

فعالية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الذكاء الوجداني وأثره في خفض حدة الغضب لدى المراهقين

د/ أسماء فاروق محمود عفيفي

قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة جازان - المملكة العربية السعودية

المُلخَص

استهدف البحث الحالي تقصي فاعلية برنامج قائم على منهج منتسوري للحياة العملية وفن الأورجامي في تنمية المهارات الحركية الدقيقة لدى ذوي الإعاقة الفكرية المتوسطة، وتكونت عينة الدراسة من ١٠ تلميذات من ذوات الإعاقة الفكرية المتوسطة بمدارس الدمج بمحافظة الجمعة، وتم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وقد روعي التجانس بين المجموعتين في العمر الزمني، نسبة الذكاء، المستوى الاقتصادي والاجتماعي والمهارات الحركية الدقيقة، وأما عن أدوات الدراسة فقد قامت الباحثة بإعداد استمارة متابعة الأمهات، مقياس المهارات الحركية الدقيقة والبرنامج التدريبي. وقد توصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية المهارات الحركية الدقيقة لدى طالبات المجموعة التجريبية، وقد أوصت الدراسة بضرورة تضمين منهج منتسوري للحياة العملية وفن الأورجامي في البرامج التدريبية والتأهيلية للتعامل مع قصور المهارات الحركية الدقيقة لدى ذوي الإعاقة الفكرية المتوسطة.

كلمات مفتاحية: الإعاقة الفكرية المتوسطة - منهج منتسوري للحياة العملية - فن الأورجامي - المهارات الحركية الدقيقة.

مُقَدِّمَةٌ:

Emotional intelligence أيضا يؤدي دورا هاما في زيادة فاعلية الأفراد وتنمية قدرتهم على التعامل مع مختلف القضايا الانفعالية واتخاذ القرارات الصائبة في الحياة .

فالذكاء الوجداني بجانب القدرات العقلية الأخرى 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 ، والذكاء الوجداني يساعد على الابتكار، والحب، والمسؤولية ، والاهتمام بالآخرين ، بالإضافة إلى تكوين أفضل الصداقات والعلاقات الاجتماعية . (حسونة ، و أبوناشي ، ٢٠٠٦ : ٥٣-٥٤

ويعد الغضب أحد الانفعالات الإنسانية التي يختلف الأفراد في استجاباتهم للمواقف المثيرة لها ، فمنهم من يستجيب لها بطريقة مناسبة ، كأن يعبر عن غضبه بشكل توكيدي دون أن يجرح مشاعر الآخرين ، ومنهم من يستجيب لها بطريقة غير مناسبة ، كأن يحول هذا الغضب إلى سلوك عدواني أو إلى كبت مشاعره ، مما ينجم عنه الكثير من الأضرار بما فيها اضطراب صحته النفسية . (الحوالدة ، جرادات ، ٢٠١٤ : ٣١٧)

وتتسم مرحلة المراهقة بحدة الانفعالات والقابلية الشديدة للاستثارة الانفعالية وقد يتحول هذا الغضب لديهم في كثير من الأحيان إلى سلوك عدواني عنيف . ولقد أشار دانيال جولمان Daniel Goleman إلى أن العدوان أو العنف وغيرها من المشكلات

في ظل ما يشهده عصرنا الحاضر من تطور حضاري مذهل وتغيرات في شتى مناحي الحياة لم يعد الذكاء بمفهومه التقليدي قادرا على تحقيق ما ينشده الإنسان من آمال وتطلعات ، ومواكبة ما يقابله من ضغوط وتحديات .

وفي الوقت الراهن يرى علماء النفس أن فهم الانفعالات الذاتية وفهم انفعالات الآخرين هو الوسيلة لحياة أكثر إشباعاً وإرضاء ، فهؤلاء الأفراد الذين لديهم وعي بذواتهم وتفهماً للآخرين يستطيعون أن يديروا شؤون حياتهم بحكمة وأناة حتى في الأوقات العصيبة ، أما أولئك الذين لديهم (أمية وجدانية) فهم يخطئون طريقهم في الحياة ويعانون من كثرة الإحباطات ومن العلاقات غير الناجحة ، وإذا تفهمنا الذكاء الوجداني بطريقة علمية ، استطعنا تنمية وتدريب مهارتنا الوجدانية كي نحيا حياة مثمرة فعالة يتحقق فيها النمو الشخصي والاجتماعي . (Gerald Matthews, et al. 2002:3)

ويمثل الذكاء الوجداني ذكاء النجاح الحقيقي في الحياة وتتضح أهميته ودوره الإيجابي في وقت اشتدت فيه الصراعات النفسية والضغوط سواء داخل المجتمع أو بين المجتمعات؛ الأمر الذي يتطلب معه تربية النشء على ضبط انفعالاتهم لتحقيق الاتزان الوجداني . (الجندي ، ٢٠٠٩ : ١٧)

كما أشارت ماري وآخرون Marie et al. (٢٠٠٣) إلى أن القدرات العقلية التي يمتلكها الأفراد ليست المؤشر الوحيد للنجاح في المستقبل أو للحياة المستقرة ، فالذكاء الوجداني

أو عنفا يحدث آثارا بالغة الخطورة ليس على الذات فقط بل تمتد آثاره على المجتمع ككل .

ويرى دانيال جولمان Daniel Goleman أننا لم نعلم الأطفال أساسيات التعامل مع الغضب، وحل المشكلات بطريقة إيجابية، وتركنا الأطفال يتعلمون الدروس الوجدانية بالصدفة . (Daniel Goleman,1997: 286) ولقد أشارت دراسات كل من فرينا وآخرون (Farina et al,2008) وترينداد وجونسون (Trindad&Johnson,2002) وتسوجينو وأوياما (Tusjno&Oyama,2007) إلى علاقة المشكلات السلوكية لدى المراهقين بانخفاض درجة الذكاء الوجداني لديهم .

كما أشارت ألبرتي Alberti إلى أن تزايد العنف يرجع إلى الفشل في توضيح الأسباب الحقيقية لهذا السلوك، وأن انخفاض المهارات الوجدانية، قد يكون هو السبب الحقيقي للسلوكيات المضادة للمجتمع، وانتشار العنف بين المراهقين يشير إلى افتقارهم للمهارات الأساسية التي يشتمل عليها الذكاء الوجداني . (Alberti,2008)

ومن ثم ينبغي أن نولي قدرا من الاهتمام بالمراهقين الذين تتسم انفعالهم بالحدة وبخاصة افعال الغضب، حيث لم تنح لهم فرصة تعلم المهارات الوجدانية اللازمة لمواجهة الحياة، وكيفية ضبط انفعالهم والتعبير عنها بطريقة ملائمة، وحل الصراعات بطريقة إيجابية .

وفي ضوء ذلك تتركز مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

ما فعالية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الذكاء الوجداني؟ وما أثره في خفض الغضب لدى المراهقين؟

وينتق من ذلك التساؤلات الفرعية التالية :

- ١- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء الوجداني، في اتجاه القياس البعدي؟
- ٢- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الذكاء الوجداني، في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية؟
- ٣- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي على مقياس الذكاء الوجداني؟
- ٤- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الغضب في اتجاه القياس البعدي؟
- ٥- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الغضب، في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية؟

السلوكية الأخرى تدل على نقص شديد في الكفاءات الوجدانية، وأن هذا الاعتلال الوجداني هو ثمن الحياة العصرية الذي يدفعه الفرد . (DanielGoleman,1997:233)

وقد يبدو أن تزايد معدل الجرائم وإصابة الأطفال بالاعتلال، والصراعات المتكررة، وسوء المعاملة، والشعور بالوحدة بين أطفال المدارس مشكلات منفصلة، لكن جولمان يجمعها تحت مظلة واحدة هي الافتقار إلى الذكاء الوجداني، فنحن كمجتمع لم نهتم بتعليم الطفل أساسيات التعامل مع الغضب، وحل الصراعات بطريقة إيجابية، ولم نهتم بتعليمه التعاطف مع الآخرين، والتحكم في الانفعالات وغيرها من المهارات الوجدانية الأساسية . (علام، ٢٠٠١: ٤)

فالوعي بالذات والتحكم في الانفعالات وغيرها من المهارات التي يشتمل عليها الذكاء الوجداني تكسب الفرد القدرة على التعامل بإيجابية مع المواقف الحياتية المختلفة، فلا يصبح عرضة للاضطرابات والمشكلات النفسية والسلوكية الحادة والتي قد تنشأ من عدم قدرته على فهم ما لديه من انفعالات، والأساليب الملائمة للتعامل معها . ولقد أشار زهران (٢٠٠٥: ١٣٩٤) إلى أن افعال الغضب يتعدى الأطفال وصولا إلى مرحلة المراهقة والشباب بانفعالات عنيفة ومتهورة لا تتناسب مع منبراتها، وقد لا يستطيع المراهق التحكم فيها ولا في المظاهر الخارجية لها .

ومن هنا تبرز أهمية العمل على تنمية الذكاء الوجداني من خلال البرامج الإرشادية المختلفة وبخاصة في مرحلة المراهقة التي تعد واحدة من مراحل النمو الحرجة لدى الإنسان، وتتسم بوجود العديد من المشكلات والاضطرابات التي تعوقه عن تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي .

مشكلة الدراسة :

لقد اعتبر الذكاء بمفهومه التقليدي هو المعيار الأول لنجاح الأفراد في الحياة، وظل هذا الاعتقاد سائدا لفترة طويلة من الزمن إلى أن ظهر مفهوم الذكاء الوجداني على ساحة علم النفس والذي كان استجابة للتطور الحضاري تغيرت النظرة لمفهوم الذكاء، ولعل ذلك هو ما جعل المنظمات الاجتماعية والتربوية والمهنية تدعو علماء النفس والباحثين إلى الاهتمام بالدراسات التي تهدف إلى تنمية عدد من المهارات الشخصية اللازمة للنجاح في الحياة المهنية والاجتماعية مثل حفز الذات، والإصرار، والمثابرة، والمبادرة، والمرونة، وتقبل التغيير، والعمل من خلال فريق، وتحمل الضغوط؛ ذلك لأن الجمع بين الذكاء الأكاديمي (التقليدي)، والذكاء الوجداني معا سيؤدي إلى توافق نفسي أعلى في الحياة اليومية للأفراد (عويس، ٢٠٠٦: ١٠) ولعل هذا هو ما يدفع إلى الاهتمام بدراسة الذكاء الوجداني وتنميته من خلال البرامج الإرشادية، حيث يسهم في مواجهة كثير من مظاهر سوء التوافق، والاضطرابات السلوكية، وتعزيز القدرة على فهم الانفعالات وكيفية التعبير عنها بطريقة ملائمة، وخاصة افعال الغضب لدى المراهقين، والذي يتحتم مواجهته حتى لا يصير عدوانا

والمعرفة الوجدانية، والقدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو العقلي والوجداني. (John .D. Mayer. et al. 2000:328) وفي ضوء ذلك تعرف الباحثة الذكاء الوجداني بأنه مجموعة من المهارات والقدرات التي يمتلكها الفرد وتمثل في وعيه بذاته، وإدراكه لإمكاناته إدراكاً صحيحاً، وقدرته على ضبط انفعالاته والتحكم فيها ودفع ذاته للوصول لأقصى ما لديها من إمكانات، وكذلك قدرته على تفهم مشاعر واحتياجات الآخرين والتعاطف معهم، وتحقيق التواصل وإقامة علاقات ودية معهم، كما يتضمن كفاءة الفرد في تعامله مع الواقع الاجتماعي بما فيه من تحديات وضغوط، وكذلك الواقع النفسي مما يسهم في تحقيق قدر مرتفع من التوافق النفسي والاجتماعي. ويمكن تعريف أبعاد الذكاء الوجداني إجرائياً وفق المقياس المستخدم في الدراسة على النحو التالي:

- **الوعي بالذات:** ويشير إلى وعي الفرد بمشاعره وأفكاره ومعرفة أوجه القوة والقصور لديه، واتخاذ هذه المعرفة أساساً لاتخاذ القرارات.
- **إدارة الانفعالات:** وتشير إلى قدرة الفرد على التعبير عن الانفعالات الإيجابية والتحكم في الانفعالات السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية.
- **الدافعية الذاتية:** وتشير إلى قدرة الفرد على حفز الذات والسعي نحو تحقيق الهدف والقيام بأعلى مستوى من الأداء لإنجاز ذلك الهدف.
- **التعاطف:** ويشير إلى إدراك الفرد لانفعالات الآخرين وتفهم مشاعرهم ومشاركته لهم في هذه المشاعر سواء أكانت سارة أم أليمة.
- **التواصل:** وهو قدرة الفرد على إقامة علاقات ودية متبادلة مع الآخرين وتأثيره الإيجابي فيهم عن طريق إدراكه لمشاعرهم وانفعالاتهم.
- **التوافق مع الواقع:** وهو إدراك الفرد للواقع الاجتماعي (الخارجي) - والنفسي (الداخلي) إدراكاً صحيحاً والتعامل معه بكفاءة بحيث يمكن تقبل هذا الواقع تقبلاً إيجابياً.

الغضب (Anger) : يعد الغضب حالة وجدانية انفعالية

تسبب رد فعل داخلي تجاه الموضوعات أو الأفكار أو الأشخاص

نتيجة بعض الإحباطات ، بحيث تجعل الفرد يشعر بحالة من التوتر

يصاحبها التفكير في استخدام القوة كاستجابة داخلية تصورية أو

حقيقية لوجود أهداف وحاجات غير مشبعة .(فراج ، ٢٠٠٥ :

٥٨)

ويمكن تعريف الغضب إجرائياً وفق المقياس المستخدم في الدراسة

الحالية (مقياس الغضب كحالة) إعداد سيلبيرجر ولندن

Spielberger & London ترجمة وتعريب عبدالرحمن وعبد

الحמיד (١٩٩٨) : بأنها حالة انفعالية تتركب من أحاسيس ذاتية

٦- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي على مقياس الغضب؟

هدفا الدراسة :

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الهدفين التاليين:

- ١- تنمية مهارات الذكاء الوجداني ممثلة في الوعي بالذات ، والتحكم في الانفعالات ، والتعاطف ، والتواصل مع الآخرين ، والتوافق مع الواقع لدى المراهقين .
- ٢- إكساب المراهقين المهارات الوجدانية والأساليب الملائمة للتعامل مع الغضب ، وتأكيد الذات ، وكيفية حل الصراعات بطريقة إيجابية .

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة في محاولة التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني وما يتضمنه من مهارات وجدانية تساعد الفرد على مواجهة المواقف والمشكلات المختلفة بفاعلية وكفاءة .

كما تبرز أهمية الدراسة في محاولة خفض الغضب لدى المراهقين الذين يعدون في أمس الحاجة للتوجيه والإرشاد للتعامل بطريقة ملائمة مع انفعالاتهم وبخاصة انفعال الغضب الذي قد يتطور أو ينتج سلباً إذا لم يتم توجيهه الوجهة السليمة ، وتبرز أهمية الدراسة أيضاً في العمل على تنمية إمكانات الفرد العقلية ، والانفعالية وفهم ذاته والوعي بها ، وضبط انفعالاته وتحقيق التواصل مع الآخرين ، وفهم بيئته بشكل أفضل، كما أنه يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في تصميم برامج إرشادية وعلاجية أخرى على المستوى الوقائي والعلاجي والتنموي .

