

الذكاء الانفعالي لدى الأطفال

إعداد

الباحثة / ابتسام محمد عبد الله عبد السلام

إشراف

أ. د / حسين محمد سعد الدين الحسيني

أستاذ علم النفس

بكلية الآداب - جامعة المنصورة

المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنصورة

المجلد السادس - العدد الرابع

إبريل ٢٠٢٠

الذكاء الانفعالي لدى الأطفال

ابتسام محمد عبد الله عبد السلام*

المقدمة:

نتيجة التطور الهائل في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وفي العديد من مجالات الحياة الأخرى فرض العصر الحالي على الإنسان الكثير من التحديات تتناول هذه التحديات مستويات عدة... فعلى الصعيد الذاتي تتطلب من الفرد بذل جهود جبارة من أجل تحقيق ذاته وإثبات قدراته مما يتطلب ضرورة العمل على فهم انفعالاته الذاتية والتحكم في العناصر المكونة لوجدانه وفهم قدراته المميزة والعمل على تطويرها بما يتناسب مع ما يتطلبه الموقف الراهن واستخدام الانفعالات في تيسير التفكير وحل المشكلات ومعايشة الآخرين في انفعالاتهم والتواصل الاجتماعي مع الآخرين كل هذه المهارات والقدرات إذا امتلكها الفرد يكون لديه ذكاء وجداني وهذا يبين أهمية الذكاء الانفعالي لكل فرد.

تعريفات الذكاء الانفعالي:

إن مصطلح الذكاء الانفعالي ليس جديداً وذلك بالرجوع إلى التاريخ الطويل للأبحاث والنظريات التي تناولت الشخصية وليس جديداً في أن القدرات المرتبطة بالذكاء الانفعالي قد بحثت منذ سنوات كثيرة في بحوث متفرقة دون

*باحثة

الإشارة إلى أنها بحوث تتعلق بالذكاء الانفعالي والآن تزايدت الأبحاث التي تزيد من الذكاء الانفعالي لدى الأفراد. (إسماعيل بدر، ٢٠١٠: ١٧٨)

ويذكر وليد أبو المعاطي أن الذكاء الانفعالي ليس إعادة تسمية لمصطلحات قديمة مثل الاتزان الانفعالي أو الكفاءة الانفعالية ولكنه ينطبق عليه محكات الذكاء وهي المحك المفاهيمي والارتباطي والنمائي لأنه يتكون من مجموعة من القدرات (المحك المفاهيمي) يرتبط مع غيره من الذكاءات (المحك الارتباطي) وينمو من المراهقة إلى الرشد (المحك النمائي كما أنه له قيمة تحليلية وابتكارية علمية). (وليد أبو المعاطي، ٢٠٠٥: ٧٧-٧٩)

وترى الباحثة أنه منذ ميلاد مفهوم الذكاء الانفعالي كمفهوم قابل للقياس والبحث والتجريب في علم النفس انقسم حوله علماء النفس فمنهم من يرى أنه قدرة عقلية بأنه شأنه في ذلك شأن الذكاء العام لكنه يختص بمعالجة نوع آخر من المشكلات ذات الصبغة الانفعالية ومنهم من يرى أنه سمة من سمات الشخصية وليس قدرة عقلية ومنهم من يرى أنه عبارة عن مهارات ومنهم من يرى أنه مزيج من القدرات والسمات لذلك فإن مفهوم الذكاء الانفعالي لاقي الكثير من الاختلاف حوله شأنه في ذلك شأن المفاهيم النفسية الأخرى وقد يكون هو بصورة أكبر وربما يرجع ذلك إلى حداثة التاريخة وتشعب الجوانب المكونة له فمفهوم الذكاء الانفعالي كما يشير له الخولي يكتنف دراسته الغموض لأنه يقع في منطقة تفاعل بين النظام المعرفي والانفعالي.

كما يعرف الذكاء الانفعالي بأنه قدرة الفرد على الوعي بمشاعره وانفعالات وتحفيز الذات وضبط إدارة انفعالاتهم بالآخرين والتعاطف معهم وحل النزاعات. (أحمد غنيم، ١٩٨٧: ٥٢)

كما أن من أبرز التعريفات وأقدمها تعريف ماير وسالوفي ١٩٩٥ والذي تضمن أن الذكاء الانفعالي هو ما يشير إلى القدرة على إدراك الانفعالات أو العواطف التي تساعد على التفكير وفهم الانفعالات والمعلومات الانفعالية وتنظيم الانفعالات تأملياً والذي من شأنه أن يشجع أو يعزز النمو الانفعالي والعقلي. (Mayer and Salovey, 1995:53)

وعرفه جاردنر بأنه القدرة على حث النفس على الاستمرار في مواجهة الإحباطات والتحكم في النزوات وتأصيل الإحساس بإشباع النفس وإرضائها والقدرة على تنظيم الحالة النفسية مع الألم والقدرة على التعاطف والشعور بالأمل. (Gardner, 1993:145)

التطور التاريخي لمفهوم الذكاء الانفعالي:

منذ النصف الثاني من القرن العشرين أصبح الذكاء الانفعالي موضوع الساعة على الرغم من أن الجذور التاريخية الفعلية لهذا الموضوع في القرن التاسع عشر.

