التمايز العاطفي لدي أساتذة جامعة القادسية

Emotional Differentiation for Al-Qadisiyah University Professors

م.م. نبيل نوير دخيل

Asst. lect. Nabil Noir Dakheel

المديرية العامة لتربية القادسية

General Directorate of Education in Al-Qadisiyah

E-mail: Nabeell1980hh@gmail.com

ORCID: 0009-0003-8271-978X

الكلمات المفتاحية: التمايز العاطفي، أساتذة الجامعة، جامعة القادسية.

Keywords: Emotional differentiation, University professors, University of Al-Qadisiyah.

الملخص

هدف البحث الحالي التعرف على مستوى التمايز العاطفي لدى أساتذة كلية التربية بجامعة القادسية. ونظرًا لعدم توفر مقياس سابق مناسب لهذه الفئة، قام الباحث ببناء مقياس خاص استنادًا إلى نظرية بوين للتمايز العاطفي (١٩٧٨). تكوَّن المقياس في صورته الأولية من (٢٨) فقرة، وبعد التحقق من الخصائص السيكو مترية، استقر بصيغته النهائية عند (٢٤) فقرة، موزعة على استجابات خماسية (تنطبق بدرجة كبيرة جداً – تنطبق بدرجة كبيرة – تنطبق بدرجة معتدلة – تنطبق بدرجة قليلة – لا تنطبق)، تُصحح بدرجات (٥–١) للفقرات الإيجابية و(١–٥) للفقرات السلبية. اعتمد الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة الدراسة، وتكون مجتمع البحث من أساتذة كلية التربية بجامعة القادسية في أقسامها المختلفة (الرياضيات، الكيمياء، الفيزياء، علوم الحياة، اللغة الإنجليزية، اللغة العربية، علوم القرآن والتربية الإسلامية، التاريخ، العلوم التربوية والنفسية). تم اختيار عينة عشوائية ذات توزيع متناسب بلغت (٢٠٠) أستاذ في العام ٢٠٢٥، أظهرت النتائج أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى مرتفع من التمايز العاطفي، ما يعكس قدرتهم على تنظيم الانفعالات والتعامل بكفاءة مع المواقف العاطفية، وقد خلص الباحث إلى مجموعة من التوصيات لتعزيز هذا الجانب لدى أعضاء هيئة التدريس، بالإضافة إلى مقترحات بحثية مستقبلية تربط التمايز العاطفي بمتغيرات مثل التكيف المهني والرضا الوظيفي.

Abstract

The current study aims to identify the level of emotional differentiation among faculty members at the College of Education, University of Al-Qadisiyah. Due to the absence of a previously developed scale suitable for this group, the researcher constructed a new scale based on Bowen's Theory of Emotional Differentiation (1978). The initial version consisted of 28 items, which was reduced to 24 items after confirming its psychometric properties. The final version included a five-point Likert response format: (Strongly Applies – Applies to a Great Extent – Moderately Applies – Applies to a Small Extent – Does Not Apply), scored from 5 to 1 for positive items and reversed (1 to 5) for negative items. The descriptive method was adopted due to its suitability for the study's nature. The research population consisted of faculty members from various departments at the College of Education, including Mathematics, Chemistry, Physics, Biology, English, Arabic, Quranic Sciences and Islamic Education, History, and Educational and Psychological Sciences. A proportionally stratified random sample of 200 faculty members was selected in 2025. The results indicated that the participants demonstrated a high level of emotional differentiation, reflecting their ability to regulate emotions and manage emotional situations effectively. Recommendations and future research suggestions were presented to enhance emotional differentiation in academic settings.

الفصل الأول (الإطار العام للبحث)

أولاً: مشكلة البحث:

تُعد القدرة على التعرف على مشاعر الآخرين بدقة عاملاً جوهرياً في التفاعل الاجتماعي، حيث تمكن الأفراد من الاستجابة بطرق تتناسب مع الحالات العاطفية التي يمر بها الآخرون، يُعرف هذا المفهوم باسم التمايز العاطفي، ويشير إلى مدى قدرة الشخص على التمييز بين المشاعر المختلفة وتحديدها بدقة وفقاً للسياق (Barrett & al, 2001: p713).

ويعكس التمايز العاطفي استخدام أساتذة جامعة القادسية لمفردات عاطفية دقيقة عند التعبير عن مشاعرهم في مواقف متعددة، فأساتذة جامعة القادسية ذوو القدرة المنخفضة في هذا المجال يميلون إلى استخدام مصطلحات عامة مثل "القلق" أو "الحزن" للتعبير عن مشاعرهم، بينما يتمكن أساتذة جامعة القادسية أصحاب التمايز العاطفي العالي من التفريق بين مشاعرهم وفقاً للسياق العاطفي الذي يمرون به (Barrett, 2004: p266).

وقد أظهرت الدراسات أن التمايز العاطفي يؤثر بشكل مباشر على الصحة النفسية والقدرة على إدارة العواطف، فقد أشار (Barrett, 2004) إلى أن الأفراد يختلفون في مدى قدرتهم على تصنيف تجاربهم العاطفية ضمن أنواع محددة، وهو ما يؤثر على مدى نجاحهم في تنظيم مشاعرهم، كما أوضح (Erbas, Ceulemans, et al, 2014) أن الأشخاص الذين يمتلكون مستوى عالياً من التمايز العاطفي يظهرون قدرة أفضل على التعامل مع المشاعر السلبية، مما يؤدي إلى تقليل مستويات القلق والاكتئاب، وزيادة القدرة على الفهم الذاتي (Barrett, 2004: p266).

إن القدرة على إدراك المشاعر وتصنيفها بشكل دقيق تساعد الأفراد على التفاعل بفعالية مع المواقف المختلفة، فضلاً عن تحسين مهارات تنظيم العواطف (Kuppens, & Verduyn, 2015: p72). وفي هذا الإطار، تناولت دراسة (Erbas, 2016) العلاقة بين تمايز المشاعر وإدراك عواطف الآخرين، وكشفت أن الأفراد الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من التمايز العاطفي السلبي لديهم قدرة أكبر على تحليل مشاعر شركائهم بدقة، مما يشير إلى وجود علاقة بين التمايز العاطفي وفهم الآخرين بشكل أكثر وضوحاً (Erbas, et al, 2016: p241).

يُعرف التمايز العاطفي أيضاً بالتفصيل العاطفي، وهو يعكس مدى تعقيد تجربة المشاعر وتسميتها بدقة، فالأشخاص الذين يتمتعون بتمايز عاطفي مرتفع يستطيعون تحديد مشاعرهم بناءً على السياق المحدد، في حين أن الأفراد ذوي التمايز العاطفي المنخفض قد يستخدمون تعبيرات متداخلة لوصف مشاعرهم في سياقات مختلفة (Barrett, et al, 2001: pP714).

ويشير التمايز العاطفي بين أساتذة جامعة القادسية إلى القدرة على التفرقة بين المشاعر المختلفة مثل الغضب والحزن، بينما يشير التمايز داخل الحرم الجامعي إلى القدرة على التمييز

بين مشاعر متقاربة مثل الغضب والانزعاج، وقد يتبين أن أساتذة جامعة القادسية الذين يتمتعون بمستويات عالية من التمايز العاطفي لديهم شعور أعلى بالرفاهية النفسية، حيث تساعدهم القدرة على تحديد مشاعرهم بدقة على اتخاذ قرارات أكثر وعياً وتحسين استجاباتهم العاطفية (Bastian, et al, 2015: p500; Gross, 2015: p14).

