



عنوان البحث: الإسهام النسبي لكل من الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي في
التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية

سالي محمد محمد الشريف



جامعة مدينة السادات
كلية التربية
قسم علم النفس

الإسهام النسبي لكل من الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية

بحث مستل من رسالة مقدمة استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في التربية
(تخصص: صحة نفسية)

تم قبول البحث للنشر

إعداد الباحثة
سالي محمد محمد الشريف
إشراف

يعتمد
عميد الكلية

الأستاذ الدكتور

أحمد ثابت فضل
أستاذ ورئيس قسم علم النفس التربوي
كلية التربية - جامعة مدينة السادات

٢٠٢٣ م - ١٤٤٤ هـ

مستخلص الدراسة

الجامعة: جامعة مدينة السادات

الكلية: كلية التربية

القسم: علم النفس

عنوان الدراسة: الإسهام النسبي لكل من الذكاء الإنفعالي والتعاطف الذاتي في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية

الدرجة العلمية: ماجستير

الباحثة: سالي محمد محمد الشريف

إشراف: أ.د./أحمد ثابت فضل

مستخلص البحث:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين كلٍّ من الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي وقلق التصور المعرفي وكذلك الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بقلق التصور المعرفي من خلال الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتكوّنت عينة الدراسة من (٤٠٧) طالبًا وطالبةً بعمر زمني يتراوح ما بين (١٦-١٨) سنة، وتم تطبيق مقياس الذكاء الأنفعالي (إعداد أ.د./ فاروق السيد عثمان، محمد عبد السميع رزق، ٢٠٠١)، ومقياس التعاطف الذاتي (إعداد Neff, 2003a) ترجمة وتعريب رحاب طاحون، ٢٠٢٠) ، ومقياس قلق التصور المعرفي (إعداد أ.د./ أحمد ثابت فضل، د/ علاء سعيد الدرس)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعاطف الذاتي وقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما أسفرت نتائج الدراسة باستخدام اختبار (T-Test) عن وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الذكور والإناث علي بعد (التعاطف) في مقياس الذكاء الانفعالي لصالح الإناث، إلا أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الذكور والإناث علي أبعاد (المعرفة الانفعالية، وإدارة الانفعالات، وتنظيم الانفعالات، والتواصل) في مقياس الذكاء الانفعالي، و لا توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس التعاطف الذاتي المتمثلة

في (اللفظ الذاتي، اليقظة الذهنية، الإنسانية المشتركة، الحكم الذاتي، الإفراط في التعريف، العزلة) ، وأيضًا توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس قلق التصور المعرفي والدرجة الكلية للمقياس لصالح الإناث ، وأخيراً توصلت نتائج الدراسة إلى أنه يمكن التنبؤ بدرجة قلق التصور المعرفي بمعلومية درجات الذكاء الانفعالي و التعاطف الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية ، وتوصي الدراسة بضرورة تصميم برامج ارشادية داخل المدرسة لخفض قلق التصور المعرفي لدى الطلاب في مراحل التعليم المختلفة واستثمار سمة التعاطف الذاتي والذكاء الأنفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية: (الذكاء الانفعالي - التعاطف الذاتي - قلق التصور المعرفي).

ABSTRACT

The study aimed to reveal the relationship between emotional Intelligence, Self-compassion and Cognitive perception anxiety, as well as the extent to which Cognitive perception anxiety may be predicted by emotional Intelligence and Self-compassion among high school students. The study participants were (407) male and female students With a chronological age ranging between 16-18 years and the study instruments were the emotional Intelligence scale (prepared by Othman, Rizk, 2001), the Self-compassion scale (prepared by Neff,2003a), and The cognitive perception anxiety scale (prepared by Fadl, Aldros, 2021). 1) there is a statistically significant correlation between emotional Intelligence and Cognitive perception anxiety among secondary school students, 2) there is a statistically significant correlation between Self-compassion and Cognitive perception anxiety among secondary school students, The results of the study revealed that: 3) There are statistically significant differences between the average scores of males and females on the dimension (empathy) in the emotional intelligence scale in favor of females, 4) However, there are no statistically significant differences between the average scores of males and females on the dimensions (emotional knowledge, emotion management, emotion regulation, and communication) in the emotional intelligence scale, 5)and There are not statistically significant differences between the average scores of males and females in all dimensions of the Self-compassion scale represented in (self-kindness, mindfulness, common humanity, autonomy, over-definition, isolation). Finally, it can be concluded that the degrees of emotional Intelligence and Self-compassion of secondary school students can be used to predict the degree of Cognitive perception anxiety. Accordingly, it has been recommended that schools should provide counseling and enrichment programs to reduce cognitive perception anxiety at different stages of education, and

investing the characteristic of self-compassion and emotional intelligence in secondary school students.

Key words: Emotional intelligence, self-compassion, Cognitive perception anxiety.

أولاً: مقدمة الدراسة:

يُعد طلاب المرحلة الثانوية من أكثر الفئات التي قد تعاني من الاضطرابات النفسية ، حيث إن المرحلة الثانوية هي مرحلة انتقالية لدي الطالب وهي المرحلة التي تتفاوت فيها المشاعر والدوافع النفسية التي تحتاج إلي إرشاد وتوجيه نفسي من قبل المختصين النفسيين وذلك بالتعاون مع الأسرة والمدرسة ؛ لتحقيق التوازن النفسي لدي طلاب هذه المرحلة ،حيث تحتاج هذه الفئة الرعاية والاهتمام ليتمكنوا من الانخراط في مجتمعهم ومواجهة الحياة العملية والمشاركة في تطوير المجتمع.

فهذه المرحلة التي يمر بها الطلاب هي مرحلة المراهقة التي تعد أخطر مراحل النمو لدي الفرد، ومن هنا تقع علي عاتق هذه المرحلة تبعات أساسية وحيوية من حيث الوفاء بحاجات طلابها وميولهم من ناحية، والوفاء بحاجات المجتمع ومتطلباته التنموية من ناحية أخرى، وهذا بالإضافة لكونها محور اهتمام الطلاب وأسرهم، لأنها تمثل عنق الزجاجة الذي يتحدد خلالها مستقبلهم التعليمي والوظيفي (المياء الدسوقي، ٢٠٠٤، ٣٥).

فالقلق حالة نفسية وفسولوجية يمر بها معظم الطلاب والتي تؤثر في جميع النواحي المعرفية والإنفعالية والفسولوجية والإجتماعية لديهم ،وغالبا ما يكون القلق مصحوبا بمشاعر من الخوف وعدم الارتياح والتوتر ومن ثم يؤثر في العمليات العقلية لديهم من انتباه وإدراك وتذكر وتفكير بالإضافة إلي تأثيره علي سلوكهم وتفاعلهم الاجتماعي مع الآخرين ، وتتعدد انواع القلق ومنها قلق التصور المعرفي، فهو أحد أنواع القلق التي يتعرض لها الطالب في المرحلة الثانوية نتيجة إدراكه بأن بنيته المعرفية لا تستطيع تفسير المواقف والأحداث التي يمر بها وتعجز عن التنبؤ بالأحداث المهمة وتوقع المستقبل .

و قلق التصور المعرفي هو مجموعة من التغيرات في النواحي العقلية والمعرفية التي يدركها الفرد ويعبر عنها بصعوبة التركيز وعدم القدرة علي إتخاذ القرارات ،والشعور بعدم الأمان، وفقر الحساسية، والأرق ،والكوابيس والتي تحدث نتيجة إدراك الفرد لمثير أو موقف له إنه يمثل موقف تهديد له (راهبة العادلي، ١٠٠، ٢٠١٠).

ويتمتع طلاب المرحلة الثانوية بالعديد من المهارات والكفاءات الانفعالية التي تمكنه من التعامل وتنظيم انفعالاته وشعوره وتوجيهها في المواقف التي يتعرض لها بكفاءة .

ويتضمن الذكاء الانفعالي العديد من المهارات الفردية والميول، يشار إليها بالمهارات داخل الشخص وبين الأشخاص، والتي تقع خارج نطاق المجالات التقليدية للمعرفة الخاصة والذكاء العام والمهارات الفنية، ولكي يؤدي الفرد وظائف كاملة ويكون متوازناً فلا بد أن يتمتع بالذكاء التقليدي والذكاء الانفعالي، والفرد يجب أن يكون قادراً على تنمية علاقاته الشخصية والمحافظة عليها (محمد هلال، ١٩٩٩، ٥٥).

كما أن الطلاب في هذه المرحلة بحاجة إلي فهم ما يمرون به من الآلام ومعاناة والتفكير في وسيلة لتخطي هذه المعاناة والفشل ويتضح ذلك من خلال التعاطف الذاتي الذي يعد سمة من سمات الشخصية الايجابية والحامي من الآثار السلبية للحياة الضاغطة التي يحيها الفرد.

فالتعاطف الذاتي عامل ذاتي يتضمن رافة الفرد بنفسه، وعدم إلقاء اللوم عليها في مواقف الشدة والخبرات غير السارة، حيث انه أحد الخصائص الذاتية للفرد التي تجعله متفهماً نفسه ومشاعره وافكاره في حالات الألم والشدة، بدلاً من أن يكون شديد النقد الذاتي، وكذلك يشمل محاوله الفرد لتخطي تلك المواقف والخبرات بإيجابية، ومن ثم يعد التعاطف الذاتي أحد مؤشرات الصحة النفسية للفرد، ويتضمن موقفاً انفعالياً إيجابياً نحو الذات في اثناء التعثر والإخفاق أو الاضطراب، أو عندما يفشل الفرد أو يشعر بالنقص، كما يزود الفرد بالمرونة الانفعالية، وينظر إلى مفهوم التعاطف الذاتي على أنه دافع اجتماعي إيجابي يتضمن العديد من الصفات كالتعاطف، وتحمل المشقة، والكفاءة الشخصية؛ مما يساعد الفرد على مواجهة الضغوط وحل المشكلات، ويعزز بداخله الدافعية لتحقيق أهدافه (Zhang & Wang, 2019, 55).

