

جامعة النجاح الوطنية
كلية الدراسات العليا

الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والإجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل

إعداد

وطن منير صبري عباس

إشراف

د. قتيبة غبارية

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية في نابلس، فلسطين.

2019

الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والإجتماعي
والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل

إعداد

وطن منير صبري عباس

نوقشت هذه الأطروحة بتاريخ 2019/10/02م، وأجيزت.

أعضاء لجنة المناقشة

التوقيع

.....
.....

.....
.....

.....
.....

1- د. قتيبة إغبارية / مشرفاً رئيساً

2- أ. د. يوسف ذياب / ممتحناً خارجياً

3- د. فايز محاميد / ممتحناً داخلياً

الإهداء

إلى من أفخر بأن يقترن إسمي باسمه في كل تفاصيل حياتي، وعلمني الصبر والنجاح ومواجهة الصعاب، إلى من افتقده في هذه اللحظات الجميلة ولم تمهله المنية لأرتوي من مرافقته الطيبة...
أبي الغالي، رحمه الله رحمة واسعة

إلى حبيبة قلبي، ونور عيوني، إلى من تتسابق الكلمات وتتلعثم الحروف لتخرج معبرة عن جميل أفعالها، إلى التي علمتني وعانت الصعاب لأصل إلى ما أنا فيه، وعندما تكسوني الهموم تبتدأ
آلامي بفيض حنانها...

أمي الغالية، أدامها الله لي بصحتها وعافيتها.

إلى رفيق دربي، ونصفي الثاني، الذي قاسمني عناء البحث، ومرارة الوقت، لإتمام عملي هذا، فكان
نعم الرفيق، والصديق والحبيب...

زوجي الغالي

إلى فلذة كبدي، قطعة قلبي وروحي وأعذب ما في عمري، نور عينايا ابنتي العزيزة...

ناي

إلى بيتي الثاني، أهل زوجي اللذين هم بالأساس أهلي، وعونني في هذه الحياة، إلى من تطيب
حياتي بوجودهم وتذوقت معهم أجمل اللحظات

إلى هؤلاء جميعاً أهدي انجاز هذا العمل المتواضع، وأسأل الله أن يكون خالصاً لوجهه الكريم

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم رسول المحبة المبعوث رحمة للعالمين.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من لا يشكر الناس لا يشكر الله" (الترمذي، 1987م، ج4، ص339) فإنه من دواعي سروري أن أخط هذه الكلمات لأتقدم بالشكر الجزيل والعرفان الجميل لكل من كان سنداً لي في إخراج هذا العمل المتواضع، وأخص بالذكر الأستاذ الدكتور الفاضل قتيبة اغبارية لاشرافه على رسالتي وقد رعاها خير رعاية، وأمدني وأعانني بتوجيهاته القيمة في إخراج هذا العمل في صورته الحالية، كما أتقدم بالشكر والعرفان من عضوي لجنة المناقشة الأفاضل: الدكتور فايز محاميد - مناقشاً داخلياً والأستاذ يوسف ذياب عواد مناقشاً خارجياً لتفضلهما بقبول مناقشة رسالتي هذه،

كما أتقدم بالشكر الجزيل والتقدير العميق إلى جميع أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة النجاح وأخص بالذكر قسم الإشراف الميداني وعلم النفس؛ لما قدموه من جهد كبير وعلم نافع خلال دراستي للماجستير.

وأخيراً أتقدم بالشكر والإمتنان إلى كل من قدم لي المساعدة من قريب أو من بعيد في إتمام هذا العمل المتواضع، والله ولي التوفيق.

الإقرار

أنا الموقعة أدناه، مقدمة الرسالة التي تحمل عنوان:

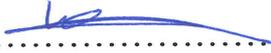
الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والإجتماعي
والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل

Emotional Intelligence and its Relationship with Psychological, social and academic adjustment Among Arab students in Israel universities

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هو نتاج جهدي الشخصي، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وأنّ هذه الرسالة كاملة، أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل أي درجة أو لقب علمي، أو بحثي لدى أي مؤسسة تعليمية، أو بحثية أخرى.

Declaration

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced, is the researcher's own work, and has not been submitted elsewhere for any other degree qualification.

Student's Name: **وطن منير صبري عباس** اسم الطالب:
Signature:  التوقيع:
Date: **2019/10/02** التاريخ:

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
	أعضاء لجنة المناقشة
	الاهداء
	الشكر والتقدير
	الافرار
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	الملخص
	الفصل الأول: مشكلة الدراسة وخلفيتها
	1.1 مقدمة الدراسة
	2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها
	3.1 فرضيات الدراسة
	4.1 أهداف الدراسة
	5.1 أهمية الدراسة
	6.1 حدود الدراسة
	الفصل الثاني: الخلفية النظرية والدراسات السابقة
	1.2 التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي
	1.1.2 مفهوم التكيف
	2.1.2 أبعاد التكيف الرئيسة:
	3.1.2 شروط تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي والاكاديمي
	4.1.2 مظاهر التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي
	5.1.2 معايير التكيف
	6.1.2 العوامل التي تؤدي إلى سوء التكيف
	2.1.6 النظريات المفسرة لعملية التكيف
	2.2 الذكاء الانفعالي
	1.2.2 مفهوم الذكاء الانفعالي
	2.2.2 الأساس النيورولوجي للذكاء الانفعالي

الصفحة	الموضوع
	3.2.2 أهمية الذكاء الانفعالي في المنظومة التربوية
	4.2.2 أبعاد الذكاء الانفعالي ومكوناته
	4.2.2 النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي
	5.2.2 سمات الأذكيااء وجدانيا
	6.2.2 مهارات الذكاء الانفعالي
	7.2.2 تنمية الذكاء الانفعالي
	3.2 الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي
	4.2 الدراسات السابقة
	5.2 ملخص الخلفية النظرية والدراسات السابقة
	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات
	1.3 منهجية الدراسة
	2.3 مجتمع الدراسة
	3.3 عينة الدراسة
	4.3 أدوات الدراسة
	5.3 إجراءات الدراسة
	6.3 المعالجات الإحصائية
	7.3 تفصيل متغيرات الدراسة والتعريفات الإجرائية
	الفصل الرابع: نتائج الدراسة
	1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
	2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
	3.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
	4.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
	5.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
	الفصل الخامس: مناقشة النتائج
	1.5 مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة
	2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
	3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

الصفحة	الموضوع
	4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
	5.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
	7.5 خلاصة الدراسة
	8.5 التوصيات
	قائمة المصادر والمراجع
	المراجع العربية
	المراجع الأجنبية
	الملاحق
	Abstract

قائمة الجداول

رقم الجدول	المحتوى	الصفحة
جدول (1)	يوضح نموذج ماير وسالوفي للذكاء الانفعالي	
جدول (2)	يوضح نموذج دانييل جولمان للذكاء الانفعالي	
جدول (3)	توزيع عينة الدراسة بحسب متغير الدراسة المستقلة	
جدول (4)	توزيع فقرات اختبار "هنري بورو" للتكيف الأكاديمي على الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية التكيفية، حسب الحد الأعلى والحد الأدنى لعلامة كل بعد من أبعاد الأداة	
جدول (5)	الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي	
جدول (6)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتقدير للذكاء الانفعالي	
جدول (7)	نتائج اختبارات لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع للذكاء الانفعالي	
جدول (8)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرات لمستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل	
جدول (9)	نتائج اختبار "ت" لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل	
جدول (10)	مقارنة المتوسطات حسب الجنس لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير الجنس	
جدول (11)	مقارنة المتوسطات حسب مكان السكن لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير مكان السكن	
جدول (12)	مقارنة المتوسطات حسب المستوى الأكاديمي لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير المستوى الأكاديمي	
جدول (13)	مقارنة المتوسطات حسب العمر لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير العمر	
جدول (14)	مقارنة المتوسطات حسب الجنس لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير الجنس	

الصفحة	المحتوى	رقم الجدول
	مقارنة المتوسطات حسب نوع الكلية لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير نوع الكلية	جدول (15)
	مقارنة المتوسطات حسب مكان السكن لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير مكان السكن	جدول (16)
	مقارنة المتوسطات حسب المستوى الأكاديمي لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير المستوى الأكاديمي	جدول (17)
	مقارنة المتوسطات حسب العمر لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير العمر	جدول (18)

الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والإجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل.

إعداد

وطن منير صبري عباس

إشراف

د. قتيبة اغباريه

الملخص

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن مفهوم الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والإجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل. ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وهو منهج يتألف من مجموعة من الإجراءات البحثية التي تعتمد على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها ومعالجتها لاستخلاص النتائج.

بلغ حجم العينة (151) طالباً وطالبة، إذ كان عدد الطلبة الذكور (63) طالباً وهذا يمثل ما نسبته (41.7%) من حجم العينة في مقابل (88) طالبة وهذا يمثل ما نسبته (58.3%) من حجم العينة، وكان الطلبة من مختلف التخصصات والكليات العلمية والإنسانية، وتم استخدام مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد (عثمان ورزق، 2002)، والمكون من (58) فقرة يمثل كل منها عبارة تقريرية يستجيب عليها المفحوص ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي من إعداد علي الديب (1988) ومجموع فقراته (100) فقرة، حيث تم اختيار بعدين منه وهما بعدي التكيف النفسي والتكيف الاجتماعي وتمثلهما (75) فقرة، واستخدم اختبار "هنري بورو" للتكيف الأكاديمي الذي يتكون من (90) فقرة.

وأسفرت النتائج وجود علاقة طردية قوية بين الذكاء الانفعالي والتكيف الأكاديمي ($r=0.62, p < 0.01$)، وعلاقة طردية متوسطة القوة بين الذكاء الانفعالي وكل من التكيف النفسي ($r= 0.46, p < 0.01$)، والتكيف الاجتماعي ($r= 0.47, p < 0.01$).

كما أنه وجد علاقة طردية وقوية بين التكيف النفسي والتكيف الأكاديمي،
($r= 0.64, p < 0.01$)، والتكيف الاجتماعي والتكيف الأكاديمي ($r= 0.66, p < 0.01$). كما
ووجد ارتباطاً طردياً مرتفعاً بين التكيف النفسي والتكيف الاجتماعي ($r= 0.59, p < 0.01$).

وجاء مستوى الذكاء الانفعالي مرتفعاً لدى الطلبة العرب في جامعات إسرائيل، وكذلك وجد
انمستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات إسرائيل
متوسطاً، بمتوسط حسابي (1.62) وانحراف معياري (0.23)، كما جاء مستوي التكيف النفسي
والاجتماعي مرتفعين. وهذا يعني أنّ تكيف الأكاديمي والتكيف النفسي والاجتماعي أكبر وبشكلٍ
دالٍ إحصائياً من المستوى المتوسط، وهذا يعبر عن امتلاك الطلبة في جامعات إسرائيل لمستوى
مرتفع من التكيف الأكاديمي والتكيف النفسي والاجتماعي.

وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً يمكن عزوها لمتغير العمر أو
المستوى الأكاديمي.

وتوصي الباحثة بالعمل على تطوير استراتيجيات وبرامج تزيد من مهارات الذكاء الانفعالي
لدى طلبة الجامعة المستجدين. وضرورة تنفيذ البرامج والأنشطة الإرشادية للطلبة الجدد بداية كل
عام دراسي لتعريفهم بطبيعة الحياة الجامعية وطرق التكيف معها نفسياً، اجتماعياً وأكاديمياً.
والاهتمام برفع مستوى التكيف لدى الطلبة الجدد لما له من آثار إيجابية على التحصيل العلمي،
الراحة النفسية، الثقة بالنفس، وبالتالي الانسجام المهني بعد الانتهاء من الدراسة الجامعية والالتحاق
بالمهنة.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وخلفيتها

- 1.1 مقدمة الدراسة
- 2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها
- 3.1 فرضيات الدراسة
- 4.1 أهداف الدراسة
- 5.1 أهمية الدراسة
- 6.1 حدود الدراسة

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وخلفيتها

1.1 مقدمة الدراسة

تمثل الحياة الجامعية احدى المراحل التي يتفياً ظللها الطالب في هذه المرحلة العمرية من حياته وتعد الجامعة تجربة جديدة له، لا تشبه التجارب التعليمية السابقة ففيها كثير من المشكلات والضغوطات الجديدة التي عليهم مواجهتها والتكيف معها، مثل: التعرف إلى أنظمة الجامعة ولوائحها، اختيار التخصص والتكيف معه والاختيار المهني والإعداد لمهنة المستقبل، وما يرتبط بذلك من اتخاذ قرارات ذات أهمية بمستقبل الطلبة وحياتهم العلمية والمستقبلية (النل وبلبل، 1988) فطلبة الجامعة ليسوا في منأى عن الظروف الصعبة والمواقف الحياتية والصراعات المختلفة، فهم يتعرضون إلى تغيرات إنمائية ونفسية واجتماعية، ينتج عنها مطالب وحاجات تستدعي إشباعها، وطموحات وأهداف يستوجب تحقيقها (الزيود، 2005).

كما وقد يتعرض طلبة الجامعة إلى مشكلات تسهم في إعاقة إشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية والانفعالية، كعدم تقبل الآخرين لهم أو صعوبة تحقيق التكيف مع المدرسين والزملاء والمواد والأنظمة الجامعية. ومن جانب آخر نرى أن أهم ما تركز عليه المناهج في جامعاتنا هو الجانب العقلي للطلاب الجامعي والمواد التعليمية، متجاهلة الخصائص النفسية له سواء ما يتعلق بمضمون هذه المقررات المدروسة أو طرق تدريسها أو أسلوب تقديم المعلم لهذه المواد وبالتالي يتم إغفال حقيقة علمية مهمة هي أن السعي لبلوغ مستويات متقدمة من النمو العقلي للطلاب لا يؤدي إلى حدوث تقدم موازٍ في نموه الانفعالي، فضلاً عن ذلك، هناك ضرورة اجتماعية وأخلاقية تدعو إلى الاهتمام بدراسة واكتشاف وتنمية الذكاء الانفعالي لدى الطلبة وهي ما نراه من تدني التحصيل الأكاديمي للطلبة، وعنف في العلاقات الاجتماعية بين طلبة بالإضافة الى تدني دافعية الطلبة للذهاب إلى الجامعة بسبب الاتجاهات السلبية التي يمتلكونها اتجاه الجامعة والمدرسين و أساليب التدريس وأنظمة الجامعة (عبد اللات، 2008).

إن تكيف الطالب في الحياة الجامعية يعرف على أنه قدرة الطالب على الانسجام والتأقلم مع متطلبات كليته، وزملائه، ومدرسيه، ويمكن أن نرى مقدار هذا التكيف من خلال تحصيل الطالب الأكاديمي والتطور في قدراته العقلية والمعرفية ومن خلال سلوك الطالب مع زملائه الطلاب ومدرسيه (شقورة، 2002). ويتأثر تكيف الطالب بالعديد من العوامل والمتغيرات منها: مدى امتلاكه من مقومات ومميزات شخصية كالذكاء الانفعالي، وطريقة مواجهته للمشكلات واستجابته لها، وتعامله مع الضغوطات، وعدم فقدان الثقة بالنفس، والحفاظ على الاتزان الانفعالي، وقوة الأنا والصلافة النفسية، وكل هذه الأمور تتدرج تحت ما يعرف بمفهوم الذكاء الانفعالي (ريان، 2006).

يتضمن مفهوم الذكاء الانفعالي القدرة على الوعي والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وتنظيمها بوضوح وبما يناسب انفعالات ومشاعر الآخرين للدخول معهم في علاقات اجتماعية إيجابية وتساهم في تعلم الفرد المزيد من المهارات الحياتية الإيجابية (عثمان وعبد السميع، 1998). كما أن الذكاء الانفعالي يساعد الفرد في ترشيد التفكير، فالمزاج الإيجابي يخلق الإبداع والنجاح ويساعد الفرد على حل المشكلات التي قد يواجهها، ويساعده على تنظيم المعلومات (الخضر، 2002). كما ويساعد الذكاء الإنفعالي الأفراد على تجاوز ما يعترضهم من مشكلات تربوية كإحباط وانخفاض الدافعية والضغوطات النفسية، إذ أن الطلبة الذين يعانون من تدني التحصيل يحتاجون إلى امتلاك المهارات الانفعالية الضرورية التي تمكنهم من النهوض وتحقيق الإنجاز اللازم في المجال الأكاديمي، حيث تمكنهم هذه المهارات من تحقيق التكيف والتغلب على المشكلات والعقبات التي يتعرضون لها، كما وتساعدهم على التحكم في التوتر الذي قد يصاحب هذه العقبات والضغوطات (المواجهه، 2004).

بالإضافة إلى هذا، إن الذكاء الانفعالي و القدرات الانفعالية و الاجتماعية تشكل بعدا مهما في الأداء المعرفي وعمليات التفكير والسلوك، مما ينعكس بشكل إيجابي في تطوير قدرة الفرد على التكيف والنجاح. ويعد الذكاء الانفعالي من المتطلبات الضرورية لنجاح الفرد

أكاديمية وفي مجال عمله وتفاعله الاجتماعي والقيادة والإدارة ومختلف علاقاته العامة (الهنداوي والزلغول، 2002).

من هنا جاءت فكرة هذا البحث للوقوف على طبيعة الذكاء الانفعالي لدى طلاب الجامعة، ومعرفة علاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي، من منطلق أن الظروف النفسية والاجتماعية والأكاديمية، والمهارات المعرفية والانفعالية والنفسية وغيرها تعد من المتغيرات المؤثرة في شخصية الطالب وتكيفه الجامعي.

أكثر من 40% من الطلاب العرب من التعليم العالي في اسرائيل، يقومون بتغيير موضوع تعليمهم العالي بعد السنة الأولى أو بالتسرب النهائي من المؤسسة العليا وهذا يعود الى صعوبة قدرة الطالب على التكيف ضمن مجال التحديات النفسية، والضغوطات الخاصة التي يتعرض لها الطالب العربي، كونه يتعلم في جامعة إسرائيلية بعيدا عن عائلته وبيئته الأصلية التي تمثل له مصدر دعم نفسي واضح، وتبرز صعوبة هذا التأقلم بالأساس لدى الطلبة الذين يغيرون مكان سكنهم حيث يواجهون صعوبات تأقلم لبيئة جديدة، وأسلوب حياة مختلف يلزمهم به استقلالهم عن عائلاتهم وتوجههم الى بيئة غريبة ومجتمع مختلف، متعدد الحضارات والثقافات، متعدد اللغات ومليء بالمظاهر الجديدة على الطلبة العرب (جمعية اقرأ لدعم التعليم في المجتمع العربي، 2017).

كما وكشف استطلاع للرأي شمل 1300 طالباً عربياً من الجامعات الإسرائيلية أن 50% منهم يواجهون مظاهر عنصرية وتمييزاً خلال التعليم، ونحو 40% تحدثوا عن تعابير عنصرية تصدر عن أعضاء الطاقم الأكاديمي. وشمل استطلاع الرأي طلاباً من عدة مؤسسات للتعليم العالي، والتي أكدت أيضاً على المصاعب التي يواجهها الطالب العربي في الاندماج بالتعليم والحصول على منح دراسية، والإحساس بعدم تمثيل اللغة العربية والثقافة العربية في الحرم الجامعي. ودلت النتائج أن غالبية مظاهر العنصرية ضد العرب في الأكاديمية والجامعات والكليات تصدر من جانب طلاب آخرين، وبعضها يصدر عن أعضاء في الطاقم الأكاديمي. وبيّنت أن ثلث الطلاب الذين شاركوا في الاستطلاع أشاروا إلى أن المؤسسات الأكاديمية التي يدرسون فيها

لا تقدم لهم تسهيلات تساعد على الاندماج، حتى في فترة الأعياد أو خلال صيام شهر رمضان. وقال 30% من الطلاب إنهم لا يستطيعون التقدم لطلب منح دراسية لكونهم لا يخدمون في الجيش الإسرائيلي.

كما أظهر الاستطلاع، أن غالبية المستطلعين يعتقدون أن منالية التعليم للمتحدثين باللغة العربية غير كافية. وقالوا إنه على المؤسسات الأكاديمية أن تترجم مواقعها على الإنترنت إلى اللغة العربية، ووضع لافتات باللغة العربية، والاهتمام بتوفير لوحات مفاتيح مع أحرف عربية. إلى جانب ذلك، تحدث كثيرون من المستطلعين عن منالية بعض الخدمات، مثل الاستشارة والتمثيل في نقابة الطلاب وغرف للصلاة (وتد، 2017).

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

إن وجود التنوع العرقي والثقافي والاجتماعي والاقتصادي لدى طلبة الجامعات يجعلنا نتوقع وجود صعوبة في عملية الاندماج والتكيف في ظل هذا التنوع، كما يواجه الطلبة بعض الصعوبات التي قد تعيق تكيفهم الشخصي والاجتماعي والأكاديمي والانفعالي كعدم تقبل الآخرين لهم أو عدم إتاحة الفرصة الكافية لممارسة الأنشطة المختلفة أو عدم التكيف مع المدرسين والطلاب والمواد التدريسية والأنظمة الجامعية (الخواجه، 1998). وأمام مجهود الطلبة لتأكيد ذواتهم والشعور بالتقدير الذاتي والتقدير من قبل الآخرين، وأثناء سعيهم إلى تحقيق التكيف الشخصي والاجتماعي والأكاديمي، سيحتاجون إلى مجموعة من المهارات الانفعالية والانفعالية التي ستمكنهم من التعامل الفعال مع ذواتهم ومع الآخرين ومع المواقف الضاغطة والتحديات التي تفرضها عليهم الحياة الجامعية.

من هذا المنطلق تم اختيار متغير الذكاء الانفعالي لمعرفة علاقته بالتكيف الشخصي والاجتماعي والأكاديمي لدى طلبة الجامعة العرب في إسرائيل باعتبارها متغيرات ذات أهمية بالغة في تحقيق الاندماج والتكيف لدى الطالب الجامعي. وعليه، يحاول البحث الإجابة على السؤال الرئيسي الآتي:

هل هناك علاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل؟

ويتفرع من السؤال الرئيسي الأسئلة الفرعية الآتية:

1. هل هناك علاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي؟
2. ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل؟
3. ما مستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل؟
4. هل توجد فروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية؟
5. هل توجد فروق بينمتوسطات التكيف النفسي، الاجتماعى والأكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية؟

3.1 فرضيات الدراسة

تنطلق الدراسة من الفرضيات التالية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)، في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل تعزى لمتغير الجنس.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)، في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)، في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل تعزى لمتغير العمر .

4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)، في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل تعزى لمتغير مكان السكن .

5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)، في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل تعزى لمتغير الكلية .

4.1 أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل، وللدارسة أهداف فرعية أخرى موضحة بالتالي:

1. التعرف على مدى وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي .

2. دراسة مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل .

3. التعرف على مستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل .

4. التعرف على مدى وجود فروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية .

5. التعرف على مدى وجود فروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية .

5.1 أهمية الدراسة

تتبع أهمية هذه الدراسة من النقاط المحددة تالياً:

1. تأمل الباحثة أن تلقى هذه الدراسة اهتمام من المعنيين في الجامعة حول العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل لما له من أثر كبير على تحصيل الطلبة الاكاديمي.
2. حداثة الموضوع الذي يتم تناوله، حيث تعد هذه الدراسة جديدة في الموضوع الذي تبحث فيه على مستوى الجامعة - حسب علم الباحثة-.
3. تأمل الباحثة أن تكون الدراسة الحالية مقدمة لدراسات أخرى في هذا الشأن.
4. تمثل جهداً علمياً منهجياً متخصصاً، في مجال دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل.
5. توفر قاعدة بيانات حول العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي.
6. إمكانية الوصول إلى نتائج واضحة ومهمة حول العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي.

6.1 حدود الدراسة

- 1- اعتمدت نتائج الدراسة على التقرير الذاتي للعينة التي اختيرت لإجراء الدراسة عليها، فقد تكون الإجابات معرضة إلى الكثير من العوامل البيئية والذي قد يكون لها أثر على النتائج، ولذلك هناك حاجة لدراسات مستقبلية تفحص هذه المتغيرات بالاعتماد على عدة مصادر للمعلومات.

- 2- اقتصرت الدراسة الحالية على استخدام البحث الكمي الارتباطي، لذا هنالك حاجة لوجود دراسات مستقبلية تعتمد على دراسات وتصميمات أكثر تعقيدا، وارتباطات وتحليلات أكثر عمقا بين المتغيرات.
- 3- اعتمدت نتائج الدراسة على مقاييس أجنبية أعدت لفحص تقدير الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي، وهناك حاجة إلى تصميم مقاييس علمية خاصة تتناسب مع ثقافة وحاجة البيئة العربية.
- 4- اجراء المزيد من الدراسات للتعرف على تأثير الذكاء الانفعالي على تكيف الطالب، تحصيله العلمي، الرضا الدراسي، وتأثيره على التكيف المهني عند الالتحاق بالمهنة وسوق العمل.

الفصل الثاني

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

1.2 التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي

2.2 الذكاء الانفعالي

3.2 الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي

4.2 الدراسات السابقة

5.2 ملخص الخلفية النظرية والدراسات السابقة

الفصل الثاني

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

1.2 التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي

1.1.2 مفهوم التكيف

إن اصطلاح التكيف مشتق أصلاً من نظرية تشارلز دارون عن التطور سنة 1859 والتي قرر فيها ان الكائنات الحية التي تبقى هي الكائنات التي تستطيع أن تتلاءم مع صعوبات وأخطار العالم الطبيعي وهذا ما عبر عنه دارون بالانتخاب الطبيعي أو البقاء للأصلح.

ويعرفه شقورة على أنه قدرة الطالب على إحداث الانسجام والتلاؤم اللازم مع متطلبات الجامعة، والزملاء، والمدرسين، والمواد الدراسية، ويظهر ذلك بوضوح من تحصيل الطالب الأكاديمي والنمو الملاحظ في القدرات العقلية والمعرفية عنده ومن خلال سلوك الطالب مع الطلبة الآخرين ومع مدرسيه (شقورة، 2002).

واستخدم في المجال النفسي والاجتماعي والتربوي تحت مصطلح (تكيف أو توافق) ويشير "محمد عبد الظاهر الطيب" في كتابه إلى أن هناك خطأ بين مفهوم التكيف ومفهوم التكيف، فالتكيف في نظره خاص بالإنسان في سعيه لتكييف حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلات حياته، وصولاً إلى السواء والانسجام مع النفس والآخرين في البيئة التي يعيش فيها بأنواعها المختلفة (الأسرة، العمل، النادي، جماعة الرفاق)، أي أن التكيف هنا مفهوم إنساني.

أما التكيف فهو يشمل تكيف الإنسان والحيوانات والنباتات إزاء البيئة الفيزيقية التي يعيشون فيها، ولكي يعيش الكائن الحي سواء أكان إنساناً أم حيواناً أم نباتاً في البيئة عليه أن يكيف نفسه لها ويعدل من ظروفه حتى يتلاءم مع البيئة التي يعيش فيها (الطيب، 1989: 64).

فالتكيف إذن هو القدرة على تكوين العلاقات الطيبة بين المرء وبيئته بأوجهها الثلاثة أي البيئة الطبيعية والبيئة الاجتماعية والثقافية والوجه الثالث للبيئة وهو النفس (زيدان، 1972: 258).

وتتمثل عملية التكيف في سعي الفرد الدائم للتوفيق بين مطالبه وظروفه ومطالب وظروف البيئة المحيطة به، فالفرد كثيراً ما يجد نفسه في ظروف أو في بيئة لا تشبع كل مطالبه وحاجاته، بل قد تكون هذه الظروف وهذه البيئة مصدر إعاقة لإشباع حاجاته النفسية والاجتماعية. مثل هذه الاوضاع ومثل هذه البيئة تحتم على الفرد ضرورة بذل الجهد المستمر لمواجهة هذه الصعوبات التي تواجهه في حياته سعياً وراء حلها، وهذه تعتبر صورة من سلوك الإنسان السوي للوصول إلى التكيف والتكيف (الهابط، 1983).

فالتكيف السليم يجعل الفرد متحكماً في انفعالاته، متحملاً للمسؤولية، فاهمها لأهدافه متقبلاً للآخرين، مبتعداً عن التمرکز حول الذات مما يتيح له تحقيق المواءمة بينه وبين أفراد الجماعة التي ينتمي إليها، والذي يؤدي إلى إسباغ درجة كبيرة من النضج الشخصي والاجتماعي على شخصية الفرد (قضاة، 2007: 101).

هناك مجموعة من الخطوات تتم خلال عملية التكيف بوجه عام وهي:

1. وجود مثير للسلوك نتيجة دافع معين وشعور بوجود معضلة تعيق استجابته كوجود ظرف جديد ولكن لا يوجد في خبرات الفرد الماضية رد فعل جاهز على هذا الوضع الجديد.
2. إمكانية وصول الفرد إلى الاستجابة الصحيحة وذلك بعد محاولاته للوصول إلى مخرج من الوضع الجديد حتى يحصل تفاعل اجتماعي جيد ويصبح الفرد مهيناً للتواصل الاجتماعي.
3. الوصول إلى الاستجابة الصحيحة والطمأنينة الناجمة عنها أو اللجوء إلى آلية من آليات الدفاع كالانسحاب مثلاً من مواجهة المؤثر.
4. الشعور بضرورة الاستمرار في المحاولات وخاصة في الوضع الذي يتأخر فيه ظهور الاستجابة المطلوبة (الرفاعي، 1982).

2.1.2 أبعاد التكيف الرئيسية:

يشمل مفهوم التكيف على عدة أبعاد رئيسية، وفي هذا البحث سيتم التركيز على ثلاثة منها، وهي:

1. التكيف الأكاديمي:

في المرحلة الأولى من الحياة الجامعية، من الممكن أن يصاب الطلبة بنوع من الاعترا ب النفسي وعدم التكيف مع المحيط الموجود فيه على عكس طلبة المراحل المتقدمة والذين قد أصبحت حياتهم تعتمد على وجودهم في الجامعة. الأمر الذي يولد صراعات نفسية لأن الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الجامعة له اثر كبير في إبراز هذه الصراعات بين الاحتياجات التي يشعر بها الطالب وبين تكيفه مع المحيط الجديد. وهنا يأتي دور قدرة الفرد على التكيف مع الحياة متأثراً ومؤثراً في بيئته، وأيضاً في قدرته على التكيف مع الآخرين ومع المجتمع الجامعي (الشمري، 2013).

إن الاندماج الإيجابي في الحياة الجامعية يجعل الفرد متحكماً في انفعالاته، متحملاً لمسؤولياته، وفاهماً لأهدافه، ومتقبلاً للآخرين، ومبتعداً عن التمرکز حول الذات، مما يتيح له تحقيق التكيف والعلاقة الإيجابية بينه وبين أفراد الجماعة التي ينتمي لها وهذا يؤدي إلى درجة كبيرة من النضج الشخصي والاجتماعي والعقلي لشخصية الطالب (القضاة، 2007).

ويرى أحمد راجح (1999) أن التكيف الأكاديمي يبدأ منذ انتقال الطفل من البيت إلى المدرسة بعد الطفولة المبكرة حدث مهم في حياته. فهو انتقال من مجتمع بسيط منطو على نفسه إلى مجتمع أوسع وأكثر اتصالاً بالحياة. فالمدرسة بيئة جديدة ذات نظم وقوانين جديدة ومن خلالها سيتعرف الطفل على التكاليف والواجبات التي لم يعهد من قبل، فيها صلات جديدة ومنافسات جديدة ومغامرات جديدة، وفيها يضطر الطفل إلى التضحية بكثير من المميزات التي كان يتمتع بها في البيت، ففي البيت كان يحتل مركزاً فريداً خاصاً، بينما في المدرسة أصبح مجرد طفل بين عدد كبير من الأطفال يعاملونه على حد سواء، حتى المعلم وهو الراشد المهم في حياته اليوم، لا يعده أكثر من ولد أو بنت صغيرة بعد أن كان يرى نفسه في البيت "مركز الكون" كله لأن كل من

بالبيت يسارع إلى تلبية حاجاته. هذا التغيير الضيق في بيئة الطفل له أثر كبير في شخصيته وخلقه وسلوكه الاجتماعي. ذلك إن عادات التصرف الاجتماعي التي ألفها في البيت لم تعد تكفي لسلوكه في المدرسة، فالمواقف الجديدة تفرض على الإنسان واجبات جديدة وفي المدرسة يضطر الطفل لأول مرة أن يخضع لنظام يفرضه عليه غير والديه، فلا يعود الوالد المصدر الوحيد للسلطة والنفوذ. وفيها يتعين عليه أن يراعي النظام، وأن يلزم التأدب، وألا يهزأ من أخطاء غيره، وأن يلتفت إلى من يحدثه وألا يقاطع غيره أثناء عمله أو لعبه أن يلزم الصمت في أوقات معينة ولا يغضب إن اقتضت مصلحة الجماعة، وألا يأخذ أكثر من نصيبه. والتعاون في المدرسة يعني احترام قوانينها والمشاركة في الأشغال والألعاب، كما يعني المحافظة على المواعيد وعلى نظافة المدرسة وأثاثها. وعلى هذا فالطفل المدلل أو "الدكتاتور" أو الطفل الذي يلقى من العناية أكثر مما يجب قد يفيدون كثيراً من هذه البيئة الجديدة التي تحملهم بعض التبعات وتعصمهم ولو إلى حين من جو البيت.

يقصد بالتكيف الأكاديمي قدرة الطالب على إشباع حاجاته بطريقة طيبة وتترك آثاراً إيجابية بين الطالب وبيئته بكافة مكوناتها الاجتماعية والمادية، كما يشير مفهوم التكيف إلى قدرة الطالب على تحقيق حاجاته الاجتماعية من خلال علاقاته مع زملائه ومدرسيه ومع الجامعة وإدارتها ومن خلال مساهمته في ألوان النشاط الاجتماعي الجامعي بشكل مؤثر في صحته النفسية وفي تكامله الاجتماعي. (ابن منظور، 2005: 262)

ويشير أبو طالب صابر (1979) إلى أنه الناتج الأساسي لتفاعل الطلاب مع المواقف التربوية، وتعتبر عملية التكيف الأكاديمي خلاصة لتفاعل العديد من العوامل مع بعضها البعض كقدرة الطالب التحصيلية والعقلية وميوله التربوية، واتجاهاته نحو نظام البيئة الجديد، وحالته النفسية، وظروف حياته العامة.

وأكد السرحان (2000) أن التكيف الأكاديمي داخل الجامعة يتأثر بالجو الجامعي، فالمجتمع الجامعي الإيجابي هو الذي تسوده الحرية والديمقراطية، وروح العدالة، والمساواة، والمودة والتعاطف، بين الطلاب أنفسهم ومع مدرسيهم، وهو الذي يساعد الطلبة على استغلال طاقاتهم

وقدراتهم إلى الحد الأقصى، بالإضافة إلى الدور الإيجابي للمدرسين من خلال تفاعلهم الإيجابي مع الطلبة واعتمادهم المناهج وطرق التدريس التي تساهم في تنمية مهارات الطلبة ومعارفهم.

وعرفه صلاح الدين العمري (2007) بأنه قدرة الطالب على تكوين علاقات تكيفية وجيدة مع معلميه وزملائه وتطوير البيئة الجامعية بما يتلاءم مع حاجاته. وهو قدرة الطالب على الانخراط في النشاط الاجتماعي الجامعي بشكل يؤثر في صحته النفسية وفي تكامله الاجتماعي.

2. التكيف الاجتماعي:

تُعرف باسم عملية التطبيع الاجتماعي، ويتم هذا التطبيع داخل إطار العلاقات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد ويتفاعل معها سواء أكانت هذه العلاقات في مجتمع الأسرة والمدرسة والأصدقاء، والمجتمع الكبير بصفة عامة. حيث يبدأ الفرد باكتساب الطابع الاجتماعي السائد في المجتمع من اكتساب اللغة واكتساب العادات والتقاليد التي تمثل هذا المجتمع، وكذلك الأمر بالنسبة للمعتقدات ولنواحي الاهتمام التي يؤكدتها مجتمعه. وهذا يعني تكيف الفرد مع بيئته الاجتماعية. والمقصود بالبيئة الاجتماعية كل ما يسود المجتمع من قيم وعادات وتقاليد ودين وعلاقات اجتماعية ونظم اقتصادية وسياسية وتعليمية وآمال وأهداف وغيرها، وتغير ظروف هذه البيئة يثير مشكلات تستلزم من الإنسان التفكير والمواجهة، وتعرضه للانفعالات والقلق، وتتطلب منه تعديل بعض سلوكياته للتكيف مع هذه التغييرات. أما إذا كانت هذه التغييرات شديدة، وعجز الفرد عن التكيف معها، فقد يؤدي ذلك إلى وقوعه فريسة للحالات المرضية، والفرد القادر على أن يتكيف مع هذه البيئة المتغيرة يكون مصدر سعادة لنفسه ولمجتمعه (الهابط، 1985).

كما ويعرفه اذار بأنه عملية سلوكية معقدة تعكس العلاقة المرضية للإنسان مع المحيط العام للفرد وهدفه توفير التوازن بين الفرد والتغيرات التي تطرأ على المحيط، ويشير التكيف إلى محاولات الفرد والنشاطات والعمليات التي يقوم بها بقصد الحصول على التوازن المقبول بين متطلبات المحيطين من خلال سيطرة إرادية واعية تسمح له ليس بالمحافظة على كفاءته وإنما تتعدى ذلك لتوفر فرصا لتطوير هذه الكفاءات وتدعيمها بخبرات جديدة (اذار، 2002).

ويشير المصطلح إلى قدرة الفرد على تحقيق النجاح في تفاعله مع مجموعة الأفراد الذين يتصل بهم، وقدرته على بناء علاقات اجتماعية جيدة، تتسم بالتسامح والتعاون المتبادل، والشخص المتكيف اجتماعياً هو الفرد صاحب المهارات الاجتماعية المتعددة والتي تساعده في التعامل مع الآخرين المحيطين به كحسب مساعدته للآخرين (Simons & John, 1994, p.30).

وعرفه عبد الله بناءً على تعريف (Good) بأنه العملية التي يحاول الفرد من خلالها الحصول على أمنه وراحته وتحقيق توجهاته المبدعة في مواجهة أي تغيير في الظروف المحيطة به وملائمته للبيئة الحالية بحسب الظروف القائمة من خلال الجهود التي يبذلها (عبد الله، 1978).

أبعاد التكيف الاجتماعي:

- التكيف الأسري: تعتبر الأسرة النواة الأولى التي يعيش فيها الطفل والتي تسعى إلى تحقيق الأمن والطمأنينة له، وتوفر له المودة والرحمة وإن غاية الحياة الأسرية هي التكيف والتكيف وعدم التنافر، ومن هنا فإن التكيف الأسري يعني ما بداخل الأسرة من تناغم وانسجام، وخلو الأسرة من الانفعالات والمشاحنات سواء كانت على مستوى الآباء أو مستوى الأبناء، ويقدر ما تكون ظروف التنشئة الاجتماعية في الأسرة سليمة وفي جو نفسي واجتماعي يتسم بالأمان والتماسك بقدر ما يكون ذلك عاملاً محددًا لتكيف الطفل فيما بعد، وأما إذا تخللت الأسرة السلوك العدواني والتوتر والقلق فمن شأن الأطفال أن ينشأوا في جو يسوده الاضطراب وعدم التكيف الأسري مما يغرس فيهم الانحراف والشذوذ وعدم الاستقرار وهذا بسبب العثرات الاجتماعية (فهيمى، 1987).

- التكيف المدرسي: تعتبر المدرسة النواة الثانية بعد الأسرة فهي النواة الأساسية الثانية والتي تساهم في تشكيل شخصية الفرد وتؤثر في سلوكه تأثيراً كبيراً ولا بد أن تكون العلاقة المتبادلة بين الفرد والمدرسة علاقة توافقية إيجابية، ويعد الفرد متكيفاً مدرسياً إذا كان في حالة رضا عن انجازه الأكاديمي مع رضا المدرسة عنه سواء في أدائه الأكاديمي أو في

علاقاته المدرسية من مدرسين وزملاء وعاملين والتكيف الاجتماعي المدرسي السوي له الآثار الإيجابية التي تعود على الفرد بالسعادة والتعلم الجيد للأنماط السلوكية المقبولة والمهارات التي تسهل وصوله إلى علاقات اجتماعية ناجحة، كما وإن للتكيف المدرسي مؤشرات تتمثل في بناء الفرد علاقات حميمة مع الزملاء في المدرسة ومدى شعوره بالاحترام بينهم وتنمية الشعور بالثقة بالنفس وبالآخرين، وتعاونه ومشاركته في أنشطة المدرسة المختلفة كذلك فإن التكيف المدرسي السيء على الفرد يؤثر سلباً على حياته النفسية والمدرسية وعلى علاقاته الاجتماعية، وبالتالي فإنه يصبح فرداً منبوذاً بين أقرانه، وهذا يؤدي إلى سوء التكيف الدراسي والمدرسي (دمنهوري، 1986).

3. التكيف الشخصي - النفسي:

ويعتبر التكيف الشخصي - النفسي المجال الأول و الأساسي من مجالات التكيف، حيث أنه يعمل على الصعيد الذاتي للفرد والطريقة التي ينظر بها إلى نفسه وإلى المجتمع من حوله. ويتضمن التكيف الشخصي رضا الفرد عن نفسه من خلال إشباع الدوافع والحاجات الأولية الفطرية والعضوية والفسولوجية والثانوية المكتسبة، فيحصل الفرد على السلم الداخلي حيث لا صراع داخلي، وهذا السلم الداخلي يأتي من خلال القدرة الذاتية للفرد ووجود الحوافز المناسبة للمتطلبات الذاتية والشخصية (زهران، 1977).

ويشير إلى النشاط الذي يقوم به الطالب الجامعي ويحقق له قدراً من الرضا عن الذات والثقة بالنفس والقدرة والمهارة على إشباع حاجاته ودوافعه دون إحباط من البيئة المحيطة به والإحساس بتقبل القيم والاتجاهات الجامعية والمشاركة في الأنشطة الجامعية المختلفة، ويهدف إلى التوازن بين الوظائف المختلفة للشخصية مما يترتب عليه أن تقوم الأجهزة النفسية بوظائفها دون صراعات شديدة وقدرة الفرد على أن ينشئ علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها (كفافي، 1990).

ويشير التكيف النفسي على أنه حالة من الإتزان النفسي، تتضح في شخصية الفرد الكاملة، والتخطيط المدروس لمستقبله، والقدرة على حل مشكلاته، والتكيف مع واقعه، والقدرة على تحقيق الثبات الانفعالي الذي يمكن الفرد من إتمام علاقات اجتماعية جيدة، والقدرة الإنتاجية، والإستقلال الذاتي والنفسي، والإسهام في تطوير المجتمع، والشعور بالرضا (الطحان، 1987).

أبعاد التكيف الشخصي - نفسي:

- التكيف الجسمي: حيث تعتبر صحة الفرد وسلامته من الأمراض والعيوب الجسمية مصدراً أساسياً من مصادر الصحة النفسية، وبالتالي فإن وجود عيب أو مرض أو خلل في التكوينات الجسمية تؤدي إلى خلل في الوظائف الجسمية التي قد تعطل أدائها، وكلما كبر الخلل كان تأثيره أعمق وأوسع، إذ يمتد إلى الوظائف النفسية المختلفة ولاسيما أن التكوين الجسمي ليس بمنفصل عن التكوين النفسي بل إنهما معاً، ويشكلان وحدة واحدة جسمية نفسية وبالتالي فإن أي خلل في الجانب العضوي يؤدي إلى خلل في الجانب النفسي والعكس صحيح (عوض، 1996).
- التكيف مع الذات: وهي فكرة الإنسان عن ذاته وعن قدراته الذاتية ومدى تطابق نظرتة عن ذاته مع واقعه كما يدركه الآخرون، فإن تطابقت فكرة الإنسان عن ذاته مع فكرته عن واقعه فإنه يكون متوافقاً وسعيداً مع نفسه ومع الآخرين، وإن كانت نظرتة عن ذاته يسودها التهويل على عكس ما يراه الآخرون فهذا يؤدي إلى الغرور والتعالي، وبالتالي فإنه يصطدم مع الواقع وهذا يؤدي إلى سوء التكيف، وإذا كانت نظرتة عن ذاته يسودها الدونية، فهذا أيضاً يؤدي إلى انخفاض ثقته بنفسه وبذاته، ويؤدي أيضاً إلى سوء التكيف، ومن هنا فإن الفرد المتوافق ذاتياً ولا يتعارض مع الواقع يستطيع النجاح في إشباع حاجاته وتحقيق رغباته، وإن الفرد غير المتوافق ذاتياً حيث يتعارض واقعياً فهذا لا يستطيع تحقيق رغباته ويفشل في تكوين علاقات اجتماعية ناجحة (الطيب، 1980).

- التكيف الانفعالي: تجد أن من سمات الإنسان السوي التكيف الانفعالي والاتزان الانفعالي وهذا يمكن الفرد من السيطرة والتحكم على ضبط نفسه، وتحمل مواقف النقد والإحباط والسيطرة على مصادر القلق، والشعور بالأمن والاطمئنان بعيداً عن الخوف والتوتر. ويعتبر التكيف الانفعالي من أهم سمات الشخصية السوية حيث لا تستفزه الأحداث التافهة، ويتسم بالهدوء والرصانة العقلية ومواجهة الأمور بتوازن وضبط للأعصاب (دسوقي، 1996).

3.1.2 شروط تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي والاكاديمي

شروط تحقيق التكيف النفسي

- أ- الإنسان المتكيف نفسياً هو ذلك الشخص الذي يمتلك تكيفاً داخلياً تماماً، مثل التكيف الخارجي أي ضرورة تحقيق التكيف بين الدوافع والرغبات الشخصية المتصارعة، ومنه فإن الشخص المتكيف نفسياً هو الشخص الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة.
- ب- ضرورة تقبل الذات وأن يكون للشخص ثقة كبيرة بنفسه واحتراماً لذاته وإن تكون لديه القدرة على تقبل النقد والاستفادة منه، وذلك حتى يتعرف ويدرك نقاط الضعف ونقاط القوة التي يتمتع بها، وعليه أن يقيّم ويقوم نفسه بواقعية ليصل بقدراته إلى الفعالية.
- ج- يجب على الفرد أن يؤمن بقدرته على التعامل مع مشاكل الحياة وشعوره بالقبول من الآخرين، الأمر الذي يدفعه إلى الاعتماد على مبادئه الخاصة في توجيه سلوكه وتصرفاته بدلاً من الاعتماد على معتقدات وأفكار الآخرين.
- د- إشباع الفرد لدوافعه المختلفة بصورة ترضي الفرد والمجتمع في آن واحد ولا تتنافر مع معايير المجتمع ومعتقداته.
- هـ- قدرة الفرد على مواجهة الواقع أي أن يكون قادراً على التعامل مع مشاكل الشخصية مباشرة وذلك لتحقيق توافقه الشخصي النفسي الكفاء. (صالح، 2013: 75).

ويشمل التكيف الشخصي النواحي التالية:

- أ- الاعتماد على النفس: ويتمثل في أن يكون الفرد قادراً على القيام بأعماله بشكل مستقل عن الآخرين، وأن يعتمد على نفسه في المواقف المختلفة وبوجه نشاطه وسلوكه بنفسه، وهذا سيجعله أيضاً فرداً يتميز بالثبات الانفعالي وبمسؤوليته عن سلوكه.
- ب- الإحساس بالقيمة الذاتية: وتتمثل في أن يشعر الفرد أنّ الآخرين يحترمونه ويقدرونه، وأن لديهم إيماناً بنجاحه وامتيازته، وحينما يعتقد الفرد أن لديه قدرة على القيام بما يراه جديراً به غيره من الأشخاص الذين يحيطونه، وأنه له قبول من الآخرين، الأمر الذي سيضعف تقديره لذاته.
- ج- الإحساس بالحرية الشخصية: وذلك عندما يسمح للفرد بقسط معتدل في تقدير سلوكه، وتوجيه السياسات والخطط العامة التي تحكم حياته وتشمل الحرية المرغوب فيها، على السماح له بان يختار أصدقاءه وأن يكون له مصروف خاص به لديه حرية إنفاقه، حرية افكاره، حرية اختيار المهنة التي يرغب بمزاومتها وغيرها.
- د- الشعور بالانتماء: وتتمثل بأن يشعر الفرد بالانتماء عندما ينعم بحب أسرته له، وبالتمنيات الطيبة من أصدقائه وأقاربه، وبالعلاقات الودية مع الناس عامة.
- هـ- الخلومن الميول الإنسحابية - الانطوائية: إن الفرد الذي يقال عنه منسحب أي (منطو أو منعزل) هو الذي يستبدل النجاح الفعلي في الحياة الواقعية بالمتع الخيالية، وهذا الشخص يتميز بالحساسية والإنفراد والاهتمام بذاته والتكيف السويّ يتميز بخلوه من هذه الميول.
- و- الخلو من الأمراض العصابية: إن الشخص الذي يصنف على أنه ذو أعراض عصابية هو الشخص الذي يعاني من عرض أو أكثر من الأعراض الجسمية، مثل فقدان الشهية أو الشره أو إجهاد العين المتكرر، وعدم القدرة على النمو والشعور بالتعب باستمرار، والأفراد من هذا النوع قد يظهرون تعبيرات جسمية مثل صراعات انفعالية والتكيف السويّ يتميز بخلوه من هذه الأمراض. (عبد الله، 2012: 62)

شروط تحقيق التكيف الاجتماعي والاكاديمي:

ويتعلق بالعلاقات بين الذات والآخرين، إذ أن تقبل الآخرين مرتبط بتقبل الذات ومما يساعد على ذلك قدرة الفرد على عقد علاقات اجتماعية جيدة ومرضية، تمتاز بالتعاون والتسامح والإيثار والتي تعتمد على ضبط النفس وتحمل المسؤولية والاعتراف بحاجته للآخرين، والعمل على إشباع حاجاتهم المشروعة، ويجب ألا يشوب هذه العلاقات العدوان أو الارتياب أو الاتكال أو عدم الاكتراث لمشاعر الآخرين (شاذلي، 2001: 52). وعليه فإنّ هذه الشروط تتمثل بـ:

- أ- أن يتقبل الفرد الآخرين كما يتقبل ذاته وأن يضع نفسه في مكان الآخرين، بمعنى أن يكون قادراً على التفكير والشعور والتصرف بنفس الطريقة التي يسلكها غيره.
- ب- أن يكون الفرد متسامحاً مع الآخرين، متغاضياً عن نقاط ضعفهم ومساوئهم ويمد لهم يد العون، لكي يتصرف الآخرون معه بنفس الطريقة.
- ج- إن الشخصية المتكاملة المتوافقة والمتكيفة تؤدي وظيفتها أكاديمياً أو مهنيّاً، كجهاز يتمتع بمرونة كافية للتفاعل مع متطلبات الواقع المتجدد دائماً ومن وجهة نظر شاملة لحياة فرد ما ولثقافته، فإن الحياة ككل تستمر حيث تتكامل الحقيقة والقيم بطريقة مرضية. ولهذا يمكن القول بأن القدرة على التغيير والمرونة في السلوك تتفق مع متطلبات الواقع والتكامل الشخصي.
- د- نجاح الفرد في إقامة علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين، الأمر الذي يتيح له المشاركة بحرية في أنشطة الجماعة، كما يتطلب منه أن يسخر مهاراته وإمكاناته لصالح الجماعة، وأن يكون قادراً على التنازل عن بعض الحاجات وفي المقابل سيحظى بقبول الجماعة واحترامها كما أنه سيستفيد من نتائج مهارات وأنشطة الأفراد الآخرين.
- هـ- أن تكون أهداف الفرد متماشية ومرتنة مع أهداف الجماعة، حيث لا تتعارض مع الهدف الإنساني الكبير وإلا يحدث تناقض وتضارب بين أهداف الفرد وأهداف الجماعة ومن هنا ينشأ الصراع والتضارب بين الفرد والجماعة، ومن ثمة اضطراب في عملية التكيف الاجتماعي.

و- شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية، أي أن الفرد يجب أن يكون في تعاون ومشاركة مستمرة مع أفراد الجماعة ليصلوا إلى حل مشكلاتهم الاجتماعية، والتنظيمية التي تخص بناء الجماعة وتسييرها، إضافة إلى أن المسؤولية الاجتماعية تهدف إلى ضرورة احترام الفرد لآراء الآخرين والمحافظة على مشاعرهم (حشمتو باهي، 2006: 57).

4.1.2 مظاهر التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي

أ- الإيجابية:

وتساعد الإيجابية والمرونة النفسية الفرد على الوقاية من الآثار الضارة للتوترات والضغوطات والمواقف المحيطة والصراعات التي قد يتعرض لها الفرد مما يؤكد فعاليته في المجتمع.

ب- التفاؤل:

تعد هذه السمة من السمات التي تشير إلى تكيف الفرد أو عدم تكيفه، والتفاؤل يعني أن يمتلك الفرد توقعات إيجابية الاحتمال، وذلك بالرغم من الصعوبات والإحباطات التي قد يتعرض لها، وأهم ما يتميز به الشخص المتفائل قناعة بأن الفشل يعود لأسباب قابلة للتعديل والتغيير، الأمر الذي سيمكنه من النجاح في المحاولات، فالشخصية المتكيفة هي التي تعيش في سعادة دائمة، وخالية من الصراع أو المشاكل، أما التشاؤم فهو مظهر من مظاهر انخفاض الصحة النفسية للشخصية وانخفاض القدرة على التكيف (عزوان، 2012: 116).

إن الفرد المتكيف غالبا ما يكون متفائلا في عمله، وفي أموره الحياتية، والتباينات التي تجعله يختلف عن المتشائم تظهر في كيفية استجابة كل منهما في مواجهة خيبة الأمل أو العراقيل التي قد يتعرضون لها، فالمتكيفون يحاولون الاستجابة بنشاط، ويعملون على صياغة خطط عمل جديدة بالبحث عن النصيحة والمعونة من الآخرين، من منطلق أنّ لديهم فكرة فحواها أن

الاحباطات هي عوائق يتعرض لها كلّ الناس ولكن المهم أن يتم معالجتها، عكس الأفراد الذين يعانون من سوء التكيف فهم يستسلمون للإحباطات والنكسات والصدمات.

ج- الثقة بالنفس وبالآخرين:

تعتبر الثقة بالنفس والثقة بالآخرين مظهرا من مظاهر التكيف والتمتع بالصحة النفسية، فالفرد المتكيف لا يشك في كل شيء إلا بالقدر المعقول، الأمر الذي يسهل التواصل الانفعالي مع الذات ومع الآخرين والتفاعل اجتماعيا (صالح، 2000: 16).

د- الاتزان الانفعالي:

ونعني به قدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته المختلفة والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الظروف وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الانفعالات، كما أن ثبات الاستجابة الانفعالية في المواقف المتشابهة هو علامة الصحة النفسية والاستقرار الانفعالي، بينما تباين الانفعالات دليل على الاضطراب الانفعالي (كامل، 1999: 22).

هـ- مفهوم الذات:

تعد هذه السمة من السمات التي تعبر عن تكيف الفرد أو عدم تكيفه، فإذا كان مفهوم الذات يتطابق مع واقعه كما يدركه الآخرون فهذا يدل على أن الفرد يمتاز بالتكيف، وإذا كان مفهوم الذات لديه متضخما فإن الفرد يمتاز بالغرور والتعالي مما يفقده التكيف مع الآخرين، كما قد يتسم الفرد بمفهوم ذات متدن عن الواقع وعن إدراك الآخرين له، وهنا فإن الفرد يتسم بالدونية ويتضخم ذوات الآخرين وهذا أيضا سيؤدي به إلى سوء التكيف (الداهري، 2000).

و- القدرة على العمل والإنتاج الملائم:

وهي قدرة الفرد على الإنتاج المعقول في حدود ذكائه وحيويته واستعداداته الجسدية، إذ كثيرا ما يكون الكسل والخمول دلائل على شخصيات هزمتها الصراعات، واستنفذت طاقتها المكبوتة (صالح، 2000).

ز- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية:

الشخص السوي هو الذي يستطيع ضبط ذاته، وأن يتحكم في انفعالاته تجاه المواقف المختلفة، والقادر على التحكم في حاجاته ورغباته، فيختار من هذه الحاجات تلك التي يستطيع إشباعها وبالمقابل يلغي تلك الحاجات التي يرى استحالة تحقيقها، من هنا فهو قادر على توجيه سلوكه الى الاتجاه الصحيح طبقا لخطة مستقبلية يصفها لنفسه على أساس ما يتوقعه من نجاح (فهمي، 1987).

ح- الراحة النفسية:

كما هو متفق عليه أن الاكتئاب والقلق والاحباط والصراع ومشاعر الذنب والوسواس كلها أمور نتائجها تؤدي إلى سوء التكيف وعدم الراحة النفسية، ولذلك فمن سمات الفرد المتوافق القدرة على مواجهة الصعاب والمشكلات التي قد تؤدي إلى سوء توافقه، ولذلك متى شعرنا بأن الفرد قد حقق لنفسه الراحة النفسية فإن هذا دليل على تكيفه وتوافقه (فوزي، 2000: 73).

ط- الإحساس بإشباع الحاجات النفسية:

حتى يحقق الفرد التكيف النفسي والتكيف مع الآخرين، فإن أحد مؤشرات ذلك بأن يتم إشباع حاجاته، ويتمثل ذلك في إحساسه بالأمن، وبالقدرة على الانجاز، وبالحرية والانتماء، وإذا لم يشعر الفرد بهذا الإشباع فهذا يدل على سوء تكيفه (الطيب، 1980).

ي- العلاقات الاجتماعية:

من المؤشرات التي تدل على تكيف الفرد هي علاقته الاجتماعية مع الآخرين وسعيه في مساعدتهم والتعاون معهم، وتحمل المسؤولية الاجتماعية وتحقيق التعاون البناء، كما من المهم أن يحظى بحب الناس له وحبه إليهم، لأن الانطواء والانعزال والابتعاد عن الآخرين دلالة قاطعة على عدم التكيف السليم (جبل، 2000: 77).

5.1.2 معايير التكيف

للتكيف نوعان هما التكيف الحسن أو السويّ، والتكيف السيئ أو غير السوي يقتضي التمييز بينهما وجود معيار خارجي يسهل تصنيف السلوك ووضعه في المكان المناسب له، ونظرا لكثرة الاتجاهات المفسرة للسلوك الإنساني، فقد ظهرت العديد من المعايير التي تمكننا من تحديد نوع السلوك، ويتفق أحمد عزت وعباس محمود عوض على أن هناك أربعة معايير هي:

1. المعيار الاحصائي Statistique: يشير مفهوم التكيف طبعا للمعيار الإحصائي إلى القاعدة المعروفة بالتوزيع الاعتنالي، والسوية طبعا لهذه القاعدة تعني المتوسط العام لمجموعة الخصائص والأشخاص، والشخص اللاسوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات أو السلوك والمفهوم الإحصائي بذلك لا يضع في الاعتبار أن التكيف عندالشخص ينبغي أن يكون مصحوبا بالرضا عنده وبتكيفه مع نفسه.
2. المعيار المثالي Ideal: وهو عبارة عن أحكام قيمية تطلق على الأشخاص، ويستمد أصوله من الأديان المختلفة، وحسب هذا المعيار السواء هو الاقتراب من كل ما هو مثالي، والشذوذ هو الانحراف عن المثل العليا. ومن الصعب الاعتماد على المعيار المثالي في أحكامنا، وذلك لأن المثالية ليست محددة تحديدا دقيقا، ولأننا لا نعتبر أشخاصا مثاليين فكيف يمكن ان نحكم على الآخرين بالمثالية.
3. المعيار الحضاري Cultural: الشخص السوي هو من يساير قيم ومعايير مجتمعه، أما الشاذ فهو الذي يخالف تلك القيم والمعايير. ولكن هذا المعيار لا يمكن قبوله لكونه يعتمد على المجتمع، ويقلل من قيمة الفرد وقدراته كما أن قيم المجتمع ومعاييرها ليست حتما صائبة وهي تختلف من مجتمع لآخر.
4. المعيار الباثولوجي Pathologique: يتحدد مفهوم التكيف في ضوء المعايير الكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية، فالصحة النفسية تتحدد على أساس غياب الأعراض والخلو من مظاهر المرض، ولكن التكيف بهذا المعنى يعتبر مفهوما مضللا وضيقا، فلا يكفي أن

يخلو الفرد من الأعراض لكي نعتبره متكيفاً، ولكن ينبغي أن تلقى أهدافه وطاقاته توظيفاً فعالاً في مواقف الحياة المختلفة ويحقق ذاته بشكل بناء (الشاذلي، 2001).

وإضافة إلى ما حدده أحمد عزت وعباس عوض فقد أضاف طه معياراً آخر هو:

5. المعيار الطبيعي Natural: السواء حسب هذا المعيار كل ما يعتبر طبيعي من الناحية الفيزيائية أو الإحصائية، والسلوك السوي هو الذي يساير الأهداف، والشاذ هو الذي يناقضها. إذاً فهذا المعيار لا يختلف عن النظرة الاجتماعية والمثالية، ذلك أنّ ما هو طبيعي في مجتمع ما قد يكون غير ذلك في مجتمع آخر.

وخلاصة القول أن المعيارين المثالي والإحصائي أهم المعايير المستخدمة وأكثرها قبولا وشمولا في وصف السواء والشذوذ (غباري وابو الشعيرة، 2010).

6.1.2 العوامل التي تؤدي إلى سوء التكيف

1. النقص الجسماني: إن الصفات الوراثية التي تنتقل إلى الفرد لا تتم إلا عن طريق الجينات والكروموزومات وإن الصفات الوراثية مؤكدة في التكوينات الجسمانية مع ضرورة توفر الظروف البيئية، وفيما عدا ذلك فعوامل الوراثة وعوامل البيئة تعمل سوياً منذ اللحظة الأولى للحمل، وإن عوامل الوراثة البيئية تتفاعل تفاعلاً يصعب معه بيان كمية أثر كل منهما وإن البيئة لا يظهر أثرها إلا إذا كانت ظروفها قاسية ومعطلة، فإذا ما ولد الكائن البشري ولديه الاستعداد للاستجابة للمؤثرات الخارجية والمؤثرات الداخلية من جسمه دون أن يعطل من هذا الاستعداد عوامل وراثية أو عوامل أخرى أثرت عليه في فترة الحمل وأثناء الولادة، وتوفرت البيئة المناسبة لرعايته نتوقع له أن يحتفظ بحالة توازنه مع بيئته دون أن يحد من تفاعله عاهة جسمانية إذ يتوقف نجاح تفاعل الفرد مع بيئته على قدرته على تمييز الطرق والأهداف الناجحة في مجال حياته، وإدراك أحكام الناس على ذاته وقدرته، وعلى مقارنته هذه الأحكام بما يعرفه عن ذاته وعن نفسه. فالأعمى، والأصم، والأبكم، والكساح، ومقطوع اليدين، تكون عاهاتهم إدراكاً يساعده على تمييز ما يجب عمله

وما لا يجب. فضلاً عن أن العاهة قد تكون عائقاً دون تحقيق أهداف كثيرة. فالأعمى مثلاً لا يدرك الانفعالات المختلفة للناس من ملامحهم، فيعجز عن أن يكيف سلوكه تبعاً لهذه الانفعالات. تتفاوت العاهات في درجة تأثيرها على حياة الفرد تبعاً لحجم العاهة نفسها ونظرة المجتمع إليها، ومدى تقبل صاحب العاهة لها. وتؤثر الحالة الجسمانية العامة للفرد كذلك على مدى تكيفه، فالشخص العليل الذي تنتابه الأمراض التي تقلل من كفايته عرضة لمجابهة مشاكل لا يجابهها عادة الشخص السليم.

2. عدم إشباع الحاجات بالطرق التي تقرها الثقافة: لدى الفرد حاجاته الجسمانية وحاجاته الاجتماعية المكتسبة، وإذا استثيرت الحاجة يختل توازن الإنسان، ولا بد للحاجة من إشباع لإزالة التوتر وإعادة التوازن، وتحدد الثقافة للفرد الطرق التي يتم بها إشباع هذه الحاجات سواء الأولية منها أو المكتسبة. فالطريقة المحدودة لإشباع الحاجة الجنسية التي تعترف بها الثقافة هي عن طريق الزواج ولا تسمح في العادة بغير ذلك كطريق للإشباع، قس على ذلك الحصول على المأكل والملبس والمأوى وبلوغ المكانة أو المركز أو الانتماء أو القوة أو السيادة. حقاً ليس هناك من سبيل واحد لإشباع الحاجة، إذ تنتوع السبل في الثقافة وتتنوع الأهداف غير أن هذا التنوع محدود بالإطار الثقافي، كما أن هناك تدرجاً فيها يقترب بعضها عما هو متعارف عليه ويبتعد البعض الآخر عنه. غير أن البيئة كثيراً ما تحول بين الفرد وإشباع حاجاته، إذ يستلزم إشباع الحاجات وجود الإمكانيات التي يستطيع الفرد أن يميزها في بيئته. والبيئة الاجتماعية بنواحي النقص فيها قد تؤدي في كثير من الأحيان إلى ما يسميه علماء النفس الاجتماعي والشعور بالتعطل الوظيفي، ويقصد به حرمان الذات من عمل كانت تقوم به، وكان يشعروها بالقوة والقدرة على الإنتاج. فالفرد عامة ينخرط في كثير من أوجه النشاط التي تضي عليه الشعور بالقدرة على العمل، فقد يتمكن الأب الذي يعول أسرة ثم يقعه المرض عن كسب الرزق لأسرته من الحصول على إعانة كافية من إحدى الجمعيات تكفي لسد حاجات الأسرة، إلا أنه يظل تعيساً بالرغم من ذلك لشعوره بالتعطل الوظيفي، ويقع اللوم على البيئة الاجتماعية في تؤدي بالفرد إلى الشعور بذلك التعطل في كثير من الأحيان.

3. عدم تناسب الانفعالات والمواقف: الانفعالات حالات توتر تصحبها تغيرات فسيولوجية وتغيرات جسمانية. ونجد إن الثقافة تؤثر في الانفعالات بتحديد المواقف التي تستثير الانفعال والطرق التي يتم بها التعبير عن هذه الانفعالات والتغيرات المصاحبة للانفعالات تهيء الفرد لمجابهة الموقف الجديد أي أنها تغيرات تتناسب الموقف الجديد. غير أن الانفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد ولها أثرها الضار جسمانياً واجتماعياً. فقد يؤدي الخوف الشديد في بعض المواقف بالإضافة إلى خفقان القلب وسرعة النبض والشعور بالهبوط وتصيب العرق إلى التبول اللاإرادي والتبرز بل والقيء والإغماء وعجز الفرد عن التصرف، كما وقد يؤدي الغضب الحاد إلى فقدان الفرد لسيطرته على الطريقة التي يتم بها التعبير عن هذا الغضب. وإذا كانت الثقافة تحدد المواقف التي يغفل فيها الفرد فهي تحدد أيضاً طريقة التعبير. فإن جاز لغير المتعلم أن يعبر عن غضبه جسمانياً بالضرب أو لفظياً بالسب فهي لا تسمح للمتعم بذلك. من هنا كان من مبادئ الاتزان الانفعالي ظهور الانفعال المناسب في الموقف المناسب، والتعبير عن الانفعال بالطريقة المناسبة التي يتقبلها المجتمع. غير أن هناك من الأفراد من تتكاثر عليهم المواقف الانفعالية التي تؤدي إلى استمرار التوتر. وهناك بالتالي من لا تستثير فيهم المواقف التي تستلزم الانفعال أي شيء فيوصفون بالبلادة العاطفية. وهناك المتقلبون انفعالياً الذين يفتقرون إلى الثبات فقد يستثيرهم موقف ما في ظرف من الظروف مرة ولا يستثيرهم نفس الموقف مرة أخرى وهؤلاء يصعب التنبؤ بهم، إذ يتطلب التكيف الثبات الانفعالي للفرد في حدود معينة.

4. تعلم سلوك مغاير لمعايير الجماعة: تهدف التنشئة الاجتماعية إلى أن يتعلم الفرد معايير السلوك في جماعته. إذ وجد علماء النفس الاجتماعي بدراساتهم لأفراد الجماعات في مواقف مختلفة ولفترة من الزمن أن هناك نوعاً من السلوك يعتبر نمطاً سائداً يميز أفراد هذه الجماعة تتميز به ويشترك فيه معظم أفرادها. هذا النمط أو النموذج يمثل نجاح عملية التنشئة في الجماعة، ويتخذ أساساً لتمييز السلوك السوي من السلوك المنحرف في هذه الجماعة. ولا يوجد شخصية يتفق سلوكها تماماً مع هذه المعايير، إذ أن الأفراد ينحرفون

بدرجات متفاوتة عن السلوك النمطي أو النموذجي للجماعة. ولا بد من وجود الفروق الفردية بين الأفراد في السلوك وطرق التفكير وتمثيل القيم والتعبير عن الانفعالات والدوافع وما إلى ذلك، لأن عملية التنشئة يقوم بها أفراد، ويختلف هؤلاء الأفراد فيما بينهم في تطبيق النظم الأولية في عملية التنشئة إذ قد تؤدي خبرات الأفراد الخاصة إلى سبل من التكيف تتحرف بهم عن النمط أو النموذج في الثقافة ويصبح الفرد شاذاً في مجتمعه.

5. الصراع بين أدوار الذات: إن الذات تلعب أدوارها تبعاً لما يتوقعه المجتمع من الفرد. ومما يؤدي عادة إلى الصراع وعدم التكيف، ومما يؤدي إلى حاجة الفرد في أن يلعب دورين متعارضين في وقت واحد، فالفتاة المتعلمة التي تريد أن تبني لنفسها مستقبلاً مهنيًا ناجحاً وتريد الزواج قد تقع في صراع بين دورها كفتاة ذات مهنة، وبين دورها في زواجها كزوجة وأم إذ غالباً ما يتعارض الدوران. وقد لا يحدث التكيف بين فردين لأن دور كل منهما بالنسبة لزميله لا يتفق مع دور الآخر، فالزوج الذي يعيش في مجتمع يميز الرجل على المرأة يتوقع من زوجته الخضوع له. قد يتعارض دوره هذا مع دور زوجته المتعلمة التي ترى المساواة بين الرجل والمرأة. فهو يتوقع منها دوراً معيناً، وتتوقع هي الأخرى منه دوراً معيناً، فيخيب ويفشل كل منهما في السلوك تبعاً لما يتوقعه الآخر وينتهي بهما الأمر إلى الانفصال. وشعور الرجل بفشله في لعب دوره كرجل، والمرأة في لعب دورها كأنتى من أهم العوامل التي تؤدي إلى عدم التكيف. وكما تؤدي التنشئة الاجتماعية إلى انتشار معايير السلوك السائدة في المجتمع لا بد أن تؤدي التنشئة أيضاً إلى تعلم الفرد لدوره المناسب سواء العام أو الأدوار الخاصة التي تدور حوله. غير أن التنشئة والتدريب قد لا يؤديان إلى ذلك. وقد يؤديان إلى تعلم دور لا يقره المجتمع. ومن أحسن الأمثلة الخطأ الذي يقع فيه بعض الآباء ممن لا يرغبون في إنجاب البنين أو خشية الحسد على ولد بعد موت كثير من الأولاد معاملة الولد كبنت وترك شعره كالبنات واللباسه ملابس البنات ومعاملته كبنت. بعد تدريب الأسرة طفلها على غير الدور المعد له. ويحدث هذا أحياناً مع البنات إذا ما عز على الأسرة إنجاب البنين، وتعامل البنت كولد وتهيأ بذلك لدور غير دورها الأساسي في

الثقافة. فالتكيف لا يتوقف على مجرد حكم الآخرين على الدور الذي يقوم به الفرد ولكن يتوقف أيضا على نظرة الشخص الفردية لهذا الدور ومدى رضاه عنه.

6. عدم إشباع الحاجة إلى المركز: يعرف المركز بأنه المكانة التي يمثلها أي فرد في أي نظام اجتماعي في أي وقت من الأوقات. فللطفل مكانة ومركز معين في أسرته، وله مكانته ومركزه في جماعة أصدقائه وفي مهنته، وفي مجتمعه كله. ويهم الفرد أن يحدد مركزه بالنسبة للأفراد الذين يتعامل معهم. وليس من الضروري أن يسعى إلى مركز الزعامة أو أن يكون مرتفع الشأن حتى يشعر بالطمأنينة، فالخادم ومكانته لا تتعدى كونه خادماً من وجهة نظر المجتمع غير أنه قد يكون أسعد حالاً من سيده الوزير أو وكيل الوزارة الذي لا يشعر بالطمأنينة من ناحية مركزه. فعملية التفاعل الاجتماعي تتطلب من الفرد أن يعرف ما يجب عليه أن يفعله وما يجب ألا يفعله، وما يكسبه رضا الجماعة ما يجلب عليه سخطها حتى يتمكن من الاحتفاظ بمركزه فيها، والطفل في المدرسة إذا فشل في تحديد مركزه فيها وتحقيق مكانته سعى إلى جماعات الأصدقاء الخارجية التي تحقق له الانتماء إليها، ولعل مهاراته المنحرفة تحقق له المركز بين أفرادها. والمجتمع الأكبر بالتالي إذا لم تُتَّح الفرصة لكثير من الأفراد لتحقيق المكانة التي يرضى عنها الفرد سعى إلى الجماعات الصغرى التي قد تحقق له ذلك وينحرف سلوكه.

7. عدم فهم المرء لذاته: يكون الفرد فكرته عن نفسه، وينزع إلى تأكيد ذاته طبقاً لفكرته عن نفسه بتمييز الأهداف التي تتفق مع هذه الفكرة وينزع الأفراد إلى أن يحددوا لأنفسهم أهدافاً مؤقتة يكون فيها إشباع لتأكيد ذواتهم. ويطلق علماء النفس على هذا الهدف المؤقت مستوى الطموح، ويحدده الفرد تبعاً لتقييمه لقدرته على التحصيل. ويختلف الأفراد فيما بينهم في مستوى طموحهم. فالواقعي منهم يضع لنفسه مستويات قريبة من مستوى قدراته على التحصيل، على حين نرى بعض الذين لا يقدرّون أنفسهم التقدير الصحيح وقد وضعوا لأنفسهم أهدافاً تفوق مستوى تحصيلهم أو تقصر عنه. ففانق الثقة في نفسه يحاول أن يحمي نفسه من مقبة الفشل، فيحدد لنفسه مستوى متواضعاً من الطموح، بينما يحدد

المغرور هذا المستوى بما لا تقدر ذاته على بلوغه. وهؤلاء إذا ما أصيبوا بالفشل شعروا بالمرارة والتعاسة. فمن الطلبة مثلاً من يضع لنفسه مستوى عالياً في التقدير الذي يهدف إلى الحصول عليه في امتحان آخر العام كإمتياز أو جيد جداً وهو ليس من الذكاء أو القدرة العلمية بالقدر الذي يؤهله لبلوغ هذا المستوى، فإذا أحبطت محاولته شعر بالتعاسة وألقى اللوم على الأستاذ أو الظروف أو ما شابه ذلك.

8. عدم القدرة على الإدراك والتمييز لبعض العوامل النفسية: مما يعوق قدرة الفرد على تمييز الأهداف والوسائل المناسبة في مجال حياته التي تؤدي إلى تكيفه السليم عدم وضوح بعض العناصر في هذا المجال وضوحاً يؤدي إلى تمييزها وإدراكها بما يهيء انتهاز السبيل القويم، فكثيراً ما نحب شخصاً أو نكرهه بمجرد مقابلتنا له لأول مرة، ونحدد سلوكنا نحوه تبعاً لهذا الشعور دون أن نعرف السبب الرئيس الذي يدفعنا إلى ذلك. ومن العوامل النفسية التي تؤدي إلى عدم القدرة على التمييز والوضوح ضيق مجال حياة الفرد ضيقاً يتعسر معه تمييز عناصر مختلفة يبعدها عن دائرة التمييز ضيق المجال هذا. فالشخص الذي تسيطر عليه فكرة ما، لا يكون مستعداً لرؤية سواها (جلال، 1985).

7.1.2 النظريات المفسرة لعملية التكيف

يتفق غالبية علماء النفس على أنّ التكيف يشير إلى السواء والخلو من الاضطرابات والصراعات النفسية والقدرة على الانسجام مع النفس ومع الآخرين، إلا أنّ هناك بعض الاختلافات بين علماء النفس في تحديد مفهوم التكيف باختلاف الاتجاه النفسي الذي تتبناه كل مدرسة، فيما يلي سيقدم عرض مختصر لأهم وجهات النظر المفسرة للتكيف كما يلي:

1. النظرية البيولوجية:

تعتبر هذه النظرية أن الأمراض النفسية هي نتاج لإصابات دماغية وأمراض عضوية، ويهتم المنشغلون بالطب النفسي بالجوانب المرضية المرتبطة بالاضطراب النفسي من الناحية الفسيولوجية على أساس أنها اضطرابات وظيفية ناجمة عن اضطراب التنظيم الهرموني أو

الكيميائي لدى الفرد مع إسهام العوامل الانفعالية والبيئية، وإذا تم تحديد الخلل وبعدها تم علاجه إذا ستتنظم الصحة النفسية، ويهتم أصحاب هذا الاتجاه باستخدام الأدوية والتدخل الجراحي لإزالة الأعراض بغض النظر عن ديناميكية الصراعات النفسية. أي أنّ عملية التكيف بحسب هذه النظرية تعتمد أساساً على صحة وسلامة وظائف الجسم، وحدث أي خلل على مستوى الهرمونات أو أية وظيفة من وظائف الجسم سيؤدي إلى سوء تكيف الفرد (يونسييف، 2001).

تعقيب على النظرية البيولوجية:

تركز هذه النظرية أهميتها على أعضاء الجسم ووظائف هذه الأعضاء، وتعتبر أن أي خلل سواء أكان نفسياً أم جسدياً يجب علاجه عن طريق معالجة هذه الأعضاء بواسطة التدخل الجراحي لأن حدوث مثل هذا الخلل سيؤدي إلى سوء تكيف الفرد.

2. نظرية التحليل النفسي: Psycho-analysis theory:

يشير فرويد على أن عملية التكيف الشخصي غالباً ما تكون لا شعورية، أي أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياته. فالشخص المتكيف هو القادر على إشباع متطلباته الضرورية بوسائل مقبولة اجتماعياً. ويرى فرويد أن عصابي الذهان ما هم إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التكيف. ويرى أن السمات الأساسية للشخصية المتكيفة تتمثل في ثلاث سمات هي: قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب. يربط فرويد التكيف بقوة الأنا، حيث يكون المنقذ الرئيس فهو يتحكم ويسيطر على الهو والأنا الأعلى ويعمل كوسيط بين العالم الخارجي ومتطلباتهم (عبد اللطيف، 1990).

أما أدلر فيرى أن كل فرد يسعى للتكيف مع بيئته الاجتماعية وفاعلية الأنا وتطوير حياته وتحقيق امتيازاته وتفوقه على الآخرين بطريقة فريدة بدافع الشعور بالعجز، وهذا ما أسماه بأسلوب الحياة الذي ينشأ نتيجة الهدف الداخلي مع غاياته الخيالية الخاصة والقوى البيئية التي تساعدت وتعدل اتجاهات ومسيرة الفرد وتكيفه أو عدم تكيفه.

أما بالنسبة لنظريات كل من هورني التي تؤكد على أهمية الحب الوالدي، وفروم الذي يؤكد على أهمية العوامل الاجتماعية خارج الأسرة وخاصة الاقتصادية، وسوليفان الذي يشير إلى أهمية تأثير العوامل الشخصية المتبادلة، حيث تنتج العوامل السوية شخصية منتجة ومتكيفة من جميع النواحي، في حين يؤدي سوء هذه العوامل إلى العديد من الاضطرابات السلوكية وسوء التكيف وبالتالي تتبثق لدى الفرد الروح العدوانية تجاه الآخرين (انجلر، 1991).

أما يونغ (Yong) فيعتقد أن مفتاح التكيف والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف، كما أشار إلى أن التكيف السوي يتطلب الموازنة بين ميلنا الإنطوائية والانبساطية ويتطلب الموازنة بين العمليات الأساسية في تغيير الحياة والعالم الخارجي، هي الإحساس، الإدراك، التفكير...).

وفرورم "Fromm" يعتقد أن الشخصية المتكيفة هي تلك التي لديها القدرة على التحمل والثقة.

أما إريكسون (Erikson) يعتقد أن الشخص المتكيف لا بد أن يتسم بالثقة والإحساس الواضح بالهوية والقدرة على الحب، الشعور بالاستقلالية، التوجه نحو الهدف والتنافس والقدرة على ملائمة الظروف المتغيرة التي تدل على الصحة النفسية وسهولة التكيف (سفيان، 2004).

تعقيب على النظرية التحليلية:

ركزت نظرية التحليل النفسي في تصورهما للتكيف على قدرة الفرد لخفض التوتر والألم واشباع الحاجات، وإلا فهو سيء التكيف وهذا التصور يهمل دور الفرد في الجماعة والتزامه بالنظام القيمي للمجتمع، فقد أرجعوا أن كل نجاح يحققه الفرد للغريزة، وبذلك يتم اختزال دور الإدراك والعقل والقيم الإنسانية، كما أن هذا التصور جعل سلوك الفرد مقترنا باستجابة تعديل وفق المتغيرات الخارجية. وسلب منه القدرة على التحكم في المحيط الخارجي، فجعله طرفا سلبيا في عملية التفاعل الاجتماعي وجعل الفرد أسير غرائزه.

3. النظرية السلوكية:

أكد رواد النظرية السلوكية على أن التكيف عملية مكتسبة عن طريق التعلم والخبرات التي يمر بها الفرد، والسلوك التكيفي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والصعاب والتي تقابل بالتعزيز أو التدعيم.

وأشار كل من (واطسون وسكنر) من أشهر مؤسسي هذه المدرسة، والتي ترى أن أنماط التكيف وسوء التكيف ما هي إلا أنماط سلوكية متعلمة (مكتسبة)، من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد والتي أكدت على أن التكيف هو جملة من العادات تعلمها الفرد في السابق، وساهمت في خفض التوتر لديه. إذ أشبعت أنداك دوافعه وحاجاته اضافة إلى كونها مناسبة وذات فعالية في التعامل مع الآخرين (وافي، 2006).

واعتقد (واطسن وسكينر) أن عملية التكيف لا يمكن لها أن تتمو عن طريق الجهد الشعوري بل تتشكل بطريقة آلية من خلال التكرار والتلميحات البيئية والمعززات وأوضح (ولمان وكرانير) أن الفرد الذي لا يثاب على علاقته مع الآخرين قد يتجنب التعامل معهم، مما يتسبب في ظهور أشكال شاذة للسلوك، أي أن الأفراد عندما يجدون أن علاقاتهم مع الآخرين غير متزنة فإنهم قد يعزلون عن الآخرين، ويبدون اهتماماً أقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية وينتج عن ذلك فرداً غير متكيف (فروجة، 2011).

أما باندورا فقد رفض التفسير السلوكي الكلاسيكي والذي يقول بتشكيل طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية، حيث أكد بأن السلوك وسمات الشخصية نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاثة عوامل وهي المثبرات وخاصة الاجتماعية والسلوك الإنساني، والعمليات العقلية والشخصية، كما أعطى وزنا كبيرا للتعلم عن طريق التقليد والمشاعر الكفاية الذاتية، حيث يعتقد أن لمشاعر الكفاية أثرا مباشرا في تكوين السمات التكيفية أو غير التكيفية (انجلر، 1991).

تعقيب على النظرية السلوكية:

يرى أصحاب هذه المدرسة السلوكية أن التكيف هو نمط من المسايمة الاجتماعية، لأن المسايمة من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد وضغوط الجماعة. ويرى السلوكيون أن التكيف هو بمثابة كفاءة وسيطرة على الذات ويتحقق من خلال اكتشاف الشروط والقوانين الموجودة في الطبيعة والبيئة والمجتمع الذي من خلاله يشبع حاجته.

4. النظرية الإنسانية:

ينظر رواد هذا الاتجاه إلى الإنسان ككائن فعال يستطيع حل مشكلاته وتحقيق توازنه وأنه ليس عبداً للحتميات البيولوجية كالجنس والعدوان كما يعتقد "فرويد" أو المثيرات الخارجية كما يرى السلوكيون أمثال "سكينر" و "واطسون"، وأن التكيف يعني كمال الفعالية وتحقيق الذات وأن سوء التكيف ينتج عن تكوين الفرد لحكم مفهوم سالب عن ذاته (حسن، 2003).

ومن أنصار هذا الاتجاه "كارل روجرز" و "إبراهيم ماسلو" حيث ارتبط مفهوم الذات عند "روجرز" بمفهوم التكيف السليم وحدوث أي خلل في مفهوم الذات يعد إشارة لسوء التكيف لدى الفرد (زهران، 1995).

ويشير روجرز إلى أن الأفراد الذين يعانون من سوء التكيف يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المتزنة وغير المترابطة مع مفهومهم عن ذاتهم، وسوء التكيف من الممكن أن يستمر إذا ما حاول الأفراد الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيداً عن مجال الإدراك أو الوعي، وينتج عن ذلك تفكك الذات والبعد عن تنظيم الأحداث واتساق الأفكار، وهذا من شأنه أن يولد مزيداً من التوتر والأسى وسوء التكيف (انجلر، 1991).

كما أكد ماسلو من خلال نظريته في تحقيق الذات وهرمه الشهير المعروف بهرم الاحتياجات إلى استمرارية كفاح الإنسان وفاعليته المستمرة لإشباع حاجاته. هذه الحاجات تتدرج

في أهميتها من الحاجات البيولوجية المرتبطة بوجود الإنسان وإبقائه على قيد الحياة، إلى حاجات الإنسان النفسية المرتبطة بوجوده النفسي.

ويؤكد ماسلو على أن أهمية تحقيق الذات في تحقيق التكيف السوي الجيد، وقام بوضع عدة معايير للتكيف شملت الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات، التلقائية، التمرکز حول المشكلات لحظها، نقص الاعتماد على الآخرين، الاستقلال الذاتي، استمرار تجديد الإعجاب بالأشياء أو تقديرها، الخبرات المهمة الأصلية، الاهتمام الاجتماعي القوي والعلاقات الاجتماعية السوية، الشعور بالحب تجاه الآخرين، والقدرة على الموازنة بين أقطاب الحياة المختلفة (انجبر، 1991).

ويذهب ماسلو إلى أن الشخص المتكيف نفسياً يتميز بخصائص معينة عن غير المتوافق نفسياً، وأهمها:

- إدراك أكثر فعالية للواقع، وعلاقات مريحة معه.
- تقبل الذات والآخرين والطبيعة.
- تلقائية في الحياة الداخلية والأفكار والدوافع.
- التركيز على المشكلة والاهتمام بالمشاكل خارج نفسه والشعور برسالته في الحياة.
- القدرة على الانسلاخ مما حوله من مثيرات، الحاجة إلى العزلة والخلوة الذاتية.
- استقلال الذاتية، استقلال عن الثقافة والبيئة.
- الشعور بالقوة والانتماء والتوحد مع بني الإنسان وشعور عميق بالمشاركة الانفعالية والمحبة لبني الإنسان ككل.
- علاقات شخصية متبادلة عميقة.
- تكوين لخلق ديمقراطي.

- التمييز بين الوسائل والغايات.

- الخلق والإبداع. (شريت، 2009).

لقد أكد ماسلو على أهمية تحقيق التكيف النفسي السوي للفرد، وذلك بامتثال المعايير والخصائص للتوافق سابقة الذكر.

كما يؤكد "بيرلز F-Perls" على أهمية الوعي بالذات وتقبلها والوعي بالعالم المحيط وتقبله كما هو ومنه فالشخص المتكيف هو من يتقبل المسؤوليات ويتحملها على عاتقه دون القذف بها إلى غيره (ربوح، 2013).

تعقيب على النظرية الإنسانية:

يرى أصحاب الاتجاه الإنساني أن توافق الفرد لا يتم إلا بعد إشباع الفرد حاجاته الأساسية، وأن التعرض لضغوط وحده لا يكفي لشرح قيام الاستجابة له، بل يتوقف ذلك على الطريقة التي يقيم بها الناس البيئة، وعلى الأهمية والمعنى الذين يضيفونها على الضغوط، وعلى تقييمهم لمصادر التعامل مع الشدائد، وكذلك التعامل الفعلي مع الضغوط.

5. النظرية الاجتماعية:

من روادها نجد "دنهام، ردليك، فريز، هولنجر، هيد" وتشير هذه النظرية إلى أن الفرد السوي هو المتكيف اجتماعيا، أي القادر على مجازاة قيم المجتمع وقوانينه، ويرى مؤيدوها "Denham" أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التكيف وأن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر على تكيف الفرد، حيث أن الطبقات الاجتماعية الدنيا تمتاز مشاكلهم بطابع فيزيقي كما أظهروا ميلا قليلا لعلاج المعيقات النفسية، في حين قام ذوو الطبقات الاجتماعية العليا والراقية بصياغة مشاكلهم بطابع نفسي وأظهروا ميلا أقل لمعالجة المعيقات الفيزيقيّة (عبد اللطيف، 1990).

تعقيب على النظرية الاجتماعية:

تركز هذه النظرية على أهمية المجتمع والثقافة وتأثير كل منهم على تكيف الفرد، وسبل معالجة الفرد لمشاكله النفسية.

6. النظرية المعرفية:

يرى أصحاب النظرية المعرفية أن التكيف يأتي عبر معرفة الإنسان لذاته وقدراته والتكيف معهما. حسب الإمكانية المتاحة وأن كل فرد يمتلك القدرة على التكيف الذاتي. وعلى هذا الأساس فقد أكد "ألبرت أليس" على أهمية تعليم المرضى النفسانيين كيف يغيرون من تفكيرهم في حل المشكلات؟ وأن يوضح للمريض أن حديثه مع ذاته يعتبر مصدرا لاضطرابه الانفعالي، وأن يساعده على أن يستقيم تفكيره حتى يصبح الحديث الذاتي لديه أكثر منطقية وأكثر فعالية.

تعقيب على النظرية المعرفية:

رواد النظرية المعرفية استبعدوا تفسير توافق الفرد أنه يحدث بطريقة آلية تبعده عن الطبيعة البشرية، واعتبروا أن كثيرا من الوظائف البشرية تنمي الفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك للأفكار والمفاهيم الأساسية. ومن خلال هذه النظريات التي طرحها علماء النفس، نجد أن كل واحد منهم له تفسير وتحديد لمفهوم التكيف في ضوء منحنى معين، رغم أنها تتفق بأن التكيف النفسي مفهوم أساسي مرتبط بمقومات الصحة النفسية للفرد.

الخلاصة:

يعتبر موضوع التكيف من أهم المواضيع في علم النفس والصحة النفسية، وعن طريقه يحقق الفرد ذاته النفسية والاجتماعية، ولقد حاولت في هذا الفصل تقديم أهم التعريفات التي قدمت لمصطلح التكيف ومعاييره وأبعاده. ومختلف العوامل التي يمكن أن تعيق التكيف النفسي ووصول الفرد إلى تحقيق التكيف النفسي يعني القدرة على تحقيق أهدافه، وحاجاته ودوافعه وفق المتطلبات والشروط التي يفرضها المحيط ومن أهم الأهداف التي يسعى الفرد في حياته إلى تحقيقها هي غاية

الدراسات العليا والتعليم الجامعي والنجاح فيه وتحقيق توافق نفسي وتكيف حسب الوضعية الجديدة المتمثلة في الانتقال من المحيط الأسري إلى المحيط الجامعي.

2.2 الذكاء الانفعالي

1.2.2 مفهوم الذكاء الانفعالي

يعد الذكاء الانفعالي Emotional Intelligence مفهوم له جذوره التاريخية الراسخة، وإن كان من أحدث أنواع الذكاء التي ظهرت في مجال علم النفس مع بداية التسعينات، نظراً للتطور الذي يحدث للعصر الذي نعيش فيه، والذي يتطلب رؤية غير تقليدية لمفهوم الذكاء (Pfeiffer, 2001) وما يتطلبه الفرد من قدرات عقلية ومهارات انفعالية لحل المشكلات التي تواجهه والتأثير على الأفراد الآخرين وعلى البيئة المحيطة.

أما بالنسبة لتعريفات هذا المفهوم تعددت من قبل مختلف العلماء فمنهم من عرفه على أنه قدرات أو مهارات أو أساليب أو سمات شخصية، وسوف نذكر أبرز هذه التعريفات كالاتي:

أصدر جولمان (Goleman, 1995) كتابه في (الذكاء الانفعالي - الانفعالي) وتناول فيه بإسهاب ارتباط حركة الانفعالات بالدماغ وتفاصيل تلك الارتباطات العصبية، وبالتالي تشكلت نظرية جولمان للذكاء الانفعالي في هذا الصدد، علما بان تلك الارتباطات قد اشار اليها ديكارت في القرن السابع عشر، ولكن لم يلتفت أحد لمقولته، بأن الانفعالات لا ترتبط بحركة المشاعر بقدر ما ترتبط بأعصاب الدماغ، باعتباره المحرك والمؤجج. ومن خلال كتابه عرفه جولمان بأنه القدرة على إدراك الانفعالات وفهم ومعرفة انفعالات الآخرين، بحيث يؤدي ذلك إلى تنظيم وتطوير النمو الانفعالي المرتبط بتلك الانفعالات من خلال الوعي بالذات وإدارة الانفعالات والدافعية والتعاطف والمهارات الاجتماعية

بينما يشير مايبير وسالوفي (Salovey & Mayer, 1997: 4-7) إلى أن أصول الذكاء

الانفعالي ترجع إلى القرن الثامن عشر، حيث قسم العلماء العقل إلى ثلاثة أقسام متباينة:

القسم الأول: (المعرفة: Cognition): ويشمل العديد من الوظائف مثل الذاكرة والتفكير واتخاذ القرار ومختلف العمليات المعرفية وما ينبثق منها.

القسم الثاني: (العاطفة: Affect): ويشمل الانفعالات والنواحي المزاجية والتقويم ومختلف المشاعر مثل الفرح والسرور والغضب والإحباط والخوف والقلق والتبرم وعدم التحمل، وأبسط شكل للانفعالات ما يسمى باللون الانفعالي للأحاسيس. والذكاء الانفعالي مرتبط بكل من القسم الأول والثاني بطريقة أو أخرى، أي أنه متغير مستعرض بين المعرفة والعاطفة (الانفعال) ويحدث تكامل بينهما.

القسم الثالث: (الدافعية: Motivation): ويشمل على الدوافع البيولوجية أو المتعلمة أو الأهداف التي يسعى الفرد لتحقيقها.

فقد رأى سالوفي وآخرون (Salovey et. Al, 1995) أن الذكاء الانفعالي يميز الأفراد الذين يحاولون التحكم في مشاعرهم ومراقبة مشاعر الآخرين وتنظيم انفعالاتهم وفهمها. وهذا يمكنهم من استخدام استراتيجيات جيدة للتحكم الذاتي في المشاعر والانفعالات.

وعرفه (عثمان، 2000) بأنه القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا؛ لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم؛ للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الارتفاع العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة.

ويُفسر (أبو سعد، 2005) الذكاء الانفعالي بأنه: " قدرة الفرد على التعامل الإيجابي مع نفسه ومع الآخرين، بحيث يحقق أكبر قدر من السعادة لنفسه ولمن حوله".

ويضيف له تعريفاً آخر على أنه: "عبارة عن مجموعة من الصفات الشخصية والمهارات الاجتماعية والانفعالية التي تمكن الشخص من تفهم مشاعر وانفعالات الآخرين، ومن ثم يكون أكثر قدرة على ترشيد حياته النفسية والاجتماعية انطلاقاً من هذه المهارات، وتعرف مؤسسة (Work mind) