الانفعالي؛ فأكثر قدرة على التعامل مع التوتر والشدائد، ويمكنهم التغلب على عقبات الحياة بالمرونة والقدرة على التكيف، والتعافي بسرعة أكبر في حالات الفشل، وعندما يواجه الأشخاص المتوازنون عاطفيًّا ظروفًا صعبة؛ فمن المحتمل أن يطلبوا المساعدة ويتوصّلوا إلى حلول جيدة، ويحافظوا على سلوك صحي؛ ولا يضمن هذا صحتهم النفسية فحسب، بل يضمن رفاهيتهم العامة، ويُعدّ تأثير التحكّم في العواطف على عملية صنع القرار عاملاً إضافيًّا حاسمًا (Grant, 2013).

- **الضغوط النفسية:**

الضغط النفسي هو المصطلح المستخدَم لوصف المشاكل النفسية والعاطفية التي يمرّ بها الإنسان نتيجة العديد من الظروف الداخلية أو الخارجية، ويمكن أن يتخذ أشكالًا مختلفة، ويكون له تأثير في أفكار الشخص ومشاعره وسلوكياته، وتتضمّن مجموعة واسعة من العوامل التي قد تُمارس الضغط، بما في ذلك: توقّعات المجتمع، والتطلّعات الفردية، والتفاعلات بين الأشخاص، والضغوطات البيئية (Crnic & Ross, 2017).

كما يُشير الضغط النفسي إلى الضغوط النفسية والانفعالية معًا التي يمرّ بها الإنسان نتيجة تفاعل معقّد بين الأسباب الداخلية والخارجية، وقد يؤدي إلى عدد من الآثار الضارة، مثل: القلق واليأس وتدهور الصحة العامة (D'Andrea et al., 2012).

أسباب الضغوط النفسية:

تتلخّص أسباب الضغوط النفسية في الآتي:

١ - **أحداث الحياة:** يمكن أن تنتج الضغوط النفسية الكبيرة عن التغيرات الكبيرة في الحياة، بما في ذلك: الطلاق أو الزواج، أو الانتقال إلى مكان آخر، أو فقدان الوظيفة، أو وفاة أحد أفراد أسرته، حيث تؤدي هذه الأحداث إلى إلغاء الروتين ووضع مهارات التوافق لدى الشخص على المحك (Nixon et al., 2011).

٢ - **الإجهاد في العمل:** يمكن أن تُسبّب مُتطلّبات الوظيفة، مثل: أعباء العمل الثقيلة، والمواعيد النهائية المضغوطة، والمواجهات في مكان العمل؛ التوتر ويمكن أن يكون الضغط الوظيفي الذي يتعرّض إليه الفرد من أجل القيام بعمل جيد، أو الارتقاء إلى مستوى التوقّعات، أو الازدهار؛ سببًا مستمرًا للتوتر (Rudd & D'Andrea, 2015).

٣ - **الضغط المالي:** يمكن للمشاكل المُتعلّقة بالمال، مثل: الديون أو البطالة أو عدم الاستقرار المالي؛ أن تضع الكثير من الضغط على الفرد، وقد يكون دفع الفواتير والوفاء بالالتزامات المالية ووضع الخطط للمستقبل؛ أمرًا ضاغطا للغاية (Schneider et al., 2012).

٤ - **المشاكل الصحية:** يمكن أن تكون الأمراض المزمنة أو الإصابات، أو المخاوف بشأن صحة الشخص أو أحبائه مصدرًا رئيسًا للتوتر، ويمكن أن يحدث الضغط النفسي بسبب الخوف من المرض، أو عدم الراحة (Schneider et al., 2012).

٥ - **الضغط الأكاديمي:** تنشأ حالة من التوتر من المُتطلّبات أو التغيرات الدراسية، التي تستلزم نوعًا من إعادة التوافق لدى الفرد، وينتج عنها آثار جسمية ونفسية واجتماعية، كما أنها قد تؤدي إلى اختلال في الوظائف النفسية والفسيولوجية لدى الفرد، مثل: الضغوط الناتجة عن نتائج الدراسة، والضغوط الشخصية (الذاتية)، والضغوط المُتعلّقة بأعضاء الهيئة التدريسية، وبالمقررات الدراسية، وبزملاء الدراسة، وبإدارة الوقت، وبالاختبارات (عبيد، ٢٠٠٨).

- **سلوك الشّرَاء القهري:**

مفهوم سلوك الشّرَاء القهري:

يُعدّ الشّرَاء القهري اضطرابًا سلوكيًّا يتميّز برغبة لا تُقاوم في التسوّق بشكل مُفرط، وعدم القدرة المستمرة على التحكّم في هذا السلوك، على الرغم من العواقب السلبية له، وغالبًا ما يكون هذا السلوك القهري مدفوعًا باضطراب عاطفي، أو تدني احترام الذات، أو الرغبة في الهروب من المشاكل مؤقتًا. كما ينخرط الأفراد المصابون بالشّراء القهري في جولات تسوّق متكررة؛ مما يؤدي إلى تراكم العناصر المُفرطة وغير الضرورية في كثير من الأحيان، ويؤدي هذا إلى صعوبات مالية وعلاقات متوترة (Stevens ,2012 &Kearney).

ويمكن أن يُوفّر السعي المستمر لعملية الشّرَاء الآتية شعورًا عابرًا بالرضا؛ ولكن عادةً ما يتبعه الشعور بالذنب والندم والقلق، وسلوك الشّرَاء القهري اضطراب نفسي، غالبًا ما يتضمّن علاجه مجموعات الدعم وإستراتيجيات لإدارة المحفّزات العاطفية، وإنشاء عادات إنفاق صحية.

السمات الشخصية لذوي سلوك الشّرَاء القهري:

يتميّز سلوك المشترين القهريين - الذين يُشار إليهم عادةً بمدمني التَّسوُّق - بمجموعة متنوّعة من السمات الشخصية المميّزة، فهم يقومون في كثير من الأحيان بعمليات شراء

متهوّرة دون النظر بعناية في التداعيات، كما يفتقر هؤلاء الأشخاص عادةً إلى ضبط النفس، وقد يلجؤون إلى الشِّرَاء وسيلة للتعامل مع المشاعر غير السارة مثل: التوتر أو القلق (Pahlevan &Yeoh,2018).

كما أن تدني احترام الذات سمة أساسية لمن لديهم الشِّرَاء القهري؛ لأن المشترين القهريين ينظرون في كثير من الأحيان إلى العناصر المادية للتحقّق من صحتها وتقديرها لذاتها، كما أنهم يميلون إلى الكمال، ويضعون معايير عالية بشكل غير معقول لأنفسهم وبضائعهم؛ الأمر الذي يؤدي إلى التعاسة، ويُشجّع على المزيد من سلوك التَّسوُّق القهري (Khanekharab & Sharif,2017).

ومن الخصائص الأخرى: أنهم يشعرون في كثير من الأحيان بالذنب والندم بعد نهمهم في التَّسوُّق؛ لأنهم يدركون التكاليف النفسية والمالية لنشاطهم، وأخيرًا يمكن رؤية ميول الاكتناز لدى المشترين المهووسين، الذين يجمعون كميات هائلة من الأشياء التي قد لا يستخدمونها أو يحتاجون إليها أبدًا. وبشكل عام؛ تؤدي جميع هذه الخصائص الشخصية دورًا في الدورة المعقّدة والضارة في كثير من الأحيان لسلوك الشِّرَاء القهري (Raab et al., 2011).

نظريات مفسرة لسلوك الشراء القهري:

نظرية التحكّم في الاندفاعات: هي منظور نفسي يسعى إلى شرح سبب انخراط بعض الأفراد في سلوك الشِّرَاء القهري أو المندفع، وتُشير هذه النظرية إلى أن الشِّرَاء القهري ينشأ من صعوبات في التحكّم بدوافع الشخص ورغبته في التَّسوُّق أو إجراء عمليات شراء؛ مما يؤدي غالبًا إلى عواقب سلبية مثل: المشكلات المالية، والاضطراب العاطفي، والصراعات بين الأشخاص (He et al., 2021).

النظرية المعرفية: يُفسّر العلماء ذوو التوجّه المعرفي - ومنهم إليس (Eills) - أن المعتقدات والأفكار غير العقلانية؛ تؤدي إلى اضطرابات انفعالية وسلوكية. ووفقًا لنظرية إليس؛ فإن الناس يُطوّرون أنماطًا تفكيرية غير عقلانية مثل: الشعور بالسعادة

عند الشِّرَاء، التي تنتهي بمجرد انتهاء التَّسوُّق وتؤدي إلى مشكلات عاطفية وسلوكية، مثل: سلوك الشِّرَاء القهري. فسلوك قهر الذات لا يرجع في أساسه إلى الأحداث السابقة، وإنما يرجع إلى منظومة التفكير لدى الأفراد، أفكارهم غير المنطقية (الشناوي،٢٠٠٦).

نظرية العوامل الاجتماعية والثقافية: تفترض نظرية العوامل الاجتماعية والثقافية للشراء القهري أنه يتأثر بمجموعة من العوامل الاجتماعية والثقافية، وتُشير هذه النظرية إلى أن الأفراد قد ينخرطون في الشِّرَاء القهري بسبب الضغوط الخارجية والأعراف المجتمعية والقيم الثقافية التي تُشجّع أو تُتيح الاستهلاك المُفرط (Goldsmith et al., 2015).

وفي ضوء ما سبق؛ ترى الباحثة أن نظرية التحكّم في الانفعال المُفسّرة لسلوك الشِّرَاء القهري تتبلور في فشل الفرد في التحكّم بدوافعه، الذي يؤدي إلى سلوكيات قهرية مثل: الشِّرَاء القهري، وتبنّى الاتجاه المعرفي و أن أساس السلوكيات غير المرغوبة يرجع إلى أنماط التفكير غير العقلانية، التي تكون مسؤولة عن إنشاء سلوكيات سلبية؛ في حين تناولت نظرية العوامل الاجتماعية والثقافية الأسباب التي يقوم فيها الأشخاص بسلوكيات غير مرغوبة، مثل: سلوك الشِّرَاء القهري، الذي يرجع إلى الضغوط الخارجية والمجتمعية والقيم الثقافية، التي تُشجّع مثل هذه السلوكيات.

البحوث والدراسات السابقة:

من خلال المراجعة المسحية للدراسات السابقة حول التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية وسلوك الشِّرَاء القهري، فقد عرضت الباحثة دراسات قريبة الصلة بموضوع البحث الحالي؛ للاستفادة مما كشفت عنه من نتائج يمكن الاستعانة بها في مناقشة نتائج البحث الحالي.

بحوث تناولت التنظيم الانفعالي:

هدفت دراسة الصبّان وآخرين (٢٠٢٠) إلى الكشف عن مستوى التنظيم الانفعالي وعلاقته بدافع الإنجاز لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، وقد بلغت عينة الدراسة (١٤٧) من طالبات جامعة أم القرى، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتبنّت مقياس (جروس وجون،٢٠٠٣) للتنظيم الانفعالي، ومقياس دافعية الإنجاز (السرحاني، ٢٠١٦)، وتوصّلت الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من التنظيم الانفعالي، وأن أكثر إستراتيجيات التنظيم شيوعًا إستراتيجية إعادة التقييم، ثمّ إستراتيجية الكتمان، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التنظيم الانفعالي ودافع الإنجاز.

كما هدفت دراسة حلواني (٢٠٢١) إلى التّعرُّف على العلاقة بين التنظيم الانفعالي والاكتناز القهري لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، وتكوّنت العينة من (٢٠٠) طالب وطالبة، واتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، كما استخدمت مقياس التنظيم الانفعالي، ومقياس الاكتناز القهري، وأشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة بين الاكتناز والتنظيم الانفعالي، كما توجد دلالة إحصائية على مقياس الاكتناز القهري؛ لصالح الطالبات، ووجود فروق إحصائية بين درجات الطالبات على مقياس التنظيم الانفعالي لصالح الطلاب.