مصطلحات الدراسة:

البرنامج الإرشادي: Counseling Program

البرنامج الذي سيتم تطبيقه في الدراسة الحالية هو: برنامج انتقائي تكاملي يستند إلى عدد من الفنيات والأساليب التي تنتمي لنظريات إرشادية متعددة ولقد عرف عزب(٢٠٠٢) الانتقائية التكاملية Integrative Eclecticism بأنها منظومة ذات طابع متسق من الفنيات الإرشادية والعلاجية ، تنتمي فيها كل فنية إلى نظرية علاجية خاصة بها ، إلا أن انتقاء هذه الفنيات يتم بشكل تكاملي ، بحيث تسهم كل منها في علاج جانب من جوانب اضطراب شخصية المسترشد ، ويتم انتقاء هذه الفنيات لتشكيل منظومة تكاملية بالرجوع إلى تشخيص دقيق لحالة المسترشد ، لتحديد أفضل الفنيات ومدى ملاءمتها للخطة العلاجية ، ولطبيعة الاضطراب والمشكلة السلوكية.

الذكاء الوجداني Emotional Intelligence

عرف بار أون Bar -On الذكاء الوجداني بأنه نظام من القدرات غير المعرفية والمهارات التي تؤثر في قدرة الفرد على النجاح في مجابهة متطلبات البيئة وضغوطها . (John. D.Mayer.et al,2000:321) كما عرف ماير وسالوفي Mayer & Salovey الذكاء الوجداني بأنه القدرة على إدراك وتقييم الانفعالات والتعبير عنها بدقة، والقدرة على توليد المشاعر التي تيسر الفكر، والقدرة على فهم الانفعالات،

الناس والتفاعل معهم، واتفق مع ذلك سيرمان فيما أساء العلاقة السيكولوجية التي يقصد بها: إدراك أفكار ومشاعر الآخرين، وذلك يوضح أن للذكاء الوجداني جذوراً في تراث علم النفس.

(النمر، ٢٠٠٦: ١٢)

وفي عام ١٩٨٣ نشر جاردنر Gardner في كتابه أطر العقل Frames of mind مقدمة في نظرية الذكاء المتعدد وعرض فيه وجهة نظر بديلة عن النظرة التقليدية للذكاء البشري ولقد حدد جاردنر ثمانية أنواع من الذكاء. وأكد جاردنر على وجود نوعين من الذكاء الشخصي الأول: ذكاء التعامل مع الأشخاص الآخرين، ويعني القدرة على فهم الآخرين وعلى معرفة دوافعهم وكيفية أدائهم لأعمالهم، وكيفية التعاون معهم، وأما الثاني: فهو ذكاء التعامل مع النفس وهي قدرة مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بالسابقة ولكنها تتحول إلى داخل الشخص ذاته، إنها القدرة على تكوين صورة حقيقية دقيقة عن الذات واستخدام هذه الصورة للتفاعل الكفء في الحياة.

(جاردنر، ١٩٩٧: ٣٨٨)

وتعد آراء جاردنر حول رفضه لمعامل الذكاء والتي نشرها في كتابه أطر العقل البداية الحقيقية للتخلي عن معامل الذكاء التقليدي، والبحث عن مفاهيم جديدة للذكاء تكشف عن تعدد القدرات التي تساعد على النجاح في الحياة وليس فقط النجاح الأكاديمي. (محمود،

٢٠٠٦: ٧٠)

وإذا كانت هناك محاولات متعددة من علماء النفس الأوائل كتورنديك الذي تحدث عن الذكاء الاجتماعي في عام ١٩٢٠ وجاردنر ١٩٨٣ الذي أشار إلي مفهوم الذكاء بين الأشخاص Intrapersonal intelligence وكذلك الذكاء داخل الشخص

Interpersonal

الآن أن علماء النفس المحدثين قدموا الذكاء الوجداني كتعريف ومصطلح يظهر مدى تعدد الكفاءات والقدرات التي يحتوي عليها مثل ماير وسالوفي ١٩٩٠ اللذان حددا المهارات والعناصر التي يحتوي عليها الذكاء الوجداني وكذلك بارأون Bar-On ١٩٩٧، وجولمان.

(John, D. Mayer et al, 2000: 343)

ولقد كان تطور النماذج النظرية للذكاء الوجداني مواكباً لتطور الاختبارات والمقاييس التي تقيس هذا المفهوم ففي عام ١٩٩٠ كانت البداية لأول مقياس للذكاء الوجداني، ثم جاءت بعد ذلك محاولات جادة متعددة لمقاييس الذكاء الوجداني، قام بها كل من بار أون Bar-On (١٩٩٧) بوياتزيس Boyatzis جولمان Goleman Hay (١٩٩٦)، ماك بير MC Ber (١٩٩٩) كوبر Cooper (١٩٩٦)، ماير وسالوفي وكاروزو Mayer, Caruso & Salovey (١٩٩٧).

(Robert Mc Care, 2001: 206)

وبالرغم من وجود تشابه جزئي بين أبعاد الذكاء الوجداني كمفهوم جديد وبين مفاهيم العلماء الأوائل كتورنديك في تأكيده على وجود أنواع للذكاء ومنها الذكاء الاجتماعي وسترنبرج الذي تناول أبعاداً متنوعة للذكاء وكذلك مفهوم الذكاء الشخصي عند أبو حطب،

تتضمن مشاعر التوتر والارتجاج والإثارة والغضب، وتباين في شدتها أو حدتها من وقت لآخر ومن فرد لآخر في نفس الموقف.

حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية بالمتغيرات المراد قياسها، وبالهدف الذي تسعى لتحقيقه، حيث تسعى إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني وأثره في خفض الغضب لدى المراهقين (الصف الثالث الإعدادي)، كما تتحدد بطبيعة العينة المستخدمة والتي تتكون من (٢٠) طالبا للمجموعة التجريبية، و (٢٠) طالبا للمجموعة الضابطة ممن تتراوح أعمارهم الزمنية فيما بين (١٤,٥ - ١٥,٥) عاما وتتحدد بالأدوات وبالمنهج المستخدم وهو المنهج شبه التجريبي.

كما تتحدد أيضا بالحدود المكانية والزمانية، حيث يتم تطبيقها في محافظة القاهرة (مدرسة عمار بن ياسر الإعدادية للبنين - إدارة النهضة التعليمية) في العام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨)

الإطار النظري:

الذكاء الوجداني Emotional intelligence

يعود الفضل إلى الفيلسوف الروماني شيشرون في ابتكار كلمة لاتينية هي intelligentia لتعني حرفياً معنى الكلمة اليونانية nous وقد شاعت الكلمة اللاتينية في اللغات الأوروبية الحديثة بنفس الصورة فهي في الإنجليزية والفرنسية مثلاً intelligence وتعني لغوياً فيها Intellekt والعقل Mind والفهم Understanding والحكمة Sagacity. (أبو حطب، ١٩٩٦: ٣٢٢)

وكلمة ذكاء في اللغة العربية مشتقة من الفعل الثلاثي ذكا ويذكر المعجم الوجيز تفسيراً للكلمة فيذكر أن أصل الكلمة ذكت النار ذكوا وذكاً، وذكاً أي اشتد لهاها واشتعلت، ويقال ذكت الشمس: اشتدت حرارتها وذكت الحرب أي انتقدت، ويقال فلان ذكاء: سرع فهمه وتوقد ويقال ذكا عقله. (أنيس وآخرون، ٢٠٠٢: ٢٤٥).

أما مفهوم الوجدان في اللغة كما ورد في المعجم الوجيز فهو مشتق من وجد، ووجد فلان - وجداً أي حزن وعليه موجدة غضب، وبه وجد أحبه (أنيس وآخرون: ٦٦٠) والوجدان في اللغة يعني المشاعر والانفعالات السارة والألمية معاً. ورغم أن هناك عدة ترجمات عربية لاصطلاح Emotional intelligence كالذكاء الانفعالي، والذكاء العاطفي وذكاء المشاعر ورغم أن الترجمة الحرفية للمفهوم هي الذكاء الانفعالي إلا أن هذه الترجمة الحرفية قد يساء فهمها لدى الذين يميلون لخصر الانفعال في جوانبه غير السارة أو المرضية كالخوف والحزن والغضب، واصطلاح العواطف في جوانب الانفعالات السارة كالسرور والحب لذا قد يكون استخدام مصطلح الذكاء الوجداني أو ذكاء المشاعر أكثر شمولية لجوانب المفهوم السارة وغير السارة وأكثر تقبلاً لدى أوساط العامة. (الحضر، ٢٠٠٢: ٦)

ولقد أشار ثورنديك وهو أول من اهتم بوجود ذكاء آخر غير الذكاء العقلي أو المعرفي، إلى وجود الذكاء الاجتماعي حيث يعد ذلك أول اكتشاف لوجود جزء من مفهوم الذكاء الوجداني وهو القدرة على فهم

كما يتضمن القدرة على حل المشكلات ، والدافعية الذاتية .
(P. Salovey & J.M. Meyer, 1998: 314)
ولقد أدخل ماير وسالوفي (١٩٩٧) تعديلاً على نموذج الذكاء الوجداني السابق والذي قدمه سنة ١٩٩٠، ولقد أكد في النموذج الجديد بصورة أكبر على المكونات المعرفية للذكاء الوجداني ويمكن تحديد الأبعاد التي اشتمل عليها هذا النموذج على النحو التالي:

١- الإدراك الانفعالي Emotional Perception ويرى سالوفي وآخرون أنه بدون هذا المستوى يصبح الذكاء الوجداني أمراً مستحيلاً، فالإدراك الانفعالي يتضمن التسجيل والانتباه وفك شفرات الرسائل الانفعالية كما تظهر في تعبيرات الوجه ونبرات الصوت، ويمثل هذا المستوى أدنى مستويات الذكاء الوجداني ويتعلق بالدقة التي بها يمكن للفرد التعرف على الانفعالات وعلى المحتوى الانفعالي وتظهر هذه القدرة مبكراً عند الطفل الرضيع حيث يمكن للأطفال أن يميزوا حالاتهم الانفعالية والحالات الانفعالية للآخرين وكلما تقدمت الأطفال في العمر كلما زادت دقتهم في تحديد تلك الانفعالات.

(حسين، ٢٠٠٣: ١٤٣)

٢- استخدام الانفعالات (الوجدان) في تيسير التفكير Using emotions to facilitate thought ويشير هذا البعد إلى استخدام الوجدان كعامل مساعد في تيسير التفكير الذي يرتبط بمشاعر وانفعالات أخرى والعلاقات التي ربما توظف في عمل فني، وكذلك استخدام الانفعال في إدراك وحل المشكلة.

٣- الفهم الوجداني Emotional understanding. ويعني القدرة على تحديد الانفعالات وتسميتها كما يشير هذا البعد إلى القدرة على معرفة مدى التشابه أو التناقض بين الانفعالات وما العلاقات التي تنقلها لنا هذه الانفعالات وكذلك القدرة على فهم الانفعالات المركبة وكيفية الانتقال من انفعال إلى آخر. (John) D. Mayer et al. 2000, 321 – 322

٤- إدارة الوجدان Managing emotions: وتعني قدرة الفرد على تنظيم الانفعالات في الذات وفي الآخرين حيث يعني الفرد بالوصول إلى أفضل طريقة لتنظيم انفعالاته الذاتية وانفعالات الأشخاص الآخرين، فقد يسعى الفرد إلى تغيير مشاعره أو المحافظة عليها فيحاول أن يظل شاعراً بالسعادة وبأنه في حالة جيدة، وعلى صعيد آخر يحاول الفرد الذي يشعر بالحزن أن يبتهج ويشعر بالسعادة فيفكر في البدائل التي قد تشتمل على الحديث مع الأصدقاء، أو سماع الموسيقى .

والذكاءات المتعددة لجاردنر إلا أن ذلك المفهوم على يد جولمان ومايروسالوفي وباراون وغيرهم قد شهد تطوراً يتلاءم مع طبيعة العصر وما به من متغيرات فأصبح مفهوماً أكثر نضجاً وشمولاً يؤكد على عدد من العناصر التي تسهم بدرجة كبيرة في نجاح الفرد في مواجهة متطلبات الحياة ومن خلال آرائهم برز لنا الذكاء الوجداني بشقيه الذاتي والاجتماعي فنجد في البعد الذاتي عند جولمان على سبيل المثال عدة قدرات ومنها الوعي بالذات والدافعية الذاتية والتحكم في الانفعالات أما في الشق الاجتماعي نجد مهارات مثل التعاطف والقدرة على قراءة وفهم مشاعر الآخرين وكذلك التواصل وإقامة علاقات ودية معهم وهي المهارات التي ستعنى بها الدراسة الحالية.

والذكاء الوجداني هو القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة. (عثمان، ٢٠٠١: ١٧٤)

كما أنه القدرة على خلق نواتج إيجابية في علاقة الفرد بنفسه وبالآخرين وذلك من خلال التعرف على انفعالات الفرد وانفعالات الآخرين، وتشمل النواتج الإيجابية البهجة والتفاؤل والنجاح في المدرسة والعمل والحياة. (بدر، ٢٠٠٢: ٥)

وعلى الرغم من أن المشاعر والانفعالات من نعم الحياة الإنسانية حيث تثرى الحياة وتضيف للفرد الكثير من الصفات التي تجعله أكثر إنسانية إلا أن الفكر الغربي لم يقف قديماً على أهمية المشاعر والانفعالات ودورها في حياة الفرد، بل على النقيض من ذلك حيث فصل علماء النفس الأوائل الفكر العقلاني عن الخبرات الوجدانية وأشاروا إلى أنه لكي يفكر الفرد بوضوح يجب عليه أولاً أن يكبح مشاعره ويضبطها جيداً (السواح، ٢٠٠٥: ١٧)

النماذج النظرية المفسرة للذكاء الوجداني :

هناك العديد من النماذج النظرية المفسرة للذكاء الوجداني ومن أشهر تلك النماذج نموذج القدرة لماير وسالوفي، والنماذج المختلطة لجولمان وباراون وسيتم عرضها على النحو التالي:

● نموذج القدرة لماير وسالوفي

Ability model of emotional intelligence

من النماذج التي قدمها مايروسالوفي للذكاء الوجداني نموذج القدرة (١٩٩٠) ووفقاً لهذا النموذج فإن الذكاء الوجداني يشمل القدرة على تقييم الانفعالات والتعبير عنها في الذات والآخرين، و تنظيم الانفعالات والاستفادة منها واستخدامها لتحقيق التوافق ، حيث يرى أنها تسهم في التخطيط الجيد للمستقبل ، والتفكير الابتكاري ،

لدى كل منها إلا أن هناك بعضاً من الاختلافات بينها حيث ركز بار أون على المهارات اللازمة لمواجهة الضغوط البيئية وتحقيق التوافق إلا أن جولمان كان اهتمامه ينصب بدرجة أكبر على وعي الفرد بمشاعره وانفعالاته الذاتية وكيفية تفهم وإدراك مشاعر الآخرين والتعاطف معهم وكذلك بالدافعية الذاتية وتحقيق التواصل مع الآخرين.

