

## الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة

م. عباس هاشم محمد

Abbas07902837110@gmail.com

جامعة ديالى/ كلية التربية الأساسية

### الملخص

يهدف البحث الحالي التعرف الى :

- ١- مستوى الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة .
- ٢- التعرف على دلالة الفروق الاحصائية في الكفاءة الانفعالية وفق متغير الجنس (ذكور، اناث) .

وقد بلغ عدد افراد عينة البحث ( ٢٠٠ ) طالب وطالبة في كلية التربية الأساسية قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي وقام الباحث بتبني مقياس الكفاءة الانفعالية المعد من قبل (المسعودي - ٢٠١٧ ) المكون من (٣٣) فقرة موزعة على خمس بدائل وهي ( تتطبق على دائما، تتطبق على غالبا، تتطبق على احيانا، تتطبق على نادرا، لا تتطبق على) وقد استخدم الباحث العينة العشوائية واستعمل الوسائل الإحصائية الآتية (الوسط الحسابي، الوسط الفرضي، الانحراف المعياري، الاختبار التائي لعينة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل الصدق والثبات ) واظهرت نتائج البحث وجود مستوى الكفاءة الانفعالية لدى طلبة كلية التربية الأساسية ويتصفون بالكفاءة الانفعالية و توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - اناث) ولمصلحة الاناث .

الكلمات المفتاحية: الكفاءة، الانفعالية، طلبة الجامعة.

university Students Emotional, Competence

M- Abbas Hashem Mohammed

Histitle- Iraq-Diyala

University of Diyala- College of Basic education

### Abstract

The current research aims to identify:

- 1)Level of emotional competence among university students.

2) Identifying the statistical significance of differences in emotional competence according to the gender variable (males, females).

The research sample consisted of (200) male and female students in the college of Basic Education Department of psychologic counseling and Educational Guidance and the researcher adopted the ( Al-Masoudi – 2017) It consists of ( 33) paragraphs distributed across five alternatives which are

( always applies to me, applies to me often, applies to me sometimes, applies to me rarely,It does nt apply to me ) The researcher used the following statistical methods ( Arithmetic mean , hypothetical mean , standard deviation , t-test for one sample , t-test for tow samplek . validity and reliability coefficient ) The research results showed that students at the college of Basic Education possess ahigh level of emotional competence and there were no statistically significant difference based on gender ( males and females ) and for benefit of females .

**Keywords:** competence, emotionality, university claim.

### المبحث الأول

#### أولاً : مشكلة البحث : Research problem

يلاحظ في الآونة الأخيرة أن عدداً من طلبة الجامعة يعانون من ضعف في الكفاءة الانفعالية، الأمر الذي ينعكس سلباً على قدرتهم في مواجهة الضغوط الدراسية والتفاعل الاجتماعي الإيجابي داخل البيئة الجامعية .إذ قد يؤدي تدني الكفاءة الانفعالية إلى اضطرابات نفسية وصعوبات في التوافق الاجتماعي والتربوي، و يؤثر في مهارات التواصل وضبط الانفعالات، مما يجعل الطالب أقل قدرة على تحقيق التوازن النفسي والانفعالي المطلوب .

الجديد ينساق الى التصرف بأسلوب يحكمه الانفعال وما يصاحب ذلك من مظاهر سلبية فالانفعال الشديد كالغضب يؤدي الى الاصابة بامراض النفس جسمية اى (السيكوسوماتية) مثل قرحة المعدة وارتفاع ضغط الدم، ويكون سببها نفسياً يؤثر على دقة التحكم حيث يرى الشخص المنفعل خصمه كمجموعة عيوب ولا يرى له ميزة ايجابية . (ربيع ٢٠١٠ : ١٥٤ - ١٥٥) ويتجه الافراد الى اشكال مدمرة في ادارة الانفعالات مثل تعاطي الكحول وغيرها ولكن

الباحث استاذ جامعي ومن منطلق احساسه وشعوره بالمشكلة في بيئة الجامعة تطرق الى موضوع البحث اذ تعد الحياة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الطالب وبناء مستقبله التي وبسبب ما تراه من انحلال للمنظومة الاخلاقية بشكل عام وللطالب بشكل خاص ومن خلاله ما تقدم تكمن مشكلة البحث الحالي في الاجاب على السؤال الآتي:

هل يتمتع طلبة كلية التربية الاساسية بمستوى معين من الكفاءة الانفعالية وهل هناك فروق بين الذكور والإناث .

### ثانياً: أهمية البحث

يعتبر الجاذب الانفعالي جزءاً مهماً من الشخصية الإنسانية لارتباطه القوي بالكثير من جوانب الشخصية الأخرى، وخصوصاً الجزء الحركي والعقلي منها، ويستند هذا الجانب على الكثير من الانفعالات والعواطف منها ما هو ايجابي والبعض الآخر سلبي، وتحدث الانفعالات نتيجة تفاعل الفرد مع المواقف البيئية المتعددة والخبرة ذات الموضوعات المتكررة ( الزغلول والهنداوي، ٢٠٠٧: ٤١٩ ).

وبهذا فقد اشار ( Goleman, 1999 ) إلى أهمية تحلي الفرد بالقدرات والكفاءات الانفعالية للنجاح في الحياة، ويؤكد على إن الأشخاص الذين يعرفون مشاعرهم على نحو جيد هم أولئك الذين يتميزون في كل مجالات الحياة، وإن قابلتهم اظهار سلوك معين من الناحية الانفعالية ما هو إلا تعبير عن الكفاءة الانفعالية والتي تعتبر من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس ( سولفي وماير 1999 ، 189 ) .