وبالرغم من أن بعض الباحثين يدعوا أنهم كانوا أول من قاموا بدراسة علمية للذكاء الانفعالي إلا أن الفضل يرجع إلى شارز داروين Charles Darwin الذي قام بالتعرض لهذا الموضوع منذ عام ١٨٣٧ ونشر أول كتاب عام ١٨٧١ حيث تعرض لموضوع التعبير الانفعالي (العاطفي) الذي يلعب دوراً في السلوك الذي يظل بديهية حقيقة وهامة للذكاء الانفعالي حتى الآن. (السيد إبراهيم السمدوني، ٢٠٠٧: ٣٠-٣١)

كما ترجع جذور مفهوم الذكاء الانفعالي إلى مفهوم الذكاء الاجتماعي الذي حدده ثورندايك (١٩٢٠) حيث قسم الذكاء الاجتماعي إلى ثلاثة أنواع: هي الذكاء المجرد والذكاء الميكانيكي والذكاء الاجتماعي حيث عرف الذكاء الاجتماعي على أنه القدرة على فهم الآخرين والتصرف بحكمة في العلاقات الاجتماعية. (سامية خليل، ٢٠١٠: ١٥)

كما يعود الفضل إلى ماير وسالوفي Mayer And Salovey من خلال جهودهما البحثية منذ ١٩٩٥ إلى بلورة مفهوم الذكاء الانفعالي وانتشاره على المستوى الأكاديمي وذلك من خلال ربطهما المباشر بين الفكر والوجدان وتحديد مكونات الذكاء الانفعالي وإعداد مقاييس موضوعية له كما يرجع الفضل أيضاً لجولمان (Goleman, 1995) في انتشار هذا المفهوم لدى العامة وفي الأوساط المهنية والتربوية وذلك من خلال كتابه الشهير الذكاء الانفعالي: لماذا يكون أكثر أهمية من نسبة الذكاء؟. (محمد سعيد الخولي، ٢٠١١: ٢٨)

كما أن لحكمة سقراط الشهيرة "أعرف نفسي" كانت نقطة البداية للذات الداخلية والتي تشمل عالمنا الشخصي وخبراتنا الذاتية ومشاعرنا الخاصة وتقييمنا لدوافعنا وانفعالاتنا وهو ما أطلق عليه فيما بعد بالذكاء الشخصي. (سليمان عبد الواحد، ٢٠١٠: ٢٢٧)

كما ظهر مفهوم الذكاء الانفعالي في نموذج أبو حطب (١٩٧٣) حيث صنف الذكاء إلى ثلاث فئات هي الذكاء المعرفي والذكاء الاجتماعي والذكاء الانفعالي ويعد الذكاء الشخصي من بين الإسهامات التي قدمها في نموده المعدل والذي شكل مهارات الذكاء الانفعالي. (منى عوض، ٢٠٠٩: ١٣)

وفي عام (١٩٩٥) قدم جولمان Golman كتاباً بعنوان "الذكاء الانفعالي" والذي كان من أكثر الكتب رواجاً في تلك الفترة وقد جذب مفهوم الذكاء الانفعالي اهتمام العديد من الأوساط العلمية في نهاية القرن العشرين نتيجة التغيرات التي مرت بها المجتمعات حيث تناولت الدراسات والبحوث أثره على بعض المتغيرات المعرفية والشخصية وذلك لتحديد مفهومه تحديداً دقيقاً وإعداد المقاييس المقننة لقياسه وتقديره تقديراً كمياً والتأكد من استقلاليته جزئياً وكلياً عن غيره من خصائص الشخصية حيث قام بلوك (Blok, 1995) بدراسة بعض المتغيرات الشخصية المرتبط به بالذكاء الانفعالي والذكاء الانفعالي مستقلاً عن الذكاء العام وأسفرت النتائج عن أن الأفراد ذوي الذكاء العام المرتفع أكثر تمييزاً في الجوانب المعرفية وأن المتميزين في الذكاء الانفعالي أكثر تمييزاً في الجوانب الشخصية والاجتماعية ولديهم اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم والآخرين. (سليمان عبد الواحد، ٢٠١٠: ٢٢٧)

وترى الباحثة أن موضوع الذكاء الانفعالي صار محط اهتمام العديد من الدراسات والأبحاث العلمية لما له من تأثير على كافة نواحي الحياة المختلفة للأفراد داخل المجتمعات كونه يساعد على التواصل مع الآخرين والتكيف مع البيئة المحيطة وإقامة علاقات إيجابية بينهم.

وترى الباحثة أن موضوع الذكاء الانفعالي صار محط اهتمام العديد من الدراسات والأبحاث العلمية لما له من تأثير على كافة نواحي الحياة المختلفة للأفراد داخل المجتمعات كونه يساعد على التواصل مع الآخرين والتكيف مع البيئة المحيطة وإقامة علاقة إيجابية بينهم.

أهمية الذكاء الانفعالي:-

تتمثل أهمية الذكاء الانفعالي فيما يلي:-

١- يعد الذكاء الانفعالي بجانب القدرات العقلية الأخرى هو أحد الركائز الأساسية في تنوع الحلول للعديد من المشكلات ، فالعقلية التي تؤمن بتعدد الأبعاد والرؤى وتتطور وفق هذا التعدد هي العقلية التي تنمو وتتطور في مناخ صحي ، وتسهم في ترسيخ القيم الإنسانية العليا .

٢- الذكاء الانفعالي يساعد الأفراد على الابتكار والحب والمسئولية ، والاهتمام بالآخرين، بالإضافة إلى تكوين أفضل الصداقات والعلاقات الاجتماعية ، كما أن هناك علاقة بين الذكاء الانفعالي والتوجه نحو الأهداف والرضا عن الحياة.