ومن ناحية أخرى نجد أنه مع تنوع النماذج المفسرة للذكاء الوجداني تنوعت أيضاً أساليب القياس التي تنتمي لكل منها وبينما يرى أصحاب نموذج القدرة أن مقياس الأداء الأقصى Performance maximum يعتبر أفضل الطرق لقياس الذكاء الوجداني في المقابل يرى أصحاب المدخل المختلط أن أساليب التقرير الذاتي Self Report هي أفضل الطرق لقياس الذكاء الوجداني، وعن إجابة سؤال ما إذا كانت أي المداخل أفضل لدراسة الذكاء الوجداني هل هي القدرات أم المهارات أم كلاهما معا يجيب توسون Thoson عن هذا التساؤل بقوله أن كل واحد من هذه المكونات يعد صحيحاً ولكن تبقى الإجابة مرهونة بتساؤل الباحث لنفسه وإجابته أيضاً عما يريد أن يقيس هل هي القدرات أم المهارات أم كلاهما معا. (الكيمال، ٢٠٠٨: ١٥ - ١٦)

وفي هذا الصدد أشار عبد العزيز (٢٠٠٧: ٤٨) إلى أنه ليس هناك معنى لتقبل مدخل ورفض مدخل آخر من النماذج المفسرة للذكاء الوجداني فهما متكاملان لتحقيق هدف واحد هو جمع وتفسير الحقائق وصولاً إلى نظرية واحدة مفسرة للذكاء الوجداني فالتكامل بين النظريات (النماذج المفسرة للذكاء الوجداني) سوف يؤدي في النهاية إلى التقدم المعرفي فلا بد من دراسة الذكاء الوجداني دراسة تتسم بالشمولية والتي لا تقتصر على مدخل واحد في التفسير. والشمولية هنا تأتي من فرضية (شمولية العلم) والتي تتمثل في أبسط صورها في أن جميع العلوم المعرفية مرتبطة مع بعضها البعض في منظومة كبيرة يأتي عائدها على خدمة البشر.

الغضب Anger :

يعتبر الغضب أحد الانفعالات التي توجد لدى جميع الأفراد ، إلا أنها تختلف فيما بينهم في شدتها وكيفية الاستجابة لها ، وطبيعة المواقف التي تثيرها .

ولقد كان هناك كثير من الفلاسفة ورجال الدين، من أمثال توما الأكويني والقديس أوغسطين الذين حاولوا معرفة ديناميات السلوك الإنساني، وحاولوا التحكم في الهوى Passion غير المرغوب فيه، بينما كانوا يشجعون الانفعالات الرقيقة والنبيلة مثل الحب الإلهي أو حب الإنسان للإنسان، ففي الفلسفات الأخلاقية القديمة كان ينظر للانفعالات على أنها تمثل الجانب الحيواني في الإنسان Man's animal nature ومن ثم لا ينبغي أن نترك الصفات الحيوانية في الإنسان لكي تسود وتتغلب على الصفات الإنسانية النبيلة. أما الدراسات الحديثة فقد نتج عنها اتجاه تسامح A more tolerant attitude إزاء الجوانب الانفعالية والجوانب اللامعقولة في الإنسان

• النماذج المختلطة للذكاء الوجداني: Mixed Models of emotional intelligence

أ- نموذج جولمان للذكاء الوجداني:

ويعد دانيال جولمان Daniel Goelman من أبرز ممثلي هذا الاتجاه ولقد قدم جولمان (١٩٩٨) الذكاء الوجداني بوصفه يشتمل على قسمين رئيسيين من المهارات التي يرتبط كل منها بإدارة العملية الانفعالية القسم الأول المهارات الشخصية وتشتمل على الوعي بالذات، تنظيم الذات، الدافعية الذاتية. والوعي بالذات، وتنظيم الذات يسهران في حماية الفرد من الاستجابة للمثيرات الانفعالية قبل أن يفكر ويتأمل عواقب الاستجابة، وكما أن الوعي الشديد بالعملية الوجدانية يسهم في زيادة القدرة على إدارتها بفاعلية.

أما القسم الثاني من تصنيف جولمان فهو المهارة الاجتماعية وتشتمل على الوعي الاجتماعي أو التعاطف Empathy، والمهارات الاجتماعية ويرى أن هذه القدرات تجعل الفرد يدرك انفعالات ومشاعر الآخرين واحتياجاتهم واهتماماتهم كما تساعد على التحكم في انفعالات الآخرين لتحقيق الاستجابات المرغوبة. (Vanessa Urch. Druskat & Steven B. Wolf, 2001: 137)

ب- نموذج بار أون Bar-On للذكاء الوجداني:

قسم بار أون Bar - On أبعاد الذكاء الوجداني إلى ثلاثة عوامل كما يلي:

- ١- عوامل جوهرية Core factors وتشتمل أبعاد الوعي بالذات الانفعالية، التوكيدية، اختبار الواقع، ضبط الاندفاعات.
- ٢- عوامل مساندة Supporting factors وتشتمل أبعاد اعتبار الذات، الاستقلالية، المسؤولية الاجتماعية، التفاؤل، المرونة، تحمل الضغوط.
- ٣- عوامل محصلة Resultant factors وتشتمل أبعاد حل المشكلة، العلاقات الاجتماعية، تحقيق الذات، السعادة. (حسين، ٢٠٠٣: ١٤٨ - ١٤٩)

ومن ثم فإن النماذج المفسرة للذكاء الوجداني قد انقسمت إلى نموذجين؛ الأول: نموذج القدرة الذي يمثله ماير وسالوفي Mayer & Salovey والذي اعتبر الذكاء الوجداني مجموعة من القدرات العقلية التي تسهم في تعزيز النمو العقلي والوجداني للفرد، الثاني: النماذج المختلطة ويمثلها جولمان وبار أون والذات أشارا إلى الذكاء الوجداني باعتباره مزيج من القدرات والمهارات والكفاءات والسمات الشخصية التي تسهم في تحقيق نواتج إيجابية للفرد منها شعوره بالسعادة، وتحقيق الذات، وتسهم كذلك في زيادة قدرته على مواجهة الضغوط وحل المشكلات، ورغم انتفاء كل من جولمان وبار أون إلى النماذج المختلطة ووجود تشابه في كثير من الأبعاد التي يشتمل عليها الذكاء الوجداني

والعصبية الملاحظة . وهناك أسلوبان للغضب وهما: الغضب الإيجابي الذي يظهر في تحطيم الأشياء أو تخريبها ، والغضب السلبي الذي تبدو مظاهره في شكل انسحاب أو انطواء مع كبت للمشاعر . (مجيد ، ٢٠٠٨ : ٥٩)

ولقد أشار دانيال جولمان Daniel Goleman (٢٠٠٠ : ٥١٥) إلى أنه يجب أن يتعلم الأفراد أن هناك دائماً خيارات عند الاستجابة للانفعالات وأنه كلما زادت الطرق التي تعرفها للاستجابة كلما زادت حياتك غنى ومن المهارات الأساسية التي يوصى بها للوقاية من المشكلات (كالغضب أو العنف) الوعي بالذات أي التعرف على المشاعر والتمييز بينها وفهم العلاقة بين الأفكار والمشاعر والاستجابات ، والتعرف على ما يحكم القرارات الفكر أم الشعور ومعرفة عواقب بدائل الاختيارات، واستخدام هذه المعارف في اتخاذ القرارات كما يجب التأكيد على كيفية إدارة الانفعالات.

إن الغضب من الانفعالات الإنسانية التي تدفع الإنسان للدفاع عن حقوقه وقد تحميه من المخاطر وذلك عندما توجه الجهة الصحيحة . وتكون ملائمة للموقف الذي يستثيرها .

فالانفعال بالناس والأشياء شيء مرغوب، وجزء رئيس من متطلبات الصحة والنضوج، فنحن نفرح ونسر عندما نتوقع تحقيق هدف أو رغبة، ونخاف عندما نتعرض لخطر ما، وندهش للأشياء الغريبة والمفاجئة، ونحس بالندم للأخطاء التي كان بإمكاننا تصحيحها، ونغضب عندما نجد اعتداء على حقوقنا أو مكاسبنا ، ونحب البعض ونكره البعض الآخر، فهذه كلها انفعالات محمودة وسوية طالما أنها تحدث في وقتها الملائم وفي الظروف الملائمة". (إبراهيم، ٢٠٠٢ : ٣) و من ثم فإن الهدف هو اتزان المشاعر والانفعالات وليس قمعها فكل إحساس له قيمته ودلالته في الحياة، وبدون ذلك تصبح أرضاً خراباً تملؤها حيادية عائرة بعيدة ومعزولة عن غنى الحياة ذاتها، وكذلك أيضاً ما قاله أرسطو عن ملاءمة الانفعال وتناسبه مع الموقف فعندما يصمت الانفعال تماماً يولد لدينا الإحساس بالفتور والعزلة ، وعندما يخرج من يدنا ويصبح متطرفاً وملماً يتحول إلى مرض كالإكتئاب والقلق والتوتر . (جولمان، ٢٠٠٠ : ١٢٥ - ١٢٦)

دراسات وبحوث سابقة :

- ١- دراسات تناولت الذكاء الوجداني وعلاقته بالغضب :
- حيث هدفت دراسة العجمي (٢٠١٢) إلى التعرف على علاقة الذكاء الوجداني بمشاعر الغضب والعنف لدى عينة من الطلاب بطبّي التعلم المدموجين في مدارس التعليم العام بالكويت في ضوء مستوياتهم المختلفة من الذكاء الوجداني وتكونت العينة من ١١٧ طالباً وطالبة ، واستخدم الباحث اختبار الذكاء الوجداني من إعداد ، ومقياس الغضب إعداد الشناوي والدماطي ، ومقياس السلوك العدواني لبوص وبيري وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الغضب بين متوسطات الطلاب مرتفعي الذكاء ومتوسطات

Irrational and emotional وأصبح ينظر للانفعالات والدوافع الإنسانية على أنها ضرورة لا بد من تصريفها أو التعبير عنها. (العيسوي، ٢٠٠١ : ١٣٠)

والانفعال في الأدب السيكولوجي مفهوم يشير إلى حالة تطرأ على الفرد ، وتجعله في حركة بعد هدوء ، واضطراب بعد ثبات ، وهي حالة أو خبرة شعورية لها مظاهرها الخارجية المتمثلة في الحركات الجسمية ، كما أن لها مظاهرها الداخلية المتمثلة في بعض التغيرات الفسيولوجية ، وتدل هذه الحالة على تغير في علاقة الفرد بالعالم المحيط به (كفاقي وسالم ، ٢٠١٢ : ١٧٦-١٧٧)

ويؤثر النمو الانفعالي في مرحلة المراهقة في سائر مظاهر النمو، وفي كل جوانب الشخصية . كما تتسم المراهقة بالحساسية الانفعالية ، حيث لا يستطيع المراهق غالباً التحكم في المظاهر الخارجية لحالته الانفعالية ، وتلاحظ مشاعر الغضب والثورة والتمرد نحو مصادر السلطة؛ خاصة تلك التي تحول بين المراهق وتطلعه إلى التحرر والاستقلال ، ويعد الغضب من أهم أعراض الحساسية الانفعالية ، ومن أهم مثيراته شعور المراهق بالظلم والحرمان وقسوة الضغوط الاجتماعية، وعدم تمكنه من تحقيق الاستقلال المنشود ، أو كثرة الفشل والإحباط . (زهران ، ٢٠٠٥ : ٣٩٤-٣٩٥) فالغضب هو رد فعل غريزي للإحباط أو التعرض للهجوم أو لعدم تلبية توقعاتنا. وتبعاً لأشلي مونتاجو Ashley Montague فإن المزاج السيء هو بشكل عام نتيجة للإحباط وليس لفعل خاطئ بل عندما لا نحصل على ما كنا نتوقع ، وفي محاولتنا لحل المشكلة نقوم بالتعبير عن مشاعر قوية بدلاً من أن نفكر بطريقة منطقية ، وغالباً ما تكون نوبة الغضب ليست أكثر الطرق فعالية في حل المشكلات . (حمدي و داود ، ٢٠١٧ : ٤٠٨)

فالعصب قد يكون علامة قوة وقد يكون علامة ضعف. فهو علامة ضعف عندما لا يتناسب مع الموقف ، وعندما لا يوجه نحو مصدر التهديد وعندما يثير متاعب أكثر . ويؤدي الغضب إلى صراع ذي جانبيين: أولها صراع مع الآخرين الذين يعترضون على الغضب أو يهددهم ، وثانيها صراع مع النفس لأن الغضب يحرم الفرد من العطف ، والحب ، والحنان ويفقده السيطرة على نفسه. وقد يوجه الغضب في شكل عدوان نحو الآخرين. وقد يظهر الغضب في شكل نوبات ، وقد يصب الغضب على كبش فداء (شخص أو موقف آخر) عندما يكون الفرد عاجزاً عن توجيه غضبه إلى الشخص أو الموقف الذي أثار الغضب . وقد ينسحب الفرد من الموقف ، أو قد ينكص إلى سلوك طفلي أقل نضجاً في مستواه ، وقد يكبت غضبه ويكظم غيظه وتظهر أعراض سلوكية تدل على ذلك مثل العناد والتخريب ونوبات الغضب الطفلية .

(زهران ، ٢٠٠٥ ب : ٤٢١)

والشعور بالغضب هو إثارة عاطفية تتبدى بحماس قوي إما بتعبير حركي أو لفظي أو ببيل عدواني يصعب في بعض الأحيان ضبطه والسيطرة عليه ، ويعد الجسم هو موضع التبدلات الفسيولوجية

العلاقة بين عنصرين رئيسين للكفاءة الوجدانية وهما القدرة على تحديد افعالات الآخرين والثبات الانفعالي، وعنصرين رئيسين للكفاءة الاجتماعية وهما الصداقة والسلوك المقبول اجتماعياً وعلاقة الكفاءة الوجدانية بالعدوان ولقد أجريت الدراسة على عينة كبيرة من الأمريكيين من طلاب المدارس يبلغ عددهم ١١٤ طالباً ممن تتراوح أعمارهم فيما بين ١٢-١٨ سنة واشتملت على عدة أدوات من بينها مقياس الذكاء الوجداني متعدد العوامل للمراهقين ومقياس الصداقة لبوكويسيكي Bukowski ومقياس الأقران للمراهقين إعداد ميللر Miller وأشارت نتائج الدراسة إلى أن القدرة على تحديد افعالات الآخرين ترتبط بسلوك الصداقة والسلوك المقبول اجتماعياً، كما ارتبط هذان المتغيران سلبياً مع السلوك العدواني وأسفرت نتائج الدراسات عن ارتباط إدارة الانفعالات ارتباطاً دالاً موجباً مع سمة الصداقة وكل أنماط السلوك المقبول اجتماعياً.