أما التمايز داخل الحرم الجامعي، فهو يتطلب قدرة أكبر على التحليل العاطفي، حيث إن التفريق بين المشاعر المتشابهة يسهم في تعزيز القدرة على ضبط العواطف والتكيف مع المواقف المختلفة بطريقة أكثر فعالية (Gross, 2015: p14). كما أن ارتفاع مستوى التمايز العاطفي، خاصة فيما يتعلق بالمشاعر السلبية، يساعد أساتذة جامعة القادسية على تبني استراتيجيات أكثر فاعلية في إدارة عواطفهم، مما يسهم في تحسين التكيف النفسي والتعامل مع الضغوط العملية (Kashdan, 2015, p11).

وبناء علي ما سبق يري الباحث أن مشكلة البحث الحالي تتبلور في التساؤل الآتي: هل عينة البحث من أساتذة جامعة القادسية لديهم تمايز عاطفي؟

ثانياً: أهمية البحث:

يُعد التمايز العاطفي عاملاً مهماً في تعزيز رفاهية الأفراد، إذ أظهرت الدراسات أن ارتفاع مستوى التمايز العاطفي يرتبط بقدرة أفضل على تنظيم المشاعر، وانخفاض في تقدير الذات السلبي، وتقليل حدة المشاعر السلبية، بالإضافة إلى تراجع العصابية والاكتئاب، فضلاً عن مستويات أعلى من الوعي الذاتي.(Barrett et al, 2001: p714)

أما فيما يخص التمايز العاطفي بين الفئات، فهو يسهم في تحقيق رفاهية نفسية أفضل من خلال توفير معلومات دقيقة عن المشاعر، مما يساعد في تقييم الأحداث العاطفية والتفاعل معها بشكل أكثر ملاءمة. في المقابل، فإن التمايز العاطفي داخل الفئة يتطلب قدرة متقدمة على إدراك الفروقات بين المشاعر المتشابهة مثل الغضب والتهيج، مما يؤدي إلى استجابات عاطفية أكثر دقة وتنظيماً، وهو ما يعزز مستوى الرفاهية النفسية (Andersen, & Saribay, 2005: p29).

وقد حظي التمايز العاطفي باهتمام بحثي متزايد، كما يتضح في دراسة جبر، عدنان مارد، وجبار، شروق كاظم (٢٠١٤)، التي تناولت مستوى التمايز النفسي وسمات الشخصية لدى طلبة الجامعة، مؤكدةً على وجود مستوى عالٍ من التمايز النفسي لديهم.

وتكمن أهمية دراسة التمايز العاطفي في فهم الفروقات الفردية في تصنيف المشاعر وتجربتها، وهي مهارة تُعرف باسم التمايز العاطفي أو الدقة العاطفية، ورغم ارتباطه بنتائج إيجابية على الصحة النفسية، لا تزال هناك فجوات بحثية حول كيفية تطوره، فالأفراد ذوو التمايز العاطفي المرتفع قادرون على تحديد مشاعرهم بشكل أكثر وضوحاً، مثل التمييز بين الغضب والحزن، في

حين يواجه الآخرون صعوبة في ذلك، وقد أشارت الأبحاث إلى أن التمايز العالي في المشاعر السلبية يرتبط بزيادة استخدام استراتيجيات تنظيم العاطفة الفعالة، وتقليل الاعتماد على الكحول كآلية للتكيف، وخفض مستويات العدوانية (Barrett, Gross, Christensen, & Benvenuto, 2001; Kashdan, Barrett, & McKnight, 2015).

ويبرز التمايز العاطفي أيضاً في دوره بتنظيم العمليات الإدراكية، حيث تتداخل عدة مشاعر في عملية التقييم العاطفي، وقد يكون بعضها مساعداً والبعض الآخر مشتتاً. لذا، يُعتبر تطوير القدرة على استبعاد المشاعر غير ذات الصلة إحدى الوسائل الممكنة لتعزيز التمايز العاطفي (Kashdan, et al, 2015: p144).

وتبدأ عملية التمايز العاطفي بتحديد الحالة العاطفية الراهنة، والتي تتطلب تركيزاً على الإشارات العاطفية المختلفة لتكوين صورة دقيقة عن المشاعر الحالية. ومع ذلك، فإن هذه العملية تحدث ضمن قيود معينة تفرضها اللغة والتسميات العاطفية، مما قد يؤدي إلى بعض الإخفاقات في التعرف على المشاعر أو تكوين مفاهيم خاطئة عنها (Scherer's, 1987: p92) .

يُعرّف التمايز العاطفي على أنه مستوى التعقيد الذي يتم من خلاله تحديد التجارب العاطفية وتصنيفها وتمثيلها، حيث يُنظر إليه كقدرة أو مهارة مستقلة عن تكرار المشاعر أو شدتها، وهو بذلك يعكس اختلافات فردية بين الأشخاص في كيفية تعاملهم مع مشاعرهم، كما أنه يُعد مكوناً أساسياً للتجربة العاطفية الذاتية، مما يجعله عاملاً مؤثراً في فهم المشاعر وتنظيمها بشكل أكثر دقة وفعالية (Lischetzke et al, 2005: p431).

ولكون البحث الحالي يهتم بتعرف التمايز العاطفي لدي أساتذة جامعة القادسية فإن أهمية البحث تظهر من خلال ما يأتي:

أ ـ الأهمية النظرية:

١) يسلط الضوء على مفهوم التمايز العاطفي لدى أساتذة جامعة القادسية وأثره على أدائهم الأكاديمي والتربوي.

٢) يضيف معرفة علمية حول كيفية تأثير التمايز العاطفي على الصحة النفسية للأساتذة، خاصة في ظل ضغوط العمل الأكاديمي.

٣) يساعد في تفسير التمايز العاطفي بين الأساتذة والطلاب، مما يعزز بيئة تعليمية أكثر إيجابية.

٤) يسهم في توضيح دور التمايز العاطفي في تحسين استراتيجيات التدريس والتواصل الفعال داخل الجامعة.

ب ـ الأهمية التطبيقية:

١) يوفر البحث بيانات علمية يمكن استخدامها في تصميم برامج تدريبية تهدف إلى تعزيز التمايز العاطفي لدى أساتذة جامعة القادسية.

٢) يساعد في وضع استراتيجيات لدعم الصحة النفسية للأساتذة، مما ينعكس إيجابياً على أدائهم الوظيفي والقدرة على إدارة الضغوط المهنية.

٣) يسهم في تحسين جودة التفاعل الأكاديمي بين الأساتذة والطلاب من خلال تعزيز القدرة على فهم المشاعر وإدارتها بفعالية.

٤) يدعم البحث تطوير سياسات تعليمية تساعد في تحسين بيئة العمل الجامعية، مما يسهم في رفع مستوى الرضا المهني للأساتذة.

ثالثاً: أهداف البحث:

يستهدف البحث الراهن التعرف على التمايز العاطفي لدي أساتذة جامعة القادسية.

رابعاً: حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بأساتذة جامعة القادسية بكلية التربية بأقسامها المتعددة (قسم الرياضيات– قسم الكيمياء– قسم علوم الحياة– قسم الفيزياء– قسم اللغة الإنكليزية– قسم اللغة العربية– قسم علوم القرآن والتربية الإسلامية– قسم التاريخ– قسم العلوم التربوية والنفسية).

خامساً: مصطلحات البحث:

التمايز العاطفي (Emotional Differentiation):

عرّف كير، بوين (Kerr & Bowen. 1988) التمايز العاطفي بأنه "القدرة على الاتصال العاطفي مع الآخرين مع الاستمرار في الاستقلال في الأداء العاطفي للفرد" (Kerr & Bowen, 1988, P4).

كما عرّف ليشتسكي وأخرون (Lischetzke & al, 2005) التمايز العاطفي يشير بأنه مستوى التعقيد الذي يحدد به الأفراد تجاربهم العاطفية المنفصلة ويصنفونها ويمثلونها ويتم تصورها على أنها قدرة أو مهارة بغض النظر عن تواترها وشدتها(Lischetzke & al, 2005, P432).