لذا فقد ظهر الاهتمام بالكفاءة الانفعالية لما يعانيه طلبة الجامعة من مشكلات افعالية بكافة أنواعها بين الطلبة الجامعين . إن قابلية الفرد في السيطرة على إنفعالاته والقابلية على تحمل ضغوطات الحياة هي مبادئ أساسية للشخصية، فضبط النفس والعطوف الوداني مع الآخرين موقفان أخلاقيان يؤثر عليهما العصر الحالي إن الأشخاص الذين يتمتعون بكفاءة أكاديمية، لكنهم في نفس الوقت لا يستطيعون ضبط أنفسهم أو التحكم بانفعالاتهم، تكون العلاقة لديهم محدودة بين النجاح العملي والتحكم بالانفعالات، إذ أن الانحرافات الأخلاقية قد تصيب الفرد بأمراض جسدية سببها يرجع إلى عدم امتلاك الفرد الإرادة والتوازن الانفعالي في علاقة الفرد مع نفسه والآخرين ( خوالدة، ٢٠٠٤: ٤٤-٤٦ ).

النمط الانفعالي والأخلاقي الذي يتجسد من خلال اختيار الأفكار المفردات والموضوعات الأدبية وحتى الفنية الإبداعية . وعليه فإن الانفعالات تتغلغل في شخصية الفرد لتشمل كل جوانبه الإنسانية والجسدية . لقد أوضح الفيلسوف ( سبينوزا ) دور الانفعالات من خلال ملاحظاته على العلاقات الشخصية المتبادلة القائمة على الحب والود والاحترام والإيثار، أو على الكراهية

والعدوانية والنفور. فالحسد يمكن أن يهزم ويقضي عليه بوساطة الحب (بني يونس، . ٣٣٣-٣٣٦ ٢٠١٢:)

هناك نظامان للانفعالات في جسم الإنسان سلبي و إيجابي )، فال الأول موجه لتجنب الهروب من التهديدات، وأما الثاني المتمثل بالانفعالات الإيجابية التي تتفى السلوكيات المحلية، وتوظيف الطاقات وشعور الفرد بالسعادة عندما يتمدد ذهنه إلى أقصى حدود الطاقة والحيوية في المساعدة وإرادة الحياة الانفعالية بالارتباط . مع الذات والآخرين ( حجازي، ٢٠١٠، ١٠٠ )، إن الشباب ذوي الكفاءة الانفعالية العالية يكونون أكثر وعيًا في عواطفهم وأكثر قدرة على تنظيم هذه العواطف إذ تسهم في اكتساب خبرة لأعلى مستويات السعادة و تكوين علاقات اجتماعية ناجحة، وهم قادرون على إظهار استراتيجيات أفضل للتكيف مع

تفسير أكثر دقة للمعلومات التي تنتجه الانفعالات والبيئة، والتي يمكن للأفراد ذوي الكفاءة الانفعالية الحفاظ على شعور أفضل من السعادة والميل إلى اكتساب خبرة التأثيرات الأكثر إيجابية ( Zidner, 2010 : 431-435 ) .

وفي البيئات التعليمية، يعد النجاح الدراسي أمراً حاسماً في تطوير الكفاءة الانفعالية للشباب وقد وجد أن هناك علاقة إيجابية بين الإنجاز الأكاديمي والكفاءة الانفعالية للشباب تكون مؤشراً هاماً للنجاح الأكاديمي الطلاب الجامعيين في جميع الدرجات، الذين لديهم إدارة أفضل للأبعاد الانفعالية بما في ذلك العلاقات الشخصية والقدرة على التكيف، وإدارة الإجهاد إذ يمكن للطلاب ذوي الكفاءة الانفعالية الأفضل أن يكون لديهم أداءً أكاديمياً أفضل بالرغم من أن الأبنية التقليدية للذكاء لا تتنبأ بنجاح الحياة، ولكن الكفاءة الانفعالية تظهر أهمية هذا التنبؤ في النجاح في الحياة أو الإرتفاع مدى الحياة. فالشباب الذين هم أكثر كفاءة إنفعالية هم أقل عدوانية وأقل عرضة للغياب غير المبرر في الجامعة . ( parker et al: 2004 : 1330\_ 1321 ) وهذا يتفق مع دراسة ( النويران وحمدي، ٢٠١٣ ) التي أشارت إلى فهم الأشخاص لانفعالاتهم والوعي بها وبالانفعالات الآخرين . ( النويران وحمدي ٢٠١٣: ٢٧٠ )

#### الأهمية النظرية :

- يشكل هذا البحث اضافة علمية حول موضوع الكفاءة الانفعالية ودورها لدى الجامعة .
- تناول البحث شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم طلبة الجامعة باعتبارها شريحة مهمة في المجتمع من حيث التأثير والتاثير به .

#### الأهمية التطبيقية

- فإنها تمثل بتطبيق مقياس الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة وفق متغيرات مهمة في الجامعة ممثلة بالجنس ( ذكور، إناث ) .
- إضافة لمكتبة دراسة مهمة لمتغير حديث و مهم لشريحة ذا تأثير كبير بالمجتمع

- إلقاء الضوء على طلبة كلية التربية الأساسية، كونهم يمثلون النخبة الخيرة من الطلبة، لأن المجتمع يعقد عليهم آماله في استمرارها وتطورها وتقديمها.

### ثالثاً: اهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف إلى :

- مستوى الكفاءة الانفعالية لدى طلبه الجامعة
- التعرف على دلالة الفروق الإحصائية في الكفاءة الانفعالية وفق متغير الجنس (ذكور، إناث)

### رابعاً حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى كلية التربية الأساسية قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي من كلا الجنسين (ذكور، إناث) وللعام الدراسي (٢٠٢٤\_٢٠٢٥) والدراسة الصباحية فقط.