وهدفت دراسة خطيب والتل (٢٠٢٢) إلى الكشف عن مستوى التنظيم الانفعالي واليقظة العقلية والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة، ومعرفة العلاقة الارتباطية بينهم، وإيضاح ما إذا كانت مستويات كُلٍّ من التنظيم الانفعالي واليقظة العقلية والصمود النفسي تختلف باختلاف الجنس والتخصّص والمستوى الدراسي والتقدير الأكاديمي، وبلغت عينة الدراسة (٤٥٦) طالبًا وطالبة من جامعة حيفا في فلسطين، وتبنّت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، واستخدمت مقياس اليقظة العقلية، ومقياس التنظيم الانفعالي، ومقياس الصمود النفسي، وبيّنت نتائج الدراسة وجود مستوًى متوسط من التنظيم الانفعالي، ومستوًى متوسط من اليقظة العقلية، ومستوًى مرتفع من الصمود النفسي لدى الطلبة، وعدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية للتنظيم الانفعالي لدى الطلبة تُعزَى إلى مُتغيّري: الجنس والمستوى الدراسي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الانفعالي لدى الطلبة تُعزى إلى مُتغيّر الكلية؛ لصالح طلبة الكليات العلمية.

بحوث تناولت الضغوط النفسية:

هدفت دراسة قلندر وعباس (٢٠١٧) إلى التّعرُّف على القمع الانفعالي والضغوط النفسية والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة، وتكوّنت العينة من (١٦٠) طالبًا و(٢٤٠) طالبة، كما تبنى الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، ولتحقيق أهداف البحث استخدم مقياس القمع الانفعالي، ومقياس الضغوط النفسية، وتوصّلت النتائج إلى أن الطلبة الجامعين لديهم مستوى أقل من القمع الانفعالي، في الوقت الذي يتمتّعون فيه بمستوى أعلى من الضغوط النفسية، وأن هناك علاقة طردية إيجابية بين الضغوط النفسية والقمع الانفعالي.

أما دراسة سليمان (٢٠١٩) فهدفت إلى فحص مستويات الضغوط النفسية وأكثر حيل الدفاع النفسي انتشارًا، والكشف عن مستوى انتشار الاضطرابات جسدية الشكل والعلاقة بينهما لطلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيرزيت في فلسطين، وتألفت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة من الجامعتين، وتبنّت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت مقياس الضغوط النفسية، ومقياس حيل الدفاع النفسي، ومقياس الاضطرابات جسدية الشكل، وتوصّلت إلى أن مستوى الضغوط النفسية (ضغوط الحياة، والضغوط الأسرية، والاجتماعية، والأكاديمية، والاقتصادية) كان متوسطًا، أما الضغوط السياسية فجاء تقديرها منخفضًا، وجاء مستوى اللجوء إلى استخدام حيل الدفاع النفسي وتقدير مستوى الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل متوسطًا، وأن هناك علاقات ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًّا بين جميع مُتغيّرات الدراسة المُتمثّلة في الاضطرابات جسدية الشكل، والضغوط النفسية، وحيل الدفاع النفسي.

كما تناولت دراسة حسن (٢٠٢١) إلى التَّعرّف على مستوى التشوّهات المعرفية والضغوط النفسية والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة جامعة الكويت في ضوء متغيرَيْ (الجنس والتخصّص)، وتألفت عينة الدراسة من (٥٨٩) طالبًا وطالبة من طلبة البكالوريوس بجامعة الكويت، وتبنّت الدراسة المنهج الوصفي بشقَّيه الارتباطي والمقارن، واستخدمت مقياس الضغوط النفسية الذي طُوّر بواسطة الباحث، ومقياس التشوّهات المعرفية وبيّنت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من التشوّهات المعرفية والضغوط النفسية لدى الطلبة، ووجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التشوّهات المعرفية والضغوط النفسية لدى الطلبة، ولا تُوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التشوُّهات المعرفية والضغوط النفسية تُعزى إلى مُتغيّر الجنس.

بحوث تناولت سلوك الشراء القهري:

هدفت دراسة اللحياني (٢٠٢١) إلى التّعرُّف على إمكانية التنبؤ بالاكتئاب من خلال الشِّرَاء القهري، مع الكشف عن وجود فروق تبعًا لبعض المُتغيّرات (الوظيفة - العمر - الحالة الاجتماعية - الحالة الاقتصادية)، وتألفت عينة الدراسة من (٣٧٣) من طالبات جامعة أم القرى وموظفاتها، حيث اُختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتبنّت مقياس الشِّرَاء القهري ومقياس بيك للاكتئاب (١٩٩٦)، وخلصت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاكتئاب والشِّراء القهري وأبعاده الفرعية كان خفيفاً، وأن أبعاد الشِّرَاء القهري الثلاثة لها قدرة تنبؤية على تفسير مستوى الاكتئاب.

هدفت دراسة عيسى (٢٠٢٢) إلى فحص طبيعة العلاقة بين الشِّرَاء القهري والاكتناز القهري والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية واستكشافها لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكوّنت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالبٍ وطالبة في كلية التربية بطنطا، بواقع (١٥٠) من الذكور و(١٥٠) من الإناث، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتبنّت بعض الأدوات: مقياس الشِّرَاء القهري ومقياس الاكتناز القهري - إعداد الباحثة - ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية -وأظهرت نتائج الدراسة

وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشِّرَاء القهري والاكتناز القهري والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب الجامعة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين كِلَا الجنسين في الشِّرَاء القهري والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية؛ لصالح الإناث، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الاكتناز القهري؛ لصالح الذكور، وإمكانية التنبؤ بالشِّراء القهري عن طريق الاكتناز القهري والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

أما دراسة دوراني وآخرين(Durrani et al.,2023)، فهدفت إلى فحص تأثير إدمان التَّسوُّق عبر الإنترنت في سلوك الشِّرَاء القهري والرضا عن الحياة بين الطلاب، وتألفت عينة الدراسة من (٣٠٠) من الطلاب، من بينهم (١٥٠) من الذكور، و(١٥٠) من الإناث، واتبع الباحثون المنهج الوصفي، حيث اُستخدم مقياس فحص سلوك الشِّرَاء ومقياس الرضا عن الحياة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن إدمان التَّسوُّق عبر الإنترنت؛ يُعَدُّ مؤشرًا قويًّا لسلوك الشِّرَاء القهري والرضا عن الحياة، وأن إدمان التَّسوُّق عبر الإنترنت وسلوك الشِّرَاء القهري لهما علاقة إيجابية كبيرة، في حين أن إدمان التَّسوُّق عبر الإنترنت وسلوك الشِّرَاء القهري لهما علاقة سلبية كبيرة مع الرضا عن الحياة.

بحوث تناولت سلوك الشراء القهري والضغوط النفسية والتنظيم الانفعالي:

طمحت دراسة عبد القادر (٢٠١٨) إلى استكشاف العلاقة بين إستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ومستويات الاكتئاب والقلق والضغط النفسي لدى عينة من الشباب، وأُجريت على عينة قوامها (٢٠٥) من الشباب، من بينهم (٥٧) من الذكور، و(١٤٨) من الإناث، وتبنّت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت بعض الأدوات: استبانة التنظيم المعرفي الانفعالي - ومقياس الاكتئاب والقلق والضغط - وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي ومستويات الاكتئاب والقلق والضغط النفسي، ولم تكشف النتائج عن فروق دالة بين المشاركين في أي من إستراتيجيات

التنظيم الانفعالي تُعزى لمُتغيّر الجنس.

أما دراسة دايل (٢٠٢٠) فهدفت إلى فحص الضغوط النفسية وعلاقتها بالإستراتيجيات المعرفية للتنظيم الانفعالي لدى طالبات الجامعة في السنة الأخيرة، وبلغ قوام العينة (٢٤٢) طالبة من طالبات الجامعة في السنة الأخيرة، وتبنّت الدراسة المنهج الوصفي بشقَّيه الارتباطي والمقارن، واستخدمت بعض الأدوات، وهي: مقياس الضغوط النفسية لطلاب الجامعة - ومقياس الإستراتيجيات المعرفية للتنظيم الانفعالي وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية ولوم الذات والآخرين، واجترار الأفكار السلبية، والتهويل لدى الطالبات المُقبلات على التخرّج. وهناك علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية و(إعادة التركيز الإيجابي، والتركيز على الخطط، وإعادة التقييم الإيجابي، ووضع الأمور في نصابها) لدى طالبات الجامعات المُقبلات على التخرّج. كما أن هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات الجامعات المُقبلات على التخرّج من المتأخرات دراسيًّا والمتفوّقات دراسيًّا في الدرجة الكلية للضغوط النفسية وأبعادها الفرعية المُتمثّلة في: (الضغوط الأسرية، والضغوط الدراسية، وضغوط أوقات الفراغ)، في اتجاه الطالبات المتأخرات دراسيًّا، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات الجامعات المُقبلات على التخرُّج من المتأخرات دراسيًّا والمتفوّقات دراسيًّا في إستراتيجيات التنظيم الانفعالي المُتعلّقة بالتهويل في اتجاه الطالبات المتأخرات دراسيًّا.

وتناولت دراسة الزهراني وأبي عيشة (٢٠٢٣) فحص العلاقة بين النزعة الشِّرائية عبر الإنترنت والضغوط النفسية لدى طالبات جامعة الطائف، وتألفت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالبة من طالبات جامعة الطائف، وتبنّت الدراسة المنهج الوصفي، واستخدمت الأدوات الآتية: مقياس النزعة الشرائية عبر الإنترنت، ومقياس الضغوط النفسية - من إعداد الباحثة - وتوصّلت إلى ارتفاع مستوى النزعة الشرائية عبر الإنترنت لدى طالبات جامعة الطائف، وارتفاع مستوى الضغوط النفسية لديهن، وأن هناك علاقة

ارتباطية بين درجات طالبات جامعة الطائف على مقياس النزعة الشرائية عبر الإنترنت ودرجاتهن على مقياس الضغوط النفسية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطالبات على مقياس النزعة الشرائية عبر الإنترنت، تُعزَى إلى مُتغيّر الحالة الاقتصادية؛ لصالح الطالبات ذات الحالة الاقتصادية المرتفعة، وفروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجاتهن على مقياس الضغوط النفسية ككل، وبُعد الضغوط الشخصية تُعزَى إلى مُتغيّر الحالة الاقتصادية؛ لصالح الطالبات ذات الحالة الاقتصادية المرتفعة. وأن هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجاتهن على بُعد الضغوط الدراسية، تُعزَى إلى مُتغيّر الحالة الاقتصادية؛ لصالح الطالبات ذات الحالة الاقتصادية المرتفعة، كما لا تُوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات على بُعد الضغوط الاجتماعية؛ تُعزَى إلى مُتغيّر الحالة الاقتصادية المرتفعة والمتوسطة.

إجراءات البحث ومنهجه:

منهج البحث:

اعتمد البحث على المنهج الوصفي بنمطيه الارتباطي والمقارن، حيث يتناسب خطواته وإجراءاته مع أهداف البحث، واختبار فروضه للتحقق من إمكانية التنبؤ بسلوك الشراء القهري من درجة التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية، حيث يهدف البحث الوصفي " إلى وصف ظواهر أو أحداث أو أشياء معينة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها ووصف الظروف الخاصة بها وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع" (المحمودي،٢٠١٥، ص.٤٦).

مجتمع البحث:

تكوّن مجتمع البحث من الطلاب والطالبات جامعة الملك خالد بأبها للعام الجامعي (١٤٤٥هـ)، والذين بلغ عددهم (٤٠٥٩٥) حسب الإحصائية الواردة من عمادة القبول

والتسجيل.

عينة البحث:

انقسمت عينة البحث إلى عينة البحث الاستطلاعية، وعينة البحث الأساسية، وبيانها على النحو الآتي:

عينة البحث الاستطلاعية (عينة الكفاءة السيكومترية):

تكوّنت عينة البحث الاستطلاعية من (١٠٠) طالب وطالبة، بمتوسط عمري (٢١.١٩)، وانحراف معياري (١.٦٥)؛ بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات المستخدمة في هذا البحث.

عينة البحث الأساسية:

تكوّنت عينة البحث الأساسية من (٤٠٦) من الطلبة (١٨٥ طالبًا، ٢٢١ طالبة) بمرحلة البكالوريوس بجامعة الملك خالد، بمتوسط عمري (٢١.٣٩)، وانحراف معياري (١.٨٤).