وعرّفه كاشدان وباريت (Kashdan & Barrett, 2015) بأنه الميل إلى تجربة وتسمية المشاعر بدرجة عالية من التعقيد (Kashdan & Barrett, 2015, P10).

التعريف النظري: تبني الباحث تعريف كير، بوين (Kerr & Bowen. 1988) تعريفاً نظرياً في دراســـته، وذلك لاعتماده تعريفه في بناء مقياس التمايز العاطفي واعتماده على نظرية بوين (١٩٧٨) في تفسير النتائج.

التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصـــل عليها أســـاتذة جامعة القادســـية بعد إجابتهم على فقرات مقياس التمايز العاطفي في الدراسة الحالية.

الفصل الثاني (إطار نظري)

نظريات فسرت التمايز العاطفي:

نظرية بوين للتمايز العاطفي (١٩٧٨): (Bowen's Theory of Emotional Differentiation)

التمايز العاطفي هو قدرة الشخص على التمييز بين الأفكار والعواطف، كما اعتقد بوين أن تمايز العاطفة قد اكتمل إلى حد كبير بحلول الوقت الذي يترك فيه الشخص محيطه الأصلي، عادة ما يكون هذا هو سن الرشد، كما افترض أن التمايز بين العواطف يستمر في التغير طوال فترة الحياة خاصة في أوقات التغيير الكبير مثل تجربة الكلية أو التدخلات العلاجية أو التجارب المؤلمة.

تم وضع نظرية تمايز العاطفة، ووجد أنها تتفاعل مع مجموعة متنوعة من البنى، حيث اعتقد بوين (Kerr, Bowen, et al, 1978) أن الطبيعة المتأصلة لعمليات التفرد والتطور العاطفي التي تصورها على أنها تمايز للعاطفة ستؤدي إلى تطوير مجموعة متنوعة من البنى النفسية أو تغييرها أو تقليلها (Bowen, et al, 1978, P202).

وافترض بوين Bowen (١٩٧٨) أن المستويات الأعلى من التمايز العاطفي سترتبط بمستويات أعلى من الأداء العام، النفسي والفسيولوجي، وبشكل أكثر تحديداً، أوضح بوين بأن المستويات الأعلى من التمايز سترتبط بزيادة القدرة على التنقل في العلاقات العاطفية المعقدة، وانخفاض أعراض التوتر، وانخفاض مستويات التوتر المتصور، ومشاعر أقل بالقلق، كما يرتبط تمايز العاطفة أيضاً بالمرونة حيث أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات أعلى من التمايز العاطفي يعانون من ضغوط أقل من ضغوط معينة ويتعافون أيضاً بشكل أسرع من الأعراض التي يتعرضون لها مقارنة بالأفراد ذوي المستويات المنخفضة من التمايز (Kerr, & Bowen, 1988, P94).

كان بوين Bowen (١٩٧٨) محدداً في الإشارة إلى أن التمايز المنخفض ليس مسؤولاً بحد ذاته عن تطور الأعراض، ويشير إلى أن هناك أفراداً لديهم مستويات منخفضة من التمايز بين أنفسهم ويحافظون على التوازن العاطفي طوال حياتهم، وبالتالي، فإن الأفراد ذوي المستويات المنخفضة من التمايز لا يعانون دائماً من سلبية الأعراض والضيق والتوتر، ومع ذلك، فمن المرجح أن يتعرضوا لأعراض سلبية للتوتر عند تعرضهم للإجهاد (Bowen, et al, 1978, P202).

أوضح بوين (1988) Bowen بأن تمايز العاطفة سيكون مرتبطاً بشكل إيجابي بمهارات التأقلم والمرونة النفسية، كما توقع أن المستويات الأعلى من التمايز ستكون مرتبطة بزيادة التنظيم العاطفي والتفكير العقلاني، أيضاً اقترح أن القدرة على الحفاظ على علاقات تكيفية مرضية تزداد

كلما زاد التمايز العاطفي (Kerr, & Bowen, 1988, P94)، ولقد أوضحت ذلك دراسة **Renee, Emre Demiralp** (٢٠١٢) من أن الأفراد الذين يعانون من اضطراب الاكتئاب الشديد (MDD) لديهم عجز معرفي للمعلومات السلبية، حيث كان لدى الأفراد المصابين بالاكتئاب تجارب عاطفية أقل تمايزاً من المشاركين الأصحاء، ولكن فقط للمشاعر السلبية، حيث كانت هذه الاختلافات تتجاوز آثار الكثافة العاطفية والتنوع.

في وقت مبكر من الخمسينيات من القرن الماضي، ركزت دراسة التفاعل البشري على الفرد والنهج التحليلي النفسي لفهم العلاقات وأمراضها المحتملة, وفي الستينيات والسبعينيات من القرن الماضي، بدأ الجيل الأول من النظريات في التطور والتي نظرت خارج الفرد إلى التفاعلات الموجودة بين الأشخاص، حيث أصبحت هذه تعرف باسم النظريات النظامية، من خلال هذه التركيبات النظرية عمل موراي بوين Murray Bowen (١٩٧٦) لتطوير إطار عمل يمكن أن يعطي فهماً أوضح لكيفية تصرف الناس عند الانخراط في نظام عاطفي من خلال النظر إلى وحدة الجماعة، تمكن بوين من رؤية الأنماط المتشابكة لمحيط الأفراد كنظام عاطفي (Kerr, & Bowen, 1988, P96).

من هذه البداية، تمكن بوين Bowen من توسيع نظريته لعرض التفاعلات المجتمعية كجزء من عملية الانتقال العاطفي كان إطار العمل النظري لبوين أحد النماذج الشاملة الأولى التي ركزت على الأنماط عبر الأجيال والرسائل والمعتقدات التي تنتقل من جيل إلى جيل، والعلاقات كأجزاء رئيسية من النظرية النظامية، وجدت نظرية التمايز العاطفي لبوين Bowen تطبيقاً في مجالات علم النفس والطب والصناعة, اليوم، لا يزال يُنظر إلى نظرية بوين Bowen على أنها واحدة من أكثر نظريات التطور النفسي شمولاً لأنها تعترف بكل من الطبيعة النظامية والطبيعة متعددة الأجيال للتطور النفسي مع عدم إهمال دور الفرد في عملية المسؤولية الشخصية (Friedman, 1991, P447).

وتم وصف التمايز العاطفي في نظرية التمايز العاطفي لموراي بوين Bowen (1978) على أنه المكون الرئيسي لقدرة الفرد على تحقيق توازن صحي بين الضبط العاطفي والفكري، ووفقاً لبوين Bowen (١٩٧٨)، فإن البالغين الذين يتمتعون بمستويات عالية من التمايز العاطفي قادرون على تجربة مجموعة واسعة من التأثيرات مع القدرة أيضاً على استخدام التفكير المنطقي اعتماداً على المحفزات الظرفية، وبعبارة أخرى، فإن الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من التمايز العاطفي قادرون على استخدام كل من العاطفة والفكر، حيث يميل هؤلاء الأشخاص إلى القيادة وفقاً لمبادئهم، والتفكير في القضايا، والتواصل الصحي مع الأشخاص الرئيسيين في نظام العلاقات الخاصة بهم، واتخاذ قرارات جيدة لا تكون مدفوعة عادةً بالقلق, هؤلاء الأشخاص قادرون

على الحفاظ على الشعور بالذات في التبادلات العلائقية مع أشخاص آخرين أو أنظمة تتكون من أفراد أو منظمات (Skowron, 2004, P99).

بوين (1978) Bowen رأى أن نظرية التمايز العاطفي قابلة للتطبيق على الديناميكيات التنظيمية ومكان العمل هو نظام عاطفي يعمل به أشخاص من مستويات مختلفة من التمايز، نظراً لأن نظرية التمايز العاطفي تنص على أن الأشخاص سيسعون إلى إعادة تكوين بيئة عائلاتهم الأصلية، فغالباً ما يكون هناك صراع داخلي في مكان العمل يؤدي إلى انخفاض الرضا(Chemiss, al, 2000, P54).

كما رأى بوين Bowen أن التمايز العاطفي يتميز بأربعة عوامل وهي: التفاعل العاطفي، والإسقاط، والاندماج مع الآخرين، والتقاطع العاطفي، تسمح هذه التوصيفات الأربعة بتنمية قدرة الفرد على تحقيق توازن صحي بين الضبط العاطفي والفكري بالإضافة إلى التكيف بشكل علائقي بين العلاقة الحميمة مع الآخرين واستقلالية الذات (Skowron, 2004, P99).

بالتفكير مرة أخرى في وصف عددي للتمايز، رأى بوين Bowen (١٩٧٨) البالغين الذين لديهم مستويات عالية من التمايز العاطفي على أنهم قادرون على تجربة مجموعة واسعة من ردود الفعل العاطفية مع القدرة أيضاً على استخدام درجات متفاوتة من التفكير المنطقي اعتماداً على المحفزات الظرفية، وبعبارة أخرى، فإن الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من التمايز العاطفي قادرون على استخدام كل من العاطفة والفكر في وقت واحد دون إعاقة أحدهما للآخر، كما يميل الأشخاص القادرون على إظهار مستويات عالية من التمايز إلى أن يكونوا مدفوعين بمبادئهم، والتواصل الصحي مع الأشخاص الرئيسيين في نظام العلاقات لديهم، واتخاذ قرارات جيدة لا تكون عادةً مدفوعة بالقلق أو مدفوعة بالعواطف الحالية في أنظمة التشغيل الخاصة بهم (Skowron& 2004, P112).

هؤلاء الأشخاص يكونوا قادرين على الحفاظ على الشعور بالذات في التبادلات العلاقية مع أشخاص آخرين أو أنظمة تتكون من أفراد أو منظمات، هؤلاء الأشخاص غير المتميزين بشكل كبير يجدون صعوبة في العمل كوحدة مستقلة؛ علاقات ذات جودة أقل؛ صعوبة في إدارة العواطف، وغالباً ما تظهر ضغوطاً نفسية أكبر (Skowron& 2004, P112).

- **تفسير التمايز العاطفي لدى أساتذة جامعة القادسية وفقاً لنظرية التمايز العاطفي بوين (١٩٧٨):**

توفر نظرية التمايز العاطفي لبوين (١٩٧٨) إطار نظري لفهم الفروق الفردية في التمايز العاطفي لدى أساتذة جامعة القادسية، من خلال تحليل كيفية تفاعلهم العاطفي والفكري في بيئة العمل الأكاديمية، إذ يشير التمايز العاطفي إلى قدرة الأفراد على الفصل بين العاطفة والتفكير

المنطقي، مما يؤثر بشكل مباشر على استجابتهم للضغوط، وإدارتهم للعلاقات المهنية، واتخاذهم للقرارات في سياقات مختلفة.

في البيئة الأكاديمية، يواجه أساتذة الجامعة العديد من التحديات، مثل متطلبات التدريس والبحث والنشر، وضغوط التقييم، والتفاعل مع الطلاب والزملاء والإدارة، ووفقاً لنظرية بوين، فإن الأساتذة ذوي التمايز العاطفي المرتفع يكونون أكثر قدرة على التعامل مع هذه التحديات بطريقة عقلانية ومتزنة، دون أن تؤثر عليهم العواطف السلبية بشكل مفرط، وعلى العكس فإن الأساتذة ذوي التمايز العاطفي المنخفض قد يجدون صعوبة في التحكم في استجاباتهم العاطفية، مما قد يؤدي إلى التوتر الزائد، الاحتراق الوظيفي، أو مشكلات في التواصل مع الآخرين.

يرتبط التمايز العاطفي أيضاً بمدى استقلالية الأستاذ الجامعي في اتخاذ القرارات دون الاعتماد العاطفي الزائد على الآخرين، فالأساتذة أصحاب التمايز العاطفي العالي يكونون أكثر قدرة على العمل باستقلالية، واتخاذ قرارات تستند إلى التفكير العقلاني، بينما قد يكون أولئك الذين يعانون من ضعف التمايز العاطفي أكثر تأثراً بضغوط البيئة الأكاديمية وآراء الآخرين، مما قد يؤثر على أدائهم المهني.

بالإضافة إلى ذلك، يؤثر التمايز العاطفي على كيفية استجابة الأساتذة للضغوط والتوتر الأكاديمي، فالأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من التمايز العاطفي يكونون أكثر مرونة في مواجهة التحديات، وأكثر قدرة على التكيف مع متطلبات التدريس والبحث والإدارة دون أن يؤثر ذلك سلباً على صحتهم النفسية أو المهنية، أما الأساتذة الذين لديهم تمايز عاطفي منخفض، فقد يظهرون مستويات أعلى من القلق والتوتر، مما قد يؤدي إلى انخفاض كفاءتهم في العمل أو صعوبة التعامل مع المشكلات الأكاديمية.

أيضاً ينعكس مستوى التمايز العاطفي على الأداء الوظيفي للأستاذ الجامعي، حيث تشير نظرية بوين إلى أن الأفراد ذوي التمايز العاطفي المرتفع أكثر قدرة على تحقيق النجاح في بيئات العمل، نظراً لقدرتهم على تحقيق التوازن بين العاطفة والتفكير المنطقي، وتنظيم وقتهم بفعالية، وإدارة مهامهم الأكاديمية بكفاءة، في المقابل، فإن أولئك الذين لديهم مستويات منخفضة من التمايز العاطفي قد يجدون صعوبة في التعامل مع ضغوط العمل، مما يؤثر سلباً على جودة التدريس والبحث العلمي والقدرة على التفاعل الإيجابي مع الطلاب والزملاء.

ووفقاً لما تقدم، تُعد نظرية بوين إطار نظري هام لتفسير التمايز العاطفي لدى أساتذة جامعة القادسية، حيث تساعد في تفسير الفروق الفردية في استجابتهم للضغوط الأكاديمية، ومدى استقلاليتهم العاطفية، وقدرتهم على إدارة العلاقات المهنية، وتأثير ذلك كله على أدائهم الوظيفي.

الفصل الثالث (منهجية البحث وإجراءاته)

منهجية البحث: (The Research Procedures)

اعتمد الباحث المنهج الوصفي منهجاً علمياً.

مجتمع البحث: (Population of Research)

تحدد مجتمع البحث الحالي بأساتذة جامعة القادسية بكلية التربية بأقسامها المتعددة (قسم الرياضيات– قسم الكيمياء– قسم علوم الحياة– قسم الفيزياء– قسم اللغة الإنكليزية– قسم اللغة العربية– قسم علوم القرآن والتربية الإسلامية– قسم التاريخ– قسم العلوم التربوية والنفسية).

عينة البحث: (The research sample)

لجأ الباحث إلى اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتناسب، وقد بلغت (٢٠٠) أستاذ من أساتذة جامعة القادسية بكلية التربية (٢٠٢٥م).