### خامساً : تحديد المصطلحات

الكفاءة الانفعالية (emotional efficiency) عرفها كل من :

١- پوياتريس و ري ( Ree & Boyatz 1999 ) القابلities التي تستخدم كمتبيئ للأداء والفاعلية في الأداء والقيادة ( Ree & Boyatz 1999 , 2:32 )

٢- ديكسون و آن ( 2000, Dickson and An )

قابلية الفرد على التعبير عن الانفعالات الداخلية وسهولة فهم الفرد لآخرين ويحدد قابلية الفرد على القيادة والتأثير بنجاح ( ne An & Dickson 2000 : 1 )

٣- ولمارانز ومارتينز

(Wolmarans & Martins Wolmarans & Martins2001)

قابلية الفرد على إدارة حياته الإنفعالية معرفياً أما بكماءة ومهارة عالية أو بكماءة ومهارة واطئة والمتضمنة كفاءات انفعالية ووعي الإنفعالي احترام وتقدير الذات، إدارة الذات، دافعية الذات، المرونة في التغيير، العلاقات ما بين الأشخاص (Martins & Walmarans 2000 : 65)

٤- التعريف النظري : تبني الباحث تعريف ولمارانز ومارتينز ( ٢٠٠١ ) كتعريف نظري لمتغير الكفاءة الانفعالية.

٥- التعريف الاجرائي هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة المستجيبين على مقاييس الكفاءة الانفعالية المعد لهذا الغرض

## الفصل الثاني :

## الاطار النظري ودراسات سابقة

الكفاءة الانفعالية ( emotional efficiency ) نالت الكفاءة الانفعالية على مدى العقدين الماضيين إهتماماً متزايداً سواءً من عامة الناس أو من الأوساط العلمية ( Furn am&Petrides 39:2003 ).

يعتبر سلوك الاستجابة هو البديل الذي يقدمه الإنسان عندما يستثار انفعالياً والانفعال الذي يكون بطريقة غير مباشرة وهذا ما يصل بالنسبة للكبار اذ تكون استجاباتهم للانفعال بسلوك منضبط . وهناك تفريح مباشر وهذا يعني أنه غير مقيد ويتجسد بردود أفعال للأفراد تجاه الانفعالات التي لا يمكن التكهن بكيفيتها أو بصورتها، لأن الطفل ليس مثل الكبير الذي يحرص على سمعته أمام الآخرين، ومن هذه الاستشارات الانفعالية الغضب الذي يدفع الإنسان إلى الاحتكاك المباشر أو القتال، والحزن الذي يدفع الإنسان إلى الانسحاب من الموقف، والخوف الذي يدفع الإنسان إلى الهروب . وبذلك يكون لكل انفعال معنى كأن يعتري الإنسان الرعب فهذا يعني أنه أدرك أن هناك خطراً محدقاً به

مما ذكر ندرك أن للانفعالات دوراً رئيساً ومؤثراً ومهماً في حياة الفرد، وسواءً أكانت هذه الانفعالات إيجابية أو سلبية، محسنة أو مفرحة فهي التي تضفي على حياة الفرد الشعور بالوجود بغض النظر عن نوعيتها ( العادلي ، ٢٠١٠:١٥٥ ).

يمكن تحقيق الصحة الذهنية السليمة المرتبطة بكفاءة الانفعالات وذلك من خلال تفهمنا لمشاعرنا الذاتية و مشاعر الآخرين وبالتالي إدراك مشاعرهم ما يمكننا من التواصل معهم والتنظيم الناجح لانفعالاتنا. فالأشخاص الذين لديهم كفاءة انفعالية عالية يتمكنون من إدراك ومعرفة انفعالاتهم بصورة واضحة، وبذلك يكونون سعداء في نشاطاتهم الاجتماعية . وعلى العكس من ذلك نلاحظ أن الأفراد ضعف في إدارة إنفعالاتهم سوف تتولد لديهم عدم قدرة على فهم انفعالاتهم الذاتية لذلك يواجهون مشكلة في عدم قدرتهم على التكيف والتخطيط للمستقبل، وهذا يعني أن طريقة إدارتهم لانفعالاتهم غير ملائمة أما الأفراد الذين يمتلكون نسبة وافرة من القدرة على إدارة انفعالاتهم الذاتية ينجحون في الجانب المياني والاجتماعي لأنهم سيكونون قادرين على بناء علاقات شخصية قوية مع الآخرين وبالتالي ستكون لديهم مواصفات قيادية مؤثرة ( ابو غزال ، ٢٠١٣ ، ٠٢٠١٨٤ ).

## الكفاءة الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات :

## • الذكاء الانفعالي ( Emotional Intelligence )

وجهة نظر ( Lao ) ( Lau.2006 ) فإن هناك فرقاً واضحاً بين الذكاء الانفعالي و الكفاءة الانفعالية على أن نشأة قدرة الذكاء الانفعالي فطرية منذ الولادة ويوكد ( Lao : ٢٠٠٦ ) ان