أدوات البحث:

مقياس التنظيم الانفعالي إعداد جروس وجون (Gross & John,2003):

وصف المقياس:

أعد جروس وجون (Gross & John, 2003) مقياس تنظيم الانفعال، ويهدف إلى قياس عمليات وطرائق تنظيم وإدارة الفرد لانفعالاته، وتكون المقياس من بعدين هما: البعد الأول الكبت: اشتمل على (٤) عبارات، عبارات أرقام (٢، ٤، ٦، ٩) ويصحح كالتالي: (١) أوافق، (٢) أوافق أحيانا، (٣) محايد، (٤) أرفض أحيانا، (٥) أرفض. والبعد الثاني إعادة التقييم: اشتمل على (٦) عبارات هي (١ - ٣ - ٥ - ٧ - ٨ - ١٠)، وتصحح بإعطاء الدرجة (١) للاستجابة أرفض، (٢) لأرفض أحيانًا، (٣) محايد، (٤) أوافق أحيانًا، (٥) أوافق.

وتحقّق جروس وجون (Gross &John, 2003) من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام التحليل العامل الاستكشافي باستخدام (varimax)، الذي أسفر عن وجود عاملين يمثلان أكثر من (٥٠٪) من التباين في كل عينة، كما تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا، والتي بلغت قيمتها (٠.٧٩) لإعادة التقييم و(٠.٧٣) للكبت، كما تم إجراء ثبات إعادة تطبيق المقياس خلال ثلاثة أشهر، وبلغت قيمة الارتباط (٠.٦٩)، وهي قيمة جيدة.

الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الانفعالي في البحث الحالي:

الصدق:

تُحقّقت الباحثة من الخصائص السيكومترية للمقياس على النحو الآتي:

صدق المحكمين:

عرضت الباحثة المقياس في صورته الأولية على (١٠) من المختصين في مجال علم النفس والصحة النفسية؛ للتأكد من مدى وضوح عبارات المقياس، وانتماء كل عبارة للبعد الذي تقيسه، واتفق المحكمون بنسبة (٩٠٪) على ملائمة عبارات المقياس والأبعاد، مع إبداء بعض الملاحظات والمقترحات، فيما يتعلق بتعديل صياغة بعض العبارات.

صدق الاتساق الداخلي:

تُحقّق من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه كما أوضحه الجدول (١):

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس التنظيم الانفعالي.

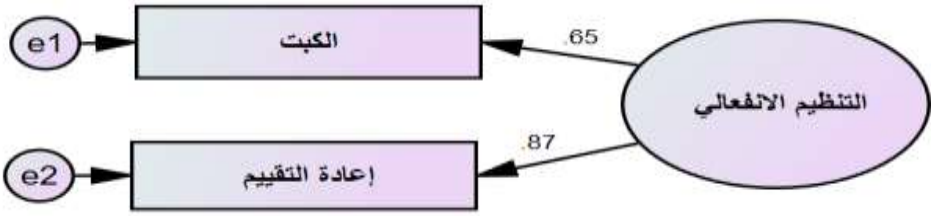
البعد الأول: الكبت		البعد الثاني: إعادة التقييم	
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
٢	٠.٦٥❖❖	١	٠.٦٨❖❖
٤	٠.٧٥❖❖	٣	٠.٥٦❖❖
٦	٠.٦٨❖❖	٥	٠.٨٢❖❖
٩	٠.٦٦❖❖	٧	٠.٧٢❖❖
-	-	٨	٠.٨٠❖❖
-	-	١٠	٠.٥٧❖❖

❖❖دالة عند مستوى (٠.٠١).

يتضح من الجدول (١) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الأول (الكبت) تراوحت ما بين (٠.٦٥ - ٠.٧٥)، وأن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الثاني (إعادة التقييم) تراوحت ما بين (٠.٥٦ - ٠.٨٢).

- **صدق التحليل العاملي التوكيدي:**

تحقّقت الباحثة من الصدق التوكيدي لمقياس التنظيم الانفعالي باستخدام برنامج (AMOS.25)، كمل يظهر في الشكل (١).



شكل (١) التحليل العاملي التوكيد لمقياس التنظيم الانفعالي.

توصلت نتائج الصدق العاملي التوكيدي كما بشكل (١) إلى مطابقة النموذج لدى العينة، حيث كانت قيمة كا^{2} المعدلة (٢.١١)، وهي قيمة غير دالة إحصائيًا، كما كانت قيمة مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب (RMSEA) للنموذج (٠.٠١)، وهي قيمة مطابقة أقل من (٠.٠٥)، كما بلغ مؤشر جودة المطابقة (GFI)، ومؤشر الملاءمة المقارن (CFI) ومؤشر تاكر -لويس (TLI) ومؤشر المطابقة المعياري (NFI) للنموذج (٠.٩٩، ٠.٩٩، ٠.٩٨، ٠.٩٩) على التوالي، كما بغلت قيمة مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية (AGFI) للنموذج (٠.٩٦)، وجميعها قيم تقع في الحد المقبول (أكبر من ٠.٩٠).

- الثبات:

للتحقق من ثبات المقياس تم استخدام الطرق التالية:

- **ثبات ألفا كرونباخ:**

حُسب معامل ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي، ويوضح الجدول نتائج ذلك.

جدول (٢) معاملات ثبات أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي بطريقة ألفا كرونباخ

م	الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ
١	الكبت	٠.٦٢
٢	إعادة التقييم	٠.٧٧

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معاملات ثبات (ألفا كرونباخ) للأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي بلغت (٠.٦٢ ٠.٧٧)، وهي جميعها ذات دلالة إحصائية، ويُشير ذلك إلى ثبات المقياس.

- **طريقة التجزئة النصفية:**

تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية بتقسيم المقياس إلى نصفين (العبارات الفردية، العبارات الزوجية)، ثم حساب معاملات الارتباط بطريقة (سبيرمان -براون) كما في الجدول (٣).

جدول (٣) عاملات ثبات أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي بطريقة التجزئة النصفية

م	الأبعاد	التجزئة النصفية
		طريقة سبيرمان -براون
١	الكبت	٠.٦٥
٢	إعادة التقييم	٠.٧١

تشير النتائج الواردة في جدول (٣) إلى أن معاملات الثبات الخاصة بأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي بطريقة سبيرمان -براون قيم مناسبة مما يدل على ثبات المقياس.

مقياس الضغوط النفسية (إعداد: السرحاني وآخرون، ٢٠٢١):

وصف المقياس:

أعدّ السرحاني وآخرون (٢٠٢١) مقياس الضغوط النفسية، وذلك بعد الاطلاع على الدراسات والأدبيات السابقة كأداة لتقدير مدى معاناة عينة البحث من الضغوط النفسية، وتكون المقياس من (٣٠) عبارة صيغت في بعد واحد يقيس الدرجة الكلية للضغوط النفسية.

كما حدد السرحاني وآخرون (٢٠٢١) طريقة الاستجابة على المقياس بالاختيار من ثلاثة مواقف الموقف الأول = ٣، الموقف الثاني = ٢، الموقف الثالث = (١)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع مستوى الضغوط النفسية والمنخفضة على العكس، وبذلك تكون الدرجة القصوى (٩٠)، وأقل درجة (٣٠).

وقام السرحاني وآخرون (٢٠٢١) بالتحقق من صدق المحكمين الذي أسفر عن اتفاق المحكمين بنسب ما بين (٨٠ -١٠٠٪) على عبارات المقياس، كما تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس على عينة تكونت من (١٠٠) طالبة، وقد تراوحت القيم ما بين (٠.٢٣ - ٠.٦٧)، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١)، كما قام مُعدي المقياس بالتحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة الاختبار، وبلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون للتطبيقين الأول والثاني (٠.٧٩)، كما تُحقّق من الثبات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ التي بلغت قيمتها (٠.٧٨).

مقياس الشراء القهري (إعداد: دردير والمعمري، ٢٠١٩):

وصف المقياس:

تكون المقياس من (٢٨) عبارة، موزعة على خمس أبعاد (الاندفاعية، السلوك القهري، متعة الشراء، وشراء أشياء لا يحتاج إليها، والمشاعر السلبية المترتبة على الشراء).

ويتم تصحيح المقياس من خلال مقياس ليكرت الثلاثي، ويحصل المفحوص على الدرجات: (٣) دائمًا، (٢) نادرًا، (١) أبدًا، وجميع العبارات في الاتجاه الإيجابي.

وتحقّق دردير والمعمري (٢٠١٩) من الخصائص السيكومترية لمقياس الشراء القهري، فحُسب الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه، وتوصلت النتائج إلى تمتع المقياس بمعدلات اتساق داخلي مناسبة، وكانت جميعها دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، كما حُسب الثبات من خلال إعادة تطبيق الاختبار، وكانت القيم وفق الأبعاد على التوالي (٠.٦٣، ٠.٧٥، ٠.٧٦، ٠.٦٦، ٠.٥٥، ٠.٧٤)، وتشير إلى تمتع المقياس بمعامل ثبات مناسب وملائم؛ حيث كانت قيم معامل الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، كما حُسب معامل ثبات ألفا كرونباخ، وكانت القيم وفق الأبعاد على التوالي (٠.٨٧، ٠.٨٤، ٠.٨٢، ٠.٦٥، ٠.٦٨، ٠.٩٣)، وتشير معاملات الثبات إلى تمتع المقياس بالثبات، كما تُحقّق من صدق المقياس من خلال المحكمين الذي تراوحت نسب اتفاقهم على العبارات (٨٠٪)، كما أُجري التحليل العاملي على عينة مكونة من (٢٤٧) طالبًا وطالبة بطريقة المكونات الأساسية بطريقة (Varimax) الذي أسفر عن خمسة عوامل مثلت (٥٩,٨٥٪) من التباين الكلي للشراء القهري.

التوزيع الاعتدالي لدرجات أفراد العينة الأساسية على مقاييس البحث.

جدول (٤) التوزيع الاعتدالي لدرجات أفراد العينة الأساسية على مقاييس البحث.

المُتغيرات		كولموجروف -سميرنوف Kolmogorov-Smirnov Test		
		الإحصاء (Z)	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
التنظيم الانفعالي	الكبت	٠.٦٤	٤٠٦	غير دال
	إعادة	٠.٦٧	٤٠٦	غير دال

	التقييم			
الضغوط النفسية		٠.٥٩	٤٠٦	غير دال
الشراء القهري		٠.٦٩	٤٠٦	غير دال

تم التحقق من اعتدالية توزيع البيانات باستخدام اختبار كولموجروف -سميرنوف (Kolmogorov-Smirnov Test) على مقاييس البحث (التنظيم الانفعالي، الضغوط النفسية، الشراء القهري) قبل اختبار صحة الفروض لتحديد صلاحية استخدام أساليب التحليل الإحصائي البارامتري في التحقق من الفروض، كما يوضح في جدول (٤) نتائج ذلك.

يتضح من جدول (٤) أن درجات عينة البحث الأساسية تتبع توزيعًا يقترب من الاعتدالية، لذا فإن الباحثة اعتمدت على الأساليب الإحصائية البارامتري في التحقق من صحة الفروض.

نتائج البحث:

-نتائج الفرض الأول:

نص الفرض: "لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي على مقياس التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد".

ولاختبار صحة هذا الفرض، حُسبت المتوسطات والانحرافات المعيارية لأبعاده الفرعية لمقياس التنظيم الانفعالي، ثم حساب الفروق بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي* باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق لعينة واحدة، ويوضح الجدول (٥)

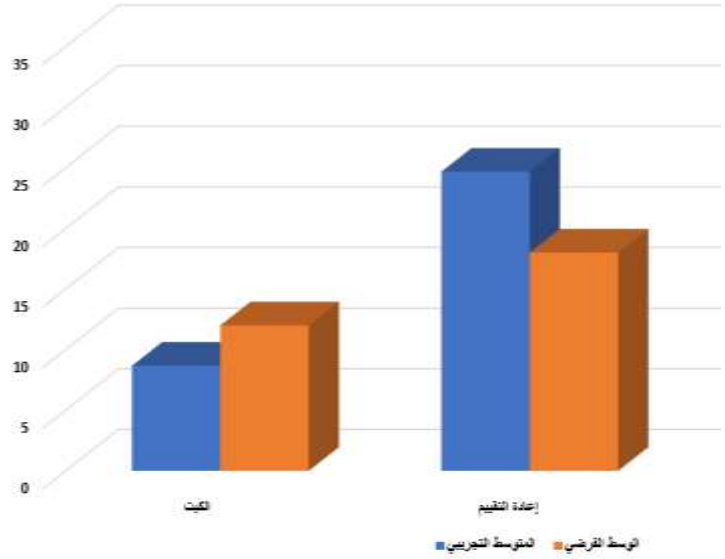
* تم حساب والوسط الفرضي للمقياس من خلال جمع بدائل المقياس الخمس، وقسمتها على عددها، ثم ضرب الناتج في عدد الفقرات.