٣- تتضح أهمية الذكاء الانفعالي من أهميته في تحقيق التواصل والتوافق مع الآخرين من خلال فهم مشاعرهم ، والتعاطف معهم ، فقد أشار جولمان إلى أن النجاح في الحياة يتطلب ٢٠% من الذكاء العام ، ٨٠% من الذكاء الانفعالي كما أن هذه الأهمية تظهر في أن الفرد الذي لديه الذكاء الانفعالي يستطيع جعله قادرا على الاتصال الانفعالي مع الآخرين.
(أمل حسونة ، منى سعيد ٢٠٠٦ : ٥٢,٥٣)

٤- يساعد الذكاء الانفعالي الأفراد والطلاب بصورة خاصة على الأداء الأكاديمي ، حيث وجد جولمان (Goleman, 1995) في دراسته لعينة من الطلاب الآسيويين المتفوقين أكاديميا أن لديهم سمات وجدانية تؤهلهم

إلى ذلك ، مثل المغامرة التي تتضح في وجوههم . (Goleman, 1995: 132)

٥- أثبتت دراسة ماير (Mayer, 2001) أن الفرد الذي لديه الذكاء الانفعالي يقوم بالتصدي للأفراد الذين يقومون بأفعال سيئة أو خاطئة ، أو يقومون بأفعال مهددة للآخرين ، وعلى ذلك فالشخص الذي لديه ذكاء وجداني يكون أفضل اجتماعياً كما أن اختياراته في الحياة سوف تصبح أفضل .

٦- يوضح جورج (George, 2000) أهمية الذكاء الانفعالي في مفاهيم الانتباه، ولذلك فهو يؤدي إلى التركيز والتمييز واتخاذ القرار وإعطاء الرأي الصحيح وعدم الاستجابة للإحباط الأول الذي يحدث كما أن الأشخاص الذين لديهم ذكاء وجداني يكونون أكثر استجابة نحو أحداث الحياة من الآخرين ، كما أن لديهم مهارات لعب الدور ويوضح أنه عندما يكون الفرد لديه انفعالات سلبية ، فإنه يميل إلى أن يكون أكثر تشاؤماً ولا يمكنه إدراك الأحداث الإيجابية، أما الذي لديه انفعالات إيجابية فيسهل أن تتوفر لديه العمليات المعرفية مثل التفكير الابتكاري الاستهلاكي كما أنه أكثر تنبهاً للتفاصيل واكتشاف الأخطاء والمشكلات والجدور، والتدقيق في المعلومات كما أن الأفراد الذين لديهم مشاعر موجبة ، فإنهم يتوقعون النجاح في المستقبل وفاعلية الذات .

٧- أكدت دراسة ديولوسز (Dutewilez, 1998) أهمية الذكاء الانفعالي في المؤسسات في تحقيق التوافق والانسجام في العلاقات بين العمال ، وأن الأفراد الذين يتمتعون بهذا النوع من الذكاء يستطيعون استخدام

المدخلات الانفعالية في الحكم وفي اتخاذ القرارات ، كما أن الدقة في التعبير عن الانفعالات تجعل الأفراد قادرين على الاتصال الانفعالي مع الآخرين.

الأهمية التطبيقية للذكاء الانفعالي:

للذكاء الانفعالي أهمية في مجالات مختلفة أهمها:

١ - الذكاء الانفعالي في مجال الأسرة:

يعتبر الذكاء الانفعالي عاملاً مهماً في استقرار الحياة الزوجية، كالتعبير الجيد عن المشاعر وتفهم مشاعر الطرف الآخر ورعايته بشكل ناضج، حيث يذكر "جولمان" Goleman أن الحياة الأسرية هي أول مدرسة لتعليم المشاعر، ففيها نتعلم كيف يكون شعورنا نحو أنفسنا، ونحو الآخرين، وكيف ننظر إلى هذه المشاعر وكيف نعبر عنها، ومثل هذا التعلم لا يحدث فقط من خلال الأقوال التي يذكرها الآباء لأبنائهم أو من خلال سلوكهم الفعلي، ولكن أيضاً من خلال طريقة تعبير الآباء عن مشاعرهم وتعاملهم مع بعضهم البعض. (سالمة أبوغزالة، ٢٠١٢: ٦١)

كما أن عمليات التنشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية داخل الأسرة تلعب دوراً مهماً في تنمية الذكاء الانفعالي لدى الأبناء. فقد أكد "سالوفي وسليتر" Salovey & Suylter في دراسة لهما في مجال إدارة وجدانات الأبناء أنهم يظهرون الغضب والانفعال السالب بمجرد أن يُظهر الآباء مظهر الغضب أو الجدل معهم، أو رؤيتهم لأفلام تظهر الجدل بين الكبار، ومن ثم يتعلم الأطفال استراتيجيات غير تكيفية ويصبون فيها غضبهم في صورة لفظية أو بدنية من خلال مشاهدة الوالدين الغاضبين، وعلى العكس يتعلمون إستراتيجيات أكثر تكيفاً

بمجرد ملاحظة الوالدين وهم يتفاعلون بطرق أكثر إيجابية وفاعلية معهم.
(سامية خليل، ٢٠١٠: ٧١)

٢ - الذكاء الانفعالي في مجال الدراسة:

تعتبر البيئة الدراسية (مدرسة - جامعة) إحدى البيئات التي تؤثر على شخصية الطالب وسلوكه ومشاعره سواء بالإيجاب أو السلب، إلا أنه قد نجد أن بعض المؤسسات التعليمية تتجاهل أهمية مشاعر التلاميذ وتوجيهها وتوجيه قدراتهم إلى التعاطف مع الآخرين، بما أنه جزء مهم من عملية التعلم ذاتها.