الكفاءة الانفعالية هي مهارات مكتسبة من خلال التدخلات الثقافية والاجتماعية والسياسية عبر المراحل التي يمر بها الفرد وحسب راي (Saarni, 2007) أن تنظيم واستقرار الانفعالات لاتكون فطرية أو موروثة على حد قولها وإنما ( مكتسبة خلال الخبرات والمواقف التي يمر بها الفرد) (Lau, 2006: 355-362). وقد انبثق الذكاء الانفعالي من ساحة الذكاء الاجتماعي. لذا فإن الذكاء الانفعالي هو قدرة المرء على النجاح في التعامل مع المطالب البيئية والضغوط. فان جوهر الذكاء الانفعالي هو أوضح رد على السمات الفردية والشخصية في الاستجابة للانفعال الظاهرة (Zeidner, 2010: 431, 435, 2011: 431) وتوكد سارني (Saarni, 2011) الفرق والتمييز في وجهة نظرها الأخيرة مشيرة إلى أن هناك ثلاثة اختلافات مهمة في المفاهيم بين الذكاء الانفعالي والكفاءة الانفعالية إذ ينظر إلى الكفاءة الانفعالية على أنها مجموعة من المهارات المتطرورة، والأفراد الذين يتمتعون بكفاءة انفعالية يتفاعلون مع البيئات الانفعالية المثيرة ومع المهارات. في حين أن الأفراد الذين لديهم الذكاء الانفعالي يستجيبون مع السمات التي تقع داخل هؤلاء الأفراد ان نضج الكفاءة الانفعالية لدى الفرد تسهم استقامته الشخصية ( 55 - 74) (saarni, 2011: 74)

### التنظيم الانفعالي (Emotional)

يقوم الفرد على تعديل حالته الإنفعالية إذ يع ذلك مؤسرا على مستوى النمو الانفعالي الاجتماعي فيمكنه من الاستجابة الإيجابية لأحداث البيئة المحيطة به مما يمكنه من السيطرة على سلوكه والتحكم به وبالتالي تنظيم إنفعالاته وإدارتها، وتوثر الفروق الفردية في قدرة الفرد على تنظيم إنفعالاته وتأثير العامل المعرفي في التنظيم الإنفعالي من حيث خلق التوافق النفسي والاجتماعي للأفراد . ويرى الكثير من العاملين في مجال علم النفس أن المستوى المعرفي يؤثر بشكل مباشر على التنظيم الإنفعالي الذي يعتبر عملية التنظيم هذه تقييما معرفيا أو تبديلا لآلية التي يدرك بها الفرد المواقف الإنفعالية التي تواجهه (العادلي، ٢٠١٠ : ٦٨) .

### • النضج الانفعالي (Maturity Emotional)

هو مرحلة يصل إليها الفرد بعد أن تتمو لديه مواصفات ومعايير معينة المرحلة يتجاوز فيها الفرد الاعتماد على غيره وهو بذلك يخرج من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الاعتماد على الذات في إتخاذ القرارات، هذه القرارات تكون واقعية في رؤيتها للعالم وتنشأ من التفكير العقلاني المنتج، إذ تتولد لدى الفرد الناضج إنفعاليا غبة حقيقة في مشاركة الآخرين أفراحهم وأحزانهم، يكون قادرا على تحديد خصائصه ومميزاته ومتقبلا لها، حيث تكون له القابلية على تكوين وجهة نظر متكاملة واحدة عن العالم تعطي لأفعاله الذاتية معنى وهدفا ( راجح ١٤٤: ١٠٠٩) .

### الاتزان الانفعالي (Emotional Stability)

يعد أحد المكونات المهمة للشخصية لما له من أهمية ودور كبير في إدراكنا للبيئة الاجتماعية، ويعني الاستجابة المتزنة لمثيرات معينة كالغضب، لذا فإن الحالة الانفعالية للشخص تؤثر في إدراكه للأشياء. فعلى سبيل المثال : الشخص الفرحان يرى الحياة مفرحة بعكس الشخص الحزين الذي يرى الحياة كثيبة خالية من أي شيء للأمل ( Schuhfried, 2008 : 181 - 179 ). نظريات فسرت الكفاءة الانفعالية .

نظيرية ولمارانز و مارتينز في الكفاءة الانفعالية ( Martins, 2001 ) اعتمد كل من ( Martins & Wolmarans, 2001 ) على نتائج مقاييس الذكاء الانفعالي وجعلها حدود الكفاءة الانفعالية التي تناولت قابلية الفرد على Wolmarans & Martins ادارة حياته الانفعالية معرفيا بكفاءة ( Wolmarans & Martins, 2001 ) أن هناك فترات من حياة الفرد يتم فيها تطور الكفاءة الانفعالية، كما أن التدريب يزيد من قابلية الشخص على التعرف بطريقة كفؤة . كما أن الاشخاص على تماش مباشر و دائم مع العمليات الدفاعية والتحويلية والوقائية التي تتصل بمستوى تقديرهم لهم، لذا فإنهم ليسوا على وعي دائم بما يفعلونه وعليه فهم في حالة تحد دائم مع السيطرة الواقعية على سلوكياتهم، لذا فقد عرفا الكفاءة الانفعالية : قابلية الفرد على ادارة حياته الانفعالية معرفيا أما بكفاءة أو مهارة عالية أو بكفاءة أو مهارة واطئة، والمتضمنة سبع كفاءات ( الوعي الانفعالي ، احترام وتقدير الذات ، ادارة الذات ، دافعية الذات ، المرونة في التغيير ، العلاقات ما بين الاشخاص ، توحيد العقل مع القلب ( & Martins ) ( Wolmarans 65:2001 )

إن بعض الأفراد يمتلكون قدرًا من الذكاء الانفعالي المتتطور يستعينون به لتطوير كفاءتهم الانفعالية وضبط سلوكياتهم باتجاهات ايجابية بالرغم من كل المتغيرات التي قد تصيب الظروف المحيطة بهم كالالتغيرات في البيئة الاجتماعية أو الثقافية.