أدوات البحث: (The Research tools)

مقياس التمايز العاطفي:

سعي الباحث للحصول على مقياس مُعد مسبقاً لقياس التمايز العاطفي إلا أنه لم يتمكن من الحصول على مقاييس محلية أو عربية معده مسبقاً لقياس التمايز العاطفي تتناسب مع عينة البحث الحالي، لذا استلزم الأمر القيام ببناء أداة لقياس التمايز العاطفي بالاعتماد على **نظرية بوين (١٩٧٨)** والذي عرفه بأنه "**القدرة على الاتصال العاطفي مع الآخرين مع الاستمرار في الاستقلال في الأداء العاطفي للفرد**".

وفيما يأتي الإجراءات التي اتبعها الباحث في بناء مقياس التمايز العاطفي:

١. التخطيط للمقياس (تحديد المفهوم وفق النظرية المعتمدة في الدراسة).

لكي يكون المقياس دقيقاً في قياسه لابد أن نحدد السلوك المراد قياسه بشكل واضح ودقيق تجنباً لأى تداخل قد يحدث بين سلوك وآخر، وبعد إطلاع الباحث على أدبيات الموضوع والدراسات السابقة للتمايز العاطفي، اعتمد الباحث على **نظرية بوين (١٩٧٨)** إطاراً نظرياً في بناء المقياس، لذا فقد أطلع الباحث على ما كتبه بوين في نظريته عن التمايز العاطفي.

٢. وضع وصياغة فقرات المقياس.

لإعداد فقرات المقياس قام الباحث بما يلي:

- تبني الباحث نظرية بوين (١٩٧٨) لصياغة فقرات تتناسب مع المتغير.
- اطلع الباحث على الأدبيات المتناوِلة للتمايز العاطفي.

- ومن خلال إطلاع الباحث على الإطار النظري المتبنى وبعض الدراسات السابقة التى تناولت التمايز العاطفي وبما يتفق مع الإطار النظري، تم صياغة (٢٨) فقرة بصورتها الأولية لقياس التمايز العاطفي.

وتكون الإجابة عليها وفق تدرج خماسي (تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً- تنطبق علي بدرجة كبيرة- تنطبق علي بدرجة معتدلة- تنطبق علي بدرجة قليلة- لا تنطبق علي).

٣. التحليل المنطقي للفقرات (صلاحية فقرات المقياس):

عُرض المقياس وفقراته على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال البحث المراد إنجازه، واستناداً إلى ذلك فقد عُرضت فقرات المقياس على عدد من المحكمين المتخصصين في ميدان علم النفس، والبالغ عددهم (١٥) محكم من (جامعة القادسية- الجامعة المستنصرية- جامعة كربلاء) لإبداء رأيهم فيما يخص:

ـ صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله.

ـ ملائمة بدائل الإجابة.

ـ إجراء ما يرونه مناسباً من (حذف أو إضافة أو تعديل) وباعتماد نسبة (٨٠٪) وأكثر من آراء المحكمين لقبول الفقرة أو رفضها.

وقد بلغت فقرات المقياس بصيغتها الأولية (٢٨) فقرة، وبناءً على آراء المحكمين ومقترحاتهم قام الباحث بحذف أربع فقرات (٧-١١-١٤-٢٧)، وذلك بالاعتماد على نسبة الاتفاق بين المحكمين (٨٠٪)، كما حصل الباحث موافقتهم على تعليمات المقياس وبدائل الإجابة، وبهذا الإجراء أصبح مقياس التمايز العاطفي مكون من (٢٤) فقرة للتحليل الإحصائي.

٤. التطبيق الاستطلاعي الأولي:

ولمعرفة مدى وضوح التعليمات وفقرات المقياس من حيث الصياغة والمعنى ومدى فهم المستجيبين لفقرات المقياس وبدائله، والتعرف على الصعوبات التي تواجههم في الإجابة وكذلك الوقت المستغرق للإجابة، لابد له من إجراء التطبيق الاستطلاعي الأول، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة عشوائية استطلاعية بلغت (٢٠) من أساتذة جامعة القادسية، وتمت الإجابة بحضور الباحث بعد أن طلب منهم إبداء ملاحظاتهم حول وضوح فقرات المقياس وصياغتها وطريقة الإجابة عنها، وفيما إذا كانت هناك فقرات غير مفهومة، وتبين من هذا التطبيق أن فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وليس هناك حاجة لتعديلها، وكان الوقت المستغرق للإجابة يتراوح بين (١٠_١٥) دقيقة.

٥. **التحليل الإحصائي للفقرات:**

أستعمل الباحث لهذا الغرض ما يأتي:

أ . المجموعتين الطرفيتين Contrasted Groups (الاتساق الخارجي):

ولحساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس التمايز العاطفي، قام الباحث بما يأتي:

- تطبيق المقياس على عينة التحليل البالغة (٢٠٠) من أساتذة جامعة القادسية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتناسب.

- بعد تصحيح إجابات المفحوصين وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة من مقياس التمايز العاطفي، تم ترتيب الدرجات تنازلياً ابتداءً من أعلى درجة وانتهاء بأدنى درجة.

- اختيار نسبة قطع لتحديد المجموعتين الطرفيتين، لذا تم اعتماد نسبة (٢٧٪), وقد بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (٥٤) استمارة، أي أن عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل بلغت (١٠٨) استمارة، فقد تم اختيار نسبة (٢٧٪) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وسميت بالمجموعة العليا (٥٤) استمارة، واختيار نسبة (٢٧٪) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا (٥٤) استمارة.

- استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكلا المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة من فقرات مقياس التمايز العاطفي، ومن ثم تطبيق الاختبار التائي (t. test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين، وذلك لأن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة بين المجموعتين، وعُدّت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً إلى تمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية ويوضح الجدول (١) درجات القوة التمييزية لفقرات مقياس التمايز العاطفي بطريقة المجموعتين الطرفيتين.

الجدول (١)

القوة التمييزية لفقرات مقياس التمايز العاطفي بطريقة المجموعتين الطرفيتين

تسلسل الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	1.2256	0.50023	1.1125	0.27533	5.462	دالة **
2	1.1385	0.66127	1.1365	0.28991	3.547	دالة **
3	1.2456	0.68914	1.1712	0.10584	4.254	دالة **
4	1.1895	0.51047	1.1254	0.18664	4.366	دالة **
5	1.2247	0.76535	1.1467	0.33815	4.856	دالة **
6	1.2365	0.64722	1.1196	0.20528	3.657	دالة **
7	1.2478	0.73654	1.0452	0.17774	5.145	دالة **
8	1.4596	0.60122	1.1456	0.25214	5.256	دالة **
9	1.1254	0.77974	1.0256	0.50115	3.555	دالة* *
10	1.1958	0.68364	1.0575	0.14745	4.689	دالة **
11	1.1475	0.55476	1.1166	0.18363	7.485	دالة **
12	1.4065	0.65510	1.2981	0.33359	5.152	دالة **
13	1.1454	0.78588	1.2622	0.48459	4.868	دالة **
14	1.5112	0.65799	1.0371	0.18264	5.115	دالة **
15	1.5563	0.65453	1.0311	0.18364	6.714	دالة **
16	1.5232	0.64457	1.0577	0.20540	4.245	دالة **
17	1.1425	0.67582	1.0551	0.18474	5.428	دالة **
18	1.5568	0.65656	1.1251	0.18114	6.365	دالة **
19	1.2566	0.65744	1.0351	0.18510	5.428	دالة **
20	1.2515	0.89948	1.2662	0.05459	4.145	دالة **
21	1.3624	0.52477	1.0112	0.20145	3.867	دالة **
22	1.4532	0.55253	1.2161	0.18564	3.568	دالة **
23	1.5512	0.60799	1.0278	0.13811	5.328	دالة **
24	1.4331	0.63329	1.1626	0.33676	3.014	دالة **

يبين الجدول أعلاه فقرات مقياس التمايز العاطفي المميزة التي كانت قيمها التائية المحسوبة أعلى من التائية الجدولية البالغة (٢.٥٧) عند مستوى (٠.٠١) ودرجة حرية (١٩٩)، وجاءت جميع فقرات المقياس مميزة.

ب. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

قام الباحث باستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واستعمل معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لـ(٢٠٠) استمارة.

وأظهرت نتائج المعالجة الإحصائية لدرجات الأفراد على المقياس وجود علاقة ارتباطية دالة لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (٠.١٨٥) لمعامل ارتباط بيرسون عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩) لفقرات المقياس، والجدول (٢) يوضح ذلك

الجدول (٢)

معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التمايز العاطفي

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
1	0.497**	13	0.641**
2	0.501**	14	0.559**
3	0.555**	15	0.563**
4	0.487**	16	0.478**
5	0.499**	17	0.526**
6	0.589**	18	0.499**
7	0.576**	19	0.542**
8	0.523**	20	0.512**
9	0.552**	21	0.401**
10	0.569**	22	0.425**
11	0.611**	23	0.599**
12	0.600**	24	0.624**

٦. الخصائص القياسية (السيكو مترية) لمقياس التمايز العاطفي:

قام الباحث باستخراج الخصائص القياسية الآتية:

أ . مؤشرات الصدق:

وتم التحقق صدق مقياس التمايز العاطفي من خلال المؤشرات الآتية:

١ . الصدق الظاهري Face Validity:

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت فقراته على مجموعة من المحكمين المتخصصين في ميدان علم النفس، كما ذكر سابقاً.

٢. صدق البناء Constract Validity :

وتحقق هذا النوع من الصدق لمقياس التمايز العاطفي عن طريق المؤشرات التالية:

- **أسلوب المجموعتين الطرفيتين، جدول (١).**
- **ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، جدول (٢).**

ب. مؤشرات الثبات (Reliability):

قام الباحث باستخراج ثبات مقياس التمايز العاطفي كما يأتي:

- **الاتساق الداخلي (معامل الفاكرونباخ)**

بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠.٧٩٨) ويعد ثبات جيداً عند مقارنته بمعيار ألفا كرونباخ للثبات.

٧. وصف المقياس وتصحيحه وحساب الدرجة الكلية:

تألف مقياس التمايز العاطفي بصورته النهائية من (٢٤) فقرة، يستجيب في ضوئها أساتذة جامعة القادسية على خمس استجابات (تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً- تنطبق علي بدرجة كبيرة- تنطبق علي بدرجة معتدلة- تنطبق علي بدرجة قليلة- لا تنطبق علي)، وتأخذ الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي عند التصحيح بالنسبة للفقرات الإيجابية، وتأخذ الدرجات (١-٢-٣-٤-٥) عند التصحيح بالنسبة للفقرات السلبية، لذا فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المجيب في المقياس تكون (٨٠) درجة وأدنى درجة (٢٤) في حين يبلغ المتوسط الفرضي للمقياس (٧٢).

٨. المؤشرات الإحصائية لمقياس التمايز العاطفي:

لجأ الباحث إلى استعمال الوسائل الإحصائية المعلمية Parametric Statistic، في تحليل بيانات بحثه وفي استخراج النتائج.

الجدول (٣)

المؤشرات الإحصائية الوصفية لعينة البحث على مقياس التمايز العاطفي

المؤشرات		القيم الإحصائية
Mean	المتوسط الحسابي	55.3621
Std. Error	الخطاء المعياري	0.57028
Median	الوسيط	46
Mode	المنوال	44
Std. Deviation	الانحراف المعياري	7.55674
Variance	التباين	78.684
Skewness	الالتواء	0.341
Kurtosis	التفلطح	-0.359
Minimum	أقل درجة	24
Maximum	أعلى درجة	80
Range	المدى	51

الوصف النهائي لمقياس التمايز العاطفي:

يكون مقياس التمايز العاطفي بصورته الأصلية من (٢٨) فقرة، وبعد استخراج الخصائص السيكو مترية له تكون المقياس بصورته النهائية من (٢٤) فقرة باستجابات خماسية (تنطبق علي

بدرجة كبيرة جداً- تنطبق علي بدرجة كبيرة- تنطبق علي بدرجة معتدلة- تنطبق علي بدرجة قليلة- لا تنطبق علي)، وتأخذ الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي عند التصحيح بالنسبة للفقرات الإيجابية، وتأخذ الدرجات (١-٢-٣-٤-٥) عند التصحيح بالنسبة للفقرات السلبية، وبذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المجيب في المقياس تكون (٨٠) درجة وأدنى درجة (٢٤) في حين يبلغ المتوسط الفرضي للمقياس (٧٢).

الفصل الرابع (عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها)

هدف البحث: التعرف على التمايز العاطفي لدي أساتذة جامعة القادسية:

لتحقيق هدف البحث قام الباحث بتطبيق مقياس التمايز العاطفي على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (٢٠٠) من أساتذة جامعة القادسية بكلية التربية، وقد أظهرت النتائج أن متوسط درجاتهم على المقياس بلغ (٥٥.٣٦٢١) درجة، وبانحراف معياري مقداره (٧.٥٥٦٧٤) درجة، وعند موازنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٧٢) درجة، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفرق دال إحصائي ولصالح المتوسط الفرضي، وكانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (٢.٥٧) بدرجة حرية (١٩٩) ومستوى دلالة (٠.٠١)، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس التمايز العاطفي

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة
200	55.3621	7.55674	72	30.634	199	دال**

تشير نتيجة الجدول (٤) إلى أن عينة البحث لديهم تمايز عاطفي بمستوى مرتفع، ويمكن تفسير تلك النتيجة وفقاً لنظرية بوين للتمايز العاطفي (١٩٧٨) التي ترى أن أساتذة جامعة القادسية لديهم مستوى مرتفع من التمايز العاطفي، وذلك لقدرتهم على تنظيم انفعالاتهم والتعامل مع المواقف العاطفية بكفاءة، ووفقاً لهذه النظرية، فإن التمايز العاطفي يشير إلى قدرة أساتذة جامعة القادسية على تحقيق توازن بين الاستقلال العاطفي والتفاعل الاجتماعي، بحيث يتمكن من التحكم في استجاباته العاطفية دون أن يكون متأثراً بشكل مفرط بمشاعر الآخرين.

تشير النتيجة إلى أن أساتذة جامعة القادسية يتمتعون بدرجة عالية من التمايز العاطفي، مما يعني أنهم قادرون على الاحتفاظ باستقلالهم العاطفي حتى في المواقف الضاغطة، ووفقاً **لبوين**، الأفراد ذوو التمايز العاطفي العالي لا يعتمدون بشكل مفرط على الآخرين في تحديد

مشاعرهم أو اتخاذ قراراتهم، وهذا ينعكس على قدرتهم على التعامل مع التحديات الأكاديمية والإدارية بكفاءة.

أيضاً التمايز العاطفي المرتفع لدي أساتذة جامعة القادسية يعكس قدرة أعضاء هيئة التدريس على تنظيم انفعالاتهم بدلاً من الانجراف وراء ردود فعل عاطفية غير منضبطة، حيث يري بوين أن الأفراد ذوي التمايز العاطفي العالي يمكنهم إدارة الضغوط المهنية والعاطفية دون أن يتأثروا بانفعالات الآخرين، مما يعزز استقرارهم النفسي والمهني.

كما تفترض نظرية بوين أن الأفراد الذين لديهم تمايز عاطفي مرتفع قادرون على تحقيق توازن بين المنطق والعاطفة في اتخاذ القرارات، وهو ما يتماشى مع بيئة العمل الأكاديمي التي تتطلب تحليلاً عقلانياً لمختلف القضايا والتحديات.