وينظر "جولمان" Goleman إلى المدارس على أنها الأماكن الأولى التي يمكن أن تديرها المجتمعات لتصحيح القصور في الكفاءة الاجتماعية والانفعالية لدى الطالب؛ إذ إن تعلم المهارات الانفعالية يبدأ من المدرسة، حيث نجد أن الأطفال يدخلون المدارس وهم مختلفون من الناحية الانفعالية تبعاً لاختلاف بيئاتهم الأسرية، وعلى ذلك فالمدارس تواجه تحدي عملية التغيير ومعالجة المهارات الانفعالية لدى التلاميذ، وهذا التحدي يمكن أن يواجه من خلال تنقيف انفعالي للتمكن من الأمية الانفعالية Emotional literacy، وذلك من خلال مناهج معدة لهذا الغرض وكذلك خلق مناخ مدرسي يعمل على تنمية المهارات الانفعالية بسرعة واستخدامها في مجالات عديدة.

(سيد إبراهيم السمادوني، ٢٠٠٧: ١٩٠)

ولا شك أن المعلم يعد عاملاً مهماً في نجاح العملية التعليمية، وبالتالي فهو يؤثر بطريقة مباشرة وغير مباشرة على شخصية التلاميذ، ويظهر أثر المعلم كمثال يحتذى به طلابه سواء بما يؤتته من آراء وأفعال أو تصرفات تصبح مكونات سلوك الطالب.

ويقول "ميبوسنياك" Mabosniak إن للذكاء الانفعالي مجموعة مهارات يجب توافرها لدى المعلم لكي يتوافق مع التغيرات التي تحدث في العملية التعليمية، وهي: الأصالة والحضور والتعاون مع الآخرين والقدرة على الإقناع، والوعي بمشاعره ومشاعر زملائه وطلابه والاستماع والانتباه والمرونة، حيث يسمح للتلاميذ بتغيير مشاعرهم وأفكارهم ويدعم فيهم احترام الذات والثقة بالنفس. (سامية خليل، ٢٠١٠: ٧٣)

وقد قامت بعض المدارس الأمريكية بتعليم تلاميذها المهارات الانفعالية ابتداءً من السنة الأولى وحتى الثانية عشرة، والبرنامج الذي تم تطبيقه في معظم هذه المدارس يتضمن جميع مهارات الذكاء الانفعالي، وفي بعض المراحل تكون جزءاً من المناهج الدراسية وأشارت نتائج هذه التجربة في تلك المدارس إلى نجاح ملحوظ، حيث أصبح الطلاب أكثر قدرة على التحكم في انفعالاتهم، كما تطور سلوكهم وأصبحوا أكثر قدرة على حل الصراعات وأكثر قدرة على التعامل مع المشكلات، وهذا ينطبق على كل المدارس التي قامت بتطبيق برنامج تنمية مهارات الذكاء الانفعالي. (سامية خليل، ٢٠١٠ : ٧٥)

ويرى "جولمان" Goleman أن للذكاء الانفعالي دوراً فعالاً ومهماً في توافق الطالب الجامعي وزيادة تحصيله الأكاديمي، والنجاح في الحياة بشكل عام، وأشار أيضاً إلى أن النجاح في الحياة يتطلب ٢٠% من الذكاء العام، و٨٠% من الذكاء الانفعالي، كما أن الذكاء الانفعالي يقلل المخاطر النفسية من حيث الإصابة بالاكتئاب والعنف وإدمان المخدرات، ويساعد الطلاب على حسن الأداء الأكاديمي، حيث وجد "جولمان" (١٩٩٥) في دراسة له على طلاب آسيويين متفوقين أكاديمياً، أن هؤلاء الطلاب يمتلكون سمات وجدانية تؤهلهم للنجاح. (دانيال جولمان، ٢٠٠٠: ٥٤ - ٥٧)

ويؤكد هذا العديد من الدراسات التي ترى أن للذكاء الانفعالي دوراً في زيادة التحصيل الأكاديمي والتوافق النفسي لدى الطالب مثل: دراسة (عبد العال عوجة، ٢٠٠٢) ودراسة (سحر علام، ٢٠٠١) ودراسة (رشا الديدي، ٢٠٠٥) كما أكدت دراسة (عبد الحميري، ٢٠٠١) أن الذكاء الانفعالي يعد منبئاً جيداً للصحة النفسية للطلاب الجامعي.

وترى الباحثة أن قدرات الذكاء الانفعالي من وحي بالذات والتحكم في المشاعر والتعبير عنها وربط الأفكار بالانفعالات والحماس والمثابرة إلى غير ذلك، يمكن أن تعلم داخل الأسرة منذ الصغر من خلال الأساليب المختلفة للتنشئة الاجتماعية، وبذلك نستطيع أن نضمن لأبنائنا فرصاً أفضل من إمكانياتهم النفسية والانفعالية في المستقبل، كما أن تعاون الأسرة والمدرسة في تنمية الذكاء الانفعالي له من الأهمية بمكان، فتعمل المدرسة على تكملة دور الأسرة وإعطاء الاحتياجات الانفعالية والاجتماعية للطلاب والمساعدة في حل المشكلات وبناء قوة التحكم في الاندفاع، ورفع تقدير الذات، وبناء علاقات اجتماعية ناجحة داخل المدرسة وخارجها وتنمية قدرات الذكاء الانفعالي بشكل عام.