النتائج التي حُصل عليها عند معالجة الفرض الأول إحصائيًا.

جدول (٥) نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة للفروق بين درجة المتوسط التجريبي والوسط الفرضي في مقياس التنظيم الانفعالي

المتغير	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت	مستوى الدلالة	المستوى
الكبت	٨.٦٧	٢.٩٧	١٢	-٢٢.٥٧	٠.٠١	منخفض
إعادة التقييم	٢٤.٦٧	٤.١٦	١٨	٣٢.٢٩	٠.٠١	مرتفع

يتضح من الجدول (٥) وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد، حيث كان مستوى الكبت منخفض، في حين كان مستوى إعادة التقييم مرتفع، ويتضح ذلك من الرسم البياني التالي:



شكل (٢) درجة المتوسط التجريبي والوسط الفرضي في مقياس التنظيم الانفعالي.

اتضح من الجدول (٥) والشكل (٢) وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد في بُعد الكبت لصالح الوسط الفرضي؛ مما يعني انخفاض مستوى الكبت لدى أفراد العينة، في حين توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس التنظيم الانفعالي في بُعد إعادة التقييم لدى طلبة جامعة الملك خالد لصالح المتوسط التجريبي وهذا يعني ارتفاع مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد العينة بالبحث.

-نتائج الفرض الثاني:

نص الفرض على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي على مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد".

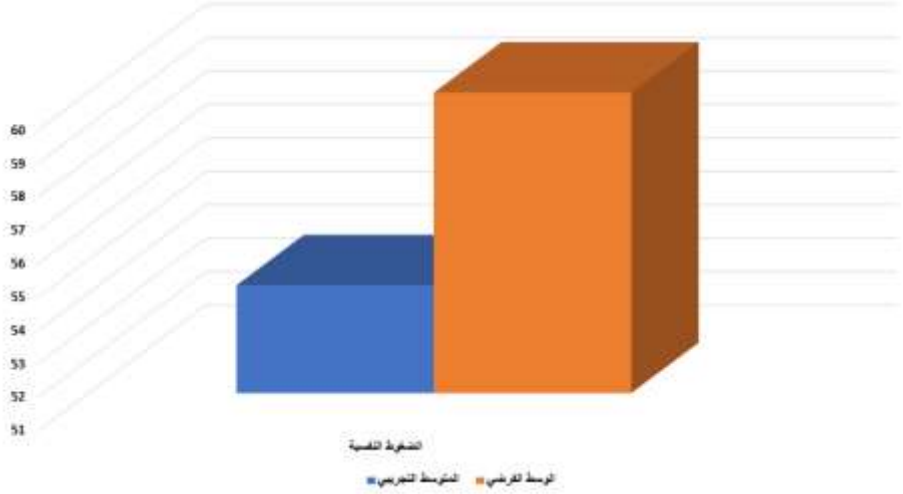
ولاختبار صحة هذا الفرض، حسبت المتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية، ثم حساب الفروق بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق لعينة واحدة، ويوضح الجدول (٦) النتائج التي تم الحصول عليها عند معالجة الفرض الثاني إحصائيًا.

جدول (٦) نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة للفروق بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي لمقياس الضغوط النفسية

المتغيرات .	درجات الحرية	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة ت	مستوى الدلالة	المستوى
الضغوط النفسية	٤٠٥	٥٤.٢٣	١٣.٢٧	٦٠	-٨.٧٦	٠.٠١	منخفض

يتضح من الجدول (٦) وجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط

التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد لصالح المتوسط التجريبي، ويتضح ذلك من الرسم البياني التالي:



شكل (٣) درجة المتوسط التجريبي والوسط الفرضي في مقياس الضغوط *النفسية*

يتضح من الجدول (٦) والشكل (٣) وجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد لصالح المتوسط التجريبي، حيث كانت قيمة المتوسط التجريبي (٥٤.٢٣)، في حين كانت قيمة الوسط الفرضي للدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية (٦٠)؛ ويعني هذا وجود مستوى منخفض من الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد.

- نتائج الفرض الثالث:

نص الفرض على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي على مقياس الشراء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد".

لاختبار صحة هذا الفرض، حُسب المتوسطات والانحرافات المعيارية لمقياس التنظيم الانفعالي وأبعاده الفرعية، ثم حساب الفروق بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي

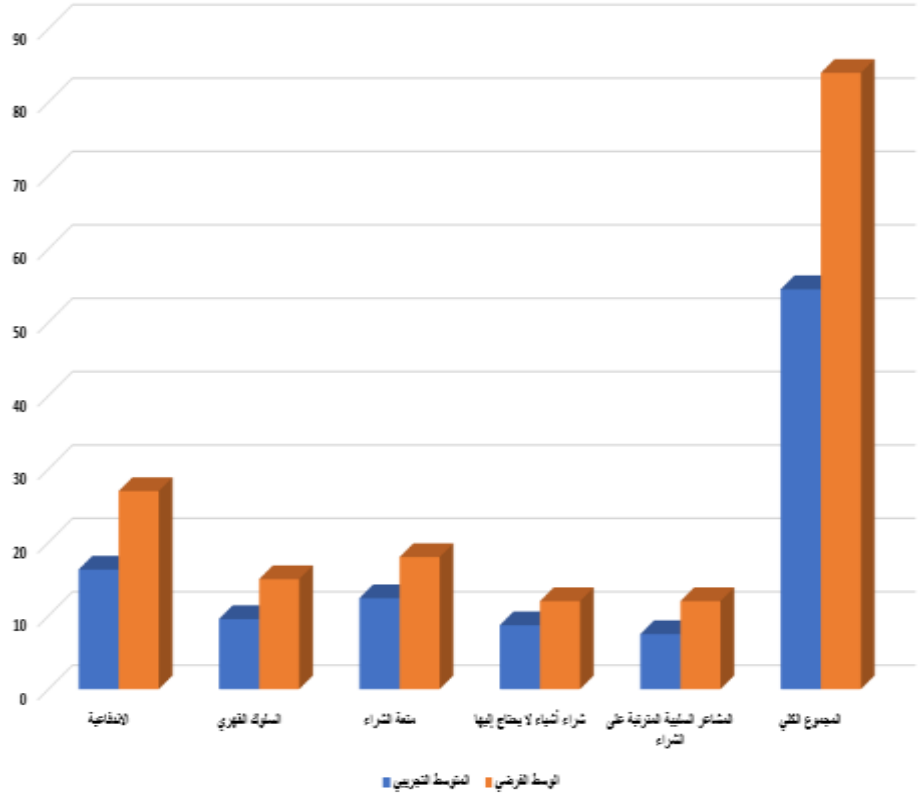
باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق لعينة واحدة، ويوضح الجدول (٧) النتائج التي حُصل عليها عند معالجة الفرض الثالث إحصائيًا.

جدول (٧) نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة للفروق بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي لمقياس الشراء القهري

المتغيرات	درجات الحرية	المتوسط التجريبي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	المستوى
الاندفاعية	٤٠٥	١٥.٤٢	٣.٣٥	١٨	-١٥.٥٣	٠.٠١	منخفض
السلوك القهري	٤٠٥	٩.٢٤	٢.١٦	١٠	-٧.١٢	٠.٠١	منخفض
متعة الشراء	٤٠٥	١١.١٧	٢.٤٢	١٢	-٦.٩٣	٠.٠١	منخفض
شراء أشياء لا يحتاج إليها	٤٠٥	٧.٥٥	٢.١٥	٨	-٤.٢٠	٠.٠١	منخفض
المشاعر السلبية المترتبة على الشراء	٤٠٥	٧.٠٤	٣.٤٩	٨	-٥.٥٣	٠.٠١	منخفض
المجموع الكلي	٤٠٥	٥٠.٤٢	٦.٩١	٥٦	-١٦.٢٨	٠.٠١	منخفض

يتضح من جدول (٧): وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط

التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الشراء القهري والأبعاد الفرعية لدى طلبة جامعة الملك خالد، ويتضح ذلك من الرسم البياني التالي:



شكل (٧) درجة المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الشراء القهري.

يتضّح من الجدول (٧) والشكل (٤) وجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الشراء القهري والأبعاد الفرعية لدى طلبة جامعة الملك خالد، حيث كانت قيمة المتوسط التجريبي للدرجة الكلية لمقياس الشراء القهري (٥٤.٥١)، في حين كانت قيمة الوسط الفرضي (٨٤)؛ ويعني هذا وجود مستوى منخفض من الشراء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد.

-نتائج الفرض الرابع:

نص الفرض على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد تعزى إلى اختلاف النوع ".

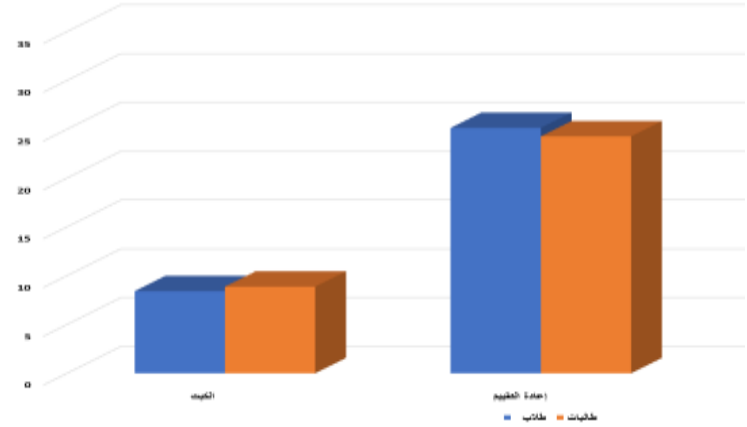
ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلبة جامعة الملك خالد على مقياس التنظيم الانفعالي وفقاً لمتغير النوع، ويوضح جدول (٨) النتائج التي تم الحصول عليها عند معالجة الفرض الرابع إحصائيًا:

جدول (٨) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات التنظيم الانفعالي تعزى إلى اختلاف النوع

النوع / الأبعاد	درجات الحرية	طلاب (ن=١٨٥)		طالبات (ن=٢٢١)		قيمة (ت) ودلالتها	مستوى الدلة
		م	ع	م	ع		
الكبت	٤٠٤	٨.٤٢	٢.٨٤	٨.٨٨	٣.٠٧	١.٥٦	غير دال
إعادة التقييم	٤٠٤	٢٥.١٤	٣.٩٦	٢٤.٢٧	٤.٢٩	٢.١٠❖	دال

❖ دال عند مستوى (٠.٠٥).

يتبين من الجدول (٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التنظيم الانفعالي لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد في بُعد الكبت، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطات درجات التنظيم الانفعالي في بُعد إعادة التقييم لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد في بُعد الكبت، ويتضح ذلك من الرسم البياني التالي.



شكل (٥) متوسطات عينة البحث على مقياس التنظيم الانفعالي تعزى إلى اختلاف النوع

يتضح من النتائج الواردة في جدول (٨) وشكل (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات التنظيم الانفعالي لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد في بُعد الكبت، حيث كان متوسط الكبت لدى الطلاب (٨.٤٢)، ولدى الطالبات (٨.٨٨)، في حين توجد فورق دالة إحصائيًا بين الطلاب والطالبات في بُعد إعادة التقييم لصالح الذكور، حيث كان متوسط إعادة التقييم لدى الطلاب (٢٥.١٤)، ولدى الطالبات (٢٤.٢٧).

-نتائج الفرض الخامس:

نص الفرض على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد تعزى إلى اختلاف النوع".