ونظراً لأن الأساتذة الجامعيون غالباً ما يشغلون أدواراً قيادية تتطلب القدرة على ضبط النفس والتفاعل بمرونة مع الضغوط، ومن ثم يري بوين أن الأفراد ذوو التمايز العاطفي العالي يميلون إلى أن يكونوا قادة فعالين لأنهم قادرون على التفكير بموضوعية، واتخاذ قرارات عقلانية حتى في المواقف العاطفية الشديدة.

وفقاً لما تقدم تدعم نظرية بوين النتيجة التي توصل إليها البحث، حيث أن ارتفاع مستوى التمايز العاطفي لدى أساتذة جامعة القادسية يعكس قدرتهم على تحقيق الاستقلال العاطفي، تنظيم الانفعالات، التوازن بين العاطفة والمنطق، والتكيف مع البيئة المهنية بكفاءة، لذا فإن تعزيز هذا التمايز يمكن أن يسهم في تحسين جودة العمل الأكاديمي والرضا الوظيفي لدى أعضاء هيئة التدريس.

وتتوافق نتيجة البحث الحالي من تمتع أساتذة جامعة القادسية بمستوى مرتفع من التمايز العاطفي مع عدد من الدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع من زوايا متعددة، فقد توصلت دراسة جبر وعدنان مارد وجبار وشروق كاظم (٢٠١٤) إلى أن الأفراد في عينة البحث لديهم مستوى عالٍ من التمايز النفسي وسمات الشخصية، مما يعكس القدرة على الفصل بين المشاعر الذاتية والتجارب الخارجية، كما أكدت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في مستوى التمايز النفسي لصالح الذكور، وهو ما يفتح المجال لمقارنة نتائج البحث الحالي بمتغيرات النوع الاجتماعي.

كما تدعم دراسة (Renee, 2012) هذه النتيجة، إذ أوضحت أن الأفراد الذين يعانون من اضطراب الاكتئاب الشديد لديهم عجز في تمايز المعلومات العاطفية السلبية، مما يعني أن الأفراد الأصحاء يتمتعون بمستوى أعلى من التمايز العاطفي، وبالتالي يمكن تفسير مستوى التمايز

العاطفي المرتفع لدى أساتذة جامعة القادسية بارتباطه بالصحة النفسية الإيجابية والقدرة على التعامل الفعال مع المشاعر المختلفة.

وفي السياق ذاته أظهرت دراسة ناصر (٢٠١٩) أن ارتفاع مستويات تمايز الذات يترافق مع زيادة القدرة على الضبط القصدي، مما يشير إلى دور التمايز العاطفي في تعزيز القدرة على التحكم في السلوكيات والاستجابات العاطفية، وعليه فإن المستوى المرتفع من التمايز العاطفي لدى أساتذة جامعة القادسية قد يسهم في تعزيز قدرتهم على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والمهنية.

كما أكدت دراسة (Barrett, et al, 2001) أن الأفراد الذين يتمتعون بقدرة أعلى على تمايز المشاعر السلبية يكونون أكثر قدرة على تنظيمها، مما يدعم فرضية أن التمايز العاطفي يساهم في تحسين آليات التنظيم العاطفي لدى الأفراد، وهذا قد يفسر سبب تمتع أساتذة جامعة القادسية بمستويات عالية من التمايز العاطفي، حيث إن طبيعة عملهم تتطلب القدرة على إدارة المشاعر المختلفة بفعالية.

بناءً على ما سبق، فإن نتائج البحث الحالي تتوافق مع الاتجاهات العامة في الدراسات السابقة، مما يعزز من موثوقية الاستنتاج القائل بأن أساتذة جامعة القادسية يتمتعون بمستوى عالٍ من التمايز العاطفي، والذي قد يكون مرتبطاً بخبراتهم الأكاديمية والمهنية، بالإضافة إلى قدرتهم على تنظيم مشاعرهم بطريقة تكيفية.

التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج يوصي الباحث بالآتي:

١) تعزيز برامج الدعم النفسي والتدريب على إدارة الانفعالات للأساتذة، بما يساهم في تطوير التمايز العاطفي لديهم.
٢) إدراج التمايز العاطفي ضمن استراتيجيات تطوير الأداء الأكاديمي، لما له من دور في تحسين جودة التدريس والتفاعل مع الطلاب.
٣) توفير بيئة عمل جامعية داعمة تُشجع الأساتذة على التعبير عن مشاعرهم بطرق إيجابية وتعزز التوازن النفسي لديهم.
٤) توجيه الإدارات الجامعية إلى تبني سياسات تسهم في تقليل الضغوط المهنية وتحسين جودة الحياة الوظيفية للأساتذة.
٥) تنظيم ورش عمل ودورات تدريبية تركز على مهارات التمايز العاطفي، مثل التحكم في المشاعر والتفاعل الفعّال مع المواقف المختلفة.
٦) تشجيع الأساتذة على تبني استراتيجيات تنظيم الانفعالات في بيئة التدريس، مما يعزز التواصل الإيجابي مع الطلاب والزملاء.

المقترحات:

في ضوء ما توصل إليه البحث، واستكمالاً لبحث الموضوع بشكل أوسع يقترح الباحث ما يأتي:

١) دراسة العلاقة بين التمايز العاطفي والتكيف المهني لدى أساتذة الجامعات.
٢) دراسة دور التمايز العاطفي في تحقيق الرضا الوظيفي لدى أعضاء هيئة التدريس.
٣) دراسة أثر التمايز العاطفي على جودة التفاعل الأكاديمي بين الأستاذ والطالب.
٤) دراسة التمايز العاطفي وعلاقته بمهارات القيادة الأكاديمية لدى أساتذة الجامعات.
٥) دراسة دور التمايز العاطفي في تحسين استراتيجيات إدارة الأزمات داخل البيئة الجامعية.
٦) دراسة التمايز العاطفي وعلاقته بأساليب اتخاذ القرار لدى أساتذة الجامعات.
٧) دراسة الفروق في مستوى التمايز العاطفي بين الأساتذة وفقاً للتخصصات الأكاديمية المختلفة.
٨) دراسة العلاقة بين التمايز العاطفي والذكاء العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي.
٩) دراسة أثر الضغوط الأكاديمية على مستوى التمايز العاطفي لدى أساتذة الجامعات.

المصادر (References)

المصادر العربية:

جبر، عدنان مارد& جبار، شروق كاظم (٢٠١٤). التمايز النفسي وعلاقته بسمات الشخصية لدى طلبة الجامعة. مجلة الباحث، (١٣)، الإصدار (٦).

عباس، رياض عزيز. (٢٠٢٣). التمايز العاطفي وعلاقته بإعادة التفسير. مجلة آداب المستنصرية، (١٠١)، آذار، الجامعة المستنصرية – كلية الآداب.

ناصر، رغدة نعيم. (٢٠١٩). علاقة مستويات التمايز الذاتي لدى الراشدين بأنماط التعلق في الطفولة ومستويات الضبط القصدي (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الآداب والعلوم، جامعة عمان الأهلية، الأردن.

Reference:

Abbas, Riyadh Aziz. (2023). Al-Tamayyuz Al-'Atifi wa 'Alaqatuh bi l'adat Al-Tafsir. Majallat Adab Al-Mustansiriyya, (101), Adhar, Al-Jami'a Al-Mustansiriyya – Kulliyat Al-Adab.

Andersen, S. M., & Saribay, S. A. (2005). The relational self and transference: Evoking motives, self-regulation, and emotions through activation of mental representations of significant others. In M. W. Baldwin (Ed.), Interpersonal cognition (pp. xx–xx). New York: Guilford Press.