أبعاد الذكاء الانفعالي ومكوناته:

حدد بيتر سالوفي (١٩٩٠) قدرات الذكاء الانفعالي في خمس مكونات:

أ- الوعي بالذات (Self-Awareness): وتعني وعي الشخص بمشاعره وانفعالاته أو عواطفه كما تحد والوعي بأفكاره المتعلقة بتلك الانفعالات والعواطف. (السيد إبراهيم، ٢٠٠٧: ١٤٤)

ب- الانصياع للانفعالات العاصفة (Passion slaves): إن قدرة الإنسان على التحكم في مشاعره تعني ضبط المشاعر وليس منعها وذلك لأن كل شعور له قيمة والحياة بدون مشاعر تصبح بلا روح أو معنى وتفقد معنى الحياة الحقيقي وقد وجد أن الإنسان لا يستطيع التحكم في الانفعال من توقيته أو نوعيته ولكنه يستطيع التحكم في مدى استمرارية هذا الانفعال. (صفاء الأعرس - علاء الدين كفاي، ٢٠٠٠: ١٥٩)

ج- تحفيز الذات (Self-motivation): وتعني قدرة الشخص على منح نفسه طاقة للأداء الجيد والقدرة على مقاومة الاندفاع وتأجيل الإشباع من تحقيق الهدف المنشود.

د- التعاطف (Empathy): وهو القدرة على معرفة وقراءة مشاعر الآخرين من خلال أصواتهم أو تعبيرات وجوههم وليس بالضرورة ما يقولون والأفراد الذين لديهم تلك القدرة يكونون أكثر شعبية وثباتاً من الناحية الانفعالية.

هـ- المهارات الانفعالية: وتعرف بقدرة الشخص على تكوين علاقات إيجابية مع المحيطين وتمييزها والحفاظ عليها. (السيد إبراهيم، ٢٠٠٧: ٤٥)

أما جولمان (٢٠٠١) فقد قسم الذكاء الانفعالي إلى خمسة أبعاد هي:

١- الوعي بالذات.

٢- إدارة الانفعالات.

٣- دافعية الذات.

٤- التعاطف.

٥- المهارات الاجتماعية. (جولمان، ٢٠٠١: ٤٥)

أما بار-أون (Bar-on, 1996) فقد قسم مكونات الذكاء الانفعالي إلى سبعة أبعاد هي:

١- البعد الشخصي.

٢- بعد تكوين العلاقات مع الآخرين.

٣- التكيف.

٤- التحكم في الضغوط.

٥- المزاج العام.

٦- الانطباع الإيجابي.

٧- الدرجة الكلية. (بار-أون، ١٩٩٦: ١١٥)

وذكر ليفينسون (Levinson, 1999) أن الذكاء الانفعالي يتكون من الأبعاد الخمسة الآتية:

١- الإدراك الانفعالي.

٢- التحكم بالمشاعر.

٣- الثقة والضمير الحي.

٤- فهم الآخرين.

٥- الحساسية بحاجات الآخرين.

وذكر فاروق عثمان (٢٠٠١) أن الذكاء الانفعالي يتكون من خمسة أبعاد:

١- المعرفة الانفعالية.

٢- إدارة الانفعالات.

٣- تنظيم الانفعالات.

٤- التعاطف.

٥- التواصل. (فاروق السيد عثمان، ٢٠٠١: ١٧٣)

من خلال ما سبق ترى الباحثة أنه وبالرغم من كل الاختلافات في تحديد أبعاد الذكاء الانفعالي ومكوناته إلا أنه قد تم تحديد نقاط مشتركة وهامة، فترى الباحثة أن الذكاء الانفعالي هو قدرة الفرد على الإدراك والانتباه لانفعالاته ومشاعره الذاتية ومشاعر الآخرين والوعي بها وضبطها وتنظيمها واستخدام المعرفة الانفعالية لتحسين مهارات التواصل الانفعالي مع الآخرين.

خصائص وسمات الأنكباء وجدانياً:

ذكر عدد من العلماء والباحثين سمات ومؤشرات الأنكباء وجدانياً كالاتي:

- لديهم قدرة عالية على التكيف وإدارة الضغوط.
- يتمتعون بدرجة منخفضة من الاكتئاب والقلق.
- أنهم أكثر مرونة وانفتاحاً وتقمصاً تجاه الآخرين.
- لديهم إحساس كبير بالمسؤولية الاجتماعية.
- لديهم القدرة على التحكم بالذات والتعبير المناسب عن المشاعر.

- لديهم القدرة على التفاؤل والوعي بالذات.
 - لديهم القدرة على حل المشكلات بشكل متروني وهادئ.
 - لديهم القدرة على التخطيط وتحديد الأهداف والمثابرة في أداء الأعمال.
 - لديهم القدرة على بناء روابط الثقة مع الآخرين.
 - لديهم توازن عاطفي في حياتهم .
 - لديهم قدر كبير من التركيز والتفكير
 - لديهم القدرة على السيطرة على الانفعالات وكبح جماح الغضب.
 - لديهم على قدرة على إظهار التعاطف مع الآخرين وتحليل انفعالاتهم.
 - لديهم القدرة على توقع النتائج المترتبة على السلوك.
 - لديهم قدرة على تأكيد الذات.
 - لديهم قدرة على التعاون والتفاعل مع الآخرين (يوسف العنزي: ٢٠١٠:
- (٣٢)

النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي:

بالرغم من وجود العديد من النماذج المختلفة للذكاء الانفعالي إلا أن هنالك أربعة نماذج تمثل أبرز النماذج التي تم التوصل إليها بخصوص ذلك هي (نموذج ماير وسالوفي Mayer & Salovey, 1995، نموذج دانيال جولمان Golman, 1995، نموذج ديلوفيتش وهيجز Dulewcz & Higgs, 1999، نموذج بارو-أون وباركر Bar-on & Parker, 2000) وعلى الرغم من أن كل نموذج من هذا النماذج يقدم مجموعة من الكفايات والقدرات المختلفة والتي

