



كلية التربية  
المجلة التربوية



جامعة سوهاج

**فاعلية برنامج تدريبي مبني على نموذج جولمان في تنمية  
بعض مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية  
الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية**

إعداد

د. رغد ميشيل عرنكي - أستاذ مشارك

قسم علم النفس والتربية الخاصة - كلية الأميرة عالية الجامعية  
جامعة البلقاء التطبيقية - الأردن

تاريخ استلام البحث: ٢١ أبريل ٢٠٢٤ م - تاريخ قبول النشر: ٢ مايو ٢٠٢٤ م

DOI:

**المُستخلص:**

هدفت الدراسة الحالية لدراسة أثر برنامج تدريبي مبني على نموذج جولمان في تطوير مهارات الذكاء الانفعالي، لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية، وقد تم تطبيق الدراسة على عينة من (٤٩) طالبا، بلغ عدد الذكور (٢٨) طالبا، وعدد الإناث (٢١) طالبة، تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٢) عاما، تم اختيارهم بالطريقة القصدية من مجتمع الدراسة المكون من (٦١٥٠) طالبا وطالبة، حيث بلغ عدد الطالبات (١٢٣٠) طالبة، وعدد الطلاب (٤٩٢٠) وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية، ومجموعة ضابطة، وبلغ عددهم (٢٧ و ٢٢) طالبا وطالبة، بمتوسطات (٢١,٦٣ و ٢٠,١٨) وانحرافات معيارية (١,٤٥ و ١,٦٨) على التوالي. وقد تم استخدام المنهج شبه التجريبي، حيث قامت الباحثة بإعداد كل من البرنامج التدريبي، ومقياس الذكاء الانفعالي، وقد تم توزيع الطلبة لمجموعتين: مجموعة تجريبية تعرضت للبرنامج التدريبي، ومجموعة ضابطة لم تتعرض للبرنامج التدريبي، كما تم تطبيق مقياس الذكاء الانفعالي، مع كل من المجموعة التجريبية والضابطة، قبل تطبيق البرنامج، وبعد تطبيقه، وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢. وقد تبين فعالية البرنامج التدريبي حيث أظهرت النتائج وجود فروق بين مجموعتي الدراسة: المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة في اتجاه المجموعة التجريبية، على مقياس الذكاء الانفعالي، والتحصيل الدراسي.

الكلمات المفتاحية: البرنامج التدريبي، الذكاء الانفعالي، طلبة كلية الهندسة التكنولوجية.

*The Effectiveness of a Training Program Based on Goleman's Model in Developing some Skills among Students of the Faculty of Technological Engineering at Al-Balqa Applied University*

**Abstract:**

The present study aimed to investigate the effect of a training program based on Goleman's model in developing emotional intelligence skills among students of the Faculty of Technological Engineering. The study was conducted on a sample of 49 students, including 28 males and 21 females, aged between 18-22 years, who were purposively selected from a population of 6150 students (1230 female students and 4920 male students). They were divided into two groups: an experimental group and a control group, with 27 and 22 students respectively, with means of 21.63 and 20.18 and standard deviations of 1.45 and 1.68 respectively. The quasi-experimental method was used, and the researcher prepared both the training program and the emotional intelligence scale. The students were divided into two groups: the experimental group was exposed to the training program, while the control group was not. The emotional intelligence scale was applied to both the experimental and control groups before and after the implementation of the program during the second semester of the 2021/2022 academic year. The results indicated the effectiveness of the training program, showing differences between the experimental and control groups in favor of the experimental group on the emotional intelligence scale and academic achievement.

**Keywords:** emotional intelligence, training program, students of the College of Engineering Technology.

**مقدمة:**

يعتبر موضوع الذكاء الانفعالي من الموضوعات التي حازت على اهتمام الباحثين في العقود الأخيرة، فقد تبين أن معامل الذكاء لا يكفي وحده للنجاح في الحياة، وأن هناك عاملا آخر يفسر النجاح الشخصي لدى الأفراد، وهو الذكاء الانفعالي، وقد تم إجراء العديد من الدراسات التي تناولت هذا الموضوع، بالبحث والاهتمام، لما له من أهمية في النجاح في العمل، والدراسة، والعلاقات مع الآخرين، وفي فهم الذات، ولم يعد الذكاء العام شرطا أساسيا للنجاح في الحياة، فقد نجد أناسا على درجات عالية من الذكاء العام، لكنهم غير قادرين على إدارة أمور حياتهم، لنقص في بعض مهارات الذكاء الانفعالي، كالتفاعل مع الآخرين، أو الوعي بانفعالاتهم، ومشاعرهم. ويعتبر الذكاء الانفعالي مكونا هاما يمكنه التخفيف من حدة المشكلات السلوكية التي قد تحدث في المدارس خاصة في مرحلة المراهقة؛ إذ يمكن تعليمه للطلبة لمساعدتهم في الوعي بانفعالاتهم والتحكم بها، وفهم مشاعر الآخرين. ونظرا لأهمية الموضوع فقد وضع "ألبرت أليس" نظريته في العلاج الانفعالي العقلاني، والتي أكد من خلالها بأن الناس يمكنهم التحكم بانفعالاتهم باستخدام عقولهم، وبالتالي فإن الانفعالات تتحكم بالأداء.

وقد بدأ الاهتمام بمشاعر الإنسان وانفعالاته، ومعتقداته وأفكاره منذ عهد الفلاسفة القديمة؛ فقد اهتم "أرسطو" بدراسة الفروق الفردية بين الأفراد، والتي تعتبر سببا لاختلافهم، ونادى أرسطو بالتعاطف بين الناس، أما أفلاطون فقد ركز على تنمية العواطف، والسلوكيات الحسنة، واعتبرها من الفضائل، والتي فضلها على التعليم. وقد أشار لما يُدعى "قوى العقل" التي تتميز بثلاثة مظاهر رئيسية، هي: إدراك النواحي المعرفية، والانفعال من الناحية العاطفية، والميل للأداء أو الفعل. ويرى "بيرت" أن هذه المفاهيم تمثل النواحي العقلية، والانفعالية، والخلقية. وقد قسم أرسطو قوى العقل لمظهرين أساسيين، الأول: عقلي معرفي، والثاني: انفعالي مزاجي حركي دينامي، وحصر الانفعالات في المحتوى الاجتماعي، واعتبر أن التعبير عن الانفعالات بشكل سليم يقود إلى نمو المجتمعات وتحضرها (الخفاف، ١٩٨٣، ص ٢٣).

ويعتبر موضوع الذكاء الانفعالي من الموضوعات الحديثة نسبيا مقارنة مع الذكاء العقلي الذي تقيسه اختبارات الذكاء المختلفة، والذي كان يُعتبر الشرط الأساسي للنجاح

الأكاديمي والعملية، وفي البداية ظهرت حركة القياس التي تركز على قياس الذكاء العقلي IQ واعتبرته العامل الذي يميز بين الأشخاص العاديين والأذكياء، لكن تبين أن العديد من الأشخاص الذين يمتلكون مستويات عالية من الذكاء العقلي غير قادرين على إدارة شؤون حياتهم، وبالمقابل وجدوا أشخاصا درجة ذكائهم متوسطة لكنهم تفوقوا في حياتهم، وقد وضع "ثورندايك" مصطلح "الذكاء الاجتماعي" ليشير إلى قدرة الأشخاص على التعامل مع الآخرين، وذلك في ثلاثينيات القرن الماضي (برادبييري وجريفز، ٢٠٠٥/٢٠١٠، ص ٢٤).

بدأ "روفين بارون" عام ١٩٨٠ بدراسة الانفعالات ومدى تأثيرها على أداء الناس، وقد استطاع بارون إيجاد معامل الذكاء الانفعالي، كأول قياس موثوق للذكاء الانفعالي، وأصبح يُعرف باسم BarOn EQ-i والذي اعتمده الجمعية الأمريكية لعلم النفس، أما مصطلح الذكاء الانفعالي فقد ظهر على يد سالوفي وماير Salovey and Mayer، وقد استطاعا بمساعدة "ديفيد كارزو" عام ١٩٩٠ من إيجاد اختبار بديل للذكاء الانفعالي باسم "اختبار ماير- سالوفي- كارزو للذكاء الانفعالي" ومن المثير للاهتمام أن الذكاء الانفعالي يمكن تطويره مع الخبرة، وفي أية مرحلة عمرية، ولا يتحدد عند الولادة، كما في الذكاء العقلي (دوتشيندورف، ٢٠١١).

ومنذ ذلك الوقت بدأ الاهتمام بالذكاء الانفعالي على نحو واسع، لكن شهرة مفهوم الذكاء الانفعالي لم تظهر إلا عندما قام دانيال جولمان (1995) Daniel Goleman بنشر كتابه "الذكاء الانفعالي: لماذا يمكن أن يكون أكثر أهمية من معدل الذكاء" *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*، وقد نال هذا الكتاب اهتمام كل من الباحثين، وعامة الناس، ومما زاد في أهميته هو أن فريق البحث بدأ بإجراء قياسات، وتوصلوا لنظريات خاصة بهم، بدلا من البناء على ما هو موجود من البحوث، لكن الباحثين لم يتفوقوا كثيرا خلال تلك الفترة حول تعريف الذكاء العاطفي، أو قياسه، مما ساهم في ظهور نظريات، وقياسات مختلفة.

بدا الاهتمام بالذكاء العاطفي في التعليم في المراحل التعليمية المبكرة، وقد تم استخدام مجموعة من البرامج الهادفة إلى مساعدة الطلبة في التعرف إلى مشاعرهم، والتعبير عنها بحيث يتمكنون من إدراك تأثيرها على انفعالاتهم. قديما كان الاهتمام بقياس معدل الذكاء في الحكم على مدى تفوق الشخص في الحياة، رغم ذلك نجد علماء يركزون على دور

المشاعر في الذكاء مثل "ثورندايك" الذي تحدث عن الذكاء الاجتماعي، واعتبره ركنا أساسيا من الذكاء العاطفي، كما اعتبره أحد مكونات الذكاء IQ الذي يمثل قدرة الفرد على فهم الغير، والتصرف بحكمة مع الآخرين. وفي تجارب "ستيرنبرج" اتفق مع ثورندايك في أهمية الذكاء الاجتماعي في النجاح في الحياة العملية، وفي اختلافه عن الذكاء الأكاديمي.

ويمكن تعريف الذكاء الانفعالي بأنه قدرة الشخص على إدراك أفكاره، وإدارتها، مما يساعده في التحكم بالذات، وتحفيزها، وهذا ما يُطلق عليه "ما وراء الإدراك". كما تم استخدام مصطلح "ما وراء المزاج" للتعبير عن إدراك الشخص لمشاعره (جولمان، ١٩٩٥، ص، ٧٥-٨٠). ويشير "الدلاي لاما" بأن الوعي موجود لدى كل الكائنات الحية، لكن القدر الأكبر من الذكاء موجود لدى الإنسان، ويرى أن ما يميزنا كبشر هو قدرتنا على التحول الإيجابي، عند التعرض لسيل متدفق من الأفكار والمشاعر الإيجابية والسلبية (براديبيري وجريفز، ٢٠٠٥/٢٠١٠). ويقول وليم جيمس "إن أعظم اكتشافات عصرنا هو اكتشافنا أن البشر يستطيعون تغيير حياتهم من خلال تغيير توجهات عقولهم" (دوتشيندورف، ٢٠١١).

كما أشار بوزان (٢٠٠٢/٢٠٠٧) في كتابه "قوة الذكاء الاجتماعي" **The Power of Social Intelligence** إلى إدارة الانفعالات، واعتبرها شكلا من أشكال الذكاء الاجتماعي، واعتبر أن سر الذكاء الاجتماعي يكمن في الابتسام، الذي يبعث الدفاء في النفس، ويطور الثقة والإيجابية، ويعتبرها الوسيلة الأفضل لكسب الأصدقاء، والأكثر من ذلك، فالأشخاص المبتسمين هم الأكثر نجاحا على المستوى الشخصي والمهني، وأكد "بوزان" في هذا الصدد على أهمية توافق كلام الفرد مع أفعاله، وقدرته على إدراك التوافق في كلمات الآخرين، وما يصدر عنهم من إشارات تمثل لغة أجسادهم، كما أكد على أهمية التواصل مع الآخرين مع ترك منطقة سماها "منطقة الراحة" للشخص، والتي تمثل المسافة بينا وبين الشخص الذي نريد التواصل معه، وعدم إقحام أنفسنا في مساحته الشخصية، حتى يشعر بالراحة، والرغبة في التواصل معنا، وإذا نظرنا في عينيه سيظهر باهتمامنا به، ويزيد اهتمامه بنا (بوزان، ٢٠٠٢/٢٠٠٧، ص ٢٨-٣٣).