Andersen, S. M., & Saribay, S. A. (2005). The relational self and transference: Evoking motives, self-regulation, and emotions through activation of mental representations of significant others. In M. W. Baldwin (Ed.), Interpersonal cognition (pp. xx–xx). New York: Guilford Press.

Barrett, L. F. (2004). Feelings or words? Understanding the content in self-report ratings of experienced emotion. Journal of Personality and Social Psychology, 87(2).

Barrett, L. F. (2004). Feelings or words? Understanding the content in self-report ratings of experienced emotion. Journal of Personality and Social Psychology, 87(2).

Barrett, L. F., Gross, J., Christensen, T. C., & Benvenuto, M. (2001). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. Cognition and Emotion, 15(6).

Barrett, L. F., Gross, J., Christensen, T. C., & Benvenuto, M. (2001). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. Cognition and Emotion, 15(6).

Bastian, B., Koval, P., Erbas, Y., Houben, M., Pe, M., & Kuppens, P. (2015). Sad and alone: Social expectancies for experiencing negative emotions are linked to feelings of loneliness. Social Psychological and Personality Science, 6(5).

Bastian, B., Koval, P., Erbas, Y., Houben, M., Pe, M., & Kuppens, P. (2015). Sad and alone: Social expectancies for experiencing negative emotions are linked to feelings of loneliness. Social Psychological and Personality Science, 6(5).

Bowen, M. (1979). Family therapy in clinical practice. New York: Jason Aronson.

Bowen, M. (1979). Family therapy in clinical practice. New York: Jason Aronson.

Bowen, M. (1985). Family therapy in clinical practice. Jason Aronson.

Bowen, M. (1985). Family therapy in clinical practice. Jason Aronson.

Chemiss, C., Adler, M., & Weiss, R. P. (2000). Promoting emotional intelligence in organisations. Training & Development, 80.

Chemiss, C., Adler, M., & Weiss, R. P. (2000). Promoting emotional intelligence in organisations. Training & Development, 80.

Erbas, Y., Ceulemans, E., Lee, P., Koval, P., & Kuppens, P. (2014). Negative emotion differentiation: Its personality and well-being correlates and a comparison of different assessment methods. Cognition and Emotion.

Erbas, Y., Ceulemans, E., Lee, P., Koval, P., & Kuppens, P. (2014). Negative emotion differentiation: Its personality and well-being correlates and a comparison of different assessment methods. Cognition and Emotion.

Erbas, Y., Sels, L., Ceulemans, E., & Kuppens, P. (2016). Feeling me, feeling you: The relation between emotion differentiation and empathic accuracy. Social Psychological and Personality Science, 7(3).

Erbas, Y., Sels, L., Ceulemans, E., & Kuppens, P. (2016). Feeling me, feeling you: The relation between emotion differentiation and empathic accuracy. Social Psychological and Personality Science, 7(3).

Friedman, E. (1991). Bowen theory and therapy. In A. Gurman & D. Kniskern (Eds.), Handbook of family therapy (Vol. 2). Brunner/Mazel.

Friedman, E. (1991). Bowen theory and therapy. In A. Gurman & D. Kniskern (Eds.), Handbook of family therapy (Vol. 2). Brunner/Mazel.

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects.

Psychological Inquiry, 26.

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. Psychological Inquiry, 26.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press.

Jabir, Adnan Mard, & Jabbar, Shurooq Kadhim. (2014). Al-Tamayyuz Al-Nafsi wa 'Alaqatuh bi Simat Al-Shakhsiyyah Lada Talabat Al-Jami'ah. Majallat Al-Bahith, (13), Al-Isdar (6).

Kashdan, T. B., Barrett, L. F., & McKnight, P. E. (2015). Unpacking emotion differentiation: Transforming unpleasant experience by perceiving distinctions in negativity. Current Directions in Psychological Science, 24(1).

Kashdan, T. B., Barrett, L. F., & McKnight, P. E. (2015). Unpacking emotion differentiation: Transforming unpleasant experience by perceiving distinctions in negativity. Current Directions in Psychological Science, 24(1).

Kashdan, T. B., Ferssizidis, P., Collins, R. L., & Muraven, M. (2010). Emotion differentiation as resilience against excessive alcohol use: An ecological momentary assessment in underage social drinkers. Psychological Science, 21(9).

Kashdan, T. B., Ferssizidis, P., Collins, R. L., & Muraven, M. (2010). Emotion differentiation as resilience against excessive alcohol use: An ecological momentary assessment in underage social drinkers. Psychological Science, 21(9).

Kerr, M., & Bowen, M. (1988). Family evaluation: An approach based on Bowen's theory. Norton.

Kerr, M., & Bowen, M. (1988). Family evaluation: An approach based on Bowen's theory. Norton.

Krishnan, M. P. A. (2012). The moderating role of emotional differentiation on satiation. Journal of Consumer Psychology, 22(4).

Krishnan, M. P. A. (2012). The moderating role of emotional differentiation on satiation. Journal of Consumer Psychology, 22(4).

Kuppens, P., & Verduyn, P. (2015). Looking at emotion regulation through the window of emotion dynamics. Psychological Inquiry, 26.

Kuppens, P., & Verduyn, P. (2015). Looking at emotion regulation through the window of emotion dynamics. Psychological Inquiry, 26.

Lennarz, H. K., Lichtwarck-Aschoff, A., Timmerman, M. E., & Granic, I. (2017). Emotion differentiation and its relation with emotional well-being in adolescents. Cognition and Emotion, 32(3).

Lennarz, H. K., Lichtwarck-Aschoff, A., Timmerman, M. E., & Granic, I. (2017). Emotion differentiation and its relation with emotional well-being in adolescents. Cognition and Emotion, 32(3).

Licht, C., & Chabot, D. (2006). The Chabot Emotional Differentiation Scale: A theoretically and psychometrically sound instrument for measuring Bowen's intrapsychic aspect of differentiation. Journal of Marital and Family Therapy, 32(2).

Licht, C., & Chabot, D. (2006). The Chabot Emotional Differentiation Scale: A theoretically and psychometrically sound instrument for measuring Bowen's intrapsychic aspect of differentiation. Journal of Marital and Family Therapy, 32(2).

Lischetzke, T., Cuccodoro, G., Gauger, A., Todeschini, L., & Eid, M. (2005). Measuring affective clarity indirectly: Individual differences in response latencies of state. Emotion, 5.

Lischetzke, T., Cuccodoro, G., Gauger, A., Todeschini, L., & Eid, M. (2005). Measuring affective clarity indirectly: Individual differences in response latencies of state. Emotion, 5.

Nasser, Raghda Naeem. (2019). ‘Alaqat Mustawayat Al-Tamayyuz Al-Dhati Lada Al-Rashideen bi Anmat Al-Ta‘alluq fi Al-Tufulah wa Mustawayat Al-Dabt Al-Qasdi (Risalat Majisteer Ghayr Manshura). Kulliyat Al-Adab wal-‘Uloom, Jami‘at ‘Amman Al-Ahliyya, Al-Urdun.

Renee, E. D. (2012). Feeling blue or turquoise? Emotional differentiation in major depressive disorder. Psychological Science, 23(11).

Renee, E. D. (2012). Feeling blue or turquoise? Emotional differentiation in major depressive disorder. Psychological Science, 23(11).

Scherer, K. R. (1987). Toward a dynamic theory of emotion. Geneva Studies in Emotion, 1.

Scherer, K. R. (1987). Toward a dynamic theory of emotion. Geneva Studies in Emotion, 1.

Skowron, E. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving, and ethnic group belonging among persons of color. Journal of Counseling & Development, 82.

Skowron, E. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving, and ethnic group belonging among persons of color. Journal of Counseling & Development, 82.