ب - دراسات تناولت برامج إرشادية لتنمية الذكاء الوجداني :

- تناولت دراسة **العنوان (٢٠١٦)** فعالية برنامج تدريبي في الذكاء الانفعالي للحد من المشكلات السلوكية لدى عينة من طلاب الصف العاشر الأساسي قوامها ٧٢ طالباً ، تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين تجريبية وضابطة (٣٦) طالباً . وتم استخدام برنامج تدريبي مكون من ست جلسات استناداً إلى نموذج جولمان في الذكاء الانفعالي ، كما تم استخدام مقياس السلوك اللااجتماعي المعدل للبيئة الأردنية وأشارت النتائج إلى فعالية البرنامج التدريبي في الحد من المشكلات السلوكية .
- كما تناولت دراسة **مخيم (٢٠٠٩)** . فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من شباب الجامعة وهدفت إلى التحقق من فعاليته في تنمية مهارات الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة ومساعدتهم على تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي . تكونت العينة المستخدمة في الدراسة من (٢٠) طالباً وطالبة بالجامعة وأسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم لتنمية مهارات الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة . حيث أكدت نتائج الدراسة أن هناك تأثير دال للمعالجة في تباين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في القياس البعدي والتبعية لكل من النضج الوجداني والتواصل الوجداني والتأثير الوجداني والدرجة الكلية وذلك لصالح أفراد المجموعة التجريبية .
- وتناولت دراسة **مسلم (٢٠٠٩)** فعالية برنامج إرشادي في تنمية الذكاء الوجداني لتحسين أساليب مواجهة الضغوط لدى المراهقات، وهدفت إلى اختبار فعالية برنامج للإرشاد النفسي المعرفي السلوكي في تنمية الذكاء الوجداني وتحسين أساليب مواجهة الضغوط لدى المراهقات، وتكونت عينة الدراسة

الطلاب منخفضي الذكاء حيث كان منخفضي الذكاء الوجداني هم الأكثر غضباً ، كما أشارت إلى ارتفاع درجات الطلاب المذكور على مقياس الغضب مقارنة بالإناث .

- كما هدفت دراسة **كيمونيس Kimonis, E (٢٠٠٧)** إلى قياس العمليات الانفعالية لدى المراهقين وذلك بهدف تحديد هل يمكن أن يكون قياس العمليات الانفعالية مؤشراً للتنبؤ بحدوث العدوان كما هدفت إلى تحديد العلاقة بين بعض السمات الوجدانية والاستجابة للمثيرات الصادمة ولقد طبقت الدراسة على عينة قوامها ٨٨ من المراهقين متوسط أعمارهم ١٥ عاماً ولقد اشتملت على أدوات من بينها مقياس كالوس للسمات غير الوجدانية، ومقياس السمات الوجدانية ولقد أشارت النتائج إلى ارتباط درجات هذه المقاييس بمقياس العدوان، حيث توجد علاقة بين نقص الكفاءة الوجدانية والعدوان المتوقع لدى المراهقين.
- وهدفت دراسة **فراج (٢٠٠٥)** إلى التعرف على تأثير الذكاء الوجداني على كل من الغضب و السلوك العدواني لدى طلاب الجامعة وطبقت الدراسة على عينة قوامها ١٤٢ من طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية ، واشتملت على أدوات من بينها اختبار الذكاء الوجداني لبار أون ، واختبار مشاعر الغضب ومقياس السلوك العدواني إعداد الباحث ، وأسفرت النتائج أن الطلاب ذوي الذكاء الوجداني المرتفع درجاتهم منخفضة على مقياسي الغضب والسلوك العدواني ، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الغضب للذكور والإناث لصالح الذكور .
- كما هدفت دراسة **بيركنز Perkins, D. (٢٠٠٤)** إلى التعرف على الذكاء الوجداني لدى الطلاب العدوانيين والفضوليين الذين لا يلتزمون بالنظام المدرسي بشكل دائم برغم تعرضهم للإيذاء والقسوة وكذلك التعرف على وجهة الضبط لدى الأطفال الذين يصدرون أحكاماً عدائية، ولديهم صعوبات ومشكلات انفعالية كما هدفت إلى التعرف على مدى تأثير الذكاء الوجداني على نمط الاتجاهات الوالدية وكيفية تأثيرها على السلوك المشكل، وأجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٥٢ طالباً واشتملت على أدوات من بينها مقياس وجهة الضبط، ومقياس الذكاء الوجداني إعداد الباحثة وأشارت نتائج الدراسة إلى أن العدائية في الحكم ترتبط ارتباطاً دالاً سالباً مع الذكاء الوجداني، كما أشارت إلى أن الذكاء الوجداني وكذلك نمط الوالدية يتسنان بتأثيرهما على السلوك المشكل حيث كانت له علاقة سالبة دالة إحصائية في حين أن الصداقة وكذلك رفض الأقران ليس لها تأثير دال على السلوك المشكل.
- وتناولت دراسة **فورباخ Vorbach, M (٢٠٠٢)** الكفاءة الوجدانية والكفاءة الاجتماعية لدى المراهقين وهدفت إلى تحديد

سبعين طالبة والمجموعة الضابطة من خمسين طالبة واشتملت على أدوات من بينها قائمة بأروان ترجمة صفاء الأعسر ومقياس التوافق، ومقياس السلوك التوكيدي إعداد الباحثة. وأشارت النتائج إلى وجود تأثير دال موجب لأنشطة برامج الذكاء الوجداني في نمو المهارات الوجدانية، وزيادة القدرة على مواجهة الضغوط، والتوافق والسلوك التوكيدي والمهارات الاجتماعية لدى أفراد العينة التجريبية بعد التعرض لأنشطة برنامج الذكاء الوجداني المستخدم في الدراسة.

- كما تناولت دراسة **إيدي Eddy, M (١٩٩٨)**. دور النشاط الرياضي في البرامج التدخلية التربوية للعنف لدى الشباب وهدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية النشاط الرياضي ومهارات الذكاء الوجداني، ومهارات التعاون، النشاط الحر، والمسئولية الاجتماعية وذلك في خفض سلوك العنف ولقد أجريت الدراسة على عينة من طلاب الجامعات والمدارس الثانوية بالولايات المتحدة الأمريكية واشتملت على أدوات من بينها، أسلوب الملاحظة، تحليل الوثائق، المقابلات، ولقد أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية مهارات الذكاء الوجداني والمهارات المرتبطة بالنشاط الرياضي. وذلك من أجل السيطرة على الغضب والعنف، كما أشارت نتائج الدراسة إلى تحديد نظام معين لتصنيف الأنشطة الرياضية كما تم تحديد الدور الذي يقوم به كل نشاط رياضي من الأنشطة الرياضية في زيادة الوعي بالذات وضبط الذات وذلك لتخفيف العنف.

ج - دراسات تناولت برامج إرشادية لخفض الغضب :

تناولت دراسة **علاء الدين والحيج (٢٠١٨)** أثر الإرشاد الجمعي في خفض أعراض الغضب لدى أطفال اللاجئين السوريين في الأردن وتكونت عينة الدراسة من ٣٢ طفلة (١٦ بالمجموعة التجريبية - ١٦ بالمجموعة الضابطة) وتراوح أعمارهن من ١٠-١٣ عاما وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة على مقياس الغضب بأبعاده الستة : مثيرات الغضب والمشاعر المصاحبة للغضب ، والأعراض السيكوسوماتية والغضب الذاتي والخارجي ، وحدة الغضب في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية ، بينما أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتبعية على الدرجة الكلية والدرجات الفرعية لمقياس الغضب .

وهدفت دراسة **الحوالة وجرادات (٢٠١٤)** إلى استقصاء أثر برنامج علاج معرفي سلوكي في تخفيض الغضب وتحسين استراتيجيات التعامل معه لدى عينة من طلاب الصف الأول الثانوي ، واستخدمت مقياس الغضب كحالة لسيلبيرجر ، ومقياس استراتيجيات التعامل مع الغضب ، وتكونت عينة الدراسة من ٣٦ طالبا (١٨ بالمجموعة التجريبية- ١٨ بالمجموعة الضابطة) وأشارت النتائج إلى أن المجموعة التجريبية أظهرت انخفاضاً بشكل

التجريبية من ٢٠ طالبة والمجموعة الضابطة من ٢٠ طالبة واشتملت على عدة أدوات من بينها مقياس أساليب مواجهة الضغوط (إعداد الباحثة)، مقياس الذكاء الوجداني (إعداد: محمد هلال) البرنامج الإرشادي إعداد الباحثة ، وأسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في تنمية الذكاء الوجداني لدى المراهقات من طالبات المرحلة الثانوية وترتب على ذلك تحسين أساليب مواجهة الضغوط التي تواجهها المراهقات في حياتهن الأسرية والمدرسية.

- في حين تناولت دراسة **العبيدان (٢٠٠٨)** فاعلية برنامج تدريبي لبعض مهارات الذكاء الوجداني وتعزيز أسلوب المواجهة الإيجابية والتفكير الناقد لدى الفائقين من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت. وهدفت إلى اكتساب المهارات المرتبطة بمعرفة الذات والوعي بها واستخدامها في إدارة الانفعالات ، ولقد طبقت الدراسة على عينة قوامها ٦٠ طالباً وطالبة من الفائقين واشتملت على أدوات من بينها مقياس الذكاء الوجداني لعثمان حمود، اختبار مواجهة الضغوط الحياتية للمراهق إعداد الباحثة ولقد أسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الإرشادي ، وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التعرف على الانفعالات وفهم الانفعالات وتوظيف الانفعالات كما أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب المواجهة وإدارة الانفعالات لصالح المجموعة التجريبية.

- و تناولت دراسة **خليل (٢٠٠٨)** فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني في تحسين التفكير الخلفي واستراتيجيات تقديم الذات لدى المراهقين وهدفت الدراسة إلى تقييم مدى فاعلية البرنامج الإرشادي لتنمية مهارات الذكاء الوجداني وتوظيفها في حياتهم بشكل عام وذلك من خلال معرفة أثره في تحسين التفكير الخلفي واستراتيجيات تقديم الذات وأجريت الدراسة على عينة قوامها ٤٠ طالباً بالمرحلة الثانوية إلى مجموعتين هما: الضابطة ٢٠ طالباً، والتجريبية ٢٠ طالباً واشتملت على أدوات من بينها مقياس الذكاء الوجداني إعداد الباحثة، استبيان استراتيجيات تقديم الذات لهزني تعريب وتقنين الباحثة. ، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لمقياس الذكاء الوجداني، ومقياس التفكير الخلفي، ومقياس استراتيجيات تقديم الذات لصالح القياس البعدي.

- وتناولت دراسة **علام (٢٠٠١)**. تقييم مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى طالبات الجامعة باستخدام مبادئ ومفاهيم التربية السيكلوجية، وقياس أثره على بعض المتغيرات النفسية، بهدف تنمية المهارات الوجدانية والاجتماعية لدى الطالبات، حتى يستطعن النجاح في الحياة ومواجهة متطلباتها، وتحمل ضغوطها. وأجريت الدراسة على عينة قوامها ١٢٠ طالبة بالجامعة حيث تكونت المجموعة التجريبية من

كما أشارت أيضا إلى أن الذكاء الوجداني يمكن تنميته من خلال البرامج الإرشادية واستخدمت الفنيات الإرشادية الفعالة والملائمة لذلك والتي سيتم الاستفادة منها في البرنامج الحالي من قبيل فنيات الحوار الذاتي ، الاسترخاء ، دحض الأفكار اللاعقلانية . وفي ضوء هذه الدراسات يتبين أيضا أن الذكاء الوجداني يختلف عن الذكاء التقليدي الذي يرى البعض أنه منحة فطرية لا تتأثر كثيرا بخبرات وتجارب الحياة . كما يسهم في تنمية مهارات عديدة كالقدرة على مواجهة الضغوط ، والتوافق مع البيئة وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين . ويسهم كذلك في تحسين التفكير الخلفي (خليل: ٢٠٠٨)، والحد من المشكلات السلوكية (العلوان : ٢٠١٦) وفي تحسين أساليب مواجهة الضغوط (مسلم : ٢٠٠٩) .

كما أشارت النتائج إلى فاعلية البرامج الإرشادية في خفض الغضب مثل دراسات (فاليزاده دافاجي ونيكامل Valizadeh,Davaji&Nikamal,2010) و الحوالدة وجرادات (٢٠١٤) ، علاء الدين والحيج (٢٠١٨)

وتوضح أوجه اختلاف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة التي تناولت الذكاء الوجداني في علاقته بالغضب والتي اتبعت المنهج الوصفي من قبيل دراسات فراخ (٢٠٠٥) بيركز Perkins, D. (2004) في أن الدراسة الحالية تعنى بتنمية مهارات الذكاء الوجداني التي قد تسهم ليس في تحقيق أهداف علاجية فقط بل نمائية ووقائية أيضا حيث يعد الغضب أحد الانفعالات التي قد تؤدي إلى حدوث العنف والعدوان وغيرها من المشكلات التي تهدد الشعور بالأمن النفسي والأمن المجتمعي .

كما أن أغلب عينات الدراسات قد ركزت على طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية بينما لم تولى اهتماما بالمرحلة المتوسطة رغم أهمية التدخل الإرشادي المبكر لمعالجة المشكلات الانفعالية والسلوكية.

وفي ضوء الدراسات السابقة يمكن صياغة الفروض التالية:

فروض الدراسة:

- (١) توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء الوجداني، في اتجاه القياس البعدي.
- (٢) توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الذكاء الوجداني، في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية.
- (٣) لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي على مقياس الذكاء الوجداني.
- (٤) توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الغضب في اتجاه القياس البعدي.

دال في الغضب ، وتحسنا أعلى في استراتيجيات التعبير المباشر عن الغضب ، والتمتع ، والتوكيد ، وتبديد الغضب مقارنة مع المجموعة الضابطة .

- كما هدفت دراسة عيسوي (٢٠١٢) إلى الكشف عن فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف حدة الغضب لدى الشباب الجامعي وتكونت عينة الدراسة من ١١٠ طالبا بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بكفر الشيخ واستخدمت الباحثة التقارير الذاتية ومقياس الغضب لسيلبرجر والبرنامج العلاجي السلوكي المعرفي وأسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج حيث كانت أساليب المراقبة الذاتية ، وإعادة البناء المعرفي والتدعيم أكثر الأساليب فاعلية في تحسين القدرة على التحكم في انفعال الغضب .

وهدف دراسة فاليزاده دافاجي ونيكامل (Valizadeh,Davaji&Nikamal,2010) إلى التعرف على

مدى فاعلية التدريب على مهارات إدارة الغضب وأثره في خفض السلوك العدواني ولقد طبقت الدراسة على عينة قوامها ٤٠ طالبا بالمرحلة الثانوية (٢٠ طالبا بالمجموعة التجريبية ، ٢٠ طالبا بالمجموعة الضابطة وأسفرت النتائج عن فاعلية التدريب على إدارة مهارات الغضب ، وخفض السلوك العدواني .

تعقيب عام على الدراسات والبحوث السابقة :

من العرض السابق يمكن استخلاص ما يلي :

تنوعت المتغيرات التي تم بحث علاقتها بالذكاء الوجداني لتشمل المشكلات السلوكية والانفعالية ، والحكم الخلفي لدى المراهقين ، وأساليب التنشئة . وكذلك برامج لتنمية الذكاء الوجداني ، وإدارة الغضب .

استخدم الباحثون عينات مختلفة من المراهقين لدراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني وعدد من المتغيرات، وكانت أغلب عينات الدراسات لطلاب الجامعة، أو المدارس الثانوية .