وتشير الأدلة النظرية إلي أنه يمكن التنبؤ بقلق التصور المعرفي من خلال التعاطف الذاتي والذكاء الانفعالي، حيث توصلت دراسة أريج المحضار (٢٠٢٢) إلي الكشف عن طبيعة العلاقات الارتباطية بين التعاطف الذاتي بأبعاده الإيجابية وأبعاده السلبية وبين درجة القلق والمشاعر الإيجابية والسلبية لدى طلبة الجامعات السعودية خلال فترة جائحة فيروس كورونا في عام ٢٠٢٠، وتوصلت الدراسة إلي وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة بين الدرجة الكلية للتعاطف مع الذات والشعور السلبي والقلق بإعتباره حالة عامة يتضمن عدة أنواع من ضمنها قلق التصور المعرفي، وتوصلت دراسة سعد الحارثي (٢٠١٩) إلي وجود علاقة ارتباطية سلبية ودالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وأعراض القلق لدى عينة الدراسة، كما جاءت درجة اليقظة العقلية لديهم (متوسطة)، وأيضاً كانت أعراض القلق لديهم (متوسطة)، وفي إطار العلاقة بين قلق التصور المعرفي والذكاء الانفعالي، توصلت دراسة Sakrak (2009) إلي وجود ارتباط سلبي بين الذكاء الانفعالي وقلق اللغة الاجنبية بإعتبارها نمط من أنماط القلق المعرفي .

ثانياً: مشكلة الدراسة:

من خلال الاطلاع علي البحوث والدراسات السابقة والتي أشارت إلي وجود علاقات دالة بين قلق التصور المعرفي والتعاطف الذاتي والذكاء الانفعالي ومن ثم يتضح الامر يستدعي دراسة الإسهام النسبي لكل من الذكاء الإنفعالي والتعاطف الذاتي في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية وذلك لما لهذه المتغيرات من أهمية في شخصية الطلاب وتأثير في حياتهم الشخصية والعملية .

وتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي :

ما الإسهام النسبي لكل من الذكاء الإنفعالي والتعاطف الذاتي في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب بالمرحلة الثانوية ؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة التالية :

١. ما علاقة كل من الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية؟

٢. ما الفروق في مستوي كل من قلق التصور المعرفي والتعاطف الذاتي و الذكاء الإنفعالي لدي طلاب المرحلة الثانوية طبقاً للمتغير الديموغرافي الجنس (ذكور - إناث) ؟

٣. ما امكانية إسهام الذكاء الانفعالي في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية ؟

٤. ٣. ما امكانية إسهام التعاطف الذاتي في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية ؟

٥. ٣. ما امكانية إسهام كل من الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي معاً في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية ؟

ثالثاً: أهداف الدراسة:

تحدد أهداف الدراسة فيما يلي :

١. التعرف علي العلاقة بين الذكاء الانفعالي وقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية.

٢. التعرف علي العلاقة بين التعاطف الذاتي وقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية.

٣. التعرف علي الفروق في مستوي قلق التصور المعرفي والتي تُعزي إلي الاختلاف في المتغير الديموغرافي الجنس (ذكور -إناث) .

٤. التعرف علي مدي إمكانية التنبؤ بقلق التصور المعرفي من خلال الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي لدي طلاب المرحلة الثانوية .

رابعاً: أهمية الدراسة:

تحدد أهمية الدراسة من الناحيتين النظرية والتطبيقية علي النحو الآتي:

أ- الأهمية النظرية :

1. تناول شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم طلاب المرحلة الثانوية، والذين يجب الإهتمام بهم ودراسة المشكلات التي يتعرضون لها لدور مرحلة التعليم الثانوي في تنمية المهارات المعرفية الأساسية .
2. تسهم الدراسة الحالية في إلقاء الضوء علي متغير مهم وهو قلق التصور المعرفي، والذي يؤثر في إدراك الفرد للأحداث والمواقف التي يتعرض لها.
3. ندرة الدراسات التي تناولت بالبحث والدراسة متغير قلق التصور المعرفي في البيئات العربية والأجنبية لدي طلاب المرحلة الثانوية - وذلك في حدود علم الباحثة - مما يسهم في فتح آفاق بحثية مستقبلية في هذا المتغير لدي عينة الدراسة لما يقع علي عاتقهم من ضغوط وما يواجههم من تحديات تؤثر علي صحتهم الجسمية والنفسية .

ب- الأهمية التطبيقية :

1. يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في بناء برامج إرشادية لخفض قلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية .
2. الاستفادة من الدراسة الحالية في دراسات لاحقة تسهم في الكشف عن المزيد من العلاقات الارتباطية بين قلق التصور المعرفي وغيره من المتغيرات لدي طلاب المرحلة الثانوية .
3. الإهتمام بتطبيق مقاييس الدراسة المتمثلة في مقياس قلق التصور المعرفي ومقياس الذكاء الانفعالي ومقياس التعاطف الذاتي وليس فقط الإهتمام بتطبيق المقاييس ولكن بمدي فاعلية هذه المقاييس في قياس متغيرات الدراسة .
4. توجيه الانتباه لعينة الدراسة - طلاب المرحلة الثانوية - والإهتمام بالمشكلات البحثية الخاصة بهم

خامسا: مصطلحات الدراسة الإجرائية:

أ-قلق التصور المعرفي cognitive perception anxiety:

يُعرفه أحمد فضل وعلاء الدرس (٢٠٢١، ٦٠) بأنه حالة من التوتر وعدم الإرتياح لدي التلميذ تبدو في الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي، وعجز في تفسير الأحداث والمواقف، وعجز في توقع المستقبل. وإجرائيا: "بالدرجة التي يحصل عليها الطالب علي مقياس قلق التصور المعرفي".

ب-التعاطف الذاتي Self-Compassion:

يُعرف (Neff (2003a,93) التعاطف الذاتي بأنه "وسيلة تكيفية للذات عندما نفكر في أوجه القصور الشخصية أو مواقف الحياة الصعبة".

وإجراءيا: "بالدرجة التي يحصل عليها الطالب علي مقياس التعاطف الذاتي".

ج-الذكاء الإنفعالي Emotional Intelligence:

ويُعرف فاروق عثمان (٢٠٠١، ١٧٤) الذكاء الإنفعالي بأنه "القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة".

وإجراءيا: "الدرجة التي يحصل عليها الطالب علي مقياس الذكاء الانفعالي".

سادسا:محددات الدراسة:

- المحددات الموضوعية:تتحدد الدراسة الحالية بموضوع الاسهام النسبي لكل من الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي في التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية .
- منهج الدراسة: اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة علي المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي.
- عينة الدراسة: تكوّنت عينة الدّراسة من (407) طالباً وطالبة بالمرحلة الثّانويّة بعمر زمني يتراوح ما بين ١٦-١٨ سنة.
- المحددات المكانية: قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدّراسة في ثلاث مدارس بمحافظة المنوفية مركز مدينة السّادات، وهي: (مدرسة السّادات الثّانويّة بنات، ومدرسة العاشرة الثّانويّة بنات، ومدرسة الفاروق عمر الثّانويّة بنين).
- المحددات الزمانية:تم تطبيق أدوات الدراسة في نهاية الفصل الأول للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) خلال شهر أكتوبر.

الاطار النظري:

أولاً: مفهوم قلق التصور المعرفي

يعتبر قلق التصور المعرفي احد الظواهر النفسيه والمعرفيه غير مرغوبه في مجابهته المواقف الاجتماعيه التي يحدث فيها فشل او احراج تدفع الطالب الى خلق اكاذيب لاقتناع نفسه باشياء غير حقيقيه، ويعتقد بعض المنظرين أن هذا القلق ناتج من خداع الذات الذي يكون في الجوهر (الذات) امرا خاطئاً لكنه نافعاً في نفس الوقت فهو يساعد التلميذ على رضا في دراسته والشعور بالسعادة (أمل عايز، وهيفاء علي، ٢٠١٥، ٢٦٤).

يُعرف (Kelly (1955,28) قلق التصور المعرفي بأنه إدراك الفرد بأن نظامه التفسيري (المعرفي) لا يستطيع تغطية الوقائع اليومية و يعجز عن إدراك وتوقع الأحداث والمواقف المهمة وتوقع المستقبل وقد ينتج عنه استجابات إنفعالية غير منطقية كما أنه أسلوب معرفي ذاتي يحدد من خلاله الفرد فيما إذا كان هناك تهديد حقيقي ام لا.

كما يذكر (May (1977,48) قلق التصور المعرفي بأنه إداك التهديد لبعض القيم التي يعتبرها الشخص جوهرية لوجوده شخصيا وهي حالة ذاتية يدرك الفرد فيها أن وجوده يمكن أن يتحطم وأنه يمكن أن يفقد نفسه وعالمه وأنه سيصبح عدم.