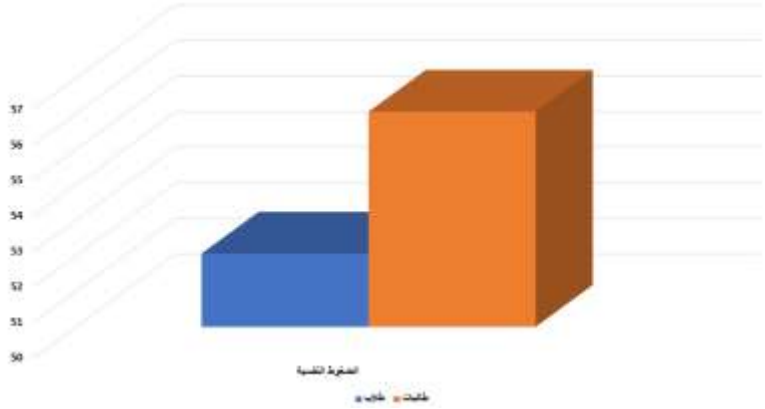
لاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلبة جامعة الملك خالد على مقياس الضغوط النفسية وفقاً لمتغير النوع، ويوضح جدول (٩) النتائج التي تم الحصول عليها عند معالجة الفرض الخامس إحصائيًا.

جدول(٩) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الضغوط النفسية تعزى إلى اختلاف النوع

النوع / المقياس	درجات الحرية	طلاب (ن=١٨٥)		طالبات (ن=٢٢١)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		م	ع	م	ع		
الضغوط النفسية	٤٠٤	٥٢.٠٦	١٣.٣٤	٥٦.٠٥	١٢.٩٦	٣.٠٤❖❖	دال

❖❖ دال عند مستوى (٠.٠١).

يتبيّن من الجدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات الضغوط النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، ويتضح ذلك من الرسم البياني التالي.



شكل (٦) متوسطات عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تعزى إلى اختلاف

النوع

يتبيّن من النتائج الواردة في الجدول (٩)، والشكل (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات الضغوط النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، حيث كان متوسط الضغوط النفسية لدى الطلاب (٥٢.٠٦)، ولدى الطالبات (٥٦.٠٥).

-نتائج الفرض السادس:

نص الفرض على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سلوك الشراء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد تعزى إلى اختلاف النوع ".

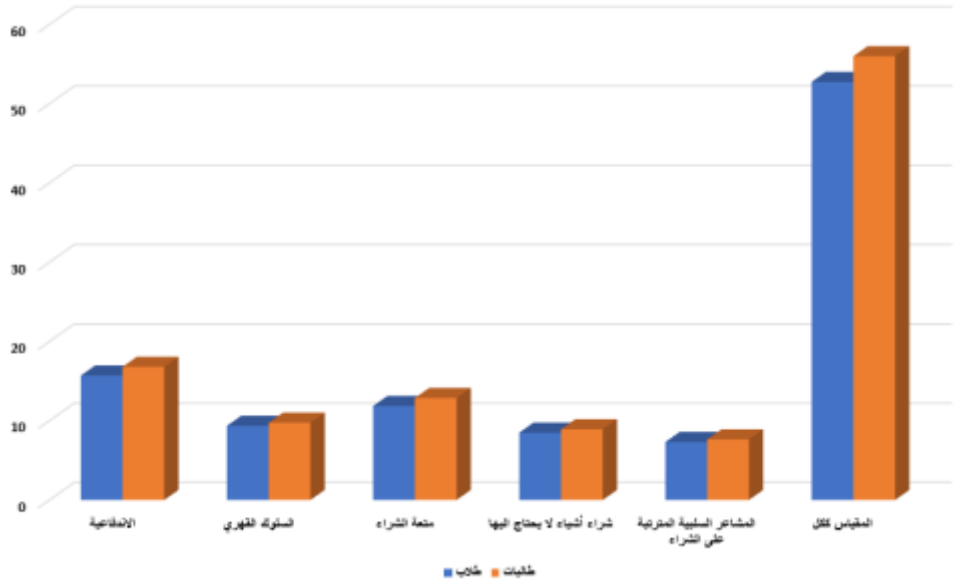
ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلبة جامعة الملك خالد على مقياس الشراء القهري وفقاً لمتغير النوع، ويوضّح جدول (١٠) النتائج التي تم الحصول عليها عند معالجة الفرض السادس إحصائيًا.

جدول (١٠) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات سلوك الشراء القهري تعزى إلى اختلاف النوع

النوع / الأبعاد	درجات الحرية	طلاب (ن=١٨٥)		طالبات (ن=٢٢١)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		م	ع	م	ع		
الاندفاعية	٤٠٤	١٥.٧٠	٣.٩٥	١٦.٨٠	٤.٨٢	٢.٤٧❖❖	دال
السلوك القهري	٤٠٤	٩.٣٦	٢.٦٠	٩.٧٥	٢.٥٥	١.٥٠	غير دال
متعة الشراء	٤٠٤	١١.٨٦	٢.٦٨	١٢.٨٧	٢.٧٢	٣.٧٥❖❖	دال
شراء أشياء لا يحتاج اليها	٤٠٤	٨.٥٠	٢.٠١	٨.٩٣	١.٨٢	٢.٢٣❖	دال
المشاعر السلبية المترتبة على الشراء	٤٠٤	٧.٣٢	١.٨٧	٧.٦٥	٢.٠٠	١.٧٠	غير دال
المقياس ككل	٤٠٤	٥٢.٧٥	١١.١٨	٥٥.٩٩	١١.٨٨	٢.٨١❖❖	دال

❖❖ دال عند مستوى (٠.٠١) ❖ دال عند مستوى (٠.٠٥).

يتبيّن من الجدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات الشراء القهري للمجموع الكلي وبُعد الاندفاعية وبُعد متعة الشراء لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، ويتضح ذلك من الرسم البياني التالي:



شكل (٧) متوسطات عينة البحث على مقياس الشراء القهري تعزى إلى اختلاف النوع.

يتضح من النتائج الواردة في الجدول (١٠)، والشكل (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات الشراء القهري للمجموع الكلي وبُعد الاندفاعية وبُعد متعة الشراء لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، حيث كان متوسط الشراء القهري لدى الطلاب (٥٢.٧٥)، ولدى الطالبات (٥٥.٩٩)، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطات درجات الشراء القهري للمجموع لبُعد شراء أشياء لا يحتاج اليها لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، في حين لا توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين الطلاب والطالبات في بُعد السلوك القهري وبُعد المشاعر السلبية المترتبة على الشراء.

-نتائج الفرض السابع:

نص هذا الفرض على أنه: "يمكن التنبؤ بسلوك الشراء القهري من خلال أبعاد التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد".

لاختبار صحة هذا الفرض تم إجراء تحليل الانحدار الخطي المتعدد Multiple Linear Regression للبيانات، وقبل إجراء تحليل الانحدار تم التحقق من التعددية الخطية Multicollinearity diagnostics ويوضح جدول (١١) وشكل (٨) نتائج ذلك.

جدول (١١) قيم معامل تضخم التباين وقيم التحمل

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	معامل تضخم التباين (VIF)	التحمل (Tolerance)
سلوك الشراء القهري	الكبت	١.١٩	٠.٨٤٢
	إعادة التقييم	١.٤٥	٠.٦٩١
	الضغوط النفسية	١.٣٤	٠.٧٤٧

ومن خلال نتائج جدول (١١)، فإن قيم معامل تضخم التباين قيم مقبولة لأنها أقل من (١٠)، كما أن قيم التحمل أكبر من (٠,١)؛ مما يعني عدم وجود ازدواج خطي بين المتغيرات المستقلة.

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إجراء تحليل الانحدار الخطى المتعدد Multiple Linear Regression للبيانات بطريقة (ENTER)، وقد تم إجراء تحليل الانحدار على مرحلتين، المرحلة الأولى لأبعاد التنظيم الانفعالي كمتغيرات منبئة، والمرحلة الثانية تنبؤ الضغوط النفسية بسلوك الشراء القهري.

أولاً: تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بسلوك الشراء القهري من أبعاد التنظيم

الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد لمعرفة الإسهام النسبي لأبعاد التنظيم الانفعالي في التنبؤ بسلوك الشراء القهري تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة (ENTER) كما في الجدولين (١٢) و(١٣).

جدول (١٢) تحليل الانحدار المتعدد ENTER للتنبؤ بسلوك الشراء القهري من أبعاد التنظيم الانفعالي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) ودلالتها	معامل الارتباط المتعدد R	R2 معامل التحديد
الانحدار	٩٢٨٩.٢٠٣	٢	٤٦٤٤.٦٠١	٤٠.٨٨١❖❖	٠.٤١١	٠.١٦٩
الخطأ	٤٥٧٨٦.٢٥٨	٤٠٣	١١٣.٦١٤			
التباين الكلي	٥٥٠٧٥.٤٦١	٤٠٥				

❖❖ دالة عند مستوى (٠,٠١).

المتغير المستقل	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	معامل الانحدار المعياري	قيمة (ت) ودلالتها
الثابت	٦٦.٥٦٩	٤.٣٥٩		١٥.٢٧٢❖❖
الكبت	٠.٨٣٤	٠.١٩٣	٠.٢١٣	٤.٣٢٦❖❖
إعادة التقييم	٠.٧٨٢-	٠.١٣٨	٠.٢٧٩-	٥.٦٧٢-❖❖

❖❖ دالة عند مستوى (٠,٠١). جدول (١٣) الإسهام النسبي لأبعاد التنظيم الانفعالي في التنبؤ بسلوك الشراء القهري.

يتضح من النتائج المعروضة في الجدولين (١٢) و(١٣) أن:

- يمكن التنبؤ بسلوك الشراء القهري من خلال بعض أبعاد التنظيم الانفعالي، حيث إن قيمة (ف) (٤٠.٨٨١)، وهي دالة عند مستوى (٠.٠١).
- أسهم بُعدا التنظيم الانفعالي المنبئة (الكبت وإعادة التقييم) كمتغيرات مستقلة بنسبة (١٦.٦٩٪) من التباين الحادث في سلوك الشراء القهري كمتغير تابع.
- كانت قيمة (ت) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) لمعاملات انحدار أبعاد التنظيم الانفعالي (الكبت، إعادة التقييم) في التنبؤ بسلوك الشراء القهري، وبلغت قيمة بيتا على التوالي (٠.٨٣٤، -٠.٧٨٢).

ويمكن كتابة معادلة التنبؤ (الانحدار) على النحو التالي:

سلوك الشراء القهري = ٦٦.٥٦٩+ (٠.٨٣٤ × الكبت) - (٠.٧٨٢× إعادة التقييم).

ثانيًا: تحليل الانحدار المتعدد بطريقة (ENTER) للتنبؤ بسلوك الشراء القهري من درجة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد كما يوضح الجدول (١٢) ذلك.

جدول (١٤) تحليل الانحدار المتعدد (ENTER) للتنبؤ بسلوك الشراء القهري من الضغوط النفسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" ودلالتها	معامل الارتباط المتعدد R	R2 معامل التحديد
الانحدار	٢٠٧٧٦.٨١٥	١	٢٠٧٧٦.٨١٥	٢٤٤.٧٢٨ ❖❖	٠.٦١٤	٠.٣٧٧
الخطأ	٣٤٢٩٨.٦٤٦	٤٠٤	٨٤.٨٩٨			
التباين الكلي	٥٥٠٧٥.٤٦١	٤٠٥				

❖❖ دالة عند مستوى (٠.٠١).

جدول (١٥) الإسهام النسبي للضغوط النفسية في التنبؤ بسلوك الشراء القهري

المتغير المستقل	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	معامل الانحدار المعياري	قيمة (ت) ودلالتها
الثابت	٢٥.٢٣٢	١.٩٢٧		١٣.٠٩٧❖❖
الضغوط النفسية	٠.٥٤٠	٠.٠٣٥	٠.٦١٤	١٥.٦٤٤❖❖

❖❖ دالة عند مستوى (٠,٠١).

يتضح من النتائج المعروضة في الجدولين (١٣) و(١٤) أن:

- يمكن التنبؤ بسلوك الشراء القهري من خلال بعض الضغوط النفسية، حيث إن قيمة (ف) (٢٤٤.٧٢٨)، وهي دالة عند مستوى (٠.٠١).
- أسهمت الضغوط النفسية المنبئة بنسبة (٣٧.٧٪) من التباين الحادث في سلوك الشراء القهري كمتغير تابع.
- كانت قيمة (ت) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) لمعاملات انحدار الضغوط النفسية في التنبؤ بسلوك الشراء القهري، وبلغت قيمة بيتا (٠.٥٤٠).