يملك الإنسان العقل العاطفي، والعقل المنطقي معا، ويعتبر العقل العاطفي هو المسؤول عن المشاعر، ويسمى العقل غير المنطقي التلقائي، أما العقل المنطقي، فهو المسؤول عن عمليات التفكير، وهذا يتراجع إذا قويت المشاعر، ومع ذلك هناك عملية

تنسيق بينهما للوصول إلى حالة التوازن؛ فالعمليتين متكاملتين، إذ تعتبر المشاعر أساسية للتفكير، والعكس صحيح، وفي حال سيطرت المشاعر فإن العقل المنطقي يضعف، ويتأثر أدأؤه سلبا وفقا لذلك، وتعتبر اللوزة مركز الذكاء العاطفي، وأن المشاعر والعواطف لديها القدرة على تحفيز التفكير، أو إعاقته، وأن التدريب عليها سيساعد في استغلال قدراتنا العقلية الداخلية، والتي تحدد مستوى نجاحنا فيما بعد، وهكذا يصبح الذكاء الانفعالي طاقة مهيمنة تؤثر في كافة أوجه نشاطات حياتنا (جولمان، ١٩٩٥).

ومن هنا نجد أهمية الذكاء الانفعالي، ودوره في تحسين حياة الفرد بشكل عام، ويبدو أننا في مدارسنا وجامعاتنا نركز على تطوير الذكاء الأكاديمي، لتحسين مستوى التحصيل لدى طلبتنا، متجاهلين أن هناك شكلا آخر من أشكال الذكاء، وهو الذكاء الانفعالي، وعليه فإن دراسة موضوع الذكاء الانفعالي، وتنمية مهاراته لدى طلبة الجامعة يُعدّ من أهم الملامح البحثية الجديدة بالملاحظة، والدراسة التجريبية، أو شبه التجريبية، باعتبار أن طلبة الجامعة بحاجة لبرامج تدريبية جنبا إلى جنب مع المواد التعليمية، بهدف إعداد أفراد قادرين على التعامل مع متطلبات الحياة من خلال فهم أنفسهم، وفهم الآخرين، تمهيدا لانتقالهم لسوق العمل، وما يتطلبه ذلك من امتلاك مهارات الذكاء الانفعالي، وذلك في ضوء برنامج تدريبي قائم على تطوير مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية، خاصة وأنهم في نهاية مرحلة المراهقة، وما تتضمنه من انفعالات قد لا يتمكنون من السيطرة عليها، وذلك ما يهدف إليه البحث الحالي.

### مشكلة البحث:

مع تطور الثورة المعرفية في أواخر الخمسينيات، وبداية الستينيات من القرن الماضي، أصبح الاهتمام بالعمليات العقلية من حيث تخزين المعلومات، ومعالجتها، أكثر من الاهتمام بالنواحي الانفعالية، أو العواطف، لكن مع التطور العلمي، بدأ الاهتمام بجوانب أخرى من جوانب الذكاء بعد أن تبين أن الذكاء العقلي وحده لا يستطيع التغلب على التحديات، والعقبات التي تواجه الإنسان خلال مسيرة حياته. ونظر "أبو حطب" إلى الذكاء كمجموعة من المكونات، تتمثل في المعرفة والوجدان، وأن الذكاء الاجتماعي يقع بينهما، كما أكد "بوزان" على التكامل بين الجانب العقلي والوجداني، ثم جاء جاردرنر بنظرية الذكاءات

المتعددة في عام (١٩٨٣) ليؤكد وجود سبعة أنواع من الذكاء، ومن بينها الذكاء الاجتماعي، والذكاء الشخصي الداخلي (أبو الديار، ٢٠١٤، ١٨٧-١٨٨).

لو نظرنا إلى البرامج التعليمية، وأساليب التنشئة الاجتماعية بشكل عام، نجد أنها تركز على الجوانب الأكاديمية، والمعرفية، وأكثر من التركيز على الجوانب، أو الأهداف الوجدانية، أما في التنشئة الاجتماعية فيتم التركيز على قمع المشاعر والانفعالات، فالأب يجب أن يظهر بمظهر الجاد والحازم، لأن التعبير عن المشاعر - من وجهة نظره فيه تعبير عن الضعف وخاصة أمام عائلته، وبنفس الوقت فهو يُنكر على أبناءه التعبير عن انفعالاتهم، وخاصة الذكور منهم، رغم أنهم لا زالوا في عمر الزهور، بحجة أنه رجل، ولا يجوز للرجل أن يبكي. وهم بذلك حرّموا الطفل من التعبير عن مشاعر طبيعية خُلق معه، وحرّموه أيضا من العيش بخصائص مرحلة الطفولة التي تعتبر مرحلة التأسيس للمراحل اللاحقة، إذ يتوقف نجاحه في مراحل حياته اللاحقة على نجاحه في هذه المرحلة.

وعندما يكبر هذا الطفل ويدخل المدرسة، ثم الجامعة نجده لا يُدرك ما تعنيه الجوانب الوجدانية والانفعالية، ومن هنا جاءت الحاجة لبناء برنامج تدريبي، يتم فيه تدريب طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية لتطوير مهارات الذكاء الانفعالي، وقد تم اختيار طلبة الهندسة التكنولوجية، لأن الباحثة تُدرّسهم مادة علم النفس، ولاحظت وجود بعض المشكلات السلوكية، والانفعالية في تعاملهم مع المواقف الصغيرة أثناء وجودهم في الحرم الجامعي، والبحث عن مبرر لافتعال مشكلات لإثبات وجودهم، وقدراتهم بين زملاءهم.

وقد أشارت دراسة العلوان (٢٠١٦) إلى انخفاض مستوى السلوك الاجتماعي لدى الطلبة في القياس القبلي على مقياس السلوك الاجتماعي، وقد ساهم البرنامج التدريبي في الحد من السلوك الاجتماعي لدى المجموعة التجريبية، كما أشارت دراسة الغرابية والعتوم (٢٠١٢) إلى تدني مستوى الذكاء الانفعالي، والاجتماعي على القياس القبلي للذكاء الاجتماعي، والذكاء الانفعالي لدى طلبة الصف العاشر، وقد ساهم كل من البرنامج التدريبي للذكاء الانفعالي، والذكاء الاجتماعي في رفع مستوى كل منهما لدى المجموعتين التجريبيتين.

ومن هنا يتبين الآثار السلبية لانخفاض الذكاء الانفعالي؛ فالذين يفتقرون إلى الذكاء الانفعالي يتميزون "بتبلك المشاعر"، وهؤلاء يكونون عاجزين عن إدراك مشاعرهم، أو

مشاعر الآخرين، وهذا العجز يميز المجرمين، ومغتصبي الأطفال، والمرضى النفسيين، وعادة ما يتم التعبير عن المشاعر بالإشارات، والحركات أكثر منه بالكلمات.

وهناك ما يسمى "التناغم العاطفي" الذي يشير إلى مدى شعور الشخص بالآخر، فشعور الأم بطفلها يعطيه الإحساس بالرضى، والقدرة على التكيف لاحقا، وبالمقابل فإن عدم قدرة الأهل على إظهار التعاطف مع المشاعر التي يُظهرها أطفالهم، سيقود الأطفال إلى عدم القدرة على إظهار هذه المشاعر فيما بعد، وقد يميلون لإظهار مشاعر أخرى غير مرغوبة، وذلك بحسب الحالة المزاجية التي يُبديها الأهل تجاههم، كما يميز التعاطف الأشخاص الأكثر هدوءاً؛ فالإنسان في حالة التوتر تقل نسبة التعاطف لديه (جولمان، ١٩٩٥، ١٤٥-١٤٦). كل ذلك يجعل هناك حاجة ماسة لدراسة الذكاء الانفعالي لدى طلاب كلية الهندسة التكنولوجية، وإعداد برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي لديهم، خاصة وأن الدراسات المحلية محدودة - في حدود اطلاع الباحثة - لذا جاء الاهتمام بتنمية مهارات الذكاء الانفعالي في ضوء نموذج جولمان.

وبناء على ما سبق يمكن بلورة مشكلة البحث في إثارتها للأسئلة التالية:

- ١- هل يوجد أثر للبرنامج التدريب على الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية.
- ٢- هل يوجد أثر للبرنامج التدريبي على التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية.
- ٣- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس مهارات الذكاء الانفعالي في القياس البعدي.

#### أهداف البحث:

- هدفت الدراسة الحالية إلى بناء برنامج تدريبي بالاستناد إلى نموذج جولمان، والتعرف إلى أثره في تطوير مهارات الذكاء الانفعالي، لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية، وبناء عليه ستحاول الدراسة الحالية الكشف عن:
- أثر البرنامج التدريب على الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية.

- أثر للبرنامج التدريبي على التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية.
- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس مهارات الذكاء الانفعالي في القياس البعدي.

### أهمية البحث:

جاءت أهمية الدراسة الحالية من أهمية موضوع الذكاء الانفعالي، خاصة وأن المؤسسات التربوي والتعليمية لا تركز على تطويره بشكل عام مما أدى إلى ضعف مهارات الذكاء الانفعالي لدى أبنائنا، تلك المهارات التي تعتبر من أهم الجوانب التي تُسهم في تطوير مهارات الحياة لديهم عند دخولهم الحياة العملية، خاصة وأن تخصص الهندسة بشكل عام يركز على لغة الأرقام، والمعادلات، والتصاميم الهندسية. وتكمن أهمية الدراسة الحالية في كل من الجانب النظري، والجانب التطبيقي، كما يلي:

### أولاً: الأهمية النظرية:

وتكمن الأهمية النظرية في:

- ١- تزويد الأدب النظري بمادة علمية ذات أهمية، يمكن للتربويين، والمربين، والطلبة الاستفادة منها، خاصة وأن التركيز على الجوانب الانفعالية محدود في العملية التربوية، والاجتماعية، والأسرية.
- ٢- محدودية الدراسات المحلية التي تناولت الأبعاد الخمسة في نموذج جولمان- في حدود اطلاع الباحثة، فقد تم تناول بعضها منها في أغلب الدراسات التي تم الاطلاع عليها.

### ثانياً: الأهمية التطبيقية:

تكمن الأهمية التطبيقية في الاستفادة من النتائج التي تم الوصول إليها في الدراسة الحالية، وفي تقديم برنامج تدريبي تم بناؤه بالاستناد إلى نموذج جولمان للذكاء الانفعالي، وقد تم التأكد من صدقه وثباته، بحيث يمكن للتربويين، والمربين، والمهنيين تطبيقه في المجالات التربوية والتعليمية المختلفة، لما له من أهمية في تطوير الذات من خلال مساعدة الفرد في فهم انفعالاته والتحكم بها، وفي النجاح المهني، والأكاديمي، والاجتماعي.

## مفاهيم البحث الإجرائية:

تُعرف الباحثة الذكاء الانفعالي إجرائياً: بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب على مقياس الذكاء الانفعالي الذي أعدته في ضوء نموذج جولمان، والمستخدم في الدراسة الحالية، والمكون من خمسة أبعاد، هي: الوعي بالذات، وإدارة الانفعالات، والدفاعية، والتعاطف العقلي، والمهارات الاجتماعية.

البرنامج التدريبي: البرنامج هو مجموعة من الأنشطة المُعدّة بهدف تنمية الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية، بالاستناد إلى نموذج جولمان في الذكاء الانفعالي، وثُقاس فاعليته البرنامج بقياس مدى تحسن مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية بعد تطبيق البرنامج، باستخدام مقياس الذكاء الانفعالي الذي أعدته الباحثة.

## محددات الدراسة:

تتمثل في عدد من المحددات، وتشمل: المحدد الموضوعي، والتمثل في فاعلية البرنامج المبني على نموذج جولمان في تنمية بعض مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية، في جامعة البلقاء التطبيقية، وفي دقة إجابات الطلبة على المقياس. والمحدد البشري، الذي يتمثل في عينة من طلبة كلية الهندسة التطبيقية في جامعة البلقاء التطبيقية، والبالغ عددهم (٢٧) في المجموعة التجريبية بمتوسط = ١٨٠,٧٨، وانحراف معياري = ٢٣.٩٨، وبلغ عدد أفراد المجموعة الضابطة (٢٢) بمتوسط = ١٤٣,٤١، وانحراف معياري = ٣٨,٠٨ من كافة المستويات التعليمية. والمحدد المكاني، يتمثل في اقتصار العينة على كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية. وتتمثل الحدود الزمانية في تطبيق الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢١. واقتصرت الدراسة على المنهج شبه التجريبي، واقتصرت أدوات الدراسة على استخدام مقياس الذكاء الانفعالي، والبرنامج التدريبي، كما أن الأساليب الإحصائية اقتصرت على استخدام النسب المئوية، والمتوسطات والانحرافات المعيارية لأعداد الذكور والإناث في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وتم استخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس مع المقياس الفرعي الذي تنتمي إليه، ودرجة ارتباط كل مقياس فرعي مع المقياس الكلي، كما تم استخدام معامل كرونباخ الفا لحساب

ثبات المقياس، كما تم استخدام اختبار "ت" للتأكد من تكافؤ متوسطات المجموعتين قبل البدء بتطبيق البرنامج، وتحليل تباين الانحدار الثنائي ANOVA للنتيجة بأثر البرنامج التدريبي في تطوير مستوى الذكاء الانفعالي لدى كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية.

### الإطار النظري ودراسات سابقة:

في الإطار النظري سيتم تناول متغيرات الدراسة، وهي: الذكاء الانفعالي، والبرامج التدريبية، كما يلي:

### أولاً: الذكاء الانفعالي:

يُعتبر مفهوم الذكاء الانفعالي من المفاهيم التي حظيت باهتمام الباحثين في العقود الأخيرة، لدوره في مساعدة الأفراد على النجاح في المجالات المهنية والأكاديمية، والعلاقات الاجتماعية، وغيرها من المجالات، إذ تبين أن دور الذكاء الانفعالي يفوق دور الذكاء العقلي في التعامل مع المهارات الحياتية، هذا ويتكون الذكاء الانفعالي كفائتين رئيسيتين هما: الكفاءة الشخصية، والكفاءة الاجتماعية، وتتضمن الكفاءة الشخصية مهارتين، هما: الوعي الذاتي، والإدارة الذاتية لسلوك الفرد وميوله، وتتضمن الكفاءة الاجتماعية، مهارتين، هما: الوعي الاجتماعي، وإدارة العلاقات، والتي يتمكن الفرد من خلالها من فهم الآخرين، وتحسين علاقاته معهم (برادبيردي، وجريفر، ٢٠١٣، ٢٣-٢٤).

ويُعرف جولمان (١٩٩٥) الذكاء الانفعالي بقدرة الشخص على إدراك أفكاره، مما يساعده في التحكم بذاته، وتحفيزها، وهذا ما يطلق عليه "ما وراء الإدراك". كما يستخدم مصطلح "ما وراء المزاج" للتعبير عن إدراك الشخص لمشاعره.

ونظراً لأهمية الذكاء الانفعالي، فقد ظهرت ثلاثة تيارات تفسره، وذلك كما يلي:  
التيار الأول: لماير وسالوفي (١٩٩٧)، والمكون من أربعة مكونات فرعية، تتمثل في القدرة على:

- ١ - إدراك المشاعر، والتعبير عنها بدقة.
- ٢ - توليد المشاعر التي تسهل عملية التفكير.
- ٣ - فهم العواطف والوعي بها.
- ٤ - تنظيم العواطف، وتعزيز النمو العاطفي والفكري.

التيار الثاني: ويتكون من ثلاثة فروع، تمثل القدرات المعرفية الانفعالية، ونموذج الوعي بالذات لماير وسالوفي (١٩٩٠)، والتقرير الذاتي للذكاء الانفعالي، والذي يفترض وجود عملية انعكاسية مستمرة مرتبطة بمزاج الشخص.

التيار الثالث: ويمثل الكفاءات المعرفية الانفعالية، وخصائص أخرى غير معرفية؛ كالمهارات الشخصية، الدافعية، والجوانب الاجتماعية التي يبدو خلالها الذكاء الانفعالي كنموذج مختلط؛ حيث يتم دمج مهارات شخصية واجتماعية تقود إلى تأثيرات متداخلة مع عوامل أخرى قد يكون لها تأثير على الأداء الأكاديمي، لذا فالطلبة الذين لديهم سمات اجتماعية انفعالية، مع قدرات معرفية، وسمات شخصية تكيفية، سيحصلون على علامات أعلى في الاختبارات الأكاديمية، من الذين لديهم نسبة أقل من هذه المهارات (Ebinagbome et al., 2022, P2-3)

وقد أشار جولمان (١٩٩٥) إلى أن الذكاء العاطفي يتكون من خمسة عوامل، هي: معرفة عواطف الفرد، وإدارة عواطفه، وتحفيزه، والتعرف إلى عواطف الآخرين، والتعامل مع العلاقات.

وقد رأى الباحثون ضرورة التمييز بين نوعين من نماذج القياس:

- مقاييس القدرة: وتتطلب هذه المقاييس إظهار ما لدى الفرد من معلومات متعلقة بالانفعالات، والتي تحدد استجاباته لها.
- مقاييس التقدير: والتي تتطلب تقدير مدى انطباق العبارات الموجودة في الاستبانة على المفحوصين (MacCann et al., 2019, 151).

هذا وظهرت عدة نماذج للذكاء الانفعالي كنتيجة لأعمال سالوفي وماير، وهذه النماذج هي:

- نموذج جولمان للذكاء الانفعالي عام (١٩٩٥)، وقد تكون مما يلي:
- المعرفة الانفعالية: وتمثل الوعي بالذات، وإدراك الشعور عند حدوثه، ويعتبر الوعي بالذات هو العامل الأكثر أهمية في الذكاء الانفعالي.
- إدارة الانفعالات: وتمثل قدرة الفرد على التعامل مع الانفعالات، وإدارتها ليتمكن من تهدئة نفسه.

- تحفيز الذات: بحيث يتمكن الفرد من توجيه انفعالاته نحو تحقيق هدف ما، بحيث يكون الدافع نابعا من الفرد نفسه.
- إدراك انفعالات الآخرين: وتتمثل في قدرة الفرد على إدراك انفعالات الآخرين، من خلال الإشارات التي تصدر عنهم، والقدرة على التعاطف معهم.
- إدارة العلاقات الاجتماعية: ويتمثل هذا البعد في الكفاية الاجتماعية، وما تتطلبه من القدرة على التأثير بالآخرين، وضبط انفعالاتهم (سعيد، ٢٠١٥، ص ٤٧ - ٥١).
- نموذج بارون للذكاء الانفعالي (١٩٩٨): حيث وضع بارون نظرية في الذكاء الانفعالي، حدد خلالها مكونات الذكاء الانفعالي، والتي تتمثل في:
  - المكونات الشخصية الداخلية **Intrapersonal Components**: وتتكون من الوعي بالذات، توكيد الذات، تقدير الذات، والاستقلالية.
  - العلاقات بين الأشخاص **Interpersonal Components**: وتتمثل في إقامة علاقات شخصية إيجابية مع الآخرين، وتتضمن: التعاطف، والكفاءة الاجتماعية، والعلاقات الشخصية.
  - المكونات التكيفية **Adaptability Components**: وتمثل اختبار الواقع، والمرونة في حل المشكلات.
  - مكونات إدارة التوتر **Management Components**: وتشمل: تحمل التوتر، والضغط النفسي، وضبط الاندفاع.
  - مكونات المزاج العام: وتمثل قدرة الفرد على إدراك الحالة المزاجية التي يمر بها وتغييرها، وتشمل: التفاؤل والسعادة.
- وتلعب التنشئة الاجتماعية دورا هاما في تطوير مهارات الذكاء الانفعالي لدى الأبناء، وذلك يعتمد على النمط العاطفي لدى الوالدين، ويمكن الإشارة لعدد من الأنماط الموجودة لدى الآباء، والواردة في جولمان (١٩٩٥)، هي:
  - ١- تجاهل المشاعر تماما: حيث يتجاهل الأهل جميع الإشارات العاطفية التي تصدر عن أبنائهم، وينظرون إليها كأمر ثانوية، ولا يقومون بالإفادة من هذه الفرص لتطوير الكفاءة العاطفية لدى أبنائهم.

- ٢- المبالغة في التساهل مع الطفل: حيث يدرك الآباء مشاعر أبنائهم، لكنهم يتركونهم ليتعاملوا مع هذه المشاعر دون تعليمهم استجابات عاطفية أفضل.
- ٣- اللجوء إلى إظهار الاحتقار، وعدم احترام مشاعر الأبناء: إذ يتميز هذا النمط بالقسوة، ورفض مشاعر الأبناء، أو التعبير عنها، وقد يعاقبونهم بسبب هذه المشاعر.
- ٤- المرشد أو الأب الروحي: حيث يحاول الآباء من خلال الحوار فهم مشاعر أطفالهم، ومعرفة ما الذي يزعجهم، مثلاً: هل أنت غاضب بسبب.. ويعمل على مساعدته ليهدأ.
- يمكن الطفل من الشعور بالعاطفة في السنوات الأولى من حياته، وذلك بحسب الطريقة التي تتفاعل فيها الأم معه أثناء رعايتها له؛ فعند بكاءه إذا قامت الأم باحتضانه، والنظر في وجهه، فذلك يشكّل بداية شعور الطفل بالثقة، كما أشار أريكسون في نظريته حول النمو الاجتماعي، وهذا ما سوف يشجعه على طلب المساعدة إذا احتاجها لاحقاً، بعكس الطفل لأم تحمل طفلها بتوتر، بعد يوم مرهق، ودون النظر في وجهه، وعندما تحاول إرضاعه نجده يرفض، ويبدأ بالبكاء، وهذا ما قد يكون بداية لعدم إحساس الطفل بالثقة.
- وقد أشار تقرير المعهد القومي لبرامج الطفل الإكلينيكية أن نجاح الطفل بالمدرسة غير مرتبط بالقدرات المجردة، أو القدرة على القراءة فقط، إنما يرتبط بمستوى قدرته في الذكاء الانفعالي والاجتماعي، من حيث: وعيه بسلوكياته، وثقته بنفسه، وقدرته على تأجيل إشباع الحاجات، وطلب المساعدة عند الحاجة، إضافة إلى الفضول أو حب الاستطلاع، والتحكم بالنفس، والقدرة على التفاعل والتواصل مع الآخرين، والتعاون. وتجدر الإشارة إلى أن هذه المهارات يمكن تطويرها لدى الطفل قبل ذهابه إلى الحضانة، وهذه تضاهي تنمية القدرات العقلية في المقابل.
- هذا وتُعرف الباحثة الذكاء الانفعالي، بقدرة الفرد على فهم ذاته، والآخرين، من خلال زيادة وعيه بأفكاره ومشاعره وأحاسيسه، التي تساعد في فهم مشاعر الآخرين، وأحاسيسهم وأفكارهم، مما يساعده في التحكم بانفعالاته وضبطها في المواقف المختلفة، في ظل وجود دافعية تساعد في تطوير قدراته.

وكما تمت الإشارة لأهمية الذكاء الانفعالي، ودوره في النجاح في كافة مناحي الحياة، وبعد أن احتل الذكاء العقلي دور الصدارة على مدى عقود ماضية، كان لا بد من بناء برامج تدريبية لتطوير الذكاء الانفعالي لدى الأفراد، خاصة في المدارس، والجامعات التي لا زالت

تركز بالدرجة الأولى على تطوير القدرات العقلية، وهذا ما يقودنا للحديث عن الجزء الثاني من الإطار النظري، والمتعلق بالبرامج التدريبية.

### ثانياً: البرامج التدريبية :

عرّفت منظمة الأمم المتحدة البرنامج بأنه: "عملية تبادلية لتعلم وتعليم مجموعة من المعارف والأساليب المتعلقة بالحياة العملية، وهو نشاط لنقل المعرفة إلى الأفراد والجماعات الذين يعتقد أنهم يستفيدون منها، فالتدريب هو نقل للمعرفة وتطوير للمهارات" (كرمة، ومير، ٢٠١٤، ص ٤٣)

وقد تم تصميم عدد كبير من البرامج التي تناولت موضوع الذكاء الانفعالي، وقد أشار جولمان (١٩٩٥) إلى عدد من هذه البرامج، مثل:

برنامج "جون لوكمان" الخبير النفسي في جامعة "ديوك" الذي صمم أحد البرامج التدريبية المستخدمة مع الأطفال العدوانيين استمرت (٦-١٢ شهر) وقد تضمنت جلستين أسبوعياً، تم تدريبهم خلالها لفهم الإشارات التي يفسرونها بالعدوانية بأنها إشارات إيجابية أو محايدة، وتعلموا أن يفهموا وجهة نظر الآخر، وكيف يشعرون في المواقف التي تصيبهم بالغضب، كما تدربوا على السيطرة على الغضب، ومراقبة مشاعرهم أثناء ذلك لفهم ما يحدث لهم أثناء التوتر؛ كتوتر العضلات، بحيث يتم استخدام هذه الإشارات للسيطرة على الغضب والتحكم به، والتفكير فيما يمكن فعله في الخطوة التالية بدلاً من الاستجابات الانفعالية التي كانت تصدر عنهم.