كما تشير داليا عبد الوهاب و نبيل أحمد (٢٠١٧، ٧٠٨) إلي قلق التصور المعرفي بأنه رأي، التلميذ في أن لديه قصور في الخبرة التعليمية والعلمية، والفشل في مواجهة الانجاز الأكاديمي والشك في استخدام التكنولوجيا الحديثة.

ويُعرف أحمد فضل وعلاء الدرس (٢٠٢١، ٦٠) بأنه حالة من التوتر وعدم الإرتياح لدي التلميذ تبدو في الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي، وعجز في تفسير الأحداث والمواقف، وعجز في توقع المستقبل.

أبعاد قلق التصور المعرفي:

-العجز عن تفسير الأحداث والمواقف

يذكر (George Kelly) إلي أن لكل واحد منا نظراته للعالم وللأحداث من حوله وهذه النظرات توجه الفرد خلال تعامله مع الأحداث ومع المحيطين، ويشير كيلي أننا ننظر للعالم من خلال قوالب وأنماط شفافة، نعمل على إيجاد هذه القوالب والأنماط ثم نحاول نسبها الى الوقائع التي يتألف منها هذا العالم، ويسمي كيلي هذه القوالب باسم البناءات او التراكيب وتعرف بأنها " تمثيل أو تفسير لحادثه ما أو واقع ما" حيث تضم الأحداث الحقيقية وتتضمن التراكيب أحداث مستقبلية، وحين نغير التراكيب و البناءات ونعدلها فإننا نعدل سلوكنا وتصرفاتنا من أجل إنشاء تركيب معين (محمد عبدالله، ٢٠٢١، ١٠٨)، ويذكر (أحمد فضل، علاء الدرس، ٢٠٢١، ٦٧) أن ادراك الطالب للحدث له دور مهم في عملية القلق، ولذلك يشعر الطالب بالقلق كلما ادرك أن المواقف والأحداث التي تواجهه خارج مدى الملائمة مع بناءه المعرفي، وعندها يعتبر مثيراً للخطر ومن هنا فان الادراك يكون وسيطا بين المثير والقلق، مما يجعل الطالب في حاله توتر قد يعجز عن ادراك والأحداث المستقبلية وما ينتج عنها استجابات إنفعالية غير منطقية.

٢-الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي

يشير صلاح الدين علام (٢٠٠٠، ٣٠٥-٣٠٦) إلى الإنجاز الأكاديمي هو درجة الإكتساب التي يحققها فرد أو مستوى النجاح الذي يحرزها أو يصل اليه في ماله دراسية أو مجال تعليمي معين، فالإختبارات التي يطبقها المعلم على طلابه على مدار العام مثل الرياضيات أو اللغة العربية أو الحاسوب يفترض انها تقيس التحصيل الأكاديمي والدراسي لديه، ويُعرفه (عمر نصر الله، ٢٠٠٤، ١٥) بأنه نوع من التحصيل الذي يتعلق بدراسه أو تعلم العلوم والمواد الدراسية المختلفة، والعلامة التي يحصل عليها الطالب في امتحان مقنن يتقدم اليه عندما نطلب منه ذلك أو يكون حسب التخطيط والتصميم المسبق.

٣-العجز عن توقع المستقبل

تذكر زينب شقير (٢٠٠٥، ٥) أن مفهوم الخوف من المستقبل والقلق ظهر منذ منتصف القرن الماضي حيث بدأت دراسات تجاه المستقبل تحت مسميات عديدة ويرتبط قلق المستقبل بسمة القلق العام، صورة سلبية لتوقعات النواتج القادمة من النزوع لتوقعات إيجابية، يعرف بأنه "خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف ادراكي للواقع والذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية، فيشعر الفرد بحالة من التوتر وعدم الارتياح، مما يدفعه لتدمير الذات والعجز وتعميم الفشل وتوقع الكوارث وتؤدي بالفرد الى حاله من التشاؤم من المستقبل والتفكير والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية".

وتبنت الدراسة الحالية الأبعاد السابقة لقلق التصور المعرفي لما تبين من وجود علاقة بمتغيرات الدراسة .

النظريات والنماذج المفسرة لقلق التصور المعرفي:

يوجد مجموعة من النظريات والنماذج التي فسرت قلق التصور المعرفي وهي كالاتي:

١-نظرية جيك وآخرون (Cheek,1986) العمليات المعرفية وفوق المعرفية Theory of cognitive and supercognitive processes

تري هذه النظرية أن التأثيرات المعرفية السلبية ناتجة عن القلق مثل التفكير السلبي الذي يقلل من قيمة الذات ويكون القلق سبب أو نتيجة لبعض الظواهر النفسية فقد ينجح الشخص إزاء إحساسه بالتوتر والإحباط في لوم ذاته و التقليل من شأنها وإدراك ذاته بشكل سلبي غير حقيقي مخالفا للواقع (هيثم العبيدي، ١٩٩٩، ٧).

٢-نظرية ماي (Rolo may,1994) :

يذكر ماي في نظريته أن القلق ينشأ نتيجة التصادم بين الوجود والتهديد بعدم الوجود (الفناء) وهذا الشعور الذي يعتبر غير سار يزداد عندما يحاول الفرد إثبات وجوده ويكافح من أجل تحقيق ذلك، أو قد يكتب الفرد شعوره بأنه سينتهي يوماً بالموت ويحاول تقادي ذلك الشعور عن طريق الانسجام الاجتماعي، ولكن الشعور السوي هو تقبل عدم كجزء لا يفصل عن الوجود والاعتراف بالقلق من العدم، واستخدامه كقوة دافعة للعيش. (محمد بني يونس، ٢٠٠٩، ٢٨٢).

ثانياً: مفهوم التعاطف الذاتي

يُعرف (Neff, 2003a, 93) التعاطف الذاتي بأنه "وسيلة تكيفية للذات عندما نفكر في أوجه القصور الشخصية أو مواقف الحياة الصعبة".

وأشار (Neff & Lamb, 2009, 2) إلي أن التعاطف الذاتي هو انفتاح انفعالي و عقلي على الناس لمعالجة الجوانب السلبية في الذات والخبرات المؤلمة التي تمر بها الذات للتمكن من التحرر من القيود الانفعالية الناجمة عنها، والوصول إلى حالة من السعادة النفسية، كما أنها شكل من أشكال المساندة الذاتية للفرد تجاه معوقاته، وأزماته، وضغوطه، أو أنها الدعم الموجه من الذات للذات في أثناء الأزمات، والذي يتمثل في الحنو على الذات والرفق بها، والبعد عن النقد الذاتي، والتعامل مع الأزمات بموضوعية، ورؤيتها في إطار خبرات إنسانية مشتركة، والوعي بالأفكار والمشاعر والانفعالات، ومراقبتها بانفتاح وتفهم دون إصدار أحكام تلقائية سلبية، واتجاه إيجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة أو التي يشعر فيها الفرد بالإخفاق، وينطوي على اللطف وعدم نقدها، وفهم خبراتها كجزء من الخبرات الإنسانية التي يعاني منها أغلب البشر، مع معالجة المؤلمة منها بوعي وعقل منفتح.

ويذكر (Rase, Neff, Gucht, 2011) أن التعاطف مع الذات يعني استراتيجية إيجابية لعلاقة الذات بالذات في أوقات الشدة والمعاناة، سواء كانت المعاناة ناتجة عن الفشل أو عدم الكفاءة المدركة، أو الصعوبات المتعلقة بالحياة العامة وعبر عنه بالحنو تجاه الذات، مقابل الحكم عليها، والإنسانية المشتركة مقابل العزلة، واليقظة مقابل التوحد مع الألم.

كما أشار فتحي الضبع (٢٠١٨، ٥٨٨) إلي التعاطف مع الذات بأنه شكل من أشكال المساندة الذاتية للفرد تجاه معوقاته، وأزماته، وضغوطه، أو أنه الدعم الموجه من الذات للذات Self to Self أثناء الأزمات، والذي يتمثل في الحنو على الذات، والرفق بها، والبعد عن النقد الذاتي، والتعامل مع الأزمات بموضوعية، ورؤيتها في إطار خبرات إنسانية مشتركة، والوعي بالأفكار والمشاعر والانفعالات، ومراقبتها بانفتاح وتفهم دون إصدار أحكام تلقائية سلبية.

أبعاد التعاطف الذاتي:

أشار (Neff) إلي أن للتعاطف الذاتي ثلاث ابعاد تتفاعل مع بعضها لتكون مفهوم التعاطف
الذاتي وهي كالآتي:

١. اللطف الذاتي Self-Kindness مقابل الحكم الذاتي Self-Judgment:

فعندما يفهم الفرد ذاته في المواقف المؤلمة بدلا من إلقاء اللوم عليها والقسوة عليها فان ذلك يساعده
على التعامل مع الخبرات السلبية التي يمر بها بموضوعية من خلال الفهم والدفء العاطفي نحو الذات،
وخصوصا عندما يواجه الفرد معاناة ما، أو فشل في تحقيق أمر ما، وذلك بدلا من جلد الذات بالحكم
عليها بقسوة فتزداد معاناته، وقد تتخذ أشكالا من والإحباط (Neff, 2003a, 228).