- كما تنوعت الأدوات التجريبية والإكلينيكية التي استخدمها الباحثون في دراساتهم تبعاً لموضوع كل دراسة والهدف منها .

- وأشارت نتائج الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين الذكاء الوجداني والمشكلات الانفعالية وغيرها من السلوكيات المضادة للمجتمع .

- ولقد تعددت أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة فمن خلال ما توصلت إليه تلك الدراسات من نتائج يتضح دور الذكاء الوجداني كعامل وقائي من العديد من السلوكيات السلبية التي ينهجها المراهقون فمن يتمتعون بدرجة مرتفعة من الذكاء الوجداني يمكنهم توظيف قدراتهم العقلية بطريقة أفضل فتجعلهم قادرين على قراءة وفهم مشاعر الآخرين فلا ينخرطون في سلوكيات غير مقبولة اجتماعيا أو يشكلون اتجاهات غير سوية نحو أقرانهم .

تكونت عينة الدراسة الأساسية من ٣٠٠ طالباً بالصف الثالث الإعدادي من طلاب مدرسة عمار بن ياسر بنين بإدارة الزهدة التعليمية، ممن تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٤.٥ - ١٥.٥ عاماً) وقد تم اختيار ٤٠ طالباً من بين الطلاب الذين طبق عليهم مقياس الذكاء الوجداني ومقياس الغضب وتمت المجانسة بين طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة من حيث العمر الزمني ومستوى الذكاء الوجداني، وكذلك مستوى الغضب لديهم.

تجانس أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج:

- من حيث العمر الزمني:

قامت الباحثة بحساب دلالة الفروق بين متوسطي العمر الزمني لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام اختبار "ت".

٥) توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في المقياس البعدي لمقياس الغضب، في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية.

٦) لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في المقياسين البعدي والتنبيعي على مقياس الغضب

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي للوقوف على معرفة فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني وأثره في خفض الغضب لدى المراهقين عينة الدراسة.

ثانياً: خصائص عينة الدراسة:

جدول (١) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين

التجريبية والضابطة على متغير العمر الزمني

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية		
		ع	م	ن	ع	م	ن
غير دالة	٠.٨٢٦-	٠.٥٥٣	١٥.٤	٢٠	٠.٧٦٩	١٥.٢	٢٠

مستوى الدلالة عند (٠.٠١) = ٢.٦٩ = (٠.٠٥) = ٢.٠٢

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج على متغير العمر الزمني.

- من حيث مستوى الذكاء الوجداني:

جدول (٢) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة

في المقياس القبلي على مقياس الذكاء الوجداني

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المجموعة الضابطة (ن = ٢٠)		المجموعة التجريبية (ن = ٢٠)		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
غير دالة	٠.٩٧٩-	١.٦٠٥	٢٣.٠٥	١.٩٣٣	٢٢.٥	الوعي بالذات
غير دالة	١.٢١٨-	١.٨٤٩	٢٤.٥٥	١.٧٨٥	٢٣.٨٥	التحكم في الافعالات
غير دالة	١.٠٢-	٢.٢٣٤	٢١.٤	٢.١٠٥	٢٠.٧	الدايفية الذاتية
غير دالة	٠.٥٩٩	٢.٢٣١	٢٠.٨٥	٢.٥١٥	٢١.٣	التعاطف
غير دالة	٠.٥٢٢	٢.٤٧٩	٢٥.٤	١.٦٨٢	٢٥.٧٥	التواصل
غير دالة	٠.٨٠٧-	٢.٦٤٥	٢٣.٥٥	٣.٢٠٥	٢٢.٨	التوافق مع الواقع
غير دالة	١.١٥٣-	٤.٦٤١	١٣٨.٨	٥.٧٢١	١٣٦.٩	الدرجة الكلية للمقياس

تطبيق البرنامج على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية للمقياس.

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة قبل

الحمد ، ١٩٩٨) على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، ومن ثم قامت بحساب دلالة الفروق بين المجموعتين باستخدام اختبار "ت".

- من حيث مستوى الغضب :
قامت الباحثة بتطبيق مقياس الغضب كحالة (إعداد سبيلبرجر وآخرون Spielberger et al تعريب : عبد الرحمن وعبد

جدول (٣) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي على مقياس الغضب

مستوى الدلالة	قيمة " ت "	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية		
		ع	م	ن	ع	م	ن
غير دالة	١,٤٠٢	٤,٠١١	٥٧,٢٥	٢٠	٤,١١	٥٩,٠٥	٢٠

وعرضت العبارات على خمسة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية ، لتحديد مدى صلاحية العبارات وملاءمتها لقياس ما وضعت لقياسه ومدى اتقانها لكل بعد من أبعاد المقياس.

- ولقد تراوحت درجات الإجابة على ثلاثة مستويات غالباً (٣ درجات)، أحياناً (درجتان)، نادراً (درجة واحدة) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع نسبة الذكاء الوجداني، ولقد تم ضبط العبارات وإعطاؤها الشكل النهائي وإجراء عمليات الثبات والصدق. على النحو التالي:

التحقق من صدق وثبات مقياس الذكاء الوجداني: أولاً - صدق المقياس: .أصدق المحكمين :

قامت الباحثة بعرض المقياس على (٥) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، وبناء على توجيهاتهم قامت بتعديل بعض العبارات أو حذفها عندما لا تصل إلى درجة اتفاق ٨٠% من المحكمين. ولقد كان هناك اتفاق بين المحكمين على سلامة صياغة جميع العبارات واتقانها للأبعاد .

ب - صدق المحك Criterion Validity قامت الباحثة الحالية بحساب معامل الارتباط بين المقياس الحالي ومقياس الذكاء الوجداني (إعداد / عثمان، ٢٠٠١)، على عينة قوامها (٤٠) فرداً. وقد بلغ معامل الارتباط بين المقياسين (ر = ٠.٦٣٧) وهو دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١).

ثانياً- الاتساق الداخلي Internal Consistency

قامت الباحثة بإيجاد التجانس الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة لكل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه.

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج على مقياس الغضب كحالة .
ثالثاً: أدوات الدراسة:

- مقياس الذكاء الوجداني: (إعداد الباحثة)

في سبيل الإعداد لهذا المقياس قامت الباحثة بعدة خطوات كما يلي:

- الاطلاع على عدد من المقاييس العربية والأجنبية المتعلقة بالذكاء الوجداني من قبيل مقياس أبوناشي (٢٠٠٢)، بدر (٢٠٠٢) عبد الغفار (٢٠٠٣)، مقياس الذكاء الوجداني لزيدان، والإمام (٢٠٠٢)، عثمان (٢٠٠١). مقياس الذكاء الوجداني متعدد العوامل Multi factor emotional intelligence لماير وسالوفي وكاروسو Mayer, Salovey & Caruso (١٩٩٧ - ١٩٩٩) (John D. Mayer. et al, 2000).

وقائمة نسبة الذكاء الانفعالي لباراون Bar-On Emotional Quoiient Inventory وقد تم ترجمتها في عدد من الدراسات مثل علام (٢٠٠١)، خليل (٢٠٠٥).

- ولقد قامت الباحثة بإعداد مقياس يشمل المهارات الأساسية للذكاء الوجداني والتي كانت موضعاً لاتفاق الباحثين، بالإضافة إلى بُعد آخر لم تتناوله المقاييس العربية للذكاء الوجداني (وذلك في حدود علم الباحثة) وهو التوافق مع الواقع والذي يشير إلى إدراك الفرد للواقع الخارجي (الاجتماعي) والواقع الداخلي (النفسي) إدراكاً صحيحاً والتعامل معه بكفاءة. (سويف، ٢٠٠١) ولقد تم تحديد ستة أبعاد لمقياس الذكاء الوجداني ممثلة في: الوعي بالذات، إدارة الانفعالات، الدافعية الذاتية، التعاطف، التواصل، التوافق مع الواقع، وتم صياغة عبارات لكل بعد من أبعاد المقياس، ولقد كان المقياس في صورته الأولية يشتمل على ٨٨ عبارة تم تصنيفها وفقاً للأبعاد الستة للمقياس

جدول (٤)

لاتساق الداخلي لعبارات بعد الوعي بالذات

(ن = ١٠٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٥١١	٣١	٠.٥٨٧
٤	٠.٦١٣	٢٨	٠.٥٣٥
٨	٠.٥٤٩	٣٣	٠.٤٣٦
٩	٠.٤٤٨	٣٤	٠.٦٩١
١٦	٠.٣٦٦	٦٥	٠.٥٧٠
١٩	٠.٣٧٤	٧٩	٠.٤١٩
٢٠	٠.٥٠٢	٨٨	٠.٤٠١
٢٧	٠.٥٥٩		

جدول (٥)

الاتساق الداخلي لعبارات بعد التحكم في الانفعالات

مستوى الدلالة عند (٠.٠١) = ٠.٢٥٧ (٠.٠٥) = ٠.١٩٧

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٥٩	٠.٤٨٥	٧١	٠.٤١٩
٦٠	٠.٤٨٩	٧٢	٠.٤٩٧
٦١	٠.٤٦١	٧٣	٠.٥١٨
٦٢	٠.٤٩٢	٧٤	٠.٥٥٥
٦٣	٠.٥٨٢	٧٥	٠.٥٥٦
٦٤	٠.٢٩٨	٧٦	٠.٣٠٢
٦٦	٠.٥١٧	٧٧	٠.٣٩٨
٧٠	٠.٤٤٦		

يتضح من الجدولين السابقين أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١).

جدول (٦)

الاتساق الداخلي لعبارات بعد الدافعية الناتية

جدول (٨)

الاتساق الداخلي لعبارات بعد التواصل

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٥	٠.٥١٨	٤٧	٠.٣١٥
٦	٠.٤٨٥	٤٨	٠.٢٨٧
٧	٠.٤٢٨	٤٩	٠.٥٥٧
٣٥	٠.٣٧٨	٦٧	٠.٦٠٠
٣٦	٠.٥٨٦	٦٨	٠.٥٢٤
٤٥	٠.٣٩٦	٦٩	٠.٤٦٣
٤٦	٠.٤٧٧	٧٨	٠.٤٥٠

جدول (٧)

الاتساق الداخلي لعبارات بعد التعاطف

جدول (٩)

الاتساق الداخلي لعبارات بعد التوافق مع الواقع

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٢	٠.٥١٥	٥٥	٠.٥٥٥
٣	٠.٤٢٨	٨٠	٠.٥١٩
٢١	٠.٤١٦	٨١	٠.٥٣٦
٢٤	٠.٤٦٩	٨٢	٠.٣٤٥
٣٢	٠.٥١٩	٨٣	٠.٤٤٤
٤٣	٠.٤٥٩	٨٤	٠.٥٠١
٥٤	٠.٤٧٣	٨٥	٠.٤٨٩

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١٥	٠.٣٨٥	٣٧	٠.٤٤٤
١٧	٠.٤٩٥	٣٨	٠.٤٣٢
١٨	٠.٣٨٩	٣٩	٠.٥١٢
٢٢	٠.٤٠٥	٥٦	٠.٣٨٨
٢٣	٠.٤٦٣	٥٧	٠.٥٢٤
٢٥	٠.٤٨٨	٥٨	٠.٤٣٣
٢٦	٠.٤١٦	٨٦	٠.٥٢٦
٢٩	٠.٤٨٩	٨٧	٠.٣٨٧
٣٠	٠.٥٢١		

يتضح من الجداول السابقة أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١).

ثم قامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (١٠)

معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس والدرجة الكلية

(ن = ١٠٠)

معامل الارتباط	البعد
٠.٧٢٣	الوعي بالذات
٠.٧٢٨	التحكم في الانفعالات
٠.٦٨٧	النافعية الذاتية
٠.٧١٧	التعاطف
٠.٦٤٢	التواصل
٠.٧٥٦	التوافق مع الواقع

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)

ثالثاً - ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس استخدمت الباحثة طريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة إعادة تطبيق المقياس بفواصل زمني قدره أسبوعين من تاريخ التطبيق الأول. والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١١)

قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس وللمقياس ككل

إعادة التطبيق (ن = ٥٠)	معامل ألفا - كرونباخ (ن = ١٠٠)	أبعاد المقياس
٠.٧٥٣	٠.٧٣٤	الوعي بالذات
٠.٨٣٣	٠.٨١١	التحكم في الانفعالات
٠.٧٩٥	٠.٧٨٢	النافعية الذاتية
٠.٧٥٩	٠.٧٢٣	التعاطف
٠.٨٠١	٠.٧٦١	التواصل
٠.٨١٦	٠.٨٠٢	التوافق مع الواقع
٠.٨٨٤	٠.٨٧٣	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الثبات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وبذلك أصبح مقياس الذكاء الوجداني في صورته النهائية يتكون من (٨٨) مفردة صالحة للمقياس .

- ٢- فنية النمذجة Modeling، والتعزيز Reinforcement والضبط الذاتي Self Control والاسترخاء Relaxation.
- ٣- المحاضرات والمناقشة الجماعية، الواجبات المنزلية.
- ٤- فنية حل المشكلات problem solving، لعب الدور Role playing.
- ٥- التدريب على مهارات الذكاء الوجداني من قبيل: الوعي بالذات، إدراك وتفهم مشاعر الآخرين، التعبير عن الذات، التعاطف والتواصل، وإقامة علاقات ودية، القيادة، حل الصراعات باستخدام فنون التفاوض، والدافعية الذاتية. وذلك وفقا للآراء النظرية لجولمان (٢٠٠٠).

إعداد البرنامج:

- ١- تم الاطلاع على الأطر النظرية و الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الذكاء الوجداني والمهارات التي يشتمل عليها من قبيل دراسات كل من (جيسون وينترز وآخرون و Winters, J. et al (٢٠٠٤)، إليس , Ellis A (٢٠٠٤)، دوناييركنز Perkins, D (٢٠٠٤)، دينا روي Roy, D (٢٠٠٤)، عبدالغفار (٢٠٠٣)، رزق (٢٠٠٣)، ديفيد سويفت Swift, D (٢٠٠٢).
- ٢- كما تم الاطلاع على بعض البرامج الإرشادية والعلاجية الواردة ضمن الدراسات والبحوث الأجنبية والعربية التي تناولت متغيرات ذات الصلة بالدراسة الحالية من قبيل دراسات النمر (٢٠٠٦)، أبو الحسن (٢٠٠٣)، علام (٢٠٠١)، ليزل إيبسون Ebersohn, L (٢٠٠٠)، عزب (٢٠٠٢)، سري (٢٠٠٢) خضر (٢٠٠٠).
- ٣- إعداد الأدوات اللازمة لعمل التجربة الاستطلاعية وتحديد العينة التجريبية والتي يتم تطبيق البرنامج الإرشادي عليها.
- ٤- تهيئة الظروف المناسبة لتطبيق البرنامج من حيث تحديد الوقت وتهيئة المكان وإعداده لعقد جلسات البرنامج.

الأسس العلمية التي يقوم عليها البرنامج :

- مراعاة الفروق الفردية بين أفراد العينة .
- استخدام الإرشاد الجماعي حيث أن الإنسان كائن اجتماعي يؤثر ويتأثر بالجماعة .
- الأخذ بالحسبان سمات المرحلة العمرية لأفراد العينة - المراهقة الوسطى -.
- اتساق أهداف البرنامج مع أهداف العملية التعليمية التي تسعى إلى إشباع حاجات وميول الأفراد وتحقيق التوافق النفسي لديهم .