إن الكفاءة الانفعالية تعني القابلية على التوافق مع التغيرات الحاصلة بالبيئة الاجتماعية والفكرية والثقافية مما يقود إلى خلق تكيف ينتج عنه احساس بالسعادة النفسية لقد حدد كل من ( Wolmaran & Martins 2001 )) الاساسيات الواجب توفرها للحصول على الكفاءة الانفعالية وهي كما يلي :-

### الوعي الانفعالي ( the emotional awareness )

وعي الفرد وفهمه لمشاعره ومشاعر المحيطين به، كذلك الفهم الواضح وال حقيقي يسبب الانفعال ومستوى تطور الطريقة التي يتعامل بها مع مستوى معين من الانفعال في الوقت المحدد الملائم ومع الشخص الملائم، ضمن اطار مستوى معين ويزد مستوى الوعي الانفعالي من القابلية والرغبة في اعادة بناء العلاقات المتضرة مع الغير بمصداقية عالية.

### احترام وتقييم الذات (Regard Self / Esteem- Self)

احترام الفرد وتقييمه لذاته على أنها قيمة انسانية غليا، إذ يشير احترام واعتبار الذات الى تقويم صادق وموضوعي وواقعي مظهرا مستوى احترام الذات الحقيقي والعالى عند الفرد من خلال سلوكه المناسب في الوقت المناسب وبما يتلائم مع قيمه وقناعاته الخاصة التي يؤمن بها عندما يتعامل مع منتقديه، حين يقول صراحة بأنه أخطأ في فعل ما .

### ادارة الذات (Management Self)

قابلية الفرد على ادارة الضغوط واستغلال الطاقة لخلق حالة من السعادة والتوازن الصحي ما بين الجسم والروح والعقل . وهذا يعني عدم الانجرار بشكل تام في مجال محدد على حساب مجال آخر والهدوء وتوازن السلوك هو من أهم متطلبات هذه الادارة في مواجهة حالات الغضب أو الصراع مع الاخرين لتقليل الطرف المقابل وإحلال الحالة العقلانية محل حالة الغضب والقلق.

### (دافعة الذات Motivation Self)

يستطيع الفرد على خلق حالة من التحدي ونظرة التحدي للاشياء ومجموعة من الاهداف الاستراتيجية من أجل إيقائه في وضع من التركيز والتفاعل ويمكن دعوة هذه الحالة (روح التحدي) لتكون سلوكياته اليومية في حالة نشاط وفاعلية طيبة اليوم وهذا الايام التالية ليكون مندمجا في ظروف الحياة وتفاصيلها المختلفة ينجح ويعترف حينما يفشل، وهذا وواجهه نجاحاته وحتى فشله، فيفترخ حينما مستوى عال من الدافعية والتماسك والصبر والتعهد بتغيير اتجاه سلوكه نحو الوجهة الصحيحة حينما يكون الوقت ملائما

### ٠ (مرنة التغيير Resilience Change)

قابلية الفرد على البقاء مرنا منفتحا على الجديد والآخرين متفاعلا معهم بشكل لا إرادي في الوقت المناسب مع التزام الفرد بفكرة التغيير . وهذا يتطلب مواجهة ما سيحصل في المستقبل الذي قد يكون مجهولا رغم الجهد المبذول الا أنه يمكن من استعادة حيويته من المواقف والظروف الايجابية التي قد يمر بها خلال مسيرته الحياتية العلاقات ما بين الاشخاص (Relations Intrapersonal) .

قابلية الفرد على الفهم الحدسي (التخميني) العميق للعنایة والعاطفة وتأثيرها في . وهذا يعني الإهتمام الجاد والصادق بنجاح الآخرين والعمل على تطوير الآخرين القابلية على الاسهام في تطوير ظروف الافراد العلاقة تقوم على الثقة المتبادلة .

والعمل على ظروفهم ونشر الفرح . ويتضمن بكل جوانبها الايجابية . وبناء نوع من استمراريتها

### توحيد العقل مع القلب (Head Of Integration &Heart)

بإمكان الفرد على صنع القرار وحل المشكلات والأخذ بنظر الاعتبار كل الحقائق والمشاعر من دون فصلهما، هذا التوحيد يعمل على خدمة كل الاهداف النافعة الى وتوفير الحلول للمشكلات

التي تحول الأزمة الى فرصة نجاح وممر يفضي الاصلاح والابداع وامكانية تطبيق الجانب الايجابي من القرارات خلال فترات الازمات التي يمر بها الكثير من الاشخاص والمجتمعات على حد سواء .

Goleman, 2001, saarni1999, wolmarans, 2002, worline, et al) (,2002).

Martins& Wolmarans:2001,65

ويرى الباحث ان نظرية (ولمارانز ومارتينز، ٢٠٠١) في الكفاءة الانفعالية هي اكثـر النظـريـات التي يمكن ان تساعد في اجراءات البحث وتفـسـير نـتـائـجـه لـذـا تم تـبـنيـهـاـ كـوـنـهـاـ اـكـثـرـ النـظـريـاتـ التيـ تـتـاـوـلـتـ درـاسـةـ الـكـفـاءـةـ الـانـفـعـالـيـةـ بـمـجـالـاتـ مـتـعـدـدـةـ وـوـاـضـحـةـ وـسـهـلـةـ التـطـبـيقـ .

### دراسات السابقة تناولت الكفاءة الانفعالية

دراسات العربية

١ - دراسة يوسف (٢٠١٥)

هدفت الدراسة التعرف على الكفاءة الانفعالية و علاقتها بتعقيد الذات، اذ بلغ (٣٢٠) حجم "العينه"

طلابا وطالبة في الجامعة المستنصرية في العراق، فقد قامت الباحثة ببناء مقاييس الكفاءة الانفعالية ومقاييس (inville 1985) لقياس تعقيد الذات، حيث كانت الوسائل الاحصائية المستخدمة في الدراسة هي الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين والاختبار الثاني لعينة واحدة ومعامل ارتباط بيرسون، واظهرت النتائج أن طلبة الجامعة المستنصرية يتقدمون بدرجة عالية من الكفاءة الانفعالية، وأن الذكور يمتلكون كفاءة انجعالية أعلى من الإناث . أما على مستوى التخصص فلا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الكفاءة الانفعالية بين الطلبة. أما على وفق المرحلة كانت النتيجة عدم وجود فرق داله احصائية في الكفاءة الانفعالية، ووجود علاقـةـ طـرـدـيـةـ،ـ أيـ كـلـمـاـ زـادـتـ الـكـفـاءـةـ الـانـفـعـالـيـةـ اـزـدـادـ تعـقـيدـ الذـاتـ .