٢. الإنسانية المشتركة Common Humanity مقابل العزلة Isolation:

أشار (Neff, 2003, 85) إلي أن الإنسانية المشتركة عبارة عن رؤية الفرد لخبراته الخاصة كجزء
من الخبرة الإنسانية الكبيرة بدلا من رؤيتها كتجربة فردية معزولة ومنفصلة عن رؤية وتجربة الآخرين.
والتفكير بهذه الطريقة يجعلنا نشعر بالوحدة والعزلة، وهذا ما يزيد من المعاناة، ولكن مع الشفقة
بالذات يقلل الفرد من توجهه نحو الكمالية، ويدرك الفرد بأن النقص والقصور جزء من الوجود البشري؛
وبالتالي وبغض النظر عن صور المعاناة والإخفاقات في الحياة يندمج الشخص في الحياة مرحبا بها
ومقبلا عليها بحس إنساني يأخذ بيده لكل ما يمكن أن يعبر به (Neff & Mcgehee, 2010, 22).

٣. اليقظة العقلية Mind Full مقابل التوحد المفرط Over-Identification:

وتعني إحكام العقل وموازنة الأمور في الحكم علي المواقف المؤلمة بدلا من التعمق فيها وإصدار
الأحكام سلبية مسبقة علي الذات.
حيث يكون الفرد على وعي بطبيعة و حدود خبرات حياته في اللحظة الراهنة بطريقة واضحة
ومتزنة، مع عدم تجاهله لأخطائه واخفاقاته وأوجه قصوره ومظاهر ضعفه والغرق مع اجترار الأام أو كره
ذاته وتأنيبها (Brown & Ryan, 2003, 822).
وتبنت الدراسة الحالية الأبعاد السابقة للتعاطف الذاتي لما تبين من وجود علاقة بمتغيرات
الدراسة .

النظريات والنماذج المفسرة للتعاطف الذاتي:

يوجد مجموعة من النظريات والنماذج التي فسرت التعاطف الذاتي وهي كالآتي:

١- نظرية تنظيم الذات (self-regulatory):

يوضح (Bandura, 1991, 248) أن هذه النظرية تفسر مفهوم التعاطف الذاتي علي أساس متغير الكفاءة وخطط تنظيم الذات، حيث أن لكل فرد قواعد وإستجابات معينة خاصة بأدائه، وفي غياب تلك المحددات الخارجية او ما يراقب سلوك الافراد فإنهم يحققون أهداف الأداء ويضعونها لأنفسهم، وعندما يخفقون في تحقيقها فإنهم يقومون بنقد ذواتهم على أساس عدم القدرة على الوصول الى مستوى هذه المعايير، اما إذا ما وصلوا الى مستوى هذه المعايير فإن تكريمهم يكون ذاتياً من خلال الرضا عن الذات والإقتناع بأنفسهم وعلى أساس هذه النظرية فان عملية تنظيم الذات هي المعيار الأساس لعملية التعاطف الذاتي فعند الإخفاق في تحقيق المعايير الصعبة أو صعبة المنال قد يلجأ الشخص إلى إعادة تنظيم ذاته من خلال عملية التعاطف عليها واستبعاد المعايير السابقة وتحديد معايير جديدة تتمكن الذات من تحقيقها والوصول إليها وبذلك نحقق الرضا على ذواتهم والإقتناع بها كما هو الحال عندما يفشل الشخص في دراسة الطب ومن ثم يتجه إلى دراسة الهندسة.

٢- نظرية التعاطف الذاتي لنيف (Neff) (٢٠٠٣):

يشير (Neff) إلى أهمية التعاطف الذاتي في نجاح عملية العلاج النفسي، وفي تعزيز الكفاية المدركة و الصحة العقلية لدى الأفراد ومواجهة الضغوط المؤلمة وهذا ما اكده (Leary)، بأن الأشخاص المتعاطفين ذاتياً لديهم إستجابات توافقية ومرونة فكرية أكبر لكل الصعوبات اليومية والحياتية المختلفة من أولئك الذين يكون التعاطف الذاتي لديهم منخفض (Leary, 2007, 887-904).

ثالثاً: مفهوم الذكاء الانفعالي

أختلفت تعريفات الذكاء الإنفعالي وتعددت وبالتالي إختلفت نظرياته وطرق قياسه تبعاً للإختلافات في تلك التعريفات وسوف تستعرض الباحثة بعض تلك التعريفات وهي كالاتي:

يُعرف (Goleman (1995, 271) الذكاء الإنفعالي بأنه " مجموعة من المهارات الانفعالية التي يتمتع بها الفرد، واللازمة للنجاح في القطاعات المهنية وفي مواقف الحياة المختلفة " .

ويُعرف (Bar – on (1997, 14) الذكاء الانفعالي بأنه "نسق من القدرات غير المعرفية والكفاءات والمهارات المؤثرة في سلوكيات الأفراد والتي تمكنهم من مجابهة المتطلبات والضغوط التي تواجههم في بيئاتهم".

ويُعرف (Mayer & Salovey (1997, 10) الذكاء الانفعالي بأنه " قدرة الفرد على إدراك عواطفه وانفعالاته وتنظيمها وتولدها واستخدامها كعامل مساعد في التفكير، وأيضاً قدرته على فهم عواطف الآخرين بالصورة التي تدعم نموه العقلي والانفعالي".

ويبين (Martinez 2000,334) أن الذكاء الانفعالي هو "عملية ذاتية يومية يمارسها الفرد ويشمل الدافعية، التخطيط، الهدف، استخدام الأساليب والاستراتيجيات المختلفة وتقييم الذات وإقامة علاقات ناجحة مع الآخرين وقدرة الفرد على مواجهة المشكلات والقدرة على ضبط النفس والتحكم في الانفعالات".

كما يذكر فاروق عثمان (١٧٤، ٢٠٠١) أن الذكاء الإنفعالي يعني " القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة".

كما أشار عبد الله الزهراني (٢٠١٤، ٧٦٥) إلي أن الذكاء الإنفعالي يعني " إدراك الفرد لمشاعره ووعيه بها وفهمه لها،وقدرته علي تنظيم إنفعالاته وضبطتها والتحكم فيها، واستخدام المعرفة الوجدانية لزيادة الدافعية، ولتحسين المهارات وتطوير السلوكيات الإيجابية والتفاعل الإجتماعي والتعاطف مع مشاعرهم".

أبعاد الذكاء الانفعالي لفاروق عثمان ومحمد عبد السميع(١٩٩٨):

يذكر فاروق عثمان و محمد عبد السميع (١٩٩٨، ١٠-١١) أن للذكاء الانفعالي خمسة أبعاد أساسية وهي كالآتي:

١-المعرفة الانفعالية Emotional cognitive:

تتمثل في القدرة على الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها،والوعي بالعلاقة بين الافكار والمشاعر والاحداث،وهي الركيزة الاساسيه للذكاء الانفعالي.

٢-إدارة الانفعالات Management emotions :

وتتمثل في القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها الى انفعالات إيجابية، و هزيمة الوقت والاكنتاب وممارسة مهارات الحياه بفاعلية.

٣-تنظيم الانفعالات Regulating emotions:

تتمثل في القدرة على تنظيم المشاعر والانفعالات وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتوافق واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات، وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى.

٤-التعاطف Empathy:

وتتمثل في القدرة على ادراك وفهم الانفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعاليا وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتناغم معهم والاتصال بهم دون أن يكون السلوك محملا بالانفعالات الشخصية.

٥-التواصل Communications:

وتتمثل في القدرة على التأثير الإيجابي على الآخرين عن طريق ادراك انفعالاتهم ومشاعرهم ومعرفة متى تقود ومتى تتبع الآخرين وتساندهم وتتصرف معهم بطريقه لائقة.

وتبنت الدراسة الحالية الأبعاد السابقة للذكاء الانفعالي لما تبين من وجود علاقة بمتغيرات الدراسة .

النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي:

يوجد مجموعة من النظريات والنماذج التي فسرت الذكاء الانفعالي وهي كالآتي:

١- نموذج بار - أون للذكاء الانفعالي Bar - On model:

ويوضح هذا النموذج وجود تداخل بين الذكاء الإنفعالي وسمات الشخصية، وقد عرف الذكاء الإنفعالي على أنه مكون يشتمل على مجموعة من الكفاءات غير المعرفية noncognitiv competencies، حيث أنالذكاء الانفعالي حسب هذا النموذج يتكون من خمسة كفاءات لا معرفيه وهي (كفاءات لامعرفية ذاتية، كفاءات ضرورية للعلاقة بين الاشخاص، القدرة علي التكيف، القدرة علي إدارة الضغوط والتحكم فيها، المزاج العام)(Bar -on,2000,16).

٢- نموذج ماير وسالوفي للذكاء الإنفعالي (Mayer & Salovey (١٩٩٠):

ينظر ماير وسالوفي للذكاء الانفعالي علي أنه قدرة عقلية حيث تم تعريفه نظرياً بطريقة تجعله أكثر تميزاً عن الذكاء التقليدي (العقلي المعرفي)، فالذكاء الانفعالي أوسع من الذكاء الاجتماعي حيث يتضمن المشاعر الداخلية الخاصة بالنمو الشخصي، ومن ناحية أخرى أن الذكاء الوجداني يركز على الجوانب الانفعالية (العاطفية) للمشكلات مقارنة بالذكاء الاجتماعي الذي يركز على الجوانب الاجتماعية (السيد السمذوني، ٢٠٠٧، ١٠٧)، ويرى (ملاذ الرحال، ٢٠٠٨، ١٦) أن الذكاء الإنفعالي وفقاً لهذا النموذج قدرة معرفية وجدانية، أي أنه قدرة معرفية متصلة بالانفعالات وتشمل قدرة الفرد على التعرف على المعلومات التي تحملها الانفعالات وتناولها واستغلالها في الموقف المناسب.