مقياس الغضب كحالة : (إعداد سبيلبيرجر ولندن تعريب عبد الرحمن و عبد الحميد : ١٩٩٨) ويتكون هذا المقياس من ١٥ فترة تقيس الغضب كحالة انفعالية تتباين في شدتها من وقت لآخر ومن فرد لآخر

صدق وثبات المقياس :

تم التحقق من صدق المقياس بصورته الأصلية وذلك بتطبيقه على عينة كبيرة من طلاب المدارس الثانوية والجامعات والعاملين وحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على مقياس الغضب كحالة ومقاييس العدائية والعصاوية والذهانية والقلق ، وكانت الارتباطات موجبة ودالة إحصائياً ، كما تم التحقق من ثبات الصورة الأصلية للمقياس بحساب معامل الاتساق الداخلي ، وقد بلغ معامل الثبات (٠,٩٣) ويتكون المقياس من ١٥ عبارة ، يجب عنها بتدرج رباعي يتضمن البدائل (دائماً أربع درجات ، غالباً ثلاث درجات ، أحياناً درجتان، نادراً درجة واحدة) وكلما كانت الدرجة أعلى كان ذلك مؤشراً على ارتفاع مستوى الغضب .

وتم التحقق من صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية كما يلي :

صدق المقياس : أ- (صدق المحكمين) تم عرض المقياس على خمسة من أساتذة علم النفس لإبداء آراءهم حول المقياس لتحديد مدى مناسبه للتطبيق على أفراد عينة الدراسة الحالية ، وقد حازت عبارات المقياس على قبول المحكمين .

ب- (صدق الحكم) تم حساب معامل الارتباط بين المقياس الحالي واختبار مشاعر الغضب (إعداد / فراج : ٢٠٠٥) وقد بلغ معامل الارتباط بين المقياسين (r=٠,٦٤٨) وهو دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) .

ثبات المقياس :

١ - معامل ثبات ألفا : تم حساب معامل ثبات ألفا وبلغت نسبته ٠,٨٩٦

ب - التجزئة النصفية : تم حساب التجزئة النصفية للمقياس وبلغ معامل الارتباط بين نصفي الاختبار ٠,٧٦ ، وتم تعديلها بمعادلة سيرمان براون فبلغت ٠,٨٦ ، وبمعادلة جتان ٠,٨٥ .

البرنامج الإرشادي: (إعداد الباحثة)

يعد هذا البرنامج من الأدوات الأساسية التي تم تصميمها خصيصاً لخدمة أهداف الدراسة، ويستخدم أسلوب الإرشاد الجماعي ويهدف إلى تنمية بعض المهارات التي يشتمل عليها الذكاء. وهو برنامج انتقائي تكاملي يشتمل على عدد من الفنيات والأساليب التي تنتمي لظريات علاجية متعددة وذلك لخدمة أهداف البرنامج التي تتلخص في تنمية مهارات الذكاء الوجداني وخفض الغضب ومن هذه الفنيات:-

- ١- بعض فنيات العلاج السلوكي العقلائي الانفعالي : مثل دحض الأفكار اللاعقلانية

أهداف البرنامج:**(١) الأهداف العامة:**

(أ) **هدف علاجي:** حيث يهدف إلى خفض الغضب وإدارته لدى عينة من المراهقين من خلال التدريب على مهارات الذكاء الوجداني.

(ب) **هدف وقائي:** حيث يكتسب أفراد المجموعة التجريبية بعض الفنيات الإرشادية التي تعمل على تنمية المهارات الوجدانية التي تمكنهم من تجنب عواقب افعال الغضب.

(٢) الأهداف الإجرائية:

تتحقق الأهداف الإجرائية للبرنامج من خلال العمل داخل الجلسات وتطبيق الفنيات المختلفة وتلخيص هذه الأهداف في: تنمية مهارات الذكاء الوجداني التي تساعد على خفض افعال الغضب.

وذلك كما يلي:

- التدريب على مهارة الوعي بالذات ومعرفة مكامن القوة والضعف لديهم.
- التدريب على مهارة التحكم في الانفعالات .
- التدريب على مهارة التعرف على مشاعر الآخرين وكيفية الأخذ بمظورهم.
- التدريب على مهارة حل الصراعات عن طريق التفاوض.
- التدريب على دفع الذات (الداغية الذاتية).
- التدريب على مهارات التواصل وإقامة علاقات ودية مع الآخرين.

مراحل تطبيق البرنامج:

ير تطبيق البرنامج الحالي بأربع مراحل تتمثل في:

- ١- **المرحلة التمهيدية:** والتي يتم فيها التعارف بين الباحثة والطلاب ويتم التمهيد للبرنامج وشرح أهدافه وأهميته وإطار العمل فيه.
- ٢- **المرحلة الانتقالية:** وهي المرحلة المعرفية وتهدف إلى تقديم المفاهيم والنظريات التي تفسر الذكاء الوجداني والمهارات المختلفة التي يشتمل عليها. وكذلك يتم مناقشة أسباب ومظاهر افعال الغضب الذي يصدر عن أفراد

جدول (١٢)

جدول موجز لبرنامج تنمية الذكاء الوجداني
يوضح محتوى جلسات البرنامج ومدته وفنياته

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	زمن الجلسة	الفنيات المستخدمة في الجلسة
الأولى	تمهيد وتعارف بين الباحثة والطلاب.	٩٠ق	الحوار والمناقشة الجماعية، التعزيز.
الثانية والثالثة	مفهوم الذكاء الوجداني وأهم المهارات التي يشتمل عليها.	٩٠ق	المحاضرة، المناقشة الجماعية، التعزيز، الواجبات المنزلية.
الرابعة	الوعي بالذات - التعبير عن الذات.	٩٠ق	المحاضرة، المناقشة الجماعية، الحوار الذاتي، ملاحظة الذات،

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	زمن الجلسة	الفيئات المستخدمة في الجلسة
			التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية.
الخامسة	الغضب - التحكم في الانفعالات	٩٠ق	المحاضرة، المناقشة الجماعية، التنفيس الانفعالي، النمذجة، لعب الدور، التعزيز، المقارنة، الواجبات المنزلية.
السادسة والسابعة	أساليب مواجهة الغضب. التحكم في الانفعالات	٩٠ق	المحاضرة - المناقشة الجماعية، الاسترخاء الحوار الناقلي- حل المشكلات، الضبط الناقلي، دحض الأفكار اللاعقلانية - التغذية الراجعة، التعزيز، توظيف بعض الآيات القرآنية والأحاديث النبوية المتعلقة بالغضب- الواجبات المنزلية.
الثامنة	تأكيد الذات (التعبير عن الذات بطريقة ملائمة)،	٩٠ق	المحاضرة- المناقشة الجماعية، التنفيس الانفعالي من خلال الحوار الجماعي- دحض الأفكار اللاعقلانية، لعب الأدوار، قلب الأدوار، الحوار الناقلي، الواجبات المنزلية .
التاسعة والعاشر	تنمية الدافعية الذاتية - أساليب التحكم في الانفعالات.	٩٠ق	المحاضرة- المناقشة الجماعية- التنفيس الانفعالي من خلال الحوار الجماعي، لعب الدور، النمذجة- الاسترخاء - الواجبات المنزلية- الاستعانة ببعض الآيات والأحاديث
الحادية عشرة، الثانية عشرة	مواجهة الصراع باستخدام فنون التفاوض	٩٠ق	المحاضرة- المناقشة الجماعية- التنفيس الانفعالي من خلال الحوار الجماعي، لعب الدور، النمذجة- قلب الأدوار- الاسترخاء - الواجبات المنزلية- الاستعانة ببعض الآيات والأحاديث.
الثالثة عشرة الرابعة عشرة	التعاطف والتواصل وإقامة علاقات ودية مع الآخرين	٩٠ق	. المحاضرة، المناقشة الجماعية، لعب الدور، الاسترخاء، النمذجة، التعزيز، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية.
الخامسة عشرة	أهمية مهارات الذكاء الوجداني	٩٠ق	الحوار والمناقشة الجماعية، التعزيز
السادسة عشرة	جلسة ختامية لإنهاء البرنامج	٩٠ق	الحوار والمناقشة الجماعية، التواصل والعلاقات الودية مع الباحثة

النتائج وتفسيرها في ضوء فروض الدراسة.

نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء الوجداني، في اتجاه القياس البعدي"

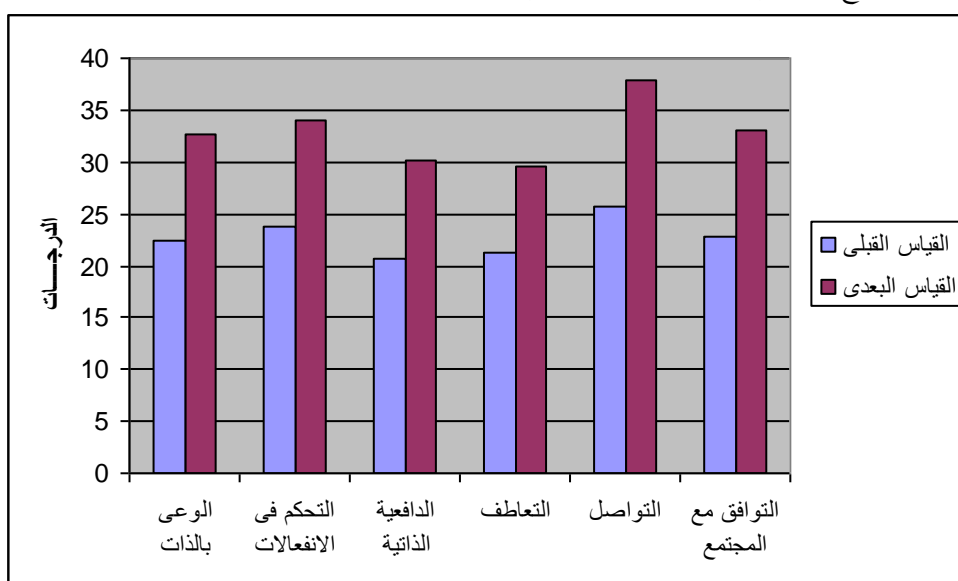
جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء الوجداني (ن = ٢٠)

مرجع إيتا	مستوى الدلالة	قيمة " ت "	القياس البعدي		القياس القبلي		الأبعاد
			ع	م	ع	م	
٠.٩٢	٠.٠١	١٤.٣٣٤	٢.٥١٩	٣٢.٦٥	١.٩٣٣	٢٢.٥	الوعي بالذات
٠.٩٤	٠.٠١	١٧.٨١٨	٢.٣٦	٣٤.١	١.٧٨٥	٢٣.٨٥	التحكم في الانفعالات
٠.٩٤	٠.٠١	١٧.٩٠٣	١.٤٧٣	٣٠.٢	٢.١٠٥	٢٠.٧	الدافعية الذاتية
٠.٩٦	٠.٠١	٢٠.٢٦	١.٨١٤	٢٩.٦٥	٢.٥١٥	٢١.٣	التعاطف
٠.٩٣	٠.٠١	١٥.٨٧٦	٢.٩٨٩	٣٧.٩	١.٦٨٢	٢٥.٧٥	التواصل
٠.٨٩	٠.٠١	١٢.١٢٥	٢.٨٨٢	٣٣.١	٢.٢٠٥	٢٢.٨	التوافق مع الواقع
٠.٩٩	٠.٠١	٣٥.٤٤٩	٦.٠٣٨	١٩٧.٦	٥.٧٢١	١٣٦.٩	الدرجة الكلية للمقياس

مستوى الدلالة عند (٠.٠١) = ٢.٧٦ (٠.٠٥) = ٢.٠٤

(كبير، حيث تراوحت قيم مربع إيتا ما بين (٠.٨٩) لبعده التوافق مع الواقع، و(٠.٩٦) لبعده التعاطف، كما بلغت (٠.٩٩) للدرجة الكلية للمقياس. ويوضح الشكل البياني التالي الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني .

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على جميع أبعاد مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية للمقياس، في اتجاه القياس البعدي. مما يدل على تحسن درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد تعرضهم لجلسات البرنامج. كما تدل قيم مربع إيتا على أن حجم تأثير المتغير المستقل (البرنامج) على المتغير التابع (الممثل في أبعاد مقياس الذكاء الوجداني



(شكل ١)

الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية

في القياسين القبلي والبعدي على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني

فنيات ملاحظة الذات، النمذجة، لعب الدور، الضبط الذاتي، دحض الأفكار اللاعقلانية، استطاع أفراد المجموعة التجريبية إدراك وتصنيف مشاعرهم ومن ثم إدارتها.

وتمكن أفراد المجموعة التجريبية من تنمية مهاراتي الوعي بالذات وإدارة الانفعالات يسهم في تنمية الدافعية الذاتية. كما أن تزويد أفراد المجموعة التجريبية بأساليب التفكير العقلانية، ومساعدتهم على تبني أفكار منطقية كان له أثر كبير في تعاملهم بشكل ملائم مع ما يواجهونه من مواقف مختلفة وعن طريق استخدام فنيات العلاج العقلاني الانفعالي استطاع أفراد العينة دحض الأفكار اللامنطقية، كما تعلموا أن المواقف المسببة للانفعالات السالبة ليس بالضرورة أن يكون لها استجابة واحدة بل هناك عدة بدائل واستجابات أخرى متعددة للمواقف تعد أكثر منطقية. وإدارة الانفعالات تسهم في تكوين علاقات وروابط قوية مع الآخرين وتحقيق التواصل والتفاعل البناء الذي يقوم على أسس التعاطف والتفهم لاحتياجات الآخرين، كما أن مهارات القيادة وكيفية حل الصراع بطريقة إيجابية تنمي من مهارة التواصل وتنمية هذه المهارات من وعي بالذات، وإدارة للانفعالات، ودفع للذات، والتعاطف والتواصل يؤدي إلى سلامة التعامل مع

وتحقق هذا الفرض والذي يكشف عن ارتفاع متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس الذكاء الوجداني يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي الذي يهدف إلى تنمية الذكاء الوجداني، كما يشير إلى قابلية الذكاء الوجداني للنمو والنضج كلما أتاحت له الإمكانيات والفرص الملائمة، فإتاحة نماذج من الخبرات المتنوعة يسهم في حدوث نمو وتغير إيجابي في الذكاء الوجداني للأفراد. وتتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسات مارثا إيدي (Eddy 1998)، ليليان كورتس (Curtis, L 1999)، ليزا ايرسون (Ebrsohn, L 2000)، ، علام (٢٠٠١)، أبو الحسن (٢٠٠٣)، السواح (٢٠٠٥) العمر (٢٠٠٦)، خليل (٢٠٠٨).

ومن خلال البرنامج الإرشادي حرصت الباحثة على تنمية وعي الأفراد بذواتهم حيث يمثل الوعي بالذات الركيزة الأولى في الذكاء الوجداني وهو المهارة التي تبني وترتكز عليها المهارات الأخرى، وذلك من خلال فنيات ملاحظة الذات والحوار الذاتي، التنفيس الانفعالي، التقارير الذاتية، لعب الدور وغيره من الفنيات مما أتاح لهم الفرصة لتأمل ذواتهم والتعبير عنها بجرية، والوعي بالذات يسهم في إدارة الانفعالات ومحاولة إيجاد الطرق المناسبة للتعامل معها. ومن خلال

ينص الفرض على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لقياس الذكاء الوجداني ، في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية " وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ت " للمجموعات المستقلة، والجدول التالي يوضح ذلك.