### الفصل الثالث

#### منهجية البحث واجراءاته

لقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي في اجراءات بحثه بدأ بتحديد مجتمع البحث ثم العينة ثم الإدابة وبقى المستلزمات الاحصائية كالصدق والثبات والقوانين الاحصائية وعلى النحو الآتي:

#### اولاً : مجتمع البحث

يقصد بمجتمع البحث المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائجه ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة والتي يسعى الباحث إلى أن يعمم نتائجه على المجتمع (عباس وأخرون، ٢٠٠٩ : ٢١٧ )

لقد تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي في كلية التربية الأساسية المكونة من أربعة مراحل والبالغ عددهم (٧٠٣) وجدول رقم (١) مجتمع البحث يوضح ذلك .

م	٣	٢	١	قسم الارشاد النفسي
١٧٣	١٣٤	١٥٦	٢٤٠	
٧٠٣				المجموع

### ثانياً: عينة البحث

العينة هي جزء من المجتمع بواسطتها تتم دراسة الظاهرة من خلال البيانات التي جمعها الباحث والتي تمكنه من تعميم نتائجه على المجتمع (حميد، ٢٠١٥: ص ٣٥) تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية من طلبة المرحلة الرابعة والثالثة لقسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي وتم تحديد العينة (٢٠٠) طالب وطالبة من المرحلة الرابعة والثالثة وجدول رقم (٢) يوضح عينة البحث .

الجنس		قسم الارشاد النفسي
اناث	ذكور	
٥٠	٥٠	المرحلة الثالثة
٥٠	٥٠	المرحلة الرابعة
٢٠٠		المجموع

### ثالثاً - أداة البحث

ان الهدف من تطبيق أداة البحث هو جمع المعلومات المتعلقة بالظاهرة المدروسة . (حميد، ٢٠١٥ : ص ١١٤ )

لقد تبنى الباحث مقياس ( المسعودي، ٢٠١٧ ) وقد عرضه على مجموعة من المحكمين الذين افقو على المقياس وقد تألف المقياس من ( ٣٣ فقرة ) و ( ٥ بدائل ) وهي ( تتطبق على دائمًا، تتطبق على غالباً، تتطبق على نادراً، تتطبق على أحياناً، لا تتطبق على ) وحددت الأوزان ( ٤، ٢، ٣، ٥، ١ ) من اليمين الفقرات الإيجابية ومن اليسار الفقرات السلبية )

### رابعاً: الصدق

بعد الصدق الخاصة الأكثر أهمية بين خصائص الاختبار الجيد (حميد، ٢٠١٥) فقد قام الباحث بعرضه على مجموعة من المحكمين مختصين بعلم النفس والارشاد النفسي وكما مبين أسمائهم في الملحق رقم (٢) وقد تم قبول فقرات المقياس ( ١٠٠ % ) والملحق يوضح ذلك.

### خامساً: الثبات

تم التحقق من الثبات بطريقة اعادة الاختبار وتكونت عينة الثبات من (٢٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالأسلوب العشوائي وقد تم تطبيق مقياس الكفاءة الانفعالية اول مرة ثم إعادة تطبيق

المقياس بعد مرور (١٥) يوماً وتم تصحيح التطبيقات لكل فرد من افراد العينة ولغرض استخراج الثبات تم حساب معامل ارتباط بيرسون لمقياس الكفاءة الانفعالية حيث بلغ معامل الثبات (٨٠،٠) ويعد المقياس مقبول وفق المعايير التي تم الاشارة اليها .

#### سادساً: الرسائل الاحصائية

اعتمد الباحث الوسائل الاحصائية الآتية.

الوسط الحسابي ، الوسط الفرضي، الانحراف المعياري، قانون الاختبار الثاني لعينة واحدة، قانون الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين، معامل الصدق والثبات .

#### الفصل الرابع/ نتائج البحث

##### عرض النتائج ومناقشتها

###### الهدف الاول :-

التعرف على الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة لقد ظهر الوسط الحسابي لعينة البالغة (٢٠٠) وقدرها (١١٦.٨٤) بانحراف معياري (٢٨.٥٣٤٦) وبوسط فرضي (١٠٨) وبعد معالجة البيانات بقانون الاختبار الثاني لعينة واحدة ظهرت القيمة الثانية وقدرها (٤.٣٨) بينما كانت القيمة الجدولية (١.٩٦) مما يدل على ان العينة تتسم بالكفاءة الانفعالية عند مستوى دلالة (٠٠٥) وجدول رقم ( ٣ ) يوضح نتائج الاختبار الثاني لعينة واحدة .

نوع العينة	مجتمع العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة الثانية	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة الفرق
٢٠٠	١١٦.٨٤	٢٨.٥٣٤٦	١٠٨	٤.٣٨	١.٩٦	٠٠٥	دال	احصائياً

يرى الباحث ان سبب ظهور هذه النتيجة ربما تعود الى ان العمليات النفسية والاجتماعية والانفعالية التي مر بها الطالب مما تؤثر على كفاءته الانفعالية .