٣- نموذج دانيال جولمان للذكاء الانفعالي (١٩٩٥): Danial Goleman

أعتمد جولمان في نمودجه علي عمل مايروسالوفي (١٩٩٠)، إلا أنه يعتبر من النماذج المختلطة Mixed models التي تمزج بين قدرات الذكاء الانفعالي مع سمات وخصائص الشخصية متمثلة في

خصائص الصحة النفسية للسعادة Well-being، والدافعية والقدرات التي تجعل الفرد فعالاً في المشاركة الاجتماعية، و الذكاء الانفعالي حسب هذا النموذج يتكون من خمسة أبعاد وهي (الوعي بالذات، إدارة الانفعالات، حفز الذات، التعاطف، التعامل مع الاخرين)(Goleman, 2001,66).

الدراسات السابقة:

الدراسات التي تناولت قلق التصور المعرفي في علاقتها بالتعاطف الذاتي والذكاء الانفعالي:

١. قدم Muris et al.,(2016) دراسة تهدف إلي الكشف عن طبيعة العلاقات بين التعاطف الذاتي وإحترام الذات والفعالية الذاتية وإضطرابات القلق والإكتئاب لدي المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (١٣٢) مراهقا تتراوح أعمارهم بين(١٢-١٧) سنة، وتم إستخدام مقياس التعاطف الذاتي (إعداد الباحث)، وأظهرت النتائج أن هناك علاقات إيجابية مع إحترام الذات والفعالية الذاتية وأن هناك ارتباطات سلبية بين التعاطف الذاتي والقلق والاكتئاب حيث أن الطلاب الذين سجلوا درجات عالية من مقياس التعاطف الذاتي أظهروا أقل سلبية وموقفا أكثر قبولا من الطلاب الذين سجلوا درجات منخفضة من مقياس التعاطف الذاتي.

٢. وأتجهت دراسة سعد الحارثي(٢٠١٩) إلي التعرف على درجة كل من اليقظة العقلية وأعراض القلق والعلاقة بينهما لدى طلاب الكلية التقنية بمحافظة بيشة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٤) من طلاب الكلية التقنية بمحافظة بيشة، وتم استخدام مقياس اليقظة العقلية (محمد عبد العظيم، ٢٠١٧) ومقياس أعراض القلق (إعداد الباحث)، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أبرزها: وجود علاقة ارتباطية سلبية ودالة إحصائياً بين اليقظة العقلية وأعراض القلق لدى عينة الدراسة، كما جاءت درجة اليقظة العقلية لديهم (متوسطة)، وأيضاً كانت أعراض القلق لديهم (متوسطة) وأكثرها انتشاراً الأعراض النفسية ثم الأعراض الجسمية، وقد وجدت فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي اليقظة العقلية في أعراض القلق لصالح منخفضي اليقظة العقلية، وتعمل اليقظة العقلية كمنبأ بأعراض القلق.

٣. كما أجري فتحي الضبع(٢٠٢١) دراسته التي هدفت إلي التعرف على فعالية برنامج إرشادي إلكتروني قائم على التعاطف الذاتي في خفض القلق متعدد الأوجه للحجر المنزلي أثناء جائحة كورونا لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (١٣) طالباً بكلية التربية، جامعة الملك خالد، متوسط أعمارهم الزمنية (٢٠.٣١) سنة بانحراف معياري قدره (٠.٩٥)، قسموا عشوائياً إلى مجموعتين: تجريبية (٧) طلاب، وضابطة (٦) طلاب، وتم إستخدام مقياس القلق متعدد الأوجه للحجر المنزلي، والبرنامج الإرشادي الإلكتروني القائم على التعاطف مع الذات، وهما من إعداد الباحث، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين: القبلي، والبعدي

في القلق متعدد الأوجه في اتجاه القياس القبلي، وبين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين: الضابطة، والتجريبية في القياس البعدي في القلق متعدد الأوجه في اتجاه المجموعة الضابطة، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين: البعدي، والتتبعي في القلق متعدد الأوجه، وهذا يعني فعالية البرنامج الإرشادي القائم بالتعاطف مع الذات في تحقيق أهدافه.

٤. وقدمت أريج المحضار (٢٠٢٢) دراسة تهدف إلى الكشف عن طبيعة العلاقات الارتباطية بين التعاطف الذاتي بأبعاده الإيجابية وأبعاده السلبية وبين درجة القلق والمشاعر الإيجابية والسلبية لدى طلبة الجامعات السعودية خلال فترة جائحة فيروس كورونا في عام ٢٠٢٠، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة في المرحلة الجامعية، وتم استخدام مقياس التعاطف الذاتي وفقاً لتصوير نيف (Neff, 2003) ومقياس التقييم الذاتي للقلق (NA, Human Resources) ومقياس الشعور السلبي والإيجابي (Waston, Clark & Tellegen, 1988)، وأظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الأبعاد الإيجابية للتعاطف مع الذات والشعور الإيجابي، وعلاقات سالبة دالة إحصائياً بين الأبعاد السلبية للتعاطف مع الذات مع الشعور الإيجابي. بينما وجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الأبعاد الإيجابية للتعاطف مع الذات وكل من القلق والشعور السلبي، ووجدت علاقات موجبة دالة إحصائياً بين الأبعاد السلبية للتعاطف مع الذات وكل من القلق والشعور السلبي، كما وجدت علاقات ارتباطية موجبة دالة بين الدرجة الكلية للتعاطف مع الذات والشعور الإيجابي، وعلاقات ارتباطية سالبة دالة بين الدرجة الكلية للتعاطف مع الذات والقلق والشعور السلبي. وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات الطالبات والطلاب في الأبعاد السلبية للتعاطف مع الذات والقلق، والشعور السلبي، وذلك لصالح الطالبات، ووجود فروق بينهم في الشعور الإيجابي لصالح الطلاب. كما وجدت فروق دالة بينهم في الدرجة الكلية للتعاطف مع الذات لصالح الطلاب. ولم تظهر النتائج أي فروق ذات دلالة إحصائية بناءً على المستوى الدراسي للطلاب والطالبات، ولكن أظهرت النتائج فروقاً دالة إحصائياً بين التخصصات الأدبية والعلمية في أبعاد التعاطف مع الذات السلبية (الحكم الذاتي، العزلة) والقلق، والشعور السلبي لصالح التخصصات العلمية، وفروقاً بين الدرجة الكلية للتعاطف مع الذات لصالح التخصصات الأدبية. وفسر كل من القلق والشعور الإيجابي والسلبي (٥١,٩٪) من التباين الكلي للتعاطف مع الذات.

٥. هدفت دراسة سهام عليوة (٢٠١٨) إلى التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات تنظيم الانفعال والاضطرابات النفسية (القلق النفسي، الضغوط النفسية، الكمالية العصابية) لدى المراهقين الموهوبين، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٨) طالباً وطالبة ممن تراوحت أعمارهم من (١٥ - ١٦) سنة

بمتوسط عمري (١٥.٦) عاما، وانحراف معياري (١.٣)، واستخدمت الدراسة مقياس التنظيم الانفعالي، وقائمة الاضطرابات النفسية للمراهقين الموهوبين، وقائمة الكشف عن المراهقين الموهوبين واستمارة جمع البيانات وجميعهم من أعداد الباحثة، واختبار تفهم الموضوع (TAT) إعداد موراى ومورجان (Murray & Murgan 1935)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على قائمة الاضطرابات النفسية (القلق النفسي - الكمالية العصابية - الضغوط النفسية) وكل من استراتيجيات تنظيم الانفعال (كبت التعبير الانفعالي، اجترار الأفكار، لوم الذات، لوم الآخرين، التفكير الكارثي) كما توجد علاقة توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على قائمة الاضطرابات النفسية (القلق النفسي - الكمالية العصابية - الضغوط النفسية) وكل من استراتيجيات التنظيم الانفعالي (إعادة التقييم المعرفي، التقليل من أهمية الأشياء، لإلهاء، المشاركة الاجتماعية، إعادة التركيز الإيجابي، رؤية الموضوع من منظور آخر)، كما أمكن التنبؤ بالقلق النفسي من خلال استراتيجيات التفكير الكارثي واجترار الأفكار، وبالضغوط النفسية من خلال استراتيجيات لوم الآخرين ولوم الذات، وبالكمالية العصابية من خلال استراتيجيات التفكير الكارثي وكبت التعبير الانفعالي، وأظهرت الدراسة الكلينية بعض العوامل الكامنة خلف تفضيل المراهقين الموهوبين لبعض الاستراتيجيات وعلاقة ذلك بارتفاع وانخفاض الاضطرابات النفسية لديهم.

٦. و قدم Sakrak (2009) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وقلق اللغة الأجنبية لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية، وتكونت عينة الدراسة من ٣٠٨ تلميذ وتلميذة، وتم استخدام مقاييس الذكاء الانفعالي وقلق اللغة الأجنبية (إعداد الباحث)، وأظهرت النتائج وجود ارتباط سلبي بين الذكاء الانفعالي وقلق اللغة الأجنبية، كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الذكاء الانفعالي وقلق اللغة الأجنبية.