الواقع النفسي (الداخلي) والواقع الاجتماعي (الخارجي) مما يحقق التوافق والصحة النفسية في أكثر صورها الإيجابية التي تشمل الجانب الذاتي والجانب الاجتماعي للإنسان .
نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

جدول (١٤)

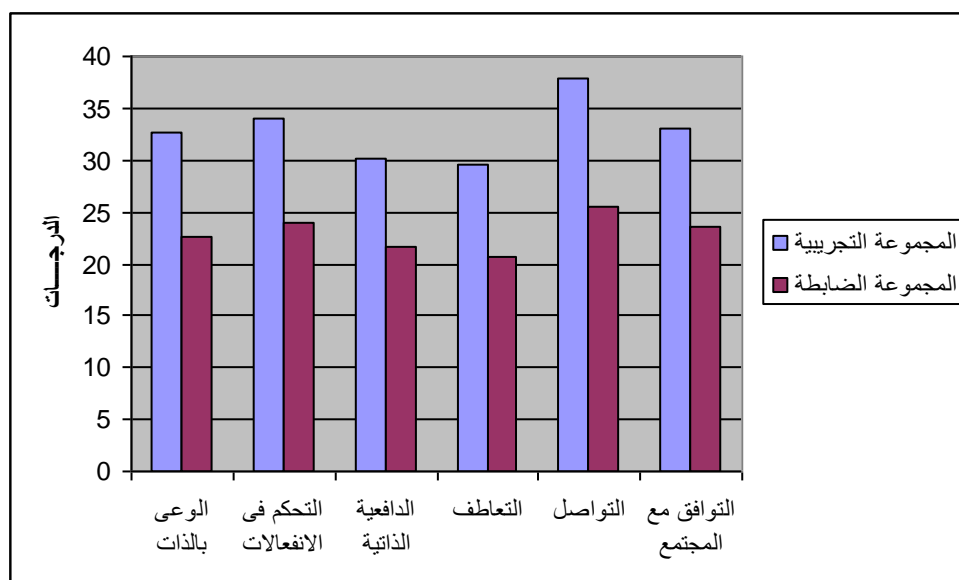
دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لقياس الذكاء الوجداني

مرجع إيتا	مستوى الدلالة	قيمة " ت "	المجموعة الضابطة (ن = ٢٠)		المجموعة التجريبية (ن = ٢٠)		الأبعاد
			ع	م	ع	م	
٠.٨٣	٠.٠١	١٣.٧٥٨	٢.٠٢٩	٢٢.٧	٢.٥١٩	٣٢.٦٥	الوعي بالذات
٠.٨٤	٠.٠١	١٤.٢٥٢	٢.١٣٩	٢٣.٩٥	٢.٣٦	٣٤.١	التحكم في الانفعالات
٠.٨٨	٠.٠١	١٦.٤٥٥	١.٧٨	٢١.٧	١.٤٧٣	٣٠.٢	الدافعية الذاتية
٠.٨٦	٠.٠١	١٥.٣١٧	١.٨٦	٢٠.٧٥	١.٨١٤	٢٩.٦٥	التعاطف
٠.٨٥	٠.٠١	١٤.٦٨٥	٢.٢٨٢	٢٥.٥٥	٢.٩٨٩	٣٧.٩	التواصل
٠.٧٣	٠.٠١	١٠.١٨٥	٣.٠١٦	٢٣.٦	٢.٨٨٢	٣٣.١	التوافق مع الواقع
٠.٩٧	٠.٠١	٣٥.٠٦٦	٤.٥٦٤	١٣٨.٢٥	٦.٠٣٨	١٩٧.٦	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١)

تراوحت قيم مربع إيتا ما بين (٠.٧٣) لبعد التوافق مع الواقع، و (٠.٨٨) لبعد الدافعية الذاتية، كما بلغت (٠.٩٧) للدرجة الكلية للمقياس. ويوضح الشكل البياني التالي الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني .

بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على جميع أبعاد مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية للمقياس في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية، مما يدل على تحسن أفراد المجموعة التجريبية التي تلقت التدريب مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتلق نفس التدريب. وتدل قيم مربع إيتا على أن حجم التأثير كبير، حيث



شكل (٢)

الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة

في القياس البعدي على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني

فالفرد بحاجة إلى الانتباه المستمر لحالته الوجدانية وهذا الوعي التأمل يلاحظ العقل ويتفحص الخبرة ذاتها ، وعلى الرغم من التمايز المنطقي بين الوعي بالذات وما بها من مشاعر والعمل على تغييرها إلا أنه يساعدنا في التخلص من الحالات المزاجية السيئة . كما أن تمكن أفراد المجموعة التجريبية من تنمية مهاراتي الوعي بالذات وإدارة الانفعالات أسهم في تنمية الدافعية الذاتية حيث استطاعوا من خلالها تركيز الانتباه وتشجيع الذات. وأسهم تدريبهم على مهارات القيادة وحل الصراع بطريق إيجابية من تنمية مهارات التواصل ومن ثم التوافق مع الواقع .

نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الذكاء الوجداني " وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ت " للمجموعات المرتبطة، والجدول التالي يوضح ذلك.

وتحقق هذا الفرض يشير إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية الذكاء الوجداني، حيث كان أفراد المجموعة التجريبية الذين طبق عليهم البرنامج الإرشادي هم الأكثر ارتفاعاً في درجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني بينما ظلت درجات أفراد المجموعة الضابطة على انخفاضها لعدم تعرضهم للبرنامج الإرشادي وتتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسات كل من المر (٢٠٠٦) و علام (٢٠٠١) و خليل (٢٠٠٨) ابرسون (2000) (Ebrsohn,L) والتي أشارت إلى قابلية الذكاء الوجداني للنمو إذا أتيحت له الفرص والإمكانيات الملائمة .. فكلما أتيحت للإنسان فرص النمو الملائمة استطاع استثمار قدراته وإمكاناته لحد كبير ، فمن خلال الفنيات الإرشادية المستخدمة كملحظة الذات ولعب الدور والتمذجة والحوار الذاتي والتنقيس الانفعالي استطاع أفراد المجموعة التجريبية تأمل ذواتهم والتعبير عنها بجرية فلقد استطاع كل منهم إدراك ماهي نقاط ضعفه ونقاط قوته ؟ وما هي أهدافه ؟ ولماذا يصدر سلوكا بعينه ؟ فلقد أشار جولمان (٢٠٠٠) أننا قد نعجز عن معرفة مشاعرنا تجاه شيء معين

جدول (١٥) دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين

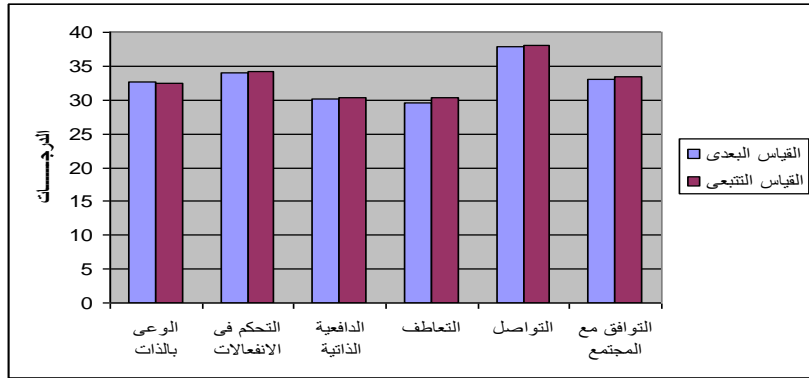
البعدي والتتبعي على مقياس الذكاء الوجداني

(ن = ٢٠)

مستوى الدلالة	قيمة " ت "	القياس التتبعي		القياس البعدي		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
غير دالة	٠.٤٨٣	١.٨٤٩	٣٢.٤٥	٢.٥١٩	٣٢.٦٥	الوعي بالذات
غير دالة	٠.١٣٧	٢.١٣٤	٣٤.١٥	٢.٣٦	٣٤.١	التحكم في الانفعالات
غير دالة	٠.٥٣٥	٢.٢١	٣٠.٤	١.٤٧٣	٣٠.٢	الدافعية الذاتية
غير دالة	١.٧٨٢	٢.٢٩٦	٣٠.٣	١.٨١٤	٢٩.٦٥	التعاطف
غير دالة	٠.٣٣٤	٢.٧٨١	٣٨.٠٥	٢.٩٨٩	٣٧.٩	التواصل
غير دالة	٠.٣٢٥	٢.٦٤٤	٣٣.٤	٢.٨٨٢	٣٣.١	التوافق مع الواقع
غير دالة	١.٣٤٨	٦.٩٩٥	١٩٨.٧٥	٦.٠٣٨	١٩٧.٦	الدرجة الكلية للمقياس

المثال لا الحصر دراسات كل من أبو الحسن (٢٠٠٣) ومخبير (٢٠٠٩) ، مسلم (٢٠٠٩) . ويوضح الشكل البياني التالي الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الذكاء الوجداني .

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني والدرجة الكلية للمقياس. مما يدل على استمرار التحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية حتى فترة المتابعة. وتتفق نتيجة هذا الفرض مع عدد من الدراسات على سبيل



شكل (٣)

الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية

في القياسين البعدي والتبعي على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني

نتائج الفرض الرابع وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الغضب، في اتجاه القياس البعدي وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ت " للمجموعات المرتبطة، والجدول التالي يوضح ذلك.

وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على مقياس الذكاء الوجداني يشير إلى استمرار فعالية البرنامج في تنمية مهارات الذكاء الوجداني، حيث كانت ممارسة تلك المهارات لا تقتصر على جلسات البرنامج فقط، بل كان الهدف أن تمتد إلى مواقف الحياة المختلفة. فن خلال الفنيات المستخدمة ومنها فنيات العلاج السلوكي المعرفي كالمدرجة، ولعب الدور وكذلك الواجبات المنزلية والتي تم ممارستها في خارج نطاق الجلسات قد ساهمت في استمرار فعالية البرنامج.

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين

القبلي والبعدي على مقياس الغضب

(ن = ٢٠)

مرجع إيتا	مستوى الدلالة	قيمة "ت"	القياس البعدي		القياس القبلي		مقياس الغضب
			ع	م	ع	م	
٠.٩٤	٠.٠١	١٧.٩٦٢	٣.١٦٤	٤٤.٧	٤.١١	٥٩.٠٥	

مستوى الدلالة عند (٠.٠١) = ٢.٧٦ (٠.٠٥) = ٢.٠٤

للمشاعر ومراقبة أسباب الغضب يمكنهم من إدارة وضبط انفعالاتهم وكذلك قدرتهم على تفهم احتياجات ومشاعر الآخرين تمكنهم من بناء علاقات وروابط إيجابية وتجعلهم قادرين على احترام الاختلاف مع الآخرين وتقبلهم والأخذ بمنظورهم، وتتفق نتائج الدراسة مع دراستي الحوالة وجرادات (٢٠١٤) و علاء الدين و الحيج (٢٠١٧) التي تشير إلى إمكانية إدارة الانفعالات ومنها انفعال الغضب

نتائج الفرض الخامس وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الغضب، في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية " وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ت " للمجموعات المستقلة، والجدول التالي يوضح ذلك.

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الغضب في اتجاه القياس البعدي. مما يدل على انخفاض درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الغضب بعد تعرضهم لجلسات البرنامج. كما تدل قيم مرجع إيتا على أن حجم تأثير المتغير المستقل (البرنامج) على المتغير التابع (المتأمل في الغضب) كبير. ويشير تحقق هذا الفرض إلى فعالية البرنامج الإرشادي في خفض الغضب وذلك من خلال عدد من الفنيات كالمدرجة ولعب الأدوار وقلب الأدوار. ومن الفنيات التي كان لها أثر كبير في خفض الشعور بالتوتر والسيطرة على مشاعر الغضب، فنية الاسترخاء والتي تم استخدامها بنجاح في عدد من الدراسات من قبيل دراسات سري (٢٠٠٢)، عزب (٢٠٠٢) خليل (٢٠٠٨) والمهارات الوجدانية كالوعي بالذات والانتباه

جدول (١٧)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة
في القياس البعدي لقياس الغضب

مرجع إيتا	مستوى الدلالة	قيمة " ت "	المجموعة الضابطة (ن = ٢٠)		المجموعة التجريبية (ن = ٢٠)		مقياس الغضب
			ع	م	ع	م	
٠.٧٩	٠.٠١	١١.٨٦٢	٣.٧٦٨	٥٧.٧٥	٣.١٦٤	٤٤.٧	مقياس الغضب

الفرض مع دراسات سري (٢٠٠٢)، عزب (٢٠٠٢)، خضر (٢٠٠٠)

وتشير هذه النتائج إلى فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة في خفض الغضب لدى أفراد العينة .

نتائج الفرض السادس وتفسيرها:

ينص الفرض على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على مقياس الغضب"

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ت" للمجموعات المرتبطة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١٨)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين
البعدي والتبعي على مقياس الغضب

(ن = ٢٠)

مستوى الدلالة	قيمة " ت "	القياس التبعي		القياس البعدي		مقياس الغضب
		ع	م	ع	م	
غير دالة	١.٠٣١	٣.١٧٩	٤٥	٣.١٦٤	٤٤.٧	مقياس الغضب

الواجبات المتزلية كان لها أثر كبير في أن يمتد ما تم تعلمه بالجلسات إلى نطاق أوسع يشمل جميع مناسبات حياتهم. ، وتتفق نتيجة تحقق الفرض السادس مع ما أسفرت عنه بعض الدراسات السابقة التي استهدفت معالجة الغضب من خلال البرامج الإرشادية والعلاجية من قبيل دراسات الخوالدة ، وجرادات (٢٠١٤) و علاء الدين والحيج (٢٠١٧) ، وسري (٢٠٠٢) ، وخضر (٢٠٠٠) .

توصيات الدراسة:

خلصت الباحثة إلى مجموعة من التوصيات والإرشادات نوجزها فيما يلي:

(١) الاهتمام بالتزوية الوجدانية من خلال عقد الدورات التدريبية بمراكز التوجيه التربوي والنفسي، والعمل على محو الأمية الوجدانية التي تشكل خطراً قد يفوق الأمية المعرفية.