###### الهدف الثاني

التعرف على الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة لمعرفة دلالة الفروق بين العينتين حسب متغير الجنس لقد ظهر الوسط الحسابي لعينة الذكور البالغة (١٠٠) وقدرها (١١٢.١) وبدرجة احراف معياري (٢٩.٩٦) بينما كان الوسط الحسابي لعينة الاناث البالغة (١٠٠) وقدرها (١٢١.٦٧) وبدرجة احراف معياري (٢٦.٢٩٩) وبعد معالجة البيانات بقانون الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين ظهرت القيمة الثانية وقدرها (٢٠٤٢) بينما كانت القيمة الجدولية وقدرها (١.٩٦) وبما أن القيمة الثانية أعلى من القيمة الجدولية مما يشير إلى ان العينة تتسم بالكفاءة الانفعالية عند مستوى دلالة (٠٠٥) وجدول رقم ( ٤ ) يوضح نتائج الاختبار الثاني لعينتين مستقلتين .

الجنس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة الثانية	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	دالة الفروق
ذكور	١٠٠	١١٢.١	٢٩.٩٦	٢٠٤٢	١.٩٦	٠٠٥	DAL احصائيًا
	١٠٠	١٢١.٦٧	٢٦.٢٩٩				

ومن خلال النتائج التي تم التوصل إليها وجد أن هناك وجود فروق بين الجنسين (ذكور، إناث) ولمصلحة الإناث إذ تبين أن الإناث أكثر كفاءة انتفاعية من الذكور.

### ثالثاً: التوصيات: **Recommendat**

وفقاً لنتائج البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:

- ١ - الاستفادة من مقياس الكفاءة الانتفاعية من قبل الوحدات الإرشادية الموجودة في الكليات وتطبيقه من قبل القائمين عليها وذلك لتنمية الكفاءة الانتفاعية لدى الطلبة والتي تساعدهم على مواجهة مواقف حياتهم المختلفة.
- ٢ - استخدام أسلوب الإرشاد السلوكي المعرفي كونها سمة سلوكية معرفية تسهم في تعديل سلوكيات الطالب ورفع مستوى الكفاءة الانتفاعية لديهم.
- ٣ - العمل على رفع مستوى الكفاءة الانتفاعية لدى الطالب الجامعي في كافة المراحل الدراسية وذلك من خلال عقد الندوات والمؤتمرات وإقامة الفعاليات والأنشطة التي تعمل على تحقيق مستوى معين على ضبط انتفاعاتهم اتجاه أنفسهم واتجاه الآخرين.

### المقترحات : **Suggestions**

استكمالاً لنتائج البحث الحالي يقترح الباحث الآتي:

- ١ - إجراء دراسة لقياس الكفاءة الانتفاعية وفق متغيرات (العمر، نوع السكن).
- ٢ - إجراء دراسة مماثلة لعينات أخرى غير عينة البحث الحالي.
- ٣ - تقييم مقياس الكفاءة الانتفاعية واستنطاق معايير له.

### المصادر

#### اولاً: المصادر العربية

١. أبو علام، صلاح الدين محمود (٢٠١١) : الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
٢. أبو غزال (٢٠٠٦) نظريات التطور الانساني وتطبيقاتها التربوية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن
٣. الأسدی، سعید جاسم، وفارس، ویندی، (٢٠١٥)، الأسالیب الإحصائیة فی البحوث للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية والإدارية والعلمية، ط١، عمان، دار صفاء، للنشر والتوزيع.. ابو

- غزال (٢٠٠٦) نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- ٤.بني يونس (٢٠١٢) سيكولوجيا الدافعية والانفعالات ط، عمان :دار المسيرة .
- ٥.الجابري، كاظم كريم، صبري، داود عبد السلام. (٢٠١٣): مناهج البحث العلمي، دار الكتب والوثائق ببغداد .
- ٦.حجازي، مصطفى . (٢٠١٠) علم النفس والعلمة ورؤى مستقبلية في التربية والتنمية، ط ١، ١٠٢ ، بيروت : المركز الثقافي العربي .
- ٧.الخوالدة، محمود عبدالله (٢٠١١) الذكاء الانفعالي والذكاء الانفعالي ، عمان، الاردن، دار الشروق للنشر ، طبعة أولى .
- ٨.الخوالدة محمود. (٢٠٠٤) الذكاء العاطفي والذكاء الانفعالي، ط ١ ، عمان، الاردن،: دار الشروق للنشر والتوزيع .
- ٩.راجح، احمد عزت (٢٠٠٩) اصول علم النفس، ط ١، عمان : دار الفكر ناشرون وموزعون
١٠. ربيع، محمد شحاته . (٢٠١٠) اصول علم النفس، ط ١، عمان دار عمان : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
١١. الزغلول، عماد عبد الرحيم، والهنداوي،(٢٠٠٧): مدخل الى علم النفس،قسم علم النفس، كلية العلوم التربية العين،الامارات العربية المتحدة،جامعة موتة، ط ٢ ، دار الكتاب الجامعي للطباعة والنشر .
١٢. العادلي، راهبة عباس (٢٠١٠) الانفعالات نموها واداراتها،ط ١،بغداد : مكتبة اليمامة للطباعة والاستنساخ .
١٣. العتوم، عدنان يوسف، المنيزل، عبد الله فلاح (٢٠١٠) : مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية، ط ١، دار ثراء للنشر والتوزيع، بيروت
١٤. مغربي، عمر بن عبدالله مصطفى، (٢٠٠٨): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى عينة من معلمي مرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية تربية، جامعة ام القرى .
١٥. النويران، فرحان لافي،حمدي، محمد نزيه عبد القادر (٢٠١٣) : فعالية برنامج مستند الى الكفاءة الانفعالية في حفظ سلوك العدوان وتحسين تقدير الذات لدر طلاب الصفوف الثامن والتاسع، رسالة ماجستير، جامعه القدس المفتوحة لابحاث والدراسات .
- ثانيا : المصادر الاجنبية
16. Goleman, D. (2001): An El-based theory of peLearning Link International.