التعقيب علي الدراسات السابقة

من خلال استعراض ما أمكن الحصول عليه من الدراسات السابقة يتضح ما يلي:

- 1- عدم وجود دراسة واحدة في البيئة العربية والأجنبية - علي حد علم الباحثة - تناولت متغيرات الدراسة الراهنة مجتمعة (الذكاء الانفعالي - التعاطف الذاتي - قلق التصور المعرفي).
- 2- أكدت بعض الدراسات السابقة وجود علاقات ارتباطية بين التعاطف الذاتي بأبعاده (كاليقظة العقلية) والقلق (باعتباره حاله عامه يتضمن عده انواع من ضمنها قلق التصور المعرفي)، كدراسة (Muris et al., 2016)، ودراسة (سعد الحارثي، ٢٠١٩)، ودراسة (فتحي الضبع، ٢٠٢١)، ودراسة (أريج المحضار، ٢٠٢٢).

٣-هدفت بعض الدراسات إلي معرفة الفروق بين الجنسين علي مقياس القلق والتعاطف الذاتي، كدراسة (أريج المحضار، ٢٠٢٢).

٤-أكدت بعض الدراسات السابقة وجود علاقات ارتباطيه بين الذكاء الانفعالي وقلق اللغة الأجنبية بإعتبارها نمط من أنماط القلق المعرفي كدراسة (Sakrak, 2009).

٥-أكدت بعض الدراسات السابقة وجود علاقات ارتباطيه بين أبعاد الذكاء الانفعالي (تنظيم الانفعالات) وبين القلق باعتباره حاله عامه يتضمن عده انواع من ضمنها قلق التصور المعرفي كدراسة (سهام عليوة، ٢٠١٨).

٦-هدفت بعض الدراسات إلي معرفة الفروق بين الجنسين علي مقياس القلق والذكاء الانفعالي كدراسة (Sakrak, 2009).

○ فروض الدراسة:

١. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية.

٢. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعاطف الذاتي وقلق التصور المعرفي لدي طلاب المرحلة الثانوية.

٣-يمكن التنبؤ بقلق التصور المعرفي (الأبعاد الفرعية، والدرجة الكلية) من خلال التعاطف الذاتي(الأبعاد الفرعية، والدرجة الكلية)، و الذكاء الانفعالي(الأبعاد الفرعية، والدرجة الكلية) لدي طلاب المرحلة الثانوية.

٤-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب المرحلة الثانوية في مستوى قلق التصور المعرفي تعزي للاختلاف في المتغيرالديموغرافي الجنس (ذكور - إناث).

إجراءات البحث:

يتناول هذا الجزء من البحث عرضاً وتحليلاً للإجراءات المنهجية للبحث من حيث وصف عينة وأدوات البحث التي أستخدمت في جمع البيانات، ويمكن عرض هذه الاجراءات علي النحو التالي:

أولاً: منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي

ثانياً: عينة البحث

أ- عينة حساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث:

وقد تم اختيار عينة أولية لتطبيق المقاييس عليها للتأكد من صلاحيتها للتطبيق على مجتمع الدراسة، وعددهم (١٠٠) طالبًا وطالبة في مرحلة التعليم الثانوي بثلاث مدارس وهي: مدرسة السادات الثانوية بنات، ومدرسة العاشرة الثانوية بنات، ومدرسة الفاروق عمر الثانوية بنين، في مدينة السادات بمحافظة المنوفية.

ب- العينة الأساسية:

اشتملت العينة أساسية (٣٠٧) طالبًا وطالبة بالمرحلة الثانوية بعمر زمني يتراوح ما بين (١٦-١٨) سنة، وقد تم تطبيق أدوات الدراسة الأساسية في نهاية الفصل الأول للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣م) خلال شهر أكتوبر

ثالثاً: أدوات البحث: أشتمل البحث علي الأدوات التالية :

١- مقياس الذكاء الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية (إعداد فاروق عثمان، محمد رزق، ٢٠٠١)، والذي يقيس مستوى الذكاء الانفعالي: وصف المقياس: يتكون الذكاء الانفعالي من ٥٨ عبارة موزعة على خمسة أبعاد وهي المعرفة الانفعالية، إدارة الانفعالات، تنظيم الانفعالات، التعاطف، التواصل، وتتكون المعرفة الانفعالية من (١٠) عبارات، إدارة الانفعالات (١٥)، تنظيم الانفعالات (١٣)، التعاطف (١١)، التواصل (٩).

الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي :

تم حساب صدق هذا المقياس علي الصدق العملي التوكيدي، وقد أسفر التحليل أن جميع المؤشرات حسن المطابقة تدل على تمتع نموذج التحليل العامل التوكيدي بدرجة عالية من الملائمة لبيانات مقياس الذكاء الانفعالي، وصدق الاتساق الداخلي: تم التحقق من تمتع المقياس بالاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة الكلية للبعد التي تنتمي اليه، وبين درجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس فوجد أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً مما يدل على صدق عبارات المقياس، أما بالنسبة للثبات تم حسابه بطريقة معامل الفا كرونباخ وكانت معاملات ثبات العبارات والثبات الكلي مرتفعة.

٢- مقياس التعاطف الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية: (ترجمة وتعريب رحاب طاحون، ٢٠٢٠) والذي يقيس مستوى التعاطف الذاتي: وصف المقياس: يتكون مقياس التعاطف الذاتي من ٢٤ عبارة موزعة على ستة أبعاد وهي اللطف الذاتي، الانسانية المشتركة، اليقظة العقلية، الحكم الذاتي، التعريف المفرط في تحديد الهوية، العزلة، ويتكون اللطف الذاتي من (٤) عبارات، الانسانية المشتركة (٤)، اليقظة العقلية (٤)، الحكم الذاتي (٤)، التعريف المفرط في تحديد الهوية (٤)، العزلة (٤).

الخصائص السيكومترية لمقياس التعاطف الذاتي:

تم حساب صدق هذا المقياس علي الصدق العاملي التوكيدي، وقد أسفر التحليل أن جميع المؤشرات حسن المطابقة تدل على تمتع نموذج التحليل العامل التوكيدي بدرجة عالية من الملائمة لبيانات مقياس التعاطف الذاتي، وصدق الاتساق الداخلي: تم التحقق من تمتع المقياس بالاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة الكلية للبعد التي تنتمي اليه، وبين درجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس فوجد أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا مما يدل على صدق عبارات المقياس، أما بالنسبة للثبات تم حسابه بطريقة معامل الفا كرونباخ وكانت معاملات ثبات العبارات والثبات الكلي مرتفعة.

٣. مقياس قلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية (إعداد أحمد فضل، علاء

الدرس، ٢٠٢١)، والذي يقيس مستوى قلق التصور المعرفي، وصف المقياس: يتكون مقياس قلق التصور المعرفي من ٣٦ عبارة موزعة على ثلاث أبعاد وهي الفشل في مواجهة الانجاز الأكاديمي، العجز عن تفسير الأحداث والمواقف، العجز عن توقع المستقبل، ويتكون الفشل في مواجهة الانجاز الأكاديمي من (١٤) عبارة، العجز عن تفسير الأحداث والمواقف (١١)، العجز عن توقع المستقبل (١١)

٤. الخصائص السيكومترية لمقياس قلق التصور المعرفي:

٥. تم حساب صدق هذا المقياس علي الصدق العاملي التوكيدي، وقد أسفر التحليل أن جميع المؤشرات حسن المطابقة تدل على تمتع نموذج التحليل العامل التوكيدي بدرجة عالية من الملائمة لبيانات مقياس قلق التصور المعرفي، وصدق الاتساق الداخلي: تم التحقق من تمتع المقياس بالاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة الكلية للبعد التي تنتمي اليه، وبين درجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس فوجد أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا مما يدل على صدق عبارات المقياس، أما بالنسبة للثبات تم حسابه بطريقة معامل الفا كرونباخ وكانت معاملات ثبات العبارات والثبات الكلي مرتفعة.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالفرض الأول وتفسيره:

ينص الفرض الأول على أنه: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية"، ولتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط

بيرسون بين درجات الطلاب في مقياس الذكاء الانفعالي ودرجاتهم في مقياس قلق التصور المعرفي، وجدول (1) يبين نتيجة هذا الإجراء:

جدول (1)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الذكاء الانفعالي ودرجات قلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية

الدرجة الكلية	العجز عن توقع المستقبل	الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي	العجز عن تفسير الأحداث	قلق التصور المعرفي الذكاء الانفعالي
** ٠.٢٣١-	** ٠.٢٤٦-	** ٠.٢٠١-	** ٠.٢٦٤-	المعرفة الانفعالية
** ٠.٢٤٦-	** ٠.١٨٥-	** ٠.٢٣٩-	** ٠.٢٢٨-	إدارة الانفعالات
** ٠.٣٠٣-	** ٠.١٩١-	** ٠.٣١٣-	** ٠.٢١٨-	تنظيم الانفعالات
** ٠.٢٥٤-	** ٠.١٧٩-	** ٠.١٨٩-	** ٠.٢٧٩-	التعاطف
** ٠.١٩٩-	** ٠.١٨٢-	** ٠.١٩٠-	** ٠.٢٦٥-	التواصل
** ٠.٢٩٩-	** ٠.١٩٨-	** ٠.٢٤١-	** ٠.٣٠٢-	الدرجة الكلية للمقياس

*داله عند ٠.٠٥ ** دالة عند ٠.٠١

يتضح من جدول (1) وجود علاقة ارتباطيه سالبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في العجز عن تفسير الأحداث وكل من المعرفة الانفعالية، وإدارة الانفعالات، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف والتواصل، والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الانفعالي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي وكل من المعرفة الانفعالية، وإدارة الانفعالات، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف والتواصل، والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الانفعالي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في العجز عن توقع المستقبل وكل من المعرفة الانفعالية، وإدارة الانفعالات، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف والتواصل، والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الانفعالي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في الدرجة الكلية لمقياس قلق التصور