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الغضب في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية، مما يدل على انخفاض درجات أفراد المجموعة التجريبية التي تلقت التدريب على مقياس الغضب مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتلق نفس التدريب. وتدل قيم مرجع إيتا على أن حجم التأثير كبير، فمن خلال البرنامج الإرشادي تم استخدام عدد من الفنيات كالمندجة ولعب الأدوار وقلب الأدوار. والاسترخاء مع أفراد المجموعة التجريبية ولقد كان لها أثر كبير لمواجهة مشاعر الغضب ، وتتفق نتيجة هذا

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على مقياس الغضب. مما يدل على استمرار التحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية حتى فترة المتابعة. ويشير ذلك إلى استمرار فعالية برنامج تنمية الذكاء الوجداني في خفض الغضب حتى بعد فترة المتابعة، فمن خلال استخدام فنيات الاسترخاء، ودحض الأفكار اللامنطقية قامت الباحثة من خلال البرنامج بتدريب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية تحديد الأفكار اللاعقلانية المسببة لشعورهم بالغضب ، ومعرفة أن هناك طرقاً بديلة للوصول إلى ما نريده من أهداف وحلول أكثر منطقية فيما يواجهنا من ضغوط ومشكلات ومساعدتهم على إيجاد بدائل وحلول متعددة للموقف الواحد، بالآخرين ولقد حرصت الباحثة أن تكون النماذج المختارة عن شخصيات كان لها أثر في حياة أفراد المجموعة التجريبية. كما أن

الجندي، أمسية السيد (٢٠٠٩). مصادر الشعور بالسعادة وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد ١٩، العدد ٦٢، ص ١١-٦٩.

جولمان، دانيال (٢٠٠٠). (ترجمة) هشام الخناوي، ذكاء المشاعر- الذكاء الانفعالي. الجزيرة، هلا للنشر والتوزيع. حسونة، أمل محمد؛ أبو ناشئ، منى سعيد (٢٠٠٦). الذكاء الوجداني. القاهر، البار العالمية للنشر.

حسين، محمد حبشي (٢٠٠٣). البناء العملي لمكونات الذكاء الانفعالي لدى عينة من المتفوقين وغير المتفوقين من طلاب الثانوي العام باستخدام التحليل العملي التحقيقي. مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، العدد ٢، ص ١٣٧-١٩٦.

حمدي، نزيه؛ داود، نسيم (٢٠١٧). مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، عمان، دار الفكر.

خضر، عبد الباسط متولي (٢٠٠٠). فعالية الإرشاد النفسي الديني والتدريب على المهارات الاجتماعية والدمج بينها في خفض حدة الغضب لعينة من المراهقين؛ مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد ٢٤، الجزء ٣، ص ٢١٧-٢٤٧.

الخضر، عثمان حمود (٢٠٠٢). الذكاء الوجداني (هل هو مفهوم نفسي جديد). مجلة دراسات نفسية، المجلد ١٢، العدد ١، ص ٥-٤١.

خليل، إلهام عبد الرحمن (٢٠٠٥). مدى إمكانية قائمة بار أون لنسبة الذكاء الوجداني للتمييز بين فئات إكلينيكية مختلفة (دراسة استطلاعية). المجلة المصرية للدراسات النفسية. المجلد ١٥، العدد ٤٦، ص ٩٧-١٥٥.

خليل، سامية (٢٠٠٨). فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني في تحسين التفكير الخلفي واستراتيجيات تقديم الذات لدى المراهقين. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

الحوالدة، عثمان عبد الفتاح؛ جرادات، عبدالكريم محمد (٢٠١٤) أثر برنامج علاج معرفي سلوكي في تخفيف الغضب وتحسين استراتيجيات التعامل معه، مؤتمراً للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد ٢٩، العدد ٢، ص ٣١٥-٣٤٦.

رزق، زينب شعبان (٢٠٠٣). الذكاء الانفعالي - المفهوم القياس، دراسة استطلاعية. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.

زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥). (أ) علم نفس النمو، الطفولة والمراهقة. الطبعة السادسة، القاهرة، عالم الكتب.

(٢) ينبغي أن تسعى مؤسسات التنشئة الاجتماعية إلى تنمية أنواع مختلفة من الذكاء ومساعدة الأفراد على الوصول إلى أهدافهم وتنمية هواياتهم والتي تتناسب مع نوع الذكاء الذي يتمتعون به.

(٣) تنمية المهارات التي تتطلبها الأدوار الاجتماعية المختلفة وأكساب الأفراد والقدرة على التخطيط بأنفسهم بطريقة تقوم على التدرج والتفهم لما لديهم من قدرات وإمكانات وتزويدهم بالخبرات التي تمكنهم من التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة..

بحوث مقترحة:

(١) برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني وأثره في خفض السلوك العدواني لدى الأطفال.

(٢) فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني للآباء وأثره في تحسين مستوى الصحة النفسية للأبناء.

مراجع الدراسة:

إبراهيم، عبد الستار (٢٠٠٢). القلق، قيود من الوهم. القاهرة: مكتبة الأجلوالمصرية.

أبو الحسن، سميرة (٢٠٠٣). فعالية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني في خفض بعض الاضطرابات وتغيير الاتجاهات لدى عينات متباينة من الأسوياء والمعاقين. المؤتمر السنوي العاشر للإرشاد النفسي. الإرشاد النفسي وتحديات التنمية، المشكلة السكانية. مركز الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة عين شمس، ص ٣٧٩-٤٧٩.

أبو حطب، فؤاد (١٩٩٦). القدرات العقلية. القاهرة، مكتبة الأجلوالمصرية.

أبو ناشئ، منى سعيد (٢٠٠٢). الذكاء الوجداني وعلاقته بالذكاء العام والمهارات الاجتماعية وسات الشخصية، دراسة عملية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد ١٢، العدد ٣٥، ص ١٤٥-١٨٨.

أنيس، إبراهيم؛ الحوفي، أحمد محمد؛ ناصف، علي النجدي؛ أحمد، محمد خلف الله أ (٢٠٠٢). المعجم الوجيز. القاهرة، مجمع اللغة العربية.

بدر، إسماعيل إبراهيم محمد (٢٠٠٢). الوالدية الحنونة كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لديهم. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد ١٥، ص ١-٥٠.

جاردنر، هوارد (١٩٩٧). رعاية التباين في الذكاء بتقديم التعليم المناسب لكل شخص: ما يترتب على تصور جديد للذكاء البشري. مستقبلات، مجلة فصلية للتربية المقارنة، المجلد ٢٧، العدد ٣، ص ٣٨٥-٤٠٨.

الإرشاد النفسي - جامعة عين شمس، المجلد ٢، ص ١ ص ٨١-

علاء الدين، حماد؛ الحيج، هنادي (٢٠١٨). أثر الإرشاد الجمعي في خفض أعراض الغضب لدى الأطفال اللاجئيين السوريين في الأردن. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد ١٤، العدد ١، ص ٢٧-٤١

علام، سحر فاروق عبد الجيد (٢٠٠١). تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.

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، المجلد ١٤، ص ١١-٤٩.

عويس، عفاف (٢٠٠٦). مقياس الذكاء الوجداني للأطفال ٤ - ١٠ سنوات. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

عيسوي، أزهار محمد (٢٠١٢). ممارسة العلاج المعرفي السلوكي لتخفيف حدة الغضب لدى الشباب الجامعي. المؤتمر الدولي الخامس والعشرون لكلية الخدمة الاجتماعية بجامعة حلوان (مستقبل الخدمة الاجتماعية في ظل الدولة المدنية الحديثة، الجزء ١١، ص ٤٧١٧-٤٧٨٧).

العيسوي، عبد الرحمن (٢٠٠١). دراسات في الجريمة والجناح والانحراف. بيروت: دار الكتب الجامعية.

فراج، محمد أنور إبراهيم (٢٠٠٥). الذكاء الوجداني وعلاقته بمشاعر الغضب والعدوان لدى طلاب الجامعة. مجلة دراسات عربية في علم النفس، المجلد ٤، العدد ١، ص ٥٣-١٥١.

كفافي، علاء الدين؛ سالم، سهر محمد (٢٠١٢). مدخل إلى علم النفس، الطبعة الأولى، عمان، دار الفكر.

الكيال، مختار أحمد (٢٠٠٨). الإسهام النسبي لمكونات الذكاء الوجداني والذكاء المعرفي وتنظيم الذات في التنبؤ بالأداء المهني للمعلمين والأداء الأكاديمي للطلاب بالمرحلة الثانوية، دراسة في نمذجة العلاقات. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس العدد ٣٢، الجزء ١، ص ٩-٥١.

مجيد، سوسن شاکر (٢٠٠٨). مشكلات الأطفال النفسية والأساليب الإرشادية لمعالجتها. الطبعة الأولى، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع.

محمود، عبد الله جاد (٢٠٠٦). التوافق الزواجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الانفعالي. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد ٤٧، ص ٥١-١١٠.

مخيمر، سيار صلاح الدين (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من شباب الجامعة. رسالة

زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥). (ب) الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة الرابعة، القاهرة، عالم الكتب.

زيدان، عصام محمد؛ الإمام، كمال أحمد (٢٠٠٢). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعلم. مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، ع ٣ ص ٣ - ٤١.

سري، هبة إساعيل محمد (٢٠٠٢). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الوعي بأساليب الغضب (أسبابه وكيفية مواجهته). رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.

السواح، منار عبد الحميد رجاء (٢٠٠٥). فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة "دراسة تجريبية". رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.

سويدي، مصطفى (٢٠٠١). اللياقة النفسية، كلية الآداب، جامعة القاهرة، مجلد ٦١، عدد ٢.

عبد الرحمن، محمد السيد؛ عبد الحميد، فوفية (١٩٩٨). مقياس الغضب كحالة وسمة، القاهرة، دار قباء

عبد العزيز، أحمد محمد (٢٠٠٧). دراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني وكلا من الإدارية ومستويات الكفاية الإنتاجية لدى الإدارة الوسطى. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

عبد الغفار، أنور فتحي (٢٠٠٣). الذكاء الوجداني وإدارة الذات وعلاقتها بالتعلم الموجه ذاتياً لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة المنصورة - مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد ٥٣، الجزء ٢، ص ١٣٣ - ١٦٩.

العبيدان، منى مشاري عبد العزيز (٢٠٠٨). فاعلية برنامج تدريبي لبعض مهارات الذكاء الوجداني في تعزيز أسلوب المواجهة الإيجابية والتفكير الناقد لدى الفائقين من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت. رسالة دكتوراه، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.

عثمان، فاروق السيد (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية. الطبعة الأولى، القاهرة، دار الفكر العربي.

العجمي، محمد سعود (٢٠١٢). دراسة الذكاء الوجداني وعلاقته بمشاعر الغضب والعنف لدى الطلاب بطبتي التعلم المدموجين في مدارس التعليم العام في دولة الكويت. مجلة القراءة والمعرفة، العدد ١٣٣، ص ٢٦٤-٣٠٤.

عزب، حسام الدين محمود (٢٠٠٢). فاعلية برنامج علاجي تفاوضي تكاملي في التغلب على سلوكيات العنف لدى عينة من المراهقين. المؤتمر السنوي التاسع للإرشاد النفسي، مركز

John D. Mayer, David R. Caruso & Peter Salovey (2000). In Reuven Bar – On & James D. A. Parker (editors): Hand book of emotional intelligence, Theory, development, assessment, and application at home, school, and in workplace. San Francisco Jos.

Kimonos, Eva, R, Frick. J; Luna C; Aucion, Katherine. J (2007): Can a laboratory measure of emotional processing enhance the statistical predication of aggression and delinquency in detained adolescents with Callous unemotional traits? Journal of Abnormal Child Psychology. 35, 5, 773-789.

Marie, J.G.S & Fernandes, M.P.J. (2003): The impact of emotional intelligence on solution focused therapy with an adolescent. Early Childhood, Development & Care. 173, 5, 499- 508.

P. Salovey & J. M. Meyer (1998) Emotional intelligence in Jennifer M. Jenkins, Keith Oatley, and Nancy L. Stein, (Editors) Human emotions: a reader. Malden, Blackwell Publishers.

Perkins , Donna M. (2004) Effect of parenting emotional intelligence , hostile attributional bias and peer status on problem behavior. Dissertation Abstracts International. 64, 11, B, 5819.

Robert Mc Care In Reuven Bar – On & James D.A. Parker (2001): Handbook of emotional intelligence, theory, development, assessment, and application at home, school, and in work place, San Francisco. Jossey – Bass Awiley company.

Roy, Dena Ann (2004): Adolescent emotional intelligence and its relation to chronic antisocial behaviors. Dissertations Abstracts International. B, 64, 7, 3583

Trinidad, Dennis R.& Johnson, C. Anderson (2002): The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use: Personality and Individual Differences, 32, 1, 95-105.

ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

مسلم ،آمال محي الدين (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الذكاء الوجداني لتحسين أساليب مواجهة الضغوط لدى المراهقات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

النمر ،آمال زكريا منسي (٢٠٠٦). فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الوجداني على بعض المتغيرات النفسية للأطفال. رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

Alberti, Sandra. Miriam (2008): A cultural shift to deal with anti social behavior from punishment to discipline. Dissertation Abstracts International (A) 69,3,821.

Curtis, Lillian Salter (1999): Assessing the attainment of guidance outcomes related to the development of emotional intelligence skills and improved self concept. Dissertation Abstracts International. 60, 8, A, 2812.

Daniel Goleman (1997): Emotional intelligence. New York, Bantam Book.

Ebersohn, Liesel (2000): A guidance and Counselling programme in core life skills. Dissertation Abstracts International. 61,8,A,1486.

Eddy, Martha Hart (1998). The role of physical activity in educational violence prevention programs for youth. Pro Quest Dissertations and Theses. 430.

Ellis, Clair Ann (2004) A study of emotional intelligence indicators in continuation and comprehensive high school students. Pro Quest Dissertations and Theses 170.

Farina, Farnisca; Arce, Ranmon & Novo, Mercedes (2008): Neighbor hood and community factors effects on deviant behavior and social competence. The Spanish Journal of psychology.11, 1, 78-84.

Gerald Matthews ; Moshe Zeidner & Richard D. (2002): Emotional intelligence science and myth. London, A brad Ford Book, The MIT press.

intelligent work place how to select for measure and improve emotional intelligence in individual groups, and organization. San Francisco. Jossey – Bass Awiley Company.

Vorbach, Anne Marie (2002): The relationship between emotional competence and social competence among early adolescents. Dissertation Abstracts International. 63, 3, B, 1578.

Winters, Jason, Clift, Robert J.W.S & Dutton, Donald, G (2004): An exploratory study of emotional intelligence and domestics abuse. Journal of Family Violence, 19, 5, 255 – 267.

Tusjno – Junk & Oyama. High, Maymi (2007): The relationship between emotional intelligence of mothers and problem behavior in their young children, along it urinal analysis. Journal of Prenatal Psychology and Health. 21, 3, 215-229.

Valizadeh,S.,Davaji,R.B.O,&Nikamal,M. (2010):The effectiveness of anger management skills training on reduction of aggression in adolescents .Social and Behavioral Sciences. 5,1195-1199.

Vanessa Urch Druskat & Steven B. Wolf (2001): In Cary Chernis & Daniel Goleman (editors). The emotional

The effectiveness of elective counseling program for the development of emotional intelligence and its effect in reducing anger among adolescents.

Abstract

This study aimed to clarify the effectiveness of counselling program for the development of emotional intelligence and its effect in reducing anger among adolescents. The sample consisted of 40 students divided into two experimental groups of 20 students and a control group of 20 students, the emotional intelligence scale, counselling program & anger scale were applied. The results showed the effectiveness of the counselling program in the development of emotional intelligence and its effect in reducing the anger and resulted in continued effectiveness after the follow-up period

Key words : counselling program - emotional intelligence - anger adolescents