تمثل هيكل الذكاء الانفعالي إلا أن تلك النماذج تشترك فيما بينها في السعي لفهم وقياس القدرات والسمات المتصلة بادراك وضبط المشاعر الخاصة بالفرد. (عبد الحميد رجبة وأحمد شافعي، ٢٠١٢: ٥٢)

أ) نموذج جولمان Golman للذكاء الانفعالي:

يشير جولمان (Golman, 1995) إلى أن الذكاء الانفعالي عبارة عن القدرة للتعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين وعلى تحفيز ذاتنا وعلى إدارة انفعالاتنا وعلاقتنا مع الآخرين بشكل فعال. (خيرى المغازي، ٢٠٠٢: ٥١)

ويذكر جولمان (١٩٩٧) أن الذكاء الانفعالي يتضمن خمسة أبعاد أو مكونات رئيسية، تشمل على أربعة وعشرين معياراً وهي على النحو التالي:

أ- الوعي بالذات (Self-Awareness) ويشتمل على:

- ١- الوعي بالذاتي الانفعالي: ويتضمن قراءة عواطف الآخرين ومعرفة تأثيرها باستخدام الحدس بهدف تحدي القرار الخاص تجاههم.
- ٢- التقييم الدقيق للذات: ويعني معرفة مواطن القوة والضعف لدى الفرد وحدودها.
- ٣- الثقة بالنفس: وتعني إحساس صحيح بقيمة الذات وقدراتها.

ب- إدارة الذات (Self-Management) وتشتمل على:

- ١- الضبط العاطفي للذات: ويتضمن وضع العواطف والرغبات المبالغتة تحت السيطرة.
- ٢- الشفافية: ويتضمن التحلي بالأمانة والثقة.

- ٣- التكيف: يتضمن المرونة في الاستجابة للمواقف المتغيرة وتخطي العقبات.
- ٤- الانجاز: وهو الحافظ على تحسين الأداء لتحقيق مستويات التميز الداخلية كما يحسبها الفرد.
- ٥- المبادأة: وتعني الاستعداد لاستغلال الفرص والتحرك نحوها.
- ٦- التفاؤل: وتعني الإصرار على الوصول إلى الأهداف رغم العوائق والإحباطات.

ج- الوعي الاجتماعي (Social-awareness) ويشتمل على:

- ١- التفهم: ويعني الإحساس بمشاعر الآخرين وفهمهم ومراعاة اهتمامهم.
- ٢- الوعي التنظيمي: ويقصد به قراءة الأحداث وصناعة القرار على المستوى التنظيمي.
- ٣- الخدمة: بحيث يتعرف الفرد على احتياجات الآخر.

د- إدارة العلاقات (Relationship Management) ويشتمل على:

- ١- القيادة المأمولة: ويقصد بها امتلاك الدافعية وشمولية الرؤية.
- ٢- التأثير: ويقصد به القدرة على إقناع الآخرين والتأثير فيهم.
- ٣- تنمية الآخرين: يقصد بها دعم قدرات الآخرين من خلال التغذية الراجعة والإرشاد.
- ٤- التغيير كعامل منشط: يقصد به الاستثارة للإدارة والتعلم في اتجاه جديد.

- ٥- بناء روابط قوية: يقصد بها تنمية شبكة من العلاقات والحرص على استمرارها.
- ٦- العمل في فريق: يقصد به التعاون والسعي لتحقيق الأهداف من خلال العمل في فريق.
- ٥- التعاطف (Empathy): وهو استشعار انفعالات الآخرين والتعامل معهم ويشتمل على الكفاءات التالية:
- ١- فهم الآخرين.
 - ٢- إنماء الآخرين.
 - ٣- تقديم المساعدة.
 - ٤- تنوع الفاعلية.
- ٥- الوعي السياسي. (جولمان، ١٩٩٥: ٩٥)

ب) نموذج ديلوفيتس وهيجز (Dulewicz & Higgs, 1999):

ينظر هذا النموذج للذكاء الانفعالي على أنه القدرة على معرفة المشاعر وكيفية توظيفها لتحسين الأداء وتحقيق الأهداف في سياق العمل المؤسسي أو غيره في ظل التعاطف والفهم لمشاعر الآخرين مما يؤدي إلى علاقة ناجحة معهم ويشتمل الذكاء الانفعالي حسب هذا النموذج على خمسة مكونات هي الوعي بالذات وتنظيم الذات وحفز الذات، التعاطف، المهارات الاجتماعية. (عبد الحميدة رجيلة وأحمد شافعي، ٢٠١٢: ٥٤)

ج) نموذج بار- أون (Bar-on) للذكاء:

يرى بار- أون (Baron, 1997) أن الذكاء الانفعالي هو تنظيم من المهارات والكفاءات الشخصية والانفعالية والاجتماعية غير المعرفية التي تؤثر على قدرة الفرد على التعامل بنجاح مع المتطلبات البيئية والضغوط وأن الكفاءات هي مركبات عاملية توصل إليها نتيجة عمله كعالم نفس إكلينيكي ونتيجة خبراته الإكلينيكية الطويلة وبحوثه ودراساته التي بدأت منذ الثمانينات. (نبيلة بخاري، ٢٠٠٧: ٣٦)

كما توصل بار-أون إلى واحد من أهم وأول المقاييس المستخدمة لتقييم الذكاء الانفعالي معتمداً على مفهوم نسبة الذكاء ويتصل ذلك النموذج بقياس قدرات وإمكانيات الأداء الوظيفي والنجاح المهني للفرد. (تركي العتيبي، ٢٠١٠: ٢٥٩)

ويشير بار-أون (Bar-on, 2002) إلى خمسة مكونات أساسية للذكاء الانفعالي تضم تحتها عدداً من الكفاءات الانفعالية والاجتماعية وهي:

١- الذكاء الشخصي: ويشتمل على الآتي:

- أ) الوعي بالذات: ويعني القدرة على معرفة مشاعر الفرد وانفعالاته والوعي بها والتمييز بين المشاعر والانفعالات لمعرفة ما يشعر به الفرد وأسبابه.
- ب) التوكيدية: تعني القدرة على التعبير عن المشاعر والأفكار بأسلوب بناء.
- ج) تقدير الذات: وتعني احترام الذات وذلك من خلال تقبل نقاط القوة والضعف كما هي.