ومن ضمن المواقف التي تمت مناقشتها مع الأطفال: كيف يتصرف طفل في حال اصطدم به طفل آخر دون قصد، وكان يتم عرض أفلام تمثيلية توضح كيفية تعامل الأطفال مع المواقف التي يتعرضون فيها لمضايقات مع أطفال آخرين، وكانت تُقدم لهم استجابات بديلة عن الضرب والصرخ. وقد قام "لوكمان" بعد ثلاث سنوات على البرنامج بمقارنة الأطفال الذين خضعوا للبرنامج التدريبي بأطفال آخرين لم يخضعوا للبرنامج، وقد أظهرت النتائج أن الذين خضعوا للبرنامج التدريبي كانوا أكثر قدرة على إدراك مشاعر الغير، وكانوا أقل إثارة للإزعاج، وأقل ميلاً لشرب الكحول وتعاطي المخدرات.

وقد استطاعت هذه البرامج الحد من الاكتئاب البسيط وعدم تطوره إلى اكتئاب حاد، وقد عبّرت كوفاكس عن أهمية تلك البرامج كوقاية نفسية قبل الإصابة بالمرض النفسي،

حيث تعمل على تعديل أنماط التفكير المصاحبة للاكتئاب، بحيث يتمكنون من تطوير صداقات مع أقرانهم، فقد تبين أن الطريقة التي يفسر فيها الأطفال سبب رفض الآخرين صداقتهم تلعب دورا في حدوث الاكتئاب؛ فالذي يعزو الرفض ليعيب فيه يشعر بالاكتئاب أكثر من طفل آخر يدرك أنه قادر على إحداث تغيير للأفضل، كما أن المشاركة في النشاطات الاجتماعية تسهم في الحد من السلوكيات الاندفاعية.

وهناك برنامج آخر للتدريب على الصداقة من تصميم "ستيفن آشير" من جامعة إيلينويس تم تطبيقه على الأطفال الأقل شعبية، وقد تم تدريبهم على: التفكير ببدائل لحل الخلافات بدل الشجار، وضرورة التحدث إلى طفل آخر، وطرح عدة أسئلة عليه أثناء اللعب، والاستماع إليه، والنظر إلى ما يفعله، ومدحه والابتسام في وجهه إذا أحسن التصرف. وقد استطاع البرنامج أن يرفع من مستوى شعبية هؤلاء الأطفال بنسبة متوسطة، دون أن يصلوا إلى التائق الاجتماعي، لكنهم لم يهمشوا.

وقد صمم ستيفن نوويكي الإخصائي في جامعة إيموري برنامجا لتأهيل الأطفال المهمشين اجتماعيا، توصل خلاله لنتائج مماثلة لبرنامج ستيفن آشير، حيث قام بمساعدتهم في قراءة مشاعر الأطفال الآخرين، والاستجابة لها بشكل صحيح، فقد كان يتم تصويرهم عند إظهار بعض الإشارات والإيماءات كالسعادة والحزن، ومن ثم يتم تدريبهم لتحسين قدرتهم على التعبير عن هذه المشاعر، وقد سمى جاردر هذا النوع من الذكاء "ذكاء التعامل مع الغير".

وللتأكد من فاعلية البرنامج تم استخدام اختبار القدرة على استمالة صداقة الأطفال الآخرين الذين يودون صداقتهم، وقد أظهرت النتائج تحسن شعبية الأطفال المنبوذين بنسبة ٥٠ - ٦٠٪، وقد أظهرت النتائج أن التحسن مع أطفال الصف الثالث والرابع، كان أفضل منه لدى أطفال المراحل المتقدمة، كما أن النتائج كانت أفضل مع أصحاب المشكلات الاجتماعية، منها مع الأطفال العدوانيين، وهذا يتطلب المزيد من البحث في هذا الموضوع.

وفي برنامج نيوهافن "مكعب المشاعر" يُعطى الأطفال دروسا في الوعي بالذات واتخاذ القرارات، وكان يبدأ معهم في الصف الأول، حيث يجلس الأطفال بشكل دائري، ويتم تمرير

مكعب المشاعر الذي يحمل عبارات مثل حزين أو مثير على كل جانب من جوانبه، وعندما يصل المكعب إلى الطفل فإنه يقوم بوصف متى انتابه هذا الشعور، وذلك لمساعدته في ربط المشاعر بالكلمات المناسبة، والتعاطف مع الطفل الذي يتحدث عن تجربته مع تلك المشاعر.

### دراسات سابقة:

شهدت المجالات التربوية والنفسية تطوراً كبيراً في الآونة الأخيرة في دراسات الذكاء الانفعالي، وقد جاءت هذه الدراسات استمراراً لجهود جولمان وسالوفي وماير وغيرهم من الباحثين.

وقد أشار جولمان (١٩٩٥) في كتابه الذكاء الانفعالي إلى عدد من الدراسات في الذكاء الانفعالي، حيث أشارت إلى أن التعاطف يبدأ في سن مبكرة؛ فعندما يشعر الطفل حديث الولادة بالانزعاج من بكاء طفل آخر، وعندما يقوم طفل بعمر السنة بإحضار والدته لتهدئة طفل آخر يبكي، فيه إشارة للتعاطف، كما يمكن لطفل أن يقوم بمحاكاة معاناة طفل آخر أصيب في أصبعه، وذلك بوضع أصبعه في فمه ليشعر بما يشعر به الطفل المصاب. وقد أظهرت دراسات المعهد القومي للصحة العقلية اختلاف الأطفال في مستوى التعاطف، ويعود ذلك إلى اختلاف عوامل التنشئة فيما بينهم؛ فالأطفال الذين يتم تنبيهم لأثر تصرفاتهم السيئة على الآخرين سيكونون أكثر شعوراً بمشاعر الآخرين، وأكثر قدرة على التعاطف مع غيرهم، مثل استخدام عبارة "أنظر لتصرفك فقد جعله حزين" بدلا من استخدام عبارة "هذا تصرف سيء".

وقد قام روبرت روزنثال وزملاؤه بقياس القدرة على قراءة الرسائل غير اللفظية، من خلال اختبار سماه "بونز bons" وتعني مقياس الحساسية غير اللفظية، وهو عبارة عن مجموعة من أسئلة الفيديو لسيدة شابة تُظهر خلالها مجموعة من الحالات المزاجية، كالحزن، والأمومة، والغيرة، وطلب السماح، والتقدير، وغيرها. وفي كل مرة كان يتم إخفاء عدد من الإشارات غير اللفظية عدا تعابير الوجه، وفي مرة أخرى يُظهر فيها فقط حركات الجسم، مع التشويش على الكلمات، أظهرت النتائج أن الذين لديهم القدرة على قراءة المشاعر كانوا أكثر قدرة على التكيف العاطفي، والانبساطية، والشعور بالحساسية، وقد تبين أن النساء لديهن قدرة على التعاطف، والتعبير عن المشاعر أكثر من الرجال، وذلك أن الأهل

يميلون لمناقشة الأمور المتعلقة بالعواطف مع البنات أكثر من ميلهم لمناقشتها مع الذكور، كما أن الإناث يكتسبن اللغة أسرع من الذكور، مما يساهم في تطوير هذا الجانب لديهن، وقد أظهرت نتائج تطبيق اختبار "بونز" للأطفال أن الأطفال الذين تمكنوا من قراءة الإشارات غير اللفظية كانوا أكثر شعبية بين زملائهم، وأكثر تفوقاً في الاختبارات التحصيلية، رغم أن متوسط ذكائهم كان مشابهاً لمتوسط ذكاء زملائهم. وتجدر الإشارة إلى أن الرسائل غير اللفظية تشكل أساس الحياة العاطفية والانفعالية، بينما تشكل اللغة أساس الحياة العقلية والمنطقية.

في دراسة قام بها بوركوفيك وزملاؤه حول القلق وأشكاله للمساعدة في التخلص منه، تم تحديد شكلين للقلق: الأول مرتبط بأفكار الشخص التي تسبب له القلق، والثاني مرتبط بالأعراض الجسدية المصاحبة للقلق؛ كالتعرق وسرعة نبضات القلب، واعتبر أن المشكلة مرتبطة بأفكار الشخص أكثر من ارتباطها بالأعراض المصاحبة لها، ويرى أن هؤلاء يمكن مساعدتهم من خلال التركيز على المشاعر بدل التركيز على الأفكار السلبية، وقد وجد بوركوفيك أنه بالإمكان السيطرة على القلق بخطوتين: حيث ركزت الخطوة الأولى بالتدريب على الوعي بالذات من خلال مراقبة الإشارات الدالة على القلق، والتعرف إلى الأفكار والمشاعر المصاحبة لها، والتدريب على الاسترخاء، أما الخطوة الثانية فركزت على تحدي الأفكار المسببة للقلق ليتمكن الفرد من التغلب عليه، مثل: هل يمكن حدوث أمر سيء لي؟ ما هي البدائل المتاحة أمامي؟ وهكذا.

وقد أشارت دراسة قام بها ريتشارد ألبرت وزميله رالف هيربر إلى نوعين من القلق: النوع الأول يعيق الأداء، وذلك في حالة القلق المفرط، والنوع الثاني يكون محفزاً للأداء رغم الضغوط، وذلك يرتبط بمستوى الأمل والطموح لدى الفرد، من خلال إيمان الشخص بأن لديه القدرة على تحقيق أهدافه.

هدفت دراسة العبدالات (٢٠٠٨) إلى دراسة فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الانفعالي في التكيف الأكاديمي والاجتماعي والاتجاهات نحو المدرسة لدى الطلبة الموهوبين في الأردن، تكونت العينة من (٣٠) طالبا وطالبة من طلبة الصف العاشر بمدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز، وقد تم استخدام كل من مقياس التكيف الأكاديمي، ومقياس التكيف الاجتماعي، ومقياس الاتجاهات نحو المدرسة. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة

إحصائية على مقاييس التكيف الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاتجاهات نحو المدرسة تعزى إلى البرنامج التدريبي، لصالح المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق على مقاييس التكيف الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاتجاهات نحو المدرسة تعزى إلى الجنس.

وهدفت دراسة الغرابية والعتوم (٢٠١٢) لمعرفة فاعلية برنامج تدريبي لكشف العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والانفعالي لدى طلبة الصف العاشر الأساسي، تكونت عينة الدراسة من (٥٩) طالبا من طلبة الصف العاشر الأساسي، تم تقسيمهم لثلاث مجموعات: مجموعتين تجريبيتين، تم تدريب إحداهما على مهارات الذكاء الانفعالي، وقد استخدم معها مقياس عثمان ورزق للذكاء الانفعالي، وتم تدريب المجموعة الثانية على مهارات الذكاء الاجتماعي، واستخدم معها مقياس ستيرنبرج للذكاء الاجتماعي. والمجموعة الثالثة كانت المجموعة الضابطة. أظهرت النتائج وجود أثر للبرنامج التدريبي في رفع كل من مستوى الذكاء الانفعالي، والذكاء الاجتماعي لكل من المجموعتين التجريبيتين.

وفي دراسة حمادنه (٢٠١٤) حول فاعلية برنامج تدريبي يستند إلى نظرية جولمان في الذكاء الانفعالي لتنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى عينة من الطلبة الأردنيين، تكونت عينة الدراسة من (٨٠) طالبا وطالبة من الطلبة الموهوبين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في مدينة إربد، وقد تم تطبيق كل من اختبار تورانس للتفكير الإبداعي بصورته اللفظية (أ) والبرنامج التدريبي. وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي في التفكير الإبداعي، لصالح القياس البعدي، مما يشير لفاعلية البرامج التدريبية، ولم تظهر النتائج وجود فروق دالة إحصائية في التفكير الإبداعي تُعزى لمتغير الجنس أو العمر.

وفي دراسة العلوان (٢٠١٦) حول فاعلية برنامج تدريبي في الذكاء الانفعالي للحد من المشكلات السلوكية لدى عينة من طلبة الصف العاشر الأساسي، وتكونت عينة الدراسة من (٧٢) طالبا وطالبة من الطلبة الذين حصلوا على الدرجات العليا في مقياس السلوك اللااجتماعي المدرسي، وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق في السلوك اللااجتماعي تُعزى إلى الجنس، كما أظهرت النتائج وجود أثر للبرنامج في الحد من المشكلات السلوكية.