ويمكن كتابة معادلة التنبؤ (الانحدار) على النحو التالي:

سلوك الشراء القهري = ٢٥.٢٣٢+ (٠.٥٤٠ × الضغوط النفسية).

مناقشة نتائج البحث وتفسيرها:

-مناقشة نتائج الفرض الأول:

نص الفرض على أنه: لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات العينة

والوسط الفرضي على مقياس التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد.

يتضح من الجدول (٥) والشكل (٢) أنه وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد في بُعد الكبت لصالح الوسط الفرضي؛ مما يعني انخفاض مستوى الكبت لدى أفراد العينة، في حين توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس التنظيم الانفعالي في بُعد إعادة التقييم لدى طلبة جامعة الملك خالد لصالح المتوسط التجريبي وهذا يعني ارتفاع مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد العينة بالبحث.

اتفقت نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسات (حلواني،٢٠٢١) في حين اختلفت نتائج البحث الحالي مع نتائج الدراسات التالية والتي توصلت إلى وجود مستوى متوسط من التنظيم الانفعالي لدى طلبة الجامعة (خطيب والتل، ٢٠٢٢؛ دايل ٢٠٢٠؛ الصبان وآخرون). وتفسر الباحثة بأن تمتع طلبة جامعة الملك خالد بمستوى منخفض في بعد الكبت لأسباب قد تعود إلى أسباب مثل النضج، والشعور بالمسؤولية من خلال ما يطرحونه من آراء وأفكار، ودعم مستمر من أعضاء هيئة التدريس، ووجود أنشطة من قبل الجامعة لتطوير المهارات سواء كانت اجتماعية أو بدنية وغيرها. وتشير الباحثة أن امتلاك الطلبة لمستوى مرتفع من استراتيجية إعادة التقييم التي يستخدمونها في التعامل مع انفعالاتهم بطريقة فعالة؛ أدى ذلك لحصولهم على درجة مرتفعة على مقياس التنظيم الانفعالي. والذي يميزهم قدرتهم على التقدير الصحيح للموقف، والذي من شأنه تدعيم أهمية الاندماج في المواقف الاجتماعية التفاعلية سواء كان ذلك على مستوى الأسرة أو على الصرح الجامعي، والذي بدوره أن يساعد على تنظيم الانفعالات، ويساعد ذلك الأفراد على فهم انفعالاتهم ومشاركة الآخرين، وما أشارت مرعي (٢٠١٩) إلى أن طلبة الجامعة يعيشون مرحلة تمتاز بالاتزان والتنظيم الانفعالي لأنهم تخطوا مرحلة المراهقة، وأصبحوا في مرحلة مسؤولين فيها عن التصرفات والسلوكيات التي يقومون بها، وهذا يندرج تحت مبدأ المسؤولية والحرية التي تغرسها

الجامعات والأهالي في نفوس الأبناء كما تعلم الطالب القدرة على التعبير عن أفكاره ومشاعره وسلوكياته كيفما يشاء.

وتؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية لما سبق أهمية التنظيم الانفعالي في تنظيم العواطف، وهي عملية متبادلة مكونة من ثلاثة أجزاء، حيث يدير الأشخاص عواطفهم؛ وذلك بمحاولة التأثير على سلوكهم وبيئتهم، كما أشار أيضا نموذج (Thompson) في تفسيره للتنظيم الانفعالي بأن مهارات إدارة العواطف تتكون من خلال تدخلات الآخرين، وتمتد من مرحلة الطفولة، ويتخللها تعزيز للاستجابات أو منعها أو إضعافها، وهذا من شأنه تطوير استراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد.

-مناقشة نتائج الفرض الثاني:

نص الفرض الثاني على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي على مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد".

أتضح من الجدول (٦) والشكل (٣) من وجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد لصالح المتوسط التجريبي، حيث كانت قيمة المتوسط التجريبي (٥٤.٢٣)، في حين كانت قيمة الوسط الفرضي للدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية (٦٠)؛ ويعني هذا وجود مستوى منخفض من الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد.

واتفقت نتائج هذا البحث مع دراستي البزرو (٢٠١٧)، وخصاونة وآخرون (Khasawneh et al., 2023) حيث كان مستوى الضغوط النفسية لطلاب الجامعة منخفض، كما اختلفت نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسات (حسن، ٢٠٢١؛ Ganesan et al. ,2018)، حيث إن مستوى الضغوط النفسية لطلبة

الجامعة كانت متوسطة. كما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسات (قلندر وعباس،٢٠١٧)؛ كون أن مستوى الضغوط النفسية التي يعانيها الطلاب جاءت مرتفعة، وكما أشار عبد الحق (٢٠١٧) إلى أن المجتمع اهتم بمسألة الضغوط النفسية خصوصًا عند الطلبة الجامعيين عن باقي فئات المجتمع، وهذا يرجع أن المرحلة الجامعية قابلة للتأثر والتأثير، كما يرجع إلى أن درجة استجابتهم تكون أكثر من الفئات الاجتماعية الأخرى، وقد يقع عبء التطور والتغيير في الميادين الاجتماعية والسياسية والاقتصادية وغيرها على عاتقهم، سواء كان حاضرًا أو مستقبلًا ويسهمون بشكل مؤثر فيها. هذا وقد أكد ريتشارد لازاروس في نظريته التقدير المعرفي حيث تنظر النظرية أن الموقف الضاغط لا يدركه الفرد إدراكاً بسيطاً؛ ولكنه يقوم بربطه مع البيئة، وقد تصل أيضًا إلى خبراته الشخصية مع الضغوط سابقًا وبناءً على هذا يقوم أو يستطيع الفرد تفسير الموقف وهذا ما يبرر تصرفاته.

- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

نص الفرض الثالث على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائيًّا بين متوسط درجات العينة والوسط الفرضي على مقياس الشراء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد".

يتضّح من الجدول (٧) والشكل (٤) عن وجود فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠١) بين المتوسط التجريبي والوسط الفرضي على مقياس الشراء القهري والأبعاد الفرعية لدى طلبة جامعة الملك خالد، حيث كانت قيمة المتوسط التجريبي للدرجة الكلية لمقياس الشراء القهري (٥٤.٥١)، في حين كانت قيمة الوسط الفرضي (٨٤)؛ ويعني هذا وجود مستوى منخفض من الشراء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد.

اتفقت نتائج البحث الحالي مع دراسة اللحياني (٢٠٢٠)؛ كونها توصلت إلى أن مستويات شراء القهري وأبعادها الفرعية كانت خفيفة، في حين اختلفت نتائج البحث الحالي مع نتائج نتائج دراسة الزهراني وأبي عيشة (٢٠٢٣) حيث أشارت إلى ارتفاع مستويات النزعة الشرائية عبر الإنترنت لدى طالبات جامعة الطائف.

وتعقيبًا على ما سبق؛ تستنتج الباحثة أن مستوى ما يعانيه طلاب جامعة الملك خالد في الشراء القهري جاء بدرجة منخفضة مرتبطا بنتائج الفرض الأول، الذي ينص على أن مستوى التنظيم الانفعالي للطلبة كان مرتفع وهذا تأكيد على ما تم ذكره سابقًا في الإطار النظري والدراسات السابقة، حيث إنه من الممكن أن يكون للتنظيم الانفعالي دور في ضبط سلوك الشراء القهري؛ حيث إنه يمكن للفرد تنظيم انفعالاته، وتعد دلالة على وعي الطلبة وقدرتهم على ضبط سلوكياتهم القهرية والمقدرة على توظيف طاقتهم الشبابية في المفيد، ونرى اهتمام مجلس شؤون الطلاب في تفعيل الأنشطة، وإشراك الطلاب فيها، كما أن الطلاب في مرحلة من الاتزان أي المرحلة التي يكون فيها الفرد على قدر من المسؤولية وله القدرة على إدارة أفكاره ومشاعره بالطريقة السليمة والتمييز بين الصواب والخطأ، كما أن المجتمع يحمل الفرد مسؤولية عالية تجعله في حالة من الوعي والاتزان.

- مناقشة نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التنظيم الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك خالد تعزى إلى اختلاف النوع".

يتضح من النتائج الواردة في الجدول (٨) والشكل (٥) عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات التنظيم الانفعالي لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد في بُعد الكبت، حيث كان متوسط الكبت لدى الطلاب (٨.٤٢)، ولدى الطالبات (٨.٨٨)، في حين توجد فروق دالة إحصائيًا بين الطلاب والطالبات في بُعد إعادة التقييم لصالح الذكور، حيث كان متوسط إعادة التقييم لدى الطلاب (٢٥.١٤)، ولدى الطالبات (٢٤.٢٧).

اتفقت نتائج البحث الحالي جزئيا مع دراسة الخطيب والتل (٢٠٢٢) في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الكبت بين الطلاب والطالبات.

في حين اختلفت نتائج البحث الحالي مع دراسة (حلواني،٢٠٢١؛ الصبان وآخرين،٢٠٢٠) في أن استراتيجية إعادة التقييم أكثر استخدام لدى الطالبات من الكبت. وبناءً على ما سبق تفسر الباحثة بأن عدم وجود فروق في مستوى (الكبت) بين الطلاب والطالبات قد يرجع إلى سهولة الوصول إلى المعلومات والموارد التي تنمي المهارات الانفعالية، ومع تطور الجهود البحثية في هذا المجال أصبح هناك تطور في المقاييس التي توفر تقييم أكثر دقة للانفعالات وطرق التعامل معها، كما أن الصرح الجامعي أو التعليمي الذي يعيش فيه كل من الطالب والطالبة، والذي يدعم كل منهما من قبل عمادة شؤون الطلاب ودور الأنشطة، والدورات ذات التأثير الإيجابي والتي تطور مهارة إدارة العواطف، كما أن الطلاب والطالبات يعيشون في نطاق مجتمعي واحد تجمعهم الثقافة واللغة والعادات والتقاليد، ويتشاركون نفس الضغوط وبنفس الدرجة ونفس التحديات؛ وهذا يرجع إلى البعد الجغرافي الذي يشتركون فيه، كما يكون الطالب قادرا على الاستمرار في حياته اليومية فإنه يسعى لتفهم كيفية تعامله مع المواقف الانفعالية التي يواجهها وإيصال مشاعره من خلال عملية تنظيم الانفعالات التي يشعر بها ويخبرها، ويحاول التأثير في تلك الخبرات الانفعالية وتوقيت حدوثها والطرق لمعايشتها والتعبير عنها(Mauss et. al., 2007).

- مناقشة نتائج الفرض الخامس:

الذي نص على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد تعزى إلى اختلاف النوع".

يتضح من النتائج الواردة في الجدول (٩) والشكل (٦) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات الضغوط النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، حيث كان متوسط الضغوط النفسية لدى الطلاب (٥٢.٠٦)، ولدى الطالبات (٥٦.٠٥).

اختلفت نتائج البحث الحالي مع دراسات (حسن٢٠٢١؛ قلندر

وعباس،٢٠١٧؛Ganesan ,2018) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن هذا يرجع إلى ضغوط الحياة الموجهة إلى الإنسان، والتي قد تخل بتوازنه النفسي، وكما أننا نعيش في عصر مليء بالضغوطات سواء كانت أسرية أو مادية أو شخصية أو حتى ضغوط الأصدقاء، وهذا يعني أن كلا الجنسين يتعرض للضغوط النفسية، ولكن الأنثى قد تزيد ضغوطها عن الذكر كون أنها تتمتع بتركيب فسيولوجي مختلف عن الرجل خصوصًا التغيرات الهرمونية التي قد تكون من المحتمل سببًا للضغط النفسي، وتواجه الإناث في بعض الأحيان صعوبة في التوازن بين الحياة المهنية والحياة الأسرية وذلك لما يقع على عاتقها من مسؤوليات داخل المنزل.