(د) تحقيق الذات: وتعني مهارة تحقيق إمكانات الفرد والاستفادة منها من أجل الوصول للأهداف.

(هـ) الاستقلال: وتعني مهارة التوجيه الذاتي والتحكم في التفكير والتصرفات ولا يعتمد وجدانياً على أحد.

٢- الذكاء بين الأشخاص: ويشتمل على الآتي:

(أ) التعاطف: ويعني التفهم لمشاعر الآخرين.

(ب) العلاقات بين الأشخاص: وتعني إقامة علاقات تبادلية بين الأفراد والحفاظ عليها وتلك العلاقات تتميز بالمودة والعطاء.

(ج) المسؤولية الاجتماعية: وتعني التعاون والمشاركة والمساهمة بين الأفراد داخل الجماعة الاجتماعية والتصرف بأسلوب مسئول حتى يستفيد الفرد.

٣- التكيف: ويشتمل على الآتي:

(أ) حل المشكلات: وتعني مهارة الكشف عن المشكلات وتوليد وانجاز الحلول الفعالة لتلك المشكلات.

(ب) اختبار الواقع: ويعني تقدير مدى التطابق بين ما يشعر به الفرد وما هو موجود بالفعل.

(ج) المرونة: وتعني تكيف انفعالات وأفكار وسلوك الفرد مع مواقفه والمتغيرات.

٤- إدارة الضغوط: وتشتمل على الآتي:

أ- تحمل الضغوط: وتعني الصمود أمام المواقف غير الملائمة والانفعالية دون تراجع والتعامل بفعالية مع الضغوط.

ب- مقاومة الاندفاع: وتعني مقاومة أو تأخير الاندفاع للقيام بالسلوك.

٥- المزاج العام: ويشتمل على الآتي:

أ- السعادة: وتعني الشعور بالرضا عن الذات والآخرين.

ب- التفاؤل: وتعني رؤية الجانب المضيء في الحياة والنظرة الإيجابية لدى

الفرد في مواجهة الأشياء غير الملائمة. (Bar-on, 2001:82)

وقد أعاد بار-أون تنظيم العوامل المكونة للذكاء الانفعالي في تنظيم أطلق

عليه التنظيم الطبوجرافي وفيه قسم الذكاء الانفعالي إلى ثلاثة عوامل هي:

عوامل جوهرية: وتشمل أبعاد اعتبار الذات، الاستقلالية، المسؤولية الاجتماعية،

التفاؤل، المرونة، تحمل الضغوط، وعوامل محصلة وتشتمل أبعاد حل

المشكلات، العلاقات الاجتماعية، تحقيق الذات، السعادة. (سامية خليل، ٢٠١٠:

٥٩)

د) نموذج ماير وسالوفي (١٩٩٠) نموذجاً للذكاء الانفعالي (Mayer &

Salovey) النموذج الرباعي:

قدم ماير وسالوفي (١٩٩٠) نموذجاً للذكاء الانفعالي ووفقاً لهذا النموذج

يتكون الذكاء الانفعالي من أربعة مكونات فرعية تعد جزءاً من عملية المعالجة

الانفعالية للمعلومات هي:

١- القدرة على الوعي بالانفعالات والتعبير عنها بدقة وهي قدرة الفرد على التعبير عن الانفعالات من خلال ملامح الوجه أو التلميحات أو الإشارات من خلال الموسيقى وينعكس ذلك في معرفة الشخص مشاعره والوعي بالذات.

٢- القدرة على استخدام الانفعالات لتسهيل عملية التفكير: فتلك القدرة تعني الدقة والكفاءة في ربط الانفعالات وأحاسيس أخرى كالإحساس باللون مثلاً والقدرة على استخدام الانفعالات لتفسير انطباعات الشخص نحو الأشياء أو لتحسين التفكير في الموضوعات.

٣- وهي قدرة الشخص على تحليل الانفعالات وتسميتها والقدرة على فهم التغيرات التي تحدث لانفعالات المشابهة والقدرة على فهم المشاعر المركبة في القصص وأن الفرد يكون لديه درجة عالية من هذه القدرة لكي يكون قادراً على فهم الانفعالات ومعانيها.