هدفت دراسة نظام، وإبيناجيوم (Nizam & Ebinagbome 2016) لدراسة أثر الذكاء العاطفي على الأداء الأكاديمي لطلبة تكنولوجيا المعلومات، وإدارة الأعمال، وقد

تكونت العينة من (١٢٣) طالبا من كليات FTMS, Cyberjaya and Erican، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين متغيري التعاطف، والدافعية الذاتية مع الأداء الأكاديمي.

في دراسة الفريحات (٢٠١٨) حول فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي عند طلبة مدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز في محافظة عجلون، على عينة من (٥٠) طالبا وطالبة، باستخدام مقياس مهارات الذكاء العاطفي، وبرنامج تدريبي من إعداد الباحث، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة تُعزى للبرنامج التدريبي، لصالح المجموعة التجريبية، كما لم تُظهر الدراسة وجود فروق دالة إحصائية تُعزى إلى متغير الجنس.

وفي دراسة كانت (2019) Kant حول الذكاء العاطفي على طلبة الجامعة، وقد كان الهدف من الدراسة اكتشاف مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة، وإيجاد الفروق في مستوى الذكاء الانفعالي التي تعزى إلى الجنس، المنطقة، والمدرسة، وقد تم استخدام عينة من (٢٠٠) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة المركزية في جنوب بيهار، جايا، والهند Central University of South Bihar, Gaya, India. أظهرت النتائج بأن لدى جميع طلبة الجامعة مستوى عالٍ من الذكاء الانفعالي، باستثناء طلبة كليات الحقوق والحوكمة School of Law & Governance.

وفي دراسة Ebinagbome et, al., (2022) حول استخدام التحليل البعدي لتحليل العلاقة بين الذكاء الانفعالي، والأداء الأكاديمي في التعليم الثانوي من خلال المقارنات البعدية بين عدة تيارات، حيث تمت مراجعة الأدبيات المتعلقة بأثر الذكاء الانفعالي في الأداء الأكاديمي، ومقارنة نتائجها بتيارات الذكاء الانفعالي<sup>(١)</sup>، مع الأخذ بعين الاعتبار الأدوات التي تم تطويرها من جميع الاتجاهات النظرية للذكاء الانفعالي على طلبة المدارس الثانوية، وقد تضمنت الطلبة الذين يتحدثون اللغة الإنجليزية واللغة الإسبانية، وتكونت العينة من (١٩,٧١٤) مشاركا متوسط أعمارهم (٢٥,٨٢) عاما من المدارس الثانوية بين عامي (١٩٩٩ - ٢٠٢٠) في (١٦) مقاطعة، حيث تم اختيار (٤٤) دراسة من أصل (٣,٢١٠) انطبقت عليها معايير الدراسة، بحجم تأثير (٤٩) وكانت النسبة الأكبر للدراسات في الولايات المتحدة حيث بلغت (١٤) دراسة وقد أظهرت هذه الدراسات وجود أثر دال

إحصائيا للذكاء الانفعالي في التنبؤ بالأداء الأكاديمي. كما لم تُظهر النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مقاييس القدرة، مع وجود ارتباط أعلى للقدرة مع الأداء الأكاديمي، يليه ارتباطها مع التقرير الذاتي، وفي المرتبة الأخيرة جاء الاتجاه المختلط لتيارات الذكاء الانفعالي.

### فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى: لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للبرنامج التدريبي على الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية  
الفرضية الثانية: لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للبرنامج التدريبي على التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية  
الفرضية الثالثة: لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس مهارات الذكاء الانفعالي في القياس البعدي.

### الطريقة والإجراءات:

#### منهج الدراسة:

لقد تم استخدام المنهج شبه التجريبي، حيث تم اختيار العينة بالطريقة القصدية من طلبة كلية الهندسة التكنولوجية، وتم توزيعهم عشوائيا لمجموعة تجريبية تعرضت للبرنامج التدريبي، ومجموعة ضابطة لم تتعرض للبرنامج التدريبي.

#### مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية، خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢، والبالغ عددهم (٦١٥٠) طالبا وطالبة، وقد بلغ عدد الطالبات (١٢٣٠) طالبة، وعدد الذكور (٤٩٢٠) طالبا.

(١) تم الإشارة إلى تيارات الذكاء الانفعالي الثلاث في الإطار النظري.

## عينة الدراسة:

## أ- العينة السيكمترية:

تكونت العينة من (٤١) طالبا، وطالبة من خارج عينة الدراسة، وذلك بهدف قياس الخصائص السيكمترية، من صدق، وثبات مقياس الذكاء الانفعالي. وسيتم الحديث عن تفاصيل ذلك عند الحديث عن أدوات الدراسة.

## ب- العينة المستخدمة في الدراسة:

تكونت العينة من (٤٩) طالبا وطالبة من طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية، تم اختيارها بالطريقة القصدية، وقد روعي فيها أن تكون درجاتهم في المستوى الأدنى في مهارات الذكاء الانفعالي على الدرجة الكلية للمقياس، موزعين تبعا لمتغير الجنس، والبرنامج التدريبي، كما في الجدول رقم (١)، كما يشير الجدول رقم (٢) إلى المتوسطات والانحرافات المعيارية، ومستوى الدلالة لأعمار أفراد العينة باستخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة.

## جدول رقم (١)

أعداد الذكور والإناث وتوزيعهم في المجموعة التجريبية والضابطة، والنسبة المئوية للتوزيع

المجموع	المجموعات		العدد	الجنس
	مجموعة ضابطة	مجموعة تجريبية		
28	14	14	العدد	ذكر
57.1%	28.6%	28.6%	النسبة المئوية	
21	8	13	العدد	أنثى
42.9%	16.3%	26.5%	النسبة المئوية	
49	22	27	العدد	المجموع
100.0%	44.9%	55.1%	النسبة المئوية	

## جدول رقم (٢)

متوسط العمر والانحراف المعياري لكل من المجموعة التجريبية والضابطة باستخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة

مستوى الدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط	عدد أفراد العينة	المجموعات	العمر
0.986	1.44510	21.6296	27	تجريبية	
	1.68003	20.1818	22	ضابطة	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في متغير العمر، إذ بلغ مستوى الدلالة 0.986، وهو أكبر من 0.05. وللتحقق من فرضيات الدراسة، تم التأكد من تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة في الذكاء الانفعالي قبل البدء بتطبيق البرنامج، باستخدام اختبار "ت" للفروق بين مجموعتين مستقلتين، كما في الجدول رقم (٣)

جدول رقم (٣)  
متوسط المجموعة التجريبية والضابطة في الذكاء الانفعالي، والاختبارات الفرعية المكونة له قبل تطبيق البرنامج

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	المجموعات	
.091	1.728	2.07412	23.0741	27	مجموعة تجريبية	الوعي بالذات
		3.00216	21.8182	22	مجموعة ضابطة	
.980	.025	3.60120	28.2593	27	مجموعة تجريبية	إدارة الانفعالات
		5.20926	28.2273	22	مجموعة ضابطة	
.671	-.427	2.13704	21.4815	27	مجموعة تجريبية	الدافعية
		4.00352	21.8636	22	مجموعة ضابطة	
.730	.347	5.43729	31.7778	27	مجموعة تجريبية	التعاطف العقلي
		6.58741	31.1818	22	مجموعة ضابطة	
.138	1.508	5.91993	32.7407	27	مجموعة تجريبية	المهارات الاجتماعية
		7.44053	29.8636	22	مجموعة ضابطة	
.419	.814	14.19913	137.3333	27	مجموعة تجريبية	الذكاء الانفعالي
		23.12178	132.9545	22	مجموعة ضابطة	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة على مقياس الذكاء الانفعالي قبل تطبيق البرنامج.

**أدوات الدراسة :**

تكونت أدوات الدراسة من مقياس الذكاء الانفعالي الذي تم بناؤه بالاستناد إلى نموذج جولمان، والبرنامج التدريبي الذي أعدته الباحثة. وقد تم الاستعانة باختبارات التحصيل لمعرفة تأثير البرنامج التدريبي على التحصيل الأكاديمي لدى مجموعة التجريبية، وقد تم استخدام اختبار "ت" للمجموعة الواحدة للكشف عن الفروق في متوسطات درجات الطلبة في الاختبارات التحصيلية للفصل الدراسي الأول (٢٠٢١) قبل تطبيق البرنامج، ومتوسط علاماتهم بعد تطبيق البرنامج في الفصل الدراسي الثاني (٢٠٢٢)، وقد جاءت النتائج كما يظهر في الجدول رقم (٤).

جدول رقم (٤)

متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على الاختبارات التحصيلية قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه

العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
27	26.5556	3.00427	45.930	.000
27	44.1111	5.06370	45.265	.000

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية في معدل درجات أفراد المجموعة التجريبية لصالح التطبيق البعدي، أما أدوات الدراسة المستخدمة فهي:

**أولاً: مقياس الذكاء الانفعالي :**

لقد قامت الباحثة بإعداد مقياس للذكاء الانفعالي بالاستناد إلى نموذج جولمان، وذلك من خلال مراجعة الأدب النظري المتعلق في هذا المجال، حيث تم إعطاء مجموعة من الطلبة من خارج عينة الدراسة مجموعة من الأسئلة المرتبطة بمواقف حياتية انفعالية للإجابة عنها من وجهة نظرهم الخاصة (ملحق رقم ١) حيث تم فرز الإجابات وتحليلها إلى فقرات سلوكية،

وقد تم الاستعانة بمجموعة من المحكمين من أهل الاختصاص، والخبرة في هذا المجال، للحكم على مدى ملاءمة الفقرات للمجال الذي تُعبّر عنه، ومدى وضوح الفقرات من الناحية اللغوية، ومن حيث المعنى، وقد تم حذف بعض الفقرات، وتعديل البعض الآخر، بناء على ملاحظات المحكمين

وبعد ذلك تم توزيع استبانة الذكاء الانفعالي على عينة من (٤١) طالبا وطالبة من طلبة كلية الهندسة التكنولوجية من خارج عينة الدراسة، حيث تم استخراج معامل الصدق والثبات للاختبار، وقد تم استبعاد الفقرات التي تؤثر سلبا على الثبات، والفقرات التي كان معامل تمييزها متدنيا، وذلك لأنها لا تنتمي للبعد الذي توجد فيه. وأثناء التطبيق طُلب من الطلبة الإشارة إلى الفقرات غير المفهومة، وقد تم إجراء التعديلات المناسبة حتى ظهر الاستبيان في صورته الحالية التي تم تطبيقها على عينة الدراسة المستهدفة بعد حذف (٦) من فقرات المقياس، (ملحق رقم ٢)، وتجدر الإشارة إلى أنه تم وضع إشارة (X) بجانب الفقرات التي تم حذفها، وإشارة (-) بجانب الفقرات السلبية في المقياس، وتكون المقياس بصورته النهائية من من (٤٧) فقرة موزعة على خمسة أبعاد، حيث يقوم الطالب بالإجابة على مقياس مندرج من (١-٥) تعبر عن خمس مستويات من الصفة، وذلك بحسب مقياس "ليكرت" وهذه المستويات هي: (بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا) وكانت الدرجات على هذه المستويات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالي. أما أبعاد المقياس فجاءت على النحو التالي:

#### البعد الفرعي الأول: الوعي بالذات:

وقد تكون من (٨ فقرات) هي (١، ٢، ٣، ٥، ٢٠، ٢٣، ٢٧، ٣٥) وقد تم حذف الفقرة رقم (١٠) من المقياس لأن التحليل الإحصائي أظهر أن معامل تمييزها بالسالب، كما أن وجودها أثر سلبا على معامل الثبات. كما تضمن المقياس عدد من الفقرات السلبية، هي: (الفقرات ١، ٢، ٣، ٢٣، ٣٥) وقد تم التعامل معها من خلال عكس مفتاح التصحيح بواسطة البرنامج الإحصائي SPSS.

#### البعد الفرعي الثاني: إدارة الانفعالات (تنظيم الذات):

وقد تكون من (١٠ فقرات) هي (٦، ١٢، ١٣، ٢٨، ٤٠، ٤٢، ٤٩، ٥٠، ٥١، ٥٢) وقد تم حذف الفقرة رقم (٤٨) من المقياس لأن التحليل الإحصائي أظهر أن وجودها يؤثر سلبا على معامل الثبات. كما تم حذف الفقرة (٤١) وذلك لأن معامل ارتباطها بالبعد كان ضعيفا، وغير دال إحصائيا، إذ بلغ (٠.١٧٣). كما تضمن المقياس عدد من الفقرات السلبية، هي: (الفقرات ٦، ١٢، ١٣، ٤٢، ٥٠، ٥١، ٥٢) وقد تم التعامل معها من خلال عكس مفتاح التصحيح بواسطة البرنامج الإحصائي SPSS.