وكما أكد لازاروس أن الضغوط التي يتعرض لها الفرد قد ترجع لكون أن متطلبات الحياة أكبر من طاقات الفرد وبالتالي تؤدى إلى اختلال التوازن النفسي للفرد، وهذه يعنى أن الضغوط هي الحالة التي يحدث فيها اختلاف واضح بين المتطلبات التي يجب أن تؤديها الطالبات وقدراتهن على الاستجابة لتلك المتطلبات (Lasarus,1966)، فالأنثى في نهاية هذا القرن أصبح عليها أن تواجه ضغوطاً جديدة ومتزايدة أشد وأعظم من تلك التي واجهتها الأجيال السابقة، حيث يتطلب منها ممارسة كل الأدوار التي تضاعفت عليها في السنوات الأخيرة وبكفاءة عالية لكي تستطيع أن تساير هذا الإيقاع من التقدم (أحمد،٢٠٠١).

-مناقشة نتائج الفرض السادس:

الذي نص على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في سلوك الشِّرَاء القهري لدى طلبة جامعة الملك خالد تعزى إلى اختلاف النوع".

اتضح من النتائج الواردة في الجدول(١٠) والشكل(٧) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات الشِّرَاء القهري للمجموع

الكلي وبُعد الاندفاعية وبُعد متعة الشِّرَاء لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، حيث كان متوسط الشِّرَاء القهري لدى الطلاب (٥٢.٧٥)، ولدى الطالبات (٥٥.٩٩)، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطات درجات الشِّرَاء القهري للمجموع لبُعد شراء أشياء لا يحتاج اليها لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد لصالح الطالبات، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في بُعد السلوك القهري وبُعد المشاعر السلبية المترتبة على الشِّرَاء.

اتفقت نتائج البحث الحالي مع دراسات (عيسى،٢٠٢٢؛ Durrani et al.,2023)، التي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الشِّرَاء القهري لصالح الإناث. وكما أشار يانغ وآخرون (Yang et al., 2023) في دراسته اعتبر أن النساء أكثر عرضة لاضطراب الشِّرَاء القهري، ويرجع هذا إلى الضغوط التي يتعرضن لها كما أنهن يستخدمن أساليب سلبية أثناء مواجهتها للضغوط.

وتماشيًا مع نتائج الفرض الخامس بأنه توجد نسبة الضغوط النفسية لدى الإناث من جامعة الملك خالد أعلى من الذكور؛ وقد يرجع هذا أو يرتبط مع سلوك الشِّرَاء القهري لدى الإناث كون أنها احدى الحيل الدفاعية التي تعبر عن عدم الرضا، وقد يرجع هذا أيضا إلى البعد الثقافي الذي يجعل المرأة تكون بأفضل صورة ممكنة وتتماشى مع معايير الموضة، ويشير جلال (٢٠١٢) إلى أن تعرض المرأة لكثير من الضغوط يجعلها تتخذ قرار الشِّرَاء والخروج إلى المعارض؛ بهدف التنفيس بما بداخلها من ضغوط، وتقليل المشاعر الاكتئابية، والتوتر الناجم عن ذلك. كما أنه قد يوجد تأثير من الأقران حول شراء السلع، وتأثير الدعايات على إقناع المشتريات. كما أشارت نظرية التعلم الاجتماعي أن المشترين القهريين يميلون للتعلم من أقرانهم الأكثر خبرة؛ حيث إنهم يتلقون تغذية راجعة قد تكون إيجابية وبدورها تُسهم في سلوكيات لدعم سلوك الشِّرَاء (workman & paper, 2010).

-مناقشة نتائج الفرض السابع:

الذي نص على أنه: "يمكن التنبؤ بسلوك الشِّرَاء القهري من خلال التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد".

توصلت النتائج أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية للتنظيم الانفعالي والضغوط النفسية على سلوك الشِّرَاء القهري، أي أنه يمكن التنبؤ بسلوك الشِّرَاء القهري من خلال التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد.

وتفسر الباحثة ذلك بأن التنظيم الانفعالي له القدرة على التحكم بالضغوط النفسية وأنها تجمعهم علاقة عكسية بمعنى أنه كلما كان التنظيم الانفعالي لدى الفرد ذو مستوى عالي كان تأثير الضغوط النفسية أقل، وكل ما كانت قدرة الفرد على مواجهته للضغوط النفسية بطريقة صحية وسليمة، وهذا ما توصلت اليه العديد من الدراسات مثل: دراسة نوروشيم وآخرين (Nurochim et al.,2022)، التي أشارت إلى أنه يوجد ارتباط كبير بين التنظيم الانفعالي والضغوط النفسية لدى الطلبة، وأيضا توصلت دراسة تميركان (Temircan., 2023) إلى وجود ارتباط سلبي بين التنظيم الانفعالي والضغط النفسي ووجود درجة منخفضة من تنظيم الانفعالي كان مرتبطاً بمستوى عالٍ من الضغط النفسي وهذا ما يؤكد وجهة نظر الباحثة، إلى أن دراسة لووي وآخرين (Looi et al.,2022) توصلت إلى أنه لا توجد علاقة بين الضغوط النفسية والشراء القهري. في حين توصلت دراسة دايل (٢٠٢٠) إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائية بين الضغوط النفسية والإستراتيجيات المعرفية للتنظيم الانفعالي، كما توصلت دراسة عبد القادر (٢٠١٨) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين استراتيجيات لتنظيم المعرفة الانفعالي وكلًا من مستويات الاكتئاب والقلق والضغط النفسي والتي تختلف مع نتائج البحث الحالي.

وبناءً على ذلك، تفسر الباحثة ذلك بأن التنظيم الانفعالي قد يؤثر على سلوك

الشِّرَاء القهري، وذلك عن طريق تنظيم السلوكيات التي من شأنها اتخاذ القرارات الملائمة، فيكون الفرد له القدرة على التحكم في سلوك الشِّرَاء القهري، كما أن التنظيم الانفعالي قادر على إدارة العواطف والمشاعر المرتبطة بالسلوك الشِّرَاء القهري، وبذلك يكون أكثر تحكماً بالدوافع الملحة لعملية الشِّرَاء القهري. كما أشارت دراسة الزهراني وأبوو عيشة (٢٠٢٣) والتي توصلت إلى أن الضغوط النفسية سبباً في النزعة الشرائية لدى الطالبات. كما أشارت دراسة (Lou & Byun،2018) إلى أنه توجد علاقة طردية بين الضغوط النفسية والشراء القهري، وذلك بمعنى أن كلما زادت الضغوط النفسية زادت الحاجة إلى سلوكيات القهرية، مثل: الشِّرَاء القهري كنوع من التنفيس الانفعالي أو التعبير عن الحالة النفسية غير المستقرة سواء كان غضباً أو حزناً أو غيرها من المشاعر السلبية التي تقود المشتري إلى سلوك قهري في الشِّرَاء، وكما أشار الطيب (٢٠٢٠) إلى أن الشِّرَاء القهري سلوك مبالغ فيه أثناء عملية الشِّرَاء ينتج عنه تأثير سلبي في جميع الجوانب سواء كانت الجوانب الاقتصادية والترفيهية والدينية والتعليمية وأيضا الاجتماعية، وهذا يرجع إلى أن الأشخاص يجدون الشِّرَاء متنفساً يصاحبه شعور بالمتعة أو الراحة وتخفيف القلق أي أنه رغبة للتخفيف من حدة الخوف والقلق؛ لذا هم يبالغون في عمليات شراء لأشياء، ومقتنيات غير ضرورية، وقد تصل إلى أنها تكون متكررة، وغير مستخدمة.

- التوصيات:

في ضوء النتائج التي تم التوصلُ إليها، فإن الباحثة تُوصي بما يلي:

- التوسع في الدراسات التي تتناول سلوك الشِّرَاء القهري وأسبابه وعلاجه.
- قيام مراكز الإرشاد النفسي في الجامعة بتوعية الطلبة لمثل هذه السلوكيات القهرية وعلى وجه الخصوص سلوك الشِّرَاء القهري وطرق التغلب عليها.
- تفعيل الجامعة لورش عمل للطلبة تتضمن التعرف على أهمية تنظيم الانفعالات وإدارة الضغوط بفعالية.
- عقد ورش عمل وبرامج تدريبية للطلبة لتعزيز قدرتهم على مواجهة الضغوط

النفسية وذلك للحد من اللجوء الى الحيل الدفاعية النفسية.

- عقد ندوات ومحاضرات في الجامعات من خلال المتخصصين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي، حول طبيعة الضغوط النفسية وسلوك الشِّرَاء القهري، وآثاره السالبة على الفرد والمجتمع وكيفية التخفيف من هذا السلوك.

-بحوث مقترحة:

في ضوء نتائج التي تم التوصلُ إليها، والتوصيات السابق بيانُها، يُقترحُ إجراءُ البحوث والدراسات الآتية:

- فاعلية العلاج المعرفي في خفض المشكلات الانفعالية لدى طلاب جامعة الملك خالد.
- اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين صعوبات التنظيم الانفعالي وسلوك الشِّرَاء القهري لدى طلاب جامعة الملك خالد.
- فاعلية التدريب على اليقظة العقلية كمدخل سلوكي جدلي في خفض صعوبات التنظيم الانفعالي لدى الطالبات ذوات اضطراب سلوك الشِّرَاء القهري.

المراجع:

أبو بكر، نشوة كرم، والمعمري، أحمد. (٢٠١٩). الخصائص السيكومترية لمقياس الشِّرَاء القهري (البنية العاملية للشراء القهري). المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ٣ (١١)، ٣٢٣ -٣٤٢.

البزرو، أسامة لطفي. (٢٠١٧). درجة التسويف الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة البكالوريوس في جامعة النجاح الوطنية في نابلس - فلسطين [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة النجاح الوطنية.

جراون، إسماعيل علي، وطشطوش، رامي عبد الله، والشواشرة، عمر مصطفى. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي قائم على إستراتيجية الضبط الذاتي في خفض سلوك الشراء القهري لدى طلبة جامعة اليرموك. مجلة العلوم التربوية، ٢٨(١)، ٥٤٩- ٥٢١. //Record/com.mandumah.search

أحمد، مجدة محمود. (٢٠٠١). العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والضغوط وقوة الأنا ووجهة الضبط بين الجنسين في مرحلة منتصف العمر. مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، جامعة المنيا،١٢،١.

الأسود، مهرية. (٢٠١٧). الكمالية وتنظيم الانفعال كمنبئات بظهور القلق الاجتماعي [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة قاصدي مرباح.http://search.mandumah.com/Record/1010259

بخاري، مجدي نجم الدين. (٢٠٢١). التنظيم الانفعالي وعلاقته بأنماط التعلق بالشريك لدى المتزوجين حديثًا. المجلة التربوية، (٨٨)، ٩٥١ -٩٩١.

جراون، إسماعيل علي، وطشطوش، رامي عبد الله، والشواشرة، عمر مصطفى. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي قائم على إستراتيجية الضبط الذاتي في خفض سلوك الشراء القهري لدى طلبة جامعة اليرموك. مجلة العلوم التربوية، ٢٨(١)، ٥٤٩- ٥٢١. //Record/com.mandumah.search

جلال، خالد أحمد. (٢٠١٢). علاقة الشراء الزائد ببعض اضطرابات الشخصية لدى الموظفين بجامعة المنيا. مجلة دراسات عربية، ١(١١)، ٩٩ -١٥٢.

حسن، عبد الله فرهود. (٢٠٢١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الكويت [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة مؤتة.

حلواني، خديجة جميل. (٢٠٢١). الاكتناز القهري وعلاقته بالتنظيم الانفعالي لدى طلاب جامعة أم القرى. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، (١١)، ٢٤٣ -٢٦٣.

الشناوي، محمد محروس. (٢٠٠٦). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. مكتبة الغريب.

دايل، أفنان فهد. (٢٠٢٠). الضغوط النفسية وعلاقتها بالإستراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال لدى طالبات الجامعات المقبلات على التخرج بمدينة الرياض. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ١١(٢)، ٢٤٣ -٢٦٣.

عبيد، ماجدة بهاء الدين. (٢٠٠٨). الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية. دار صفاء للنشر والتوزيع.

مرعي، رزان مهدي. (٢٠١٩). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالقلق لدى طلبة جامعتي الاستقلال والقدس [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة القدس.

عسيري، سمية أحمد. (٢٠٢٣). اليقظة العقلية ولأعراض الاكتئابية كمنبئات بسلوك الشِّرَاء القهري لدى طالبات جامعة الملك خالد [رسالة ماجستير غير منشورة].جامعة الملك خالد.