17. International Journal of Adolescent Medicine and (Health, vol.18, no) .
18. Lau, P, S & Y. (2006). Emotional Competence as a – positive youth development construct conceptual bases and implications for curriculum development,
19. petrides & Furnham,( 2003 : 39– 57) .
20. Petrides,K ,V & Furnham, A. (2003) emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood Trait induction,European Journal of personality(17 .)
21. Saarni, C, (1999): The Development of Emotional .Competence. Guilford, New York
22. Saarni, C, Bar – On, J, G, Maree, M, J & Elias – competence of emotional. (2007) The development path–ways for helping children to become emotionally intelligent in Educating people to .be emotionally intelligent, West port, Conn, USA .
23. Schuhfried, G. Prieler, J & Bauer, W. (2008).Peripheral Perception Manual Muddling, Version24. Muddling, March (2008), SCHUHFRIED GmbH.
24. Zeidner, M, D, Olnick & Shemesh. (2010) Emotional intelligence and subjective well-being revisited, .(Personality and Individual Differences, Vol.48, no .

### الملاحق

#### مقياس الكفاءة الانفعالية

عزيزي الطالب .....

عزيزي الطالبة.....

بين يديك مجموعة من الفقرات يرجوا الباحث الإجابة عليها بكل صدق وموضوعية وتكون الإجابة بوضع اشارة (صح) امام الفقرة التي تتطبق عليك امليين عدم ترك اي فقرة اى فقرة بدون اجابة، علما ان اجابتك لن يطلع عليها سوى الباحث وان استخدامها سيكون لأغراض البحث العلمي ولا داعي لذكر الاسم.

الجنس: ذكر ( )

( اثنى )

مثال يوضح كيفية الاجابة :

الـ مـفـقـدـاتـ	تـ	تـنـطـقـ عـلـيـ					
اعشر بالسعادة عندما على مساعدة زملائي							

مع فائق الشكر والتقدير

الـ مـفـقـدـاتـ	تـ	تـنـطـقـ عـلـيـ					
١. احاول بناء علاقتي مع زملائي بنوعين الصدق.							
٢. احاول عند التعرض لمشكلة معينة في حياتي الجامعية ان اجعلها فرصة للتعلم وبداية شيء جديد							
٣. من الصعب علي تحمل ضغوطات الدراسة والامتحانات في الكلية							
٤. اتقبل التكنولوجيا الحديثة والانفتاح على العالم الجديد							
٥. من الصعب علي بناء نوع من الثقة مع زملائي بعلاقات طويلة الأمد							
٦. لدى القابلية على اتخاذ القرار وحل المشاكل بالمنطق الصحيح							
٧. احاول أعادة بناء علاقتي المتضررة مع زملائي بحسن نية							
٨. يصعب علي احترم وجهه نظر زميلي اذا كانت عكس ما أعتقد							
٩. من الصعب علي السيطرة على افعالاتي في حالة الغضب							
١٠. اتحدى الفشل الذي وقعت فيه واسعى الى تحقيق اهداف جديدة							
١١. اتفهم التغيرات التي تحدث في افكار							

					ومعتقدات الطلبة بسبب الحادثة المجتمعية الحاصلة
١٢					يصعب على الاهتمام بعلاقتي مع زملائي ونجاحهم ورفاهيتهم
١٣					اتعامل مع زملائي على اساس القيم الانسانية النبيلة
١٤					من الصعب علي الاعذار عن الخطأ الذي اقترفته بحق زميلي
١٥					احاول موازنة امورى واحتياجاتى ومتطلبات الدراسة الجامعية
١٦					اعذر عن الخطأ الذي وقعت فيه واعتبره فضيلة
١٧					أؤمن بالصدفة والتعرض للخبرة جديدة غير متوقعة في حياتي الدراسية العلمية
١٨					احاول توجيه زميلي الطلاب الى اختيار الصحيح بما يحقق أهدافه
١٩					من الصعب علي ترسیخ السبل العلمية والحداثة في خدمة مسيرتي الجامعية
٢٠					من الصعب علي احترام حقوق زملائي كأفراد ذوي قيمة
٢١					احاول كسر الروتين الدراسي واتفاق مع زملائي بخلق مناسبة جميلة (سفرة، تناول وجبة غداء. الخ).
٢٢					احاول ان اجعل يومي في الجامعة مليئا بالنشاط والحيوية
٢٣					من الصعب علي التعرف على اشياء الغامضة والغير المفهومة
٢٤					اتبع حديسي وأؤمن به في علاقتي مع زملائي الطلبة
٢٥					اشجع زملائي الذين اخفقوا في الامتحان وغير من توجهاتهم
٢٦					انسحب من النقاش الحاد والغاضب لكي ابعد عن التهور وترجح التفكير العقلاني
٢٧					من الصعب علي ان اتفاصل عاطفيا مع زملائي بما ينسجم مع الموقف

٢٨	عندما اتفق على اي مشروع مع زملائي الطلبة احاول ان يكون في خدمة اهدافي التعليمية واهداف المجموعة التي انتمي اليها
٢٩	احاول تفهم مشاعر زملائي الطلبة بما يحبون ويكرهون.
٣٠	لدي القابلية على القيادة مجموعتي والاسهام معهم في تحقيق النجاح
٣١	اشارك زملائي بمشاعرهم اذا كانت متوافقة مع ما اشعر به
٣٢	من الصعب علي ترأس زملائي الطلاب في الصف وتحمل مسؤولياتهم
٣٣	تفهم مشاعر زملائي بدقة