**البعد الفرعي الثالث: الدافعية:**

وقد تكون من (٧ فقرات) هي (١٤، ١٩، ٢١، ٢٢، ٢٤، ٣٩، ٤٧) وقد تم حذف الفقرة رقم (٤٦) من المقياس لأن التحليل الإحصائي أظهر أن وجودها يؤثر سلباً على معامل الثبات. ولم يتضمن هذا المقياس الفرعي أي من الفقرات السلبية.

**البعد الفرعي الرابع: التعاطف العقلي:**

وقد تكون من (١١ فقرة) هي (٤، ٧، ١٥، ١٧، ٢٥، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٤، ٤٣) وقد تم حذف الفقرة رقم (٢٦) من المقياس لأن التحليل الإحصائي أظهر أن وجودها يؤثر سلباً على معامل الثبات. كما تم حذف الفقرة رقم (١٨) من بُعد التعاطف بسبب عدم ارتباطها بالبعد، إذ بلغ معامل ارتباطها بالفقرة (208). وقد أشار التحليل الإحصائي إلى أن هذه القيمة غير دالة إحصائياً. كما تضمن المقياس عدد من الفقرات السلبية، هي: (الفقرات ١٥، ٣٠، ٣١، ٤٣) وقد تم التعامل معها من خلال عكس مفتاح التصحيح بواسطة البرنامج الإحصائي SPSS.

**البعد الفرعي الخامس: المهارات الاجتماعية:**

وقد تكون من (١٠ فقرات) هي (٨، ٩، ١١، ١٦، ٣٣، ٣٦، ٣٧، ٣٨، ٤٤، ٤٥) وقد تضمن المقياس عدد من الفقرات السلبية، هي: (الفقرات ٣٨، ٤٤، ٤٥) وقد تم التعامل معها من خلال عكس مفتاح التصحيح بواسطة البرنامج الإحصائي SPSS، وقد تم الإشارة إلى الصدق، والثبات، والقيم العددية، والأساليب المستخدمة في حسابها، في بند الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي.

وللتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس تم إيجاد معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والمقياس الفرعي الذي تنتمي إليه، باستخدام معامل ارتباط بيرسون، كما في جدول رقم (٥)

## جدول رقم (٥)

معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس مع المقياس الفرعي الذي تنتمي إليه، باستخدام معامل ارتباط بيرسون

المهارات الاجتماعية		بعد التعاطف		بعد الدافعية		بعد إدارة الانفعالات		بعد الوعي بالذات	
معامل ارتباط الفقرة بالبعد	الفقرة								
.773**	8	.753**	4	.806**	14	.702**	6	.505**	1
.760**	9	.780**	7	.753**	19	.700**	12	.468**	2
.642**	11	.662**	15	.760**	21	.440**	13	.648**	3
.774**	16	.807**	17	.768**	22	.728**	28	.648**	5
.837**	33	.686**	25	.559**	24	.589**	40	.756**	20
.789**	36	.378**	29	.775**	39	.808**	42	.745**	23
.806**	37	.591**	30	.769**	47	.622**	49	.679**	27
.636**	38	.556**	31			.724**	50	.532**	35
.819**	44	.673**	32			.774**	51		
.837**	45	.617**	34			.661**	52		
		.667**	43						

\*\* دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول رقم (٥) وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين الفقرات والمقاييس الفرعية التي تنتمي إليها، وهذا ما يشير إلى الاتساق الداخلي بين الفقرات والمقاييس الفرعية التي تنتمي إليها.

## ثانياً: البرنامج التدريبي:

لقد تم بناء برنامج تدريبي بهدف تطوير الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية، وذلك بالرجوع للأدب النظري، وبخاصة نموذج جولمان المتضمن خمسة أبعاد تشكل الذكاء الانفعالي. وقد تم اختيار الطلبة بطريقة قصدية من الطلبة الذين تدرسه الباحثة، وقد تقسيمهم لمجموعة تجريبية تم تطبيق البرنامج معها، ومجموعة ضابطة لم يتم تطبيق البرنامج معها، وقد كان عدد الطلبة في المجموعة التجريبية (٢٧) طالبا وطالبة، وعدد الطلبة في المجموعة الضابطة (٢٢) طالبا وطالبة، من كافة المستويات الدراسية للفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٢. وقد تم إدخال البيانات إلى الحاسوب، وإجراء التحليل الإحصائي باستخدام برنامج SPSS، للوصول إلى نتائج الدراسة، ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الذكاء

الانفعالي، وقد تم التدريب على البرنامج خلال اثنتي عشرة جلسة تدريبية بمعدل جلسة كل أسبوع، وقبل الحديث عن الإجراءات المستخدمة في تطبيق البرنامج لا بد من الحديث عن أهداف البرنامج العامة والإجرائية، والأدوات والفنيات المستخدمة، والإجراءات، وذلك كما يلي:

- الأهداف العامة للبرنامج: هدف البرنامج إلى تطوير الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية، وذلك لحاجة لمثل هذه البرامج التي تزيد من قدرة الفرد على النجاح في الحياة على كافة الأصعدة، كما هدف البرنامج إلى مساعدة طلبة كلية الهندسة التكنولوجية على زيادة الوعي بأفكارهم، ومشاعرهم ليتمكنوا من التحكم بسلوكياتهم.
- الأهداف الإجرائية للبرنامج. هناك عدة أهداف إجرائية سعى البرنامج لتحقيقها، مثل:
  - زيادة عدد المرات التي يتمكن فيها الطلبة من السيطرة على انفعالاتهم.
  - زيادة مرات انتباه الطلبة لأفكارهم، ومشاعرهم في المواقف المختلفة.
  - ممارسة أنشطة يهتم فيها مساعدة الآخرين، واهتمام بهم.
- الأسس التي يقوم عليها البرنامج، ومصادر اشتقاقه، يقوم البرنامج على مجموعة من الأسس التي تهدف لتطوير قدرات الطلبة، وإمكانياتهم الذاتية، وفي علاقاتهم مع أنفسهم، ومع بالآخرين. وقد تم اشتقاق البرنامج من نموذج جولمان في الذكاء الانفعالي، ومكوناته الخمسة المتمثلة في: الوعي بالذات، إدارة الانفعالات، الدافعية، التعاطف العقلي، والمهارات الاجتماعية.
- أهميته: تكمن أهمية البرنامج في تطوير مهارات تساعد على النجاح في الحياة، وإمكانية تطبيقه في المدارس، والجامعات، ودور رعاية الأطفال، خاصة وأن الذكاء الانفعالي يبدأ مع الطفل في مراحل مبكرة من حياته، إذا تلقى العناية والتدريب اللازمين لذلك.
- الفنيات المستخدمة في تطبيقه: تم استخدام عدة فنيات أثناء التطبيق، كما يلي:
  - تم التعريف بالمشاعر الرئيسية، كالحزن، والخوف، وعدم التأكد، والسعادة والغضب، والضعف، مع عرض صور تعبر عن الحالات المزاجية المختلفة للتعرف عليها.

- تم التعريف بالمشاعر السلبية والمشاعر الإيجابية، والانتباه للاستجابات الفسيولوجية المصاحبة لها.
- تم الطلب إليهم أن يغمضوا أعينهم ويذكروا شخصا ناجحا في حياتهم.. ويسألوا أنفسهم إذا كانوا قادرين على إدراك مشاعرهم.
- ومن الفنيات المستخدمة أيضا أن يكتبوا أهدافا لحياتهم، وكيف يمكنهم تحقيقها، وكيفية مواجهة المشكلات التي يمكن أن تواجههم، وكيف يمكنهم تهدئة أنفسهم.
- تم تدريبهم على استراتيجيات التعامل مع الغضب، كالتنفس العميق، واستخدام العبارات المناسبة في تلك المواقف.
- كيفية مساعدة شخص عاجز يريد عبور الشارع، أو مساعدة عجوز في إيصال الأغراض معها للسيارة.
- مراقبة تعابير وجوههم، لتعديلها بصورة أفضل إذا كانت تعبيراته سلبية.
- التدريب على مهارات الاسترخاء.
- تدريبهم لسؤال بعضهم البعض حول ما يعجبهم، وما لا يعجبهم في بعضهم البعض.. مع ضرورة التأكيد على كل منهم ضرورة التعبير عن مشاعره الإيجابية والسلبية، وأنه هو مصدر هذه المشاعر.
- الأدوات المستخدمة بالبرنامج: تم استخدام، أوراق، أقلام، وصور، وفيديوهات، من خلال حوارات هادفة.
- إجراءات تنفيذ البرنامج: تم تنفيذ البرنامج بمعدل ساعة أسبوعيا، مدة (١٢) أسبوعا، مع تمارين، وواجبات يتم تطبيقها خارج أوقات تطبيق البرنامج. وفي موعد الجلسة التالية كان يتم الحديث عن تجربة كل منهم، والدروس المستفادة لحياتهم، ومراقبة التغيرات التي حصلت معهم، وهذا ما ساعدهم في الاستفادة من تجارب بعضهم البعض.
- وقد سارت جلسات البرنامج على النحو التالي على النحو التالي:

في الجلسة الأولى: كانت للتعريف بالبرنامج بشكل عام، والتعريف بأبعاد الذكاء الانفعالي، ودوره في تطوير قدرات الطلبة ليتمكنوا من الوعي بأفكارهم، ومشاعرهم، وأهمية ذلك في تطوير قدرتهم على التحكم بانفعالاتهم وضبطها.

الجلسة الثانية والثالثة: التعريف بمهارة "الوعي بالذات" مع تطبيق المهارات التي تم التدريب عليها في الجامعة، أو في المنزل، أو مع الأصدقاء لتستمر فعالية البرنامج إلى الحياة العملية، من خلال إدراك القدرة التي يمتلكها الفرد لمعرفة انفعالاته، ومشاعره وقت حدوثها، ليتمكن من التحكم فيها، واتخاذ قرارات هامة في حياته، وقد تم تدريبهم على مهارات الوعي بالذات من خلال مراقبة أنفسهم، وتشجيعهم على الحديث عن مشاعرهم، وأفكارهم في المواقف المختلفة.

الجلسة الرابعة والخامسة: التعريف بمهارة "إدارة الانفعالات" التي تعبر عن قدرة الفرد على معالجة الجوانب الوجدانية، في كيفية التعامل مع المشاعر السلبية، والتي تكون مؤذية إذا لم يتمكن الفرد من التعامل معها، بحيث يتمكن من، الوعي بالذات، وقد تم تدريبهم على هذه المهارة من خلال طرح موضوعات، وعرض صور تثير انفعالات معينة، ومناقشة الطلبة فيما تعنيه مثل هذه المواقف لو حصلت معهم، كموقف صراع بين شخصين، وكيفية التعامل معه.

الجلسة السابعة والثامنة: التعريف بمهارة "التعاطف العقلي"، التي تمثل قدرة الفرد على التعرف إلى انفعالات الآخرين، بحيث يتمكنون من فهم الإشارات الاجتماعية الصادرة عن أشخاص يحتاجون إلى المساعدة، وقد تم تدريبهم على هذه المهارة من خلال عرض مجموعة من الصور لأفراد يعبرون فيها عن مواقف مختلفة من التعاطف، والانفعالات؛ كالفرح والحزن، والخوف، وغيرها من المواقف، ومحاولة تفسيرها.

الجلسة التاسعة والعاشر: التعريف بأهمية "الدافعية" ودورها في تحفيز النفس، حيث تعمل الدافعية على تنشيط الذاكرة العاملة، وتوجيه الانفعالات بغية تحقيق هدف معين، والتحكم بالانفعالات، وهذا ما يميز الأشخاص الذين يمتلكون هذه المهارة عن غيرهم ممن لا يمتلكونها، وقد تم تدريبهم على هذه المهارة من خلال إعطاء أمثلة تعبر عن مواقف تحفيزية حول أهمية الإنجاز والنجاح في الحياة، والدراسة، وذلك لرفع مستوى الدافعية لديهم.

الجلسة الحادية عشرة والثانية عشرة: التعريف "بالمهارات الاجتماعية" التي تمثل القدرة على التواصل مع الآخرين، وهؤلاء الأفراد يكونوا محبوبين في العادة، ولديهم شعبية واسعة، وقد تم تدريبهم على هذه المهارة من خلال المشاركة بالأنشطة المختلفة، ولعب الدور لمواقف اجتماعية متنوعة.

وفي بداية كل جلسة كان يتم إجراء تطبيقات حول المهارات التي تم التدريب عليها خلال الجلسة السابقة.

- تلخيص موضوع جلسات البرنامج.

تم تطوير مهارات الذكاء الانفعالي الخمس الموجودة بالبرنامج، مع مراقبة الطلبة لمشاعرهم، وأفكارهم خلال التدريب، وبعد الخروج للحياة العملية، ليتمكنوا من إدراك التطورات التي حدثت معهم على الصعيد الشخصي، وفي علاقاتهم مع الآخرين.

- تقويم البرنامج.

كان الطلبة يشعرون بالرضا، والحماس أثناء تطبيق البرنامج، رغم أن البعض منهم أظهر بعض مشاعر الخجل في البداية، لكن سرعان ما تم التغلب عليها مع الاستمرار في تطبيق البرنامج. كما أظهر الطلبة تفاعلا في الحديث عن خبراتهم الجديدة في موضوع الوعي بالمشاعر والأفكار، والانتباه لما يصدر عن الآخرين من مشاعر وإشارات، شعروا معها بقيمتهم كأفراد.

**الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي:**

**صدق وثبات المقياس: الصدق:**

**صدق المحكمين:**

لقد تم عرض مقياس الذكاء الانفعالي، على مجموعة من المحكمين، وقد تم تعديل صياغة بعض الفقرات، وحذف بعض الفقرات بناء على مقترحات المحكمين، وآرائهم.

**الثبات:**

لقد تم إيجاد الثبات للمقياس الكلي "الذكاء الانفعالي" وللمقاييس الفرعية باستخدام معامل كرونباخ ألفا، وكانت النتائج كما في الجدول رقم (٦)

## جدول رقم (٦)

معامل الثبات للمقياس الكلي " الذكاء الانفعالي" والمقاييس الفرعية التي يتكون منها باستخدام معامل كرونباخ ألفا

البعد	عدد فقراته	كرومباخ ألفا
الوعي بالذات	8	.763
إدارة الانفعالات	10	.852
الدافعية	7	.858
التعاطف	11	.836
المهارات الاجتماعية	9	.921
المقياس الكلي (الذكاء الانفعالي)	45	.966

يتبين من الجدول رقم (٦) أن معامل الثبات كان مرتفعاً لكل من المقياس الكلي، والمقاييس الفرعية.

## تصحيح المقياس:

تكون المقياس من (٤٥) فقرة تتم الإجابة عنها وفق خمس درجات بحسب مقياس لكرت (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً) وكان لكل تدرج درجة محددة (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالي.

وبذلك تكون أعلى درجة على المقياس =  $٥ \times ٤٥ = ٢٢٥$  درجة.

أما الدرجة المتوسطة على المقياس =  $٣ \times ٤٥ = ١٣٥$  درجة.

أما أدنى درجة على المقياس =  $١ \times ٤٥ = ٤٥$  درجة.

مدى الدرجات =  $٤٥ - ٢٢٥ = ١٨٠$

طول الفئة = المدى / عدد الفئات =  $١٨٠ \div ٣ = ٦٠$  درجة

ويبين الجدول رقم (٧) فئات درجات مقياس الذكاء الانفعالي، وتفسيرها.

## جدول رقم (٧)

فئات درجات مقياس الذكاء الانفعالي

التفسير	فئة الدرجة
منخفض	١٠٥-٤٥
متوسط	١٦٦-١٠٦
مرتفع	٢٢٥-١٦٧

وقد جاءت نتائج متوسطات العينة، وانحرافاتها المعيارية على مقياس الذكاء الانفعالي كما في الجدول رقم (٨):

جدول رقم (٨)  
توزيع المتوسط والانحراف المعياري لمقياس الذكاء الانفعالي

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط	عدد أفراد العينة	المجموعات	الذكاء الانفعالي
4.61551	23.98290	180.7778	27	مجموعة تجريبية	
8.12022	38.08719	143.4091	22	مجموعة ضابطة	

يتضح من الجدول السابق أن متوسط المجموعة التجريبية في الذكاء الانفعالي كان مرتفعاً، في حين أن متوسط المجموعة الضابطة كان متوسطاً.

### تصميم الدراسة :

تعتبر هذه الدراسة شبة تجريبية وذلك لعدم إمكانية اختيار عينة الدراسة بشكل عشوائي، وقد تم اختيارها بطريقة قصدية من الطلبة الذين تدرّسهم الباحثة لمساق مبادئ علم النفس للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢. وتقوم هذه الدراسة على المقارنة بين المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج التدريبي، والمجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج التدريبي، وقد تم استخدام التصميم شبه التجريبي لمجموعتين كما في الشكل (٩):

شكل (٩)  
التصميم المستخدم في الدراسة

O1	X	O2	المجموعة التجريبية
O1	-	O2	المجموعة الضابطة

### أما متغيرات الدراسة فهي :

- المتغير المستقل: ويتضمن:  
البرنامج التدريبي، وله مستويان: المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج التدريبي، والمجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج التدريبي.
- المتغير التابع: ويتضمن مستوى الذكاء الانفعالي، والتحصيل الدراسي.

**نتائج الدراسة:**

**نتائج الفرضية الأولى:** والتي تنص على أنه "لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للبرنامج التدريبي على الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية"، وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم استخدام تحليل الانحدار الثنائي، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (١٠)

**جدول (١٠)**

تحليل تباين الانحدار الثنائي ANOVA للنتائج بأثر البرنامج التدريبي في تطوير مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية

مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	الانحدار
.000 <sup>b</sup>	17.518	16928.015	1	16928.015	الانحدار
		966.340	47	45417.985	الباقي
			48	62346.000	الكلية

a. Dependent Variable: الذكاء الانفعالي

b. Predictors: (Constant), البرنامج التدريبي

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود أثر للبرنامج التدريبي على مستوى الذكاء الانفعالي، إذ بلغت قيمة ف (١٧.٥١٨) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠١) وبذلك يتم رفض الفرضية الصفرية الأولى، واعتبار أن البرنامج التدريبي يمكنه يرفع نسبة الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية.

**نتائج الفرضية الثانية:** والتي تنص على أنه "لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للبرنامج التدريبي على التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية" وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم استخدام تحليل الانحدار الثنائي، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (١١)

## جدول رقم (١١)

تحليل تباين الانحدار الثنائي ANOVA للتنبؤ بأثر البرنامج التدريبي في التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية

مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	
.001b	12.095	641.781	1	641.781	الانحدار
		53.062	47	2493.89	الباقي
			48	3135.67	الكلية
				2	
				3	

a. Dependent Variable: التحصيل

b. Predictors: (Constant), البرنامج التدريبي

يتضح من الجدول السابق وجود أثر للبرنامج التدريبي على التحصيل الأكاديمي، إذ بلغت قيمة ف (١٢.٠٩٥) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) وبذلك يتم رفض الفرضية الصفرية الثانية، واعتبار أن البرنامج التدريبي يمكنه رفع مستوى التحصيل لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية.

**نتائج الفرضية الثالثة:** والتي تنص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الذكاء الانفعالي في القياس البعدي" وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" للعينة الواحدة للكشف عن الفروق بين متوسطات أفراد العينة على مقياس الذكاء الانفعالي، قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيقه، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (١٢).

## جدول رقم (١٢)

متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لمقياس الذكاء الانفعالي

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسطات	العدد	
0.000	50.092	14.39175	138.7407	27	درجات الذكاء الانفعالي في القياس القبلي
	39.167	23.98290	180.7778	27	درجات الذكاء الانفعالي في القياس البعدي

يتضح من الجدول السابق، وجود فروق دالة إحصائية لصالح التطبيق البعدي لمقياس الذكاء الانفعالي للمجموعة التجريبية، إذ بلغ مستوى الدلالة (0.000)، وبذلك يتم رفض

الفرضية الصفرية الثالثة، وأن هناك فروقا في درجات المجموعة التجريبية على مقياس الذكاء الانفعالي لصالح التطبيق البعدي.

### مناقشة النتائج وتفسيرها:

أظهرت الدراسة الحالية وجود أثر للبرنامج التدريبي في تطوير الذكاء الانفعالي، وهذا ما اتفق مع دراسة كل من (Ebinagbome et al., 2022؛ الفريحات، ٢٠١٨؛ العلوان، ٢٠١٦؛ حمادنه، ٢٠١٤)، ونلاحظ عدم وجود دراسات - في حدود اطلاع الباحثة تُظهر عدم فاعلية البرامج التدريبية بوجه عام مما يؤكد أهميته في تحسين مستوى الأداء الانفعالي والاجتماعي والإبداعي، بالإضافة لأهميته في تطوير عمليات التفكير.

وقد أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود أثر للبرنامج على التحصيل الأكاديمي، وهذا ما اتفق مع نتائج دراسة (Nizam & Ebinagbome, 2016) التي أشارت إلى وجود علاقة قوية بين متغيري التعاطف، والدافعية الذاتية مع الأداء الأكاديمي، كما اتفقت مع دراسة (ياسين، ٢٠٢٢) في وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي، والتحصيل. وهذا ما يؤكد أهمية هذه البرامج في العملية التعليمية، وأهمية دور المعلمين في اكتساب هذه المهارات لنقلها إلى طلبتهم.

كما أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الدرجات على مقياس الذكاء الانفعالي، لصالح التطبيق البعدي، وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة (العبداللات، ٢٠٠٨) في فاعلية البرنامج في رفع مستوى التكيف الأكاديمي، والاجتماعي لصالح المجموعة التجريبية، كما اتفقت مع دراسة (الغرايبة والعتوم، ٢٠١٢) في فاعلية برنامج تدريبي في رفع مستوى الذكاء الاجتماعي والانفعالي لدى المجموعتين التجريبيتين. كما اتفقت مع دراسة (الفريحات، ٢٠١٨) في فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي لصالح المجموعة التجريبية. كما اتفقت مع دراسة (Ebinagbome et al., 2022) في المقارنات البعدية للذكاء الانفعالي، والأداء الأكاديمي، في وجود أثر دال إحصائيا للذكاء الانفعالي في التنبؤ بالأداء الأكاديمي. هذا ولم يتم العثور على دراسات تختلف مع هذه النتيجة - على حد علم الباحثة.

وفيما يتعلق بمستوى الذكاء الانفعالي الذي كان مرتفعا في دراسة (Kant, 2019) بينما كان متوسطا لدى طلبة الدراسة الحالية، وذلك قد يعود لطبيعة العينة في دراسة (كانت،

(٢٠١٩) التي تكونت من طلبة الكليات التربوية، بما فيها من تخصصات علمية وأدبية، وقد أظهرت الدراسات تفوق طلبة التخصصات الأدبية في مستوى الذكاء الانفعالي، بينما تكونت عينة الدراسة الحالية من طلبة الهندسة التي تشكل التخصصات العلمية فقط. ويمكن تفسير النتائج حول أهمية موضوع الذكاء الانفعالي، وتأثيره في تحسين جودة الحياة لدى أفراد العينات المختلفة، خاصة وأنه لم يتم إيجاد دراسات تتعارض هذه النتائج - على حد علم الباحثة، مما يعطي مزيداً من الأهمية لموضوع الذكاء الانفعالي، في كافة مجالات الحياة.

### التوصيات:

- في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها توصي الدراسة الحالية بما يلي:
- ١- بناء برامج تدريبية تُسهم في تحسين مستوى الذكاء الانفعالي، ورفع مستوى التحصيل الأكاديمي، لدى الطلبة في مدارسنا، وجامعاتنا، لما له من أثر في تحسين جودة الحياة في كافة المجالات العلمية والتعليمية والمهنية.
  - ٢- تدريب القائمين على العملية التعليمية على مهارات الذكاء الانفعالي ليتمكنوا من تطبيقها خلال العملية التعليمية.
  - ٣- البدء بتدريب الأطفال على مهارات الذكاء الانفعالي والاجتماعي في المراحل المبكرة من حياتهم، وهنا تقع المسؤولية على عاتق كل من الأهل، والمربين خاصة في دور الحضانه، والمراحل التعليمية المبكرة، وقبل دخول المدارس النظامية، وهذا يتطلب تدريب الأهل والمعلمين على مهارات الذكاء الانفعالي، ليتمكنوا من نقلها إلى أبنائهم وطلبتهم.
  - ٤- أن يتم دمج مهارات الذكاء الانفعالي ضمن المناهج التعليمية، بدلا من التركيز فقط على المعرفة الجامدة، التي تركز عليها البرامج التعليمية الحالية.
  - ٥- القيام بمزيد من البحوث والدراسات في مجال الذكاء الانفعالي، والاجتماعي، وكل ما يتعلق بتطوير الأفراد والجماعات، لما لها من أثر في النجاح في الحياة بكافة ميادينها.