المعرفي وكل من المعرفة الانفعالية، وإدارة الانفعالات، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف والتواصل، والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الانفعالي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن الذكاء الانفعالي يساعد الطالب علي التفاعل الاجتماعي، والتعبير عن ذاته وتفكيره من خلال مساعدته علي ترتيب أفكاره والتحكم في انفعالاته وبالتالي يدفعه نحو الابداع والتفوق في حين أن قلق التصور المعرفي (السلبى) يُشعر الطالب بالعجز والفشل إزاء أي موقف يتعرض له ويُشعره بالتهديد والخوف ومن ثم يتجه تفكيره إلي التصورات والافكار السلبية محاولا بها الهروب من الموقف، لا يترك لنفسه المجال لاستخدام قدراته وامكاناته، حيث أن قلق التصور المعرفي يرجع إلي كثير من العوامل الخاصة بالجوانب المعرفية للطلبة و التغيرات في القدرات المعرفية الناتجة عن الخبرات والأنشطة المعرفية المختلفة والمتأثرة بالتطور المعرفي و التكنولوجي مما يؤثر سلبا على تفكير الطالب فيشعر بأن ما يمتلكه من قدرات وإمكانات غير قادرة على مجابهة ما يتعرض له من مواقف ومشكلات وينتج عن ذلك استجابات غير منطقية لا تتلاءم مع مستوى الموقف الذي تعرض له؛ وبالتالي يفقد قدرته علي إدارة انفعالاته وسيطرته علي الموقف وقدرته علي التعامل مع الآخرين.

النتائج المتعلقة بالفرض الثاني وتفسيره:

ينص الفرض الثاني على أنه: " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعاطف الذاتي وقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب في مقياس التعاطف الذاتي ودرجاتهم في مقياس قلق التصور المعرفي، وجدول (٢) يبين نتيجة هذا الإجراء:

جدول (٢)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجات التعاطف الذاتي ودرجات قلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية

الدرجة الكلية	العجز عن توقع	الفشل في مواجهة	العجز عن تفسير	قلق التصور المعرفي التعاطف الذاتي
**٠.٢٨٤-	**٠.١٩٣-	**٠.٢٣١-	**٠.٣١٦-	اللفظ الذاتي

**٠.٢٤١-	**٠.١٧٤-	**٠.٢٧٦-	**٠.٢٨٥-	اليقظة الذهنية
**٠.١٩٨-	**٠.١٩٩-	**٠.١٦٩-	**٠.٢٠٧-	الإنسانية المشتركة
**٠.٣١٩	**٠.٢٢١	**٠.٣٠٥	**٠.٢٢٤	الحكم الذاتي
**٠.٥٣٣	**٠.٣٣٩	**٠.٥٦٧	**٠.٢٨٨	الإفراط في التعريف
**٠.٤٨٨	**٠.٣٦١	**٠.٤٦٦	**٠.٣٢٥	العزلة

*داله عند ٠.٠٥ ** دالة عند ٠.٠١

يتضح من جدول (٢) وجود علاقة ارتباطيه سالبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في اللطف الذاتي وكل من: العجز عن تفسير الأحداث و الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي و العجز عن توقع المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في اليقظة الذهنية وكل من: العجز عن تفسير الأحداث و الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي و العجز عن توقع المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في الإنسانية المشتركة وكل من: العجز عن تفسير الأحداث و الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي و العجز عن توقع المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي، بينما يتضح من الجدول وجود علاقة ارتباطيه موجبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في الحكم الذاتي وكل من: العجز عن تفسير الأحداث و الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي و العجز عن توقع المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي، ووجود علاقة ارتباطيه موجبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في الإفراط في التعريف وكل من: العجز عن تفسير الأحداث و الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي و العجز عن توقع المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي، ووجود علاقة ارتباطيه موجبةداله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين درجات الطلاب في العزلة وكل من: العجز عن تفسير الأحداث و الفشل في مواجهة الإنجاز الأكاديمي و العجز عن توقع المستقبل، والدرجة الكلية لمقياس قلق التصور المعرفي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال أن تقبل الفرد لذاته بأخطائها وعدم إلقاء اللوم عليها ونقدها بإستمرار هو ما يجعل الفرد يحقق النجاح فيما بعد حيث أن تقبل أخطائه يعطي له الدافع للاستمرار في المحاولة دون ضغط منه أو شعوره بالفشل، فالإخفاق في حل مشكلة ما؛ ليس دليل علي عدم قدرته علي النجاح وإنما يأتي الإخفاق من كيفية محاولته في حل المشكلة، فالفرد السوي نفسياً هو من يغير الوضع ويستغله لصالحه حيث يجعل من الفشل طريقاً للنجاح.

النتائج المتعلقة بالفرض الثالث وتفسيره:

ينص الفرض السادس على أنه: " يمكن التنبؤ بقلق التصور المعرفي لدى طلاب الصفوف الثانوية من خلال الذكاء الانفعالي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)، وأبعاد التعاطف الذاتي، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression Analysis وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول (٦)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد للذكاء الانفعالي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)، وأبعاد التعاطف الذاتي على قلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية

الدلالة	ت	معامل بيتا	الخطأ المعياري	معامل الانحدار	مصدر الانحدار
٠.٠١	٨.٣٣٤		٧.٠١٦	٥٨.٤٧٣	الثابت
٠.٠١	٢.٦٦٦	٠.٢٠٥	٠.٢٩١	٠.٧٧٦-	المعرفة الانفعالية
٠.٠١	٢.٧٩٤	٠.٢٢٢	٠.٢٨١	٠.٧٨٥-	إدارة الانفعالات
٠.٠١	٢.٩١٢-	٠.١٠٩-	٠.١٠٩	٠.٦٤١-	تنظيم الانفعالات
٠.٠١	٢.٣٤١	٠.٢١٦-	٠.٢٢٨	٠.٥٨٤-	التعاطف
٠.٠١	٢.٦٩١	٠.٢١٢-	٠.٣٥٧	٠.٧٠٥-	التواصل
٠.٠١	٢.٥٢٥-	٠.٦٥٢-	٠.١٦٣	٠.٦١٤-	الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الانفعالي
٠.٠١	٣.٢٦١	٠.١٧٦-	٠.٢٦٤	١.٠١٩-	اللفظ الذاتي
٠.٠١	٣.١٣٨-	٠.١١٨-	٠.٣٧٢	١.٠٢-	اليقظة الذهنية
٠.٠١	٤.٢٣٩	٠.٠١١-	٠.٢٨٧	١.٤٢١-	الإنسانية المشتركة
٠.٠١	٣.٨٤١	٠.٠٧٢	٠.٢٤٠	١.٣٠٩	الحكم الذاتي
٠.٠١	٤.٥٣٢	٠.٣٠٢	٠.٣٦٦	١.٦٦١	الإفراط في التعريف
٠.٠١	٣.٩٨٣	٠.٢٤٨	٠.٣٤٣	١.٣٦٩	العزلة

يتضح من جدول (٦) أن معادلة انحدار قلق التصور المعرفي على أبعاد الذكاء الانفعالي والدرجة الكلية وأبعاد التعاطف الذاتي هي:

قلق التصور المعرفي = $58.47 + 0.776 - 0.785 + 0.641 - 0.584 + 0.705 - 0.614 \times$ الذكاء الانفعالي $+ 1.019 - 1.002 + 1.421 + 1.309 + 1.661 + 1.369$
 يتضح مما سبق أن:

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق التصور المعرفي وكل من (الذكاء الانفعالي، والتعاطف الذاتي) لدى طلاب المرحلة الثانوية وأن معامل الانحدار دال، أي أنه يمكن التنبؤ بدرجة قلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمعلومية درجات الذكاء الانفعالي ودرجات التعاطف الذاتي.

ولا توجد دراسات- في حدود اطلاع الباحثة- تناولت مدى إمكانية التنبؤ بقلق التصور المعرفي من خلال الذكاء الانفعالي، والتعاطف الذاتي ويمكن تفسير هذه النتيجة التي كشفت عنها الدراسة الحالية- في ضوء أن الإدراك الخاطئ للطالب للموقف وإدراكه أن ما يمتلكه من قدرات وإمكانات غير قادرة على مجابهة ما يتعرض له من مواقف ومشكلات يثير القلق والتوتر لديه؛ مما يؤثر سلباً على تفكيره ويشعره بالعجز ويفقد ثقته بنفسه؛ ما يجعله غير قادر على فهم ذاته ومشاعره وأفكاره في حالات الألم والشدة، حيث يكون الفرد إتجاهات إيجابية عن الذات أثناء الاضطرابات أو المواقف الصعبة، وبالتالي لا يتمكن من إدارة انفعالاته والتحكم فيها مما يشتت تفكيره ويؤثر على عملية معالجة وتجهيز المعلومات لديه وبالتالي يؤثر القلق على الجانب المعرفي، حيث تتأثر عملية معالجة وتجهيز المعلومات لدى الطالب كلما زاد مستوى القلق

وينتج عن ذلك استجابات غير منطقيه لا تتلاءم مع مستوى الموقف الذي تعرض له، وبالتالي لا يتمكن من النجاح ويعاني الفشل ويصبح شديد النقد لذاته ويقسو عليها و غير قادر على النجاح ويعاني من المشكلات والاضطرابات النفسية.