عياش، ليث محمد. (٢٠١٦). التنظيم الانفعالي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية الأساسية، ٢٢(٩٥)، ٩ - ٢٢.

عيسى، دينا علي. (٢٠٢٢). الشِّرَاء القهري وعلاقته بالاكتناز القهري والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب الجامعة. مجلة كـلية التربية، جامعة طنطا، ٨٨(٥)، ٨٢١ - ٨٧٤.

فريحات، منار خلف، وجرادات، عبد الكريم محمد. (٢٠١٨). العلاقة بين كشف الذات والضغط النفسي لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة اليرموك.

دربشي، جميلة محمد. (٢٠١٥). اضطراب الشِّرَاء القهري وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية الأخرى. مجلة دراسات بالتربية وعلم النفس، ٥٧(١٠)، ٣٣٩ _٣٧١.

دردير، نشوة كرم، والمعمري، أحمد علي. (٢٠١٩). الخصائص السيكومترية لمقياس الشراء القهري: البنىة العاملية للشراء القهري. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، (١١)، ٣٢٣ -٣٤١.

http://search.mandumah.com/Record/968497

الزهراني، هالة سعيد، وأبو عيشة، زاهدة جميل. (٢٠٢٣). النزعة الشرائية عبر الإنترنت وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الطائف [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الطائف، الطائف.
http://search.mandumah.com/Record/1387607

السرحاني، سهام أحمد، أبو النجا، أمينة مصطفى، وصالح، هيام فتحي. (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارة إدارة الذات للتخفيف من حدة الضغوط النفسية وأثرة على التحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية بجامعة الجوف. مجلة التربية الأزهر،١(١٨٩)، ٢٦٤ -٣٠٠.

السيد، سارة رجب. (٢٠١٦). الشِّرَاء القهري وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة دراسات عربية، ١٥(١)، ١ -٣٦.

الصبان، عبير محمد، السلمي، سماح عمر، والأنصاري، هبة عبد الحي. (٢٠٢٠). التنظيم الانفعالي وعلاقته بدافع الإنجاز لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. مجلة جامعة الملك عبد العزيز - الآداب والعلوم الإنسانية، ٢٨(٣)، ٢١٧ - ٢٤٨.

الطيب، فاطمة عبد الرحمن. (٢٠٢٠). الضغوط النفسية المترتبة على جائحة "كوفيد - ١٩" وعلاقتها بفعالية الذات لدى طالبات الجامعة. مجلة كلية التربية،٢٠(٣)، ١٥٣ - ١٧٩.

عبد الحق، لبوازدة. (٢٠١٧). الضغوط النفسية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية لدى الطلبة الجامعيين: دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الجزائر. مجلة أنسنة للبحوث والدراسات، ٢٠١٦(١٥)، ١٢٣ -١٦٠.

عبد القادر، هلا جمال. (٢٠١٨). إستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي وعلاقتها بمستويات الاكتئاب والقلق والضغط النفسي [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة عمان الأهلية.

عيسى، دينا علي. (٢٠٢٢). الشِّرَاء القهري وعلاقته بالاكتناز القهري والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب الجامعة. مجلة كـلية التربية، جامعة طنطا، ٨٨(٥)، ٨٢١ - ٨٧٤.

قلندر، سهلة حسين، وعباس، علي عبد الرزاق. (٢٠١٧). القمع الانفعالي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم النفسية، ٢٦، ١٠٢٧ - ١٠٦٠.

اللحياني، مريم حميد. (٢٠٢١). الشِّرَاء القهري كمنبئ للاكتئاب لدى طالبات ومنسوبات جامعة أم القرى. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٣(١٤)، ١٤٩١ - ١٥٢٣.

المحمودي، محمد سرحان. (٢٠١٥). مناهج البحث العلمي (ط.٢). دار الكتب.

Carmody, J., & Baer, R. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. Journal of Behavioral Medicine, 31, 23-33.

Durrani, A., Rehman, M., Hanif, R., Malik, A., Rafique, M., Arooj, F., & Mazhar, A. (2023). Impact of Online Shopping Addiction on Compulsive Buying Behaviour and Life Satisfaction among University Students, 23, 1-9.

Grant, A., M. (2013). Rocking the boat but keeping it steady: The role of emotion regulation in employee voice. Academy of Management Journal, 56(6), 1703–1723. https://doi.org/10.5465/amj.2011.0035

He, H., Zhu, M., & Lam, S. (2021). The relationship between compulsive buying and hoarding in China: A multicenter study. Frontiers in Psychology, 12, Article 721633. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.721633

Hill, C., & Updegraff, J. (2012). Mindfulness and its relationship to emotional regulation. Emotion, 12(1), 81-90.

Ireland, M., & Clough, B. (2017). The cognitive emotion regulation questionnaire: factorial, convergen t, and criterion validity analyses of the full and short versions. Personality and individual differences,110, 90-95.

Khasawneh, O., Jarrah, A., Bani Hani, M., & Belbase, S. (2023). Idealism as an educational philosophy of mathematics teachers in Al Ain City Schools of the United Arab Emirates. PLoS ONE, 18(2), Article e0279576. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279576

Roemer, L., Lee, J., Salters-Pedneault, K., Erisman, S., Orsillo, S., & Mennin, D. (2009). Mindfulness and emotion regulation difficulties in generalized anxiety disorder: Preliminary evidence for independent and overlapping contributions. Behavior Therapy, 40, 142–154.

Sharif, S., & Khanekharab, J. (2017). External locus of control and quality of life among Malaysian breast cancer patients: The mediating role of coping strategies. Journal of Psychosocial Oncology, 35(6), 706–725. https://doi.org/10.1080/07347332.2017.1308984

Thompson, R., & Goodman, M. (2010). Development of emotion regulation: More than meets the eye. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment, (pp. 38–58), The Guilford Press.

Williams, A.,D., Grisham, J.,R., (2012). Impulsivity, Emotion Regulation, and Mindful Attentional Focus in Compulsive Buying. Cognit Ther Res, 36, 451-457. https://doi.org/10.1007/s10608-011-

Zaki, J., & Williams, W. (2013). Interpersonal emotion regulation. Emotion, 13(5), 803.

Cisler, J., M., Olatunji, B., O., Feldner, M., T., & Forsyth, J., P. (2010). Emotion regulation and anxiety disorders: An integrative review. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 32(1), 68–82. https://doi.org/10.1007/s10862-009-9161-1

Crnic, K., & Ross, E. (2017). Parenting stress and parental efficacy. In K. Deater-Deckard & R. Panneton (Eds.), Parental stress and early child development: Adaptive and maladaptive outcomes (pp. 263–284).

Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-55376-4_11

D'Andrea, W., Ford, J., Stolbach, B., Spinazzola, J., & van der Kolk, B. (2012). Understanding interpersonal trauma in children: Why we need a developmentally appropriate trauma diagnosis. American Journal of Orthopsychiatry, 82(2), 187–200. https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2012.01154.x

Duarte, A., Matos, A., & Marques, C. (2015). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: gender's moderating effect. Social and Behavioral Sciences, 165, 275– 283.

Durrani, A., Rehman, M., Hanif, R., Malik, A., Rafique, M., Arooj, F., & Mazhar, A. (2023). Impact of Online Shopping Addiction on Compulsive Buying Behaviour and Life Satisfaction among University Students, 23, 1-9.

Goldsmith, R., Flynn, R., & Goldsmith, E .(2015). Consumer characteristics associated with compulsive buying. Journal of Multidisciplinary Research, 7(3), 21-38.

Gonzalez, R., Patel, S., & Diaz, L. (2022). Compulsive buying and emotion regulation among college students: The role of stress and self-control. Addictive Behaviors Reports, 15, 100391.

Gross, J., J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. General Psychology, 2(3), 271-299. https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271

Gross, J., J. (2013). Emotion regulation: Taking stock and moving forward. Emotion, 13(3), 359–365. https://doi.org/10.1037/a0032135

Gross, J., J., & John, O., 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. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Iqbal, N., & Aslam, N. (2016). Materialism, depression, and compulsive buying among university students. International Journal of Indian Psychology, 3(2), 91-102.

Kearney, M., & Stevens, L. (2012). Compulsive buying: Literature review and suggestions for future research. The Marketing Review, 12(3), 233-251. https://doi.org/10.1362/146934712X13420906885359

Khasawneh, O., Jarrah, A., Bani Hani, M., & Belbase, S. (2023). Idealism as an educational philosophy of mathematics teachers in Al Ain City Schools of the United Arab Emirates. PLoS ONE, 18(2), Article e0279576. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279576

Looi, K., Tan, K., & Tee, G. (2022). Examining the role of materialism, perceived stress and gender differences in compulsive buying behavior among young adults in Malaysia [Doctoral dissertation]. UTAR.

Lou, Y., & Byun, S. (2018). Stress-driven spending: Correlates of international students ’adjustment strains and compulsive online buying. Journal of International Students, 8(4), 1522-1548.

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

Mayer, B., Vogt, S., & Weber, E. (2019). Gender Differences in Compulsive Buying Among University Students. Journal of Consumer Research, 46(3), 530-546.

Neumann, A., Van Lier, P., Gratz, K., & Koot, H. (2010). Multidimensional assessment of emotion regulation difficulties in adolescents using the Difficulties in Emotion Regulation Scale. Assessment, 17, 138-149.

Nixon, A., Mazzola, J., Bauer, J., Krueger, J., & Spector, P. (2011). Can work make you sick? A meta-analysis of the relationships between job stressors and physical symptoms. Work & Stress, 25(1), 1–22. https://doi.org/10.1080/02678373.2011.569175

Pahlevan, S., & Yeoh, K. (2018). Excessive social networking sites use and online compulsive buying in young adults: the mediating role of money attitude. Young Consumers Insight and Ideas for Responsible Marketers ,19(1), 1-20. http://dx.doi.org/10.1108/YC-10-2017-00743

Raab, G., Elger, C., Neuner, M., & Weber, B. (2011). The neural basis of compulsive buying. In A. Müller & J. E. Mitchell (Eds.), Compulsive buying: Clinical foundations and treatment (pp. 63–86). Routledge/Taylor & Francis Group.

Rosenstein, L., Ellison, W., Walsh, E., Chelminski, I., & Dalrymple, K. (2018). The Role of Emotion Regulation Difficulties in the Connection between Childhood Emotional Abuse and Borderline Personality Features. Personality Disorders, 1, 1-20.

Rudd, R., A., & D'Andrea, L., M. (2015). Compassionate detachment: Managing professional stress while providing quality care to bereaved parents. Journal of Workplace

Behavioral Health, 30(3), 287–305. https://doi.org/10.1080/15555240.2014.999079

Schneider, R., Lyons, J., & Riffle, R.(2012). The influence of neuroticism, extraversion and openness on stress responses. journal of the International Society for the Investigation of Stress, 28(2),102-10. https://doi.org/10.1002/smi.1409

Temircan, Z. (2023). Exploring the Relationship Between Metacognition, Emotional Regulation and Perceived Stress Among College Students. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 15(1), 110-118.

Williams, A.,D., Grisham, J.,R., (2012). Impulsivity, Emotion Regulation, and Mindful Attentional Focus in Compulsive Buying. Cognit Ther Res, 36, 451-457. https://doi.org/10.1007/s10608-011-

Workman, L., & Paper, D .(2010). Compulsive Buying: A Theoretical Framework. Journal of Business Inquiry, 9(1),89-126.

Yang, H., Zhou, X.., & Xie, L., & Sun, J. (2023). The effect of emotion regulation on emotional eating among undergraduate students in China: The chain mediating role of impulsivity and depressive symptoms. PLoS ONE 18(6), e0280701. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280701

Zeman, J., Klimes-Dougan, B., Cassano, M., & Adrian, M. (2007). Measurement issues in emotion research with children and adolescents. Clinical Psychology: Science and Practice, 14(4), 377–401. https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2007.00098.x

Zheng, Y. , Yang , X. , Zhouc, R. , Niua, G. , Qingqi Liud, Q. , & Zhou, Z. (2020). Sanchez-Ruiz, M.J., Extremera, N., &

Fernandez-Berrocal, P. Cyberpsychology, Behavior and Social Networking, 25(1), 45-52.