## المراجع:

- أبو الديار، مسعد. (٢٠١٤). *البناء الوجداني للطفل*. الكويت - دار الكتاب الحديث.
- برادبيري، ترافيس، وجريفز، جين. (٢٠١٠). *الذكاء العاطفي 2.0* (مكتبة جرير، ترجمة؛ ط١) مكتبة جرير للنشر والتوزيع، الرياض - السعودية. (نشر العمل الأصلي ٢٠٠٥).
- بوزان، توني. (٢٠٠٧). *قوة الذكاء الاجتماعي* (مكتبة جرير، ترجمة؛ ط٣)، مكتبة جرير للنشر والتوزيع، الرياض، السعودية. (نشر العمل الأصلي ٢٠٠٢)
- جولمان، دانيال. (٢٠٠٨). *الذكاء العاطفي* (إلى الجبالي، ترجمة؛ ط١)، مكتبة جرير. (نشر العمل الأصلي ١٩٩٥).
- حمادنة، برهان محمود. (٢٠١٤). فاعلية برنامج تدريبي يستند إلى نظرية "جولمان" في الذكاء الانفعالي لتنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى عينة أردنية من الطلبة الموهوبين. *المجلة العربية لتطوير التفوق*، ٥ (٩)، ١٢٣-١٤٢.
- الخفاف، إيمان عباس. (٢٠١٣). *الذكاء الانفعالي تعلم كيف تفكر انفعاليا*. عمان - الأردن، دار المناهج للنشر والتوزيع.
- دوتشيندورف، هارفي. (٢٠١١). *النوع الآخر من الذكاء* (مكتبة جرير، ترجمة؛ ط١)، مكتبة جرير. (نشر العمل الأصلي ٢٠٠٩).
- الزيادات، مريم عواد، وجبريل، موسى عبد الخالق. (٢٠١٥). *فاعلية برنامج تدريبي للذكاء الانفعالي في تحسين الرضا عن الحياة لدى مسيئي استخدام العقاقير*. *مجلة دراسات العلوم التربوية، عمادة البحث العلمي - الجامعة الأردنية*، ٤٢ (٢)، ٥٣٣-٥٤٧.
- سعيد، سعاد جبر. (٢٠١٥). *الذكاء الانفعالي وعلم النفس التربوي* (ط١). العبدلي - الأردن، جدارا للكتاب العالمي للنشر والتوزيع.
- العبدلات، أسماء ضيف الله صالح. (٢٠٠٨). *فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الانفعالي في التكيف الأكاديمي والاجتماعي وفي الاتجاهات نحو المدرسة لدى الطلبة الموهوبين في الأردن* [رسالة دكتوراة غير منشورة]. كلية العلوم التربوية - جامعة عمان العربية.
- العنوان، أحمد فلاح. (٢٠١٦). فاعلية برنامج تدريبي في الذكاء الانفعالي للحد من المشكلات السلوكية لدى عينة من طلبة الصف العاشر الأساسي. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، ١٤ (٤)، ١١-٤٩.

الغرابية، سالم علي سالم، والعتوم، عدنان يوسف. (٢٠١٢). فاعلية برنامج تدريبي في كشف العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والانفعالي لدى طلبة الصف العاشر الأساسي. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ١٣ (١)، ٢٧١-٣٠٣.

الفريحات، باسم محمد. (٢٠١٨). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي عند طلبة مدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز في محافظة عجلون. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، ٦ (٢)، ٢٤٨-٢٦٧.

كرمة، صفاء طارق حبيب، ومير، نورجان عادل محمود ده. (٢٠١٤). *قوة الذكاء الاجتماعي في تفعيل المسؤولية الاجتماعية ومفهوم الذات الاجتماعية (ط١)*. بغداد - العراق. المكتب الجامعي الحديث.

Ebinagbome, M. E. & Nizam, I. (2016). The Impact of Emotional Intelligence on Student's Academic Performance: A Study on Malaysian Tertiary Institution. *International Journal of Accounting & Business Management*, 4 (1), 10-18

Kant. R. (2019). Emotional intelligence: A study on university students. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 13 (4), 441- 446

MacCann, C. & Jiang, Y. & Double, K. S.& Bucich, B. & Minbashian, A. (2020). Emotional Intelligence Predicts Academic Performance: A Meta-Analysis, *American Psychological Association*, 146 (2), 150-186

Sánchez-Álvarez, N. & Martos, M. P. B. & Extremera, N. (2022). A Meta-Analysis of the Relationship Between Emotional Intelligence and Academic Performance in Secondary Education: A Multi-Stream Comparison. *Frontiers in Psychology*, 1517 (11), 1-11. / [www.frontiersin.org](http://www.frontiersin.org)

## ملحق رقم (١)

## أسئلة لبناء الاختبار

الطالبات/ الطلاب الأعزاء:

فيما يلي عشرة أسئلة حول قدرتك على فهم ذاتك في المواقف المختلفة، وكيفية التصرف حيالها، أرجو قراءة الأسئلة بعناية لتتمكن من فهم السؤال جيدا، والإجابة عليه مهما كانت الحالة المزاجية التي تشعر بها، حتى تتمكن من مساعدتك في التعرف إلى ذاتك، والآخرين من حيث الأفكار والمشاعر والانفعالات التي لديكم، وكيفية التعامل معها.

ولكم خالص المحبة والاحترام

الباحثة: د. رغده عرنكي

الاسم (اختياري): .....

الجنس: .....

التخصص: .....

المستوى: .....

أجب/ أجيبي عن الأسئلة التالية بما يعبر عن الحالة المزاجية التي تشعر/ تشعرين بها.

١- رأيت طفلا يبكي، صف/ صفي شعورك تجاهه، وماذا يمكن أن تفعل/ تفعلي له؟

.....

.....

.....

.....  
.....  
٢- عندما تشعر/ تشعرى بالضيق كيف تفسر/ تفسرين شعورك؟ صف/ صفى الحالة الداخلية التي تشعر/ تشعرين بها؟

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

٣- إذا واجهتك مشكلة كيف تصف/ تصفين شعورك، وكيف تتصرف/ تتصرفين بناء عليها؟

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

٤- صف/ صفى شعورك عندما تكون/ تكونين وسط مجموعة من الناس، والحالة الداخلية التي تمر/ تمرين بها؟

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

٥- إذا استفرك شخص صف / صفى مشاعرك في هذا الموقف؟ وكيف تتصرف/ تتصرفين بناء عليه

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

٦- إذا رأيت صديقين لك يتشاجران كيف تتصرف/ تتصرفين حيالهما؟ وما هي مشاركتك تجاههما؟

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

٧- عندما تكون/ تكونين داخل المحاضرة صف/ صفي شعورك من حيث رغبتك في المشاركة، ومدى إحساسك بالقدرة على ذلك، صف/ صفي الحالة المزاجية التي تنتابك؟

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

٨- إذا كان هناك عمل تطوعي في منطقتك، وطلب منك المساعدة، صف/ صفي شعورك؟ وكيف تتصرف حياله؟

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

٩- هل تستطيع فهم الآخرين وعمل صداقات معهم؟ صف/ صفي شعورك حيال ذلك؟

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

١٠- هل تشعر/ تشعري بأن لديك صفات القائد؟ صف/ صفي شعورك؟ وكيف تتصرف حيال ذلك؟

.....

.....

.....

.....

.....

ملحق رقم (٢)  
مقياس الذكاء الانفعالي  
بالاستناد إلى نموذج جولمان

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر ..... أنثى .....

السنة: الأولى ..... الثانية ..... غير ذلك .....

المعدل: .....

الطالبة المحترمة/ الطالب المحترم:

تحية طيبة وبعد،

فسيتم إجراء دراسة للتعرف إلى دور البرنامج التدريبي في تطوير كل من الذكاء الانفعالي، والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية، لذا يرجى التكرم بالإجابة عن فقرات الاستبانة بوضع إشارة (X) أمام البديل الذي يعبر عن وجهة نظركم تجاه كل فقرة من فقرات المقياس، علماً بأن المعلومات التي ستقدمونها سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، الرجاء عدم ترك فقرات دون إجابة.

ولكم جزيل الشكر والتقدير

الباحثة: د.

رغدة عرنكي

رقم الفقرة	الفقرة	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا
الوعي بالذات						
١	عندما أتوتر يصيبني ألم في البطن	-				
٢	إذا استفزني شخص أو موقف معين تصدر عني استجابة شديدة	-				

					٣	ينتابني شعور بالتوتر أثناء وجودي ضمن مجموعة كبيرة من الناس
					٥	أدرك أن لدي صفات القائد
				X	١٠	أميل إلى الجلوس بمفردني إذا شعرت بالتوتر
					٢٠	لدي القدرة على اتخاذ القرارات المتعلقة بي
					٢٣	ينتابني شعور بالتوتر أثناء وجودي بين أشخاص يكبروني بالعمر
					٢٧	أعرف الأسباب الكامنة وراء مشاعري المختلفة، كالفرح والضيق
					٣٥	أحتاج البكاء بشدة عندما أشعر بالضيق
إدارة الانفعالات						
					٦	أغضب إذا استفزني شخص لا أعرفه
					١٢	أشعر برغبة بالنوم في حال شعوري بالتوتر
					١٣	إذا واجهت مشكلة، فإنني أرغب بطلب مساعدة الآخرين في حلها
					٢٨	إذا شعرت بالتوتر فإنني أعرف كيف أخفف عن نفسي
					٤٠	في حالة التوتر أستطيع القيام بالاسترخاء للتخفيف عن

					نفسى	
				X	إذا شعرت بالتوتر فإنني أقوم بالذهاب لزيارة صديق أو قريب	٤١
				-	إذا انزعجت من بكاء طفل فإنني لا أستطيع التحكم بانفعالاتي، وأقوم بالصراخ عليه.	٤٢
				X	أشعر بالحاجة لممارسة مهارات الاسترخاء لتخفيف التوتر	٤٨
					ينتابني شعور بالرضا عند استخدام بدائل عن العنف في حل المشكلات	٤٩
				-	يتم استفزازي بسهولة	٥٠
				-	لا أستطيع التحكم بانفعالاتي	٥١
				-	أتوتر دون معرفة الأسباب	٥٢
الدافعية						
					إذا واجهت مشكلة فإنني أبذل قصارى جهدي لحلها بنفسي	١٤
					لدي القدرة على اتخاذ القرارات	١٩
					لدي الرغبة في عمل الترتيبات الخاصة بالمناسبات المختلفة	٢١
					أحب أن أتحمل المسؤولية	٢٢
					أقوم بأعمال تطوعية لخدمة الناس	٢٤
					لدي القدرة على المبادرة في تشكيل فرق وإدارتها	٣٩
				X	أرغب بالتعلم لمساعدة نفسي	٤٦

					في حل مشاكلي	
					أرغب بمساعدة شخص مريض أو عاجز يحتاج للمساعدة	٤٧
التعاطف العقلي						
					أستطيع فهم تعبيرات وجوه الناس	٤
					أستطيع تهدئة صديقي إذا كان متوترا	٧
				-	أشعر بالتوتر حال وجودي في الأماكن العامة	١٥
					أستطيع فهم مشاعر الآخرين من: حزن وفرح وقلق وخوف	١٧
				x -	أشعر بعدم المبالاة عند مواجهة مشكلة ما	١٨
					أشعر بالحزن عند رؤية طفل يبكي	٢٥
				x	أشعر بالشفقة عند رؤية طفل يتألم	٢٦
					أشعر بالحزن لرؤية صديقين يتشاجران	٢٩
				-	إذا شعرت بالتوتر فإن قلبي ينقبض	٣٠
				-	ينتابني صداع في حالة الشعور بالتوتر والضيق	٣١
					لدي القدرة على تهدئة شخص حزين	٣٢
					لدي القدرة على التحكم بانفعالاتي إذا قام شخص	٣٤

باستفزازي				
				٤٣ - انفعالاتي أشد مما يتطلب الموقف
المهارات الاجتماعية				
				٨ لدي القدرة على حل الصراعات بين الأصدقاء المقربين
				٩ أشعر بالسعادة عند وجودي بين أشخاص أعرفهم
				١١ لدي القدرة على التأثير بالآخرين
				١٦ لدي القدرة على التواصل مع الآخرين، وإقامة علاقات جيدة معهم
				٣٣ لدي القدرة على التكيف في حال وجودي مع أشخاص لا أعرفهم
				٣٦ أستطيع عمل تواصل بصري مع الآخرين
				٣٧ لدي القدرة على حل مشكلات أصدقائي
				٣٨ - لا أرغب بتكوين صداقات مع الآخرين
				٤٤ - لا أستطيع تكوين صداقات مع الناس، وأنتظرهم ليبادروا بالحديث معي
				٤٥ - لا أستطيع المحافظة على صداقاتي