النتائج المتعلقة بالفرض الرابع وتفسيره:

ينص الفرض الرابع على أنه: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والاناث على مقياس قلق التصور المعرفي". ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار النسبة التائية للعينات المستقلة، وجدول (٤) يوضح نتيجة هذا الإجراء:

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والاناث مقياس قلق التصور المعرفي

مستوى الدلالة	قيمة ت	الاناث (ن= ١٦٨)		الذكور (ن= ١٣٩)		أبعاد قلق التصور المعرفي
		ع	م	ع	م	
٠.٠١	٣.٢٢٦	٩.٠٤٥	٤٤.٦٣١	٩.٤١٢	٤١.٢٢٣	العجز عن تفسير الأحداث

٠.٠١	٥.٤٩٦	٤.٣٩٦	٣٧.٤٥٢	٤.٠٨١	٣٤.٧٧٠	الفشل في مواجهة الإنجاز
٠.٠١	٤.٠٨٤	٤.٤٢٦	٣٦.١٩١	٤.١٢٩	٣٤.١٨٠	العجز عن توقع المستقبل
٠.٠١	٤.٨٢٩	١٤.٧٢٢	١١٨.٢٧٤	١٤.٥٢٠	١١٠.١٧٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٤) السابق وجود فروق داله إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطات درجات الذكور والاناث في جميع أبعاد مقياس قلق التصور المعرفي والدرجة الكلية للمقياس لصالح الاناث.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء اختلاف البيئة الاجتماعية والثقافية لكل من الذكور والاناث والتي يكتسب فيها الفرد خبراته ومعارفه مما يؤدي الى اختلاف في أسلوب وطريقة التفكير، حيث ان الإناث تبالغ اكثر من الذكور في القلق والخوف والتهديد تبعاً لطبيعتها الفطرية، بالإضافة الى اختلاف مصادر اكتساب المعلومات والخبرات المعرفية لكل من الذكور والاناث في الاسرة والمدرسة.

الدراسات والبحوث المقترحة:

- فعالية برنامج إرشادي في خفض قلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- فعالية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الانفعالي في تحسين الذكاء الاجتماعي لدى منخفضي الثقة بالنفس من طلاب المرحلة الثانوية.
- فعالية برنامج إرشادي قائم على تنمية التعاطف الذاتي لدى الطلاب المرحلة الثانوية.
- إسهام كل من الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي في التنبؤ بدافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- نمذجة العلاقات السببية بين الذكاء الانفعالي والتعاطف الذاتي وقلق التصور المعرفي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

المراجع

- أحمد ثابت فضل، علاء سعيد الدرس (٢٠٢١). فعالية التدريب علي التمثيل العقلي لأشكال في التحول الرتبي للقوة المعرفية المسيطرة واثره في تخفيف قلق التصور المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٣١، ١١٠-٥١.

- أريج سالم المخضار (٢٠٢٢). التعاطف مع الذات وعلاقته بالقلق والشعور الإيجابي والسلبي في ظل جائحة كورونا المستجد "COVID19" لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم الإنسانية، جامعة الملك خالد، ٩(١).
- أمل اسماعيل عايز، هيفاء عبد حسن علي (٢٠١٥). قلق التصور المعرفي لدى طلبة جامعه المستنصريه، مجله اداب البصره، كليه الاداب، جامعه البصره، (٧٠)، ٢٤٢-٣٢٠.
- داليا خيرى عبد الوهاب، نبيل عبد الهادي السيد (٢٠١٧). قلق الذكاء وقلق التصور المعرفي كمنبئين بالتشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ٢(١٧٦)، ٦٩٢-٧٨١.
- راهبة عباس العادلي (٢٠١٠). الانفعالات (نموها وإدارتها)، بغداد- العراق.
- زينب محمود شقير (٢٠٠٥). مقياس قلق المستقبل. القاهرة: مكتبة النهضة.
- سعد محمد الحارثي (٢٠١٩). اليقظة العقلية وعلاقتها بأعراض القلق لدى طلاب الكلية التقنية بمحافظة بيشة. رسالة ماجستير، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة بيشة، (57).
- سهام علي عليوة (٢٠١٨). استراتيجيات تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين دراسة سيكومترية إكلينيكية. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، (116).
- السيد ابراهيم السمدوني (٢٠٠٧). الذكاء الوجداني "أسسه-تطبيقاته-تنميته"، عمان-الاردن: دار الفكر.
- صلاح الدين محمود علام (٢٠٠٠). القياس والتقويم التربوي: أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد الله أحمد الزهراني (٢٠١٤). الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط الحياتية لدي طلبة جامعة الملك سعود. مجلة دراسات والعلوم الانسانية والاجتماعية، ٤١(٣)، ٧٦٣-٧٨٣.
- عمر عبد الرحيم نصر الله (٢٠٠٤). تدني مستوى التحصيل والانجاز الدراسي. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- فاروق السيد عثمان (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة: دار الفكر العربي.
- فاروق السيد عثمان، محمد عبد السميع رزق (١٩٩٨). الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه. مجلة كلية التربية بالمنصورة، (٣٨)، ٢-٣١.
- فتحي عبد الرحمن الضبع (٢٠١٨). التعاطف مع الذات كمدخل لخفض الشعور بالخزي الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. المجلة العلمية، كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٤(٣)، ٥٦٩-٦٣٩.

- فتحي عبدالرحمن الضبع (٢٠٢١). فعالية برنامج إرشادي إلكتروني قائم على التعاطف مع الذات في خفض مستوى القلق متعدد الأوجه للحجر المنزلي أثناء جائحة كورونا Covid-19 لدى طلاب الجامعة. المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، (٨٥)، ٥٩٧-٦٣٣.
- لمياء ابراهيم الدسوقي (٢٠٠٤). التعليم الثانوي من بعد علي ضوء خبرات بعض الدول الأجنبية. رسالة ماجستير، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة، ١-٢٩٠.
- محمد إبراهيم هلال (١٩٩٩). دراسة لبعض مكونات الذكاء الوجداني في علاقتها بمركز التحكم لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بنها، جامعة الزقازيق المجلد (١٠)، العدد ٤، ٥٢-١٤٣.
- محمد قاسم عبدالله (٢٠٢١). نظريات الارشاد والعلاج النفسي. (ط٣)، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- محمد محمود بني يونس (٢٠٠٩). سيكولوجيا الدافعية والإنفعالات. ط١، عمان- الاردن: دار المسرة.
- ملاذ رحال الرحال (٢٠٠٨). الذكاء الوجداني وعلاقته بوجهة الضبط والسلوك القيادي لدى طلاب المرحلة الجامعية. رسالة ماجستير، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
- هيثم ضياء العبيدي (١٩٩٩). الخجل وعلاقته بتقدير الذات. رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس العام، كلية الآداب، جامعة بغداد.
- Bandura, A. (1991). Social Cognitive theory of Self-Regulation, organizational Behavior and human decision processes, 50, 248-287.
- Bar-On, R. (1997). Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-I) A measure of Emotional Intelligence, Toronto, Ontario Canada, Multi – Health – Systems.
- Bar-On, R. (2000). **Emotional Intelligence and Self-Actualization**, In j. Ciarrochi. J. D. Psychology Press, Philadelphia.
- Brown, K. & Ryan, R. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological wellbeing. Journal of Personality and Social Psychology, 84, 822-848.
- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ. New York, Bantam Books.
- Goleman, D. (2001). **Emotional Intelligence: Perspectives on a theory of performance**. New York, Basic Books.
- Kelly, L. (1955). The Psychology of personal Coructs, Vols 1, 2,

- Leary, M. (2007). Motivation al and emotional aspects of the self. AnnualReview of psychology, 58,317-344
- Martinez, P. (2000). Emotional Intelligence as self-Regulatory process: A social cognitive view imagination cognition and personality, 19, 331 – 351.
- May, R. (1977). reflections and Commentary in C. Reeres, The Psychology of Rolla May Sanfrancisco Jossey-Bass.
- Mayer, J. & salovey, P. (1997). Emotional Deveopment And Emotional Intelligence, New York Basic Books.
- Muris,P.; Meesters, C.; Pierik, A.& de Kock, B.(2016). Good for the Self: Self-Compassion and Other Self-Related Constructs in Relation to Symptoms of Anxiety and Depression in Non-clinical Youths.(25),607-617.
- Neff, K. & McGehee, P. (2010). Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults.Self and Identity, 9, 225-240.
- NEFF, K. (2003a).Development and validation of a scale to measure Self-Compassion.Self and Identity.2.223-250.
- Neff, K.& LAMB, L. (2009). Self Compassion. In S. Lopez (Ed.). The Encyclopedia of Positive Psychology. Blackwell Publishing, 864-867.
- Rase, E.; Pommier, E.; Neff,K.& Gucht, D. (2011). Construction and Factorial Validation of a Short Form of the Self-Compassion Scale. Clinical Psychology and Psychotherapy, 18, 250–255
- SAKRAK,G.(2009). The Relationship between Emotional Intelligence and Foreign Language Anxiety in Turkish EFL Students. BilkentUniversity,Turkey.
- Zhang, H. & Wang, Y. (2019). Bullying victimization and depression among young Chinese adults with physical disability: Roles of gratitude and selfcompassion. Children and Youth Services Review, 103, 51-56.