٤- القدرة على إدارة الانفعالات: إن القدرة على إدارة الانفعالات توضح كيف يعني الفرد التطور في علاقاته مع الآخرين ويمكن أن تكون هذه العلاقات غير متوقعة وبذلك يكون لدى الفرد الذي لديه القدرة على إدارة انفعالاته بوسائل مختلفة ومتنوعة. (السيد إبراهيم السمدوني، ٢٠٠٧: ١٠٩، ١١٠)

هذا وتشير (مرجريت، ٢٠١٢) أن ماير وسالوفي يركزان في نموذجهما للذكاء الانفعالي على القدرات وليس على سمات الشخصية غير المعرفية حيث تمتد معالجة المعلومات الانفعالية بجذورها إلى وجود استعداد عقلي معرفي لدى الفرد. (مرجريت جرجس، ٢٠١٢: ٣٧)

تميز الذكاء الانفعالي عن غيره من المفاهيم الأخرى:

يرى علماء النفس أن الذكاء الانفعالي تمتد جذوره إلى عام ١٩٨٣- أي إنه مفهوم حديث نسبيا- عندما قدم هاوارد جاردنر (Gardner, 1983) نظرية الذكاءات المتعددة، حيث يرى أن النجاح في الحياة يتطلب ذكاءات متعددة ومتنوعة، وحدد سبعة أبعاد للذكاء هي:

- **الذكاء اللغوي Linguistic Intelligence**: ويعني القدرة على استخدام الكلمات بكفاءة شفويا وكتابة.
- **الذكاء المنطقي الرياضي Logical Mathematical Intelligence**: ويعني القدرة على استخدام الأرقام بكفاءة، والقدرة على التفكير المنطقي.
- **الذكاء المكاني Spatial Intelligence**: ويعني القدرة على إدراك العالم البصري المكاني بدقة مثل: الصياد، والكشاف، والدليل، ويتضمن القدرة على التصور البصري والتمثيل الجرافي للأفكار ذات الطبيعة البصرية أو المكانية، وكذلك تحديد الوجهة الذاتية.
- **الذكاء الجسمي أو الحركي: Bodily- Kinesthetic Intelligence**: وتعني الخبرة في استخدام الفرد لجسمه للتعبير عن مشاعر وأفكاره، كما يبدو في أداء الممثل والرياضي.
- **الذكاء الموسيقي Musical intelligence**: القدرة على إدراك الموسيقى والتحليل الموسيقي مثل الناقد الموسيقي، ويتضمن الحساسية للإيقاع، والنغمة، والميزان الموسيقي.

- **الذكاء في العلاقة مع الآخرين** Interpersonal Intelligence: وتعني القدرة على إدراك الحالات المزاجية للآخرين، والتمييز بينها، وإدراك نواياهم ومشاعرهم، والاستجابة لها بصورة عملية تؤثر في توجيه الآخرين.
- **الذكاء الشخصي الداخلي**: Intrapersonal Intelligence: وتعني معرفة الذات، والقدرة على التصرف المتوائم مع هذه المعرفة، ويتضمن معرفة جوانب القصور والضعف في الذات، والوعي بحالتك المزاجية، ونواياك، ودوافعك، ورغباتك، والقدرة على الضبط الذاتي، والفهم الذاتي والاحترام الذاتي.
- (سكوت، ٢٠٠٠: ٨٩ - ٩٠).

المراجع

- ١- ابتسام غافل زايد العدوانى (٢٠١٤): العلاقة بين مكونات الذكاء الوجداني وبعض متغيرات الشخصية مع دراسة للفروق بين الجنسين، (دكتوراة)-جامعة القاهرة. كلية الاداب. قسم علم النفس.
- ٢- أحمد محمد غنيم (٢٠٠١): الذكاء الوجداني والمهارات الاجتماعية وتقدير الذات وتوقع الكفاءة الذاتية (دراسة عاملية)، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، مجلد (١٢)، عدد (٤٧).
- ٣- جابر محمد عيسى وربيح أحمد رشوان (٢٠٠٦): الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي لدى الأطفال، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، مجلد ١٢، العدد ٤.
- ٤- رشا الديدي (٢٠٠٥): الذكاء الانفعالي وعلاقته باضطرابات الشخصية لدى عينة من دارسي علم النفس، مجلة علم النفس المعاصر، المجلد الأول، العدد (١).
- ٥- سامي محمد هاشم (٢٠٠٤): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، دراسات عربية في علم النفس، المجلد ٣، العدد ٣، القاهرة، دار غريب للنشر.
- ٦- عبد الحميد رجيعه وأحمد شافعي (٢٠١٢): الذكاء الانفعالي كمنبئ بكل من الرضا عن الحياة والثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة، مجلة عربية إقليمية محكمة، العدد ٢٦، جزء أول، ص ٥٢.

- ٧- عبد العال عجوة (٢٠٠٢): الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من الذكاء المعرفي والعمر والتحصيل الدراسي والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية - جامعة الإسكندرية، المجلد الثالث عشر، العدد (١).
- ٨- عبد العظيم سليمان المصدر (٢٠٠٨): الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد (١٦)، ع(١)، ٥٩٩.
- ٩- عبد اللطيف عبد الكريم المومني (٢٠١٠): الذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية بعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد (١١)، ع(١)، ص ٢٩٩.
- ١٠- فاروق السيد ومحمد عبد السميع (١٩٩٨): الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه، مجلة التربية، المنصورة، العدد الثامن والثلاثين، ص ١-٢.
- ١١- منال عبد الخالق جاب الله (٢٠١٢): سيكولوجية الذكاء الانفعالي أسس وتطبيقات، بنها، دار العلم والإيمان، دسوق، ٣٣.
- ١٢- وليد محمد أبو المعاطي (٢٠٠٥): الذكاء المعرفي والانفعالي والاجتماعي وأساليب التعلم لدى المجودين والمجددين من طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة.
- ١٣- يوسف سلطان العنزي (٢٠١٠): الذكاء الانفعالي والسمات الشخصية لدى المنتكسين وغير المنتكسين على المخدرات، رسالة دكتوراه، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

- 1- Bar-On R. (1997). The Emotional Quotient Inventory (EQ-I) A Measure Of Emotional Intelligence Toronto: Multi-Health Systems.
- 2- Denatle, S. M (2001): The Impact Of Emotional Learning On The Emotional Intelligence Of Adolescents, DAI, V61, N61, N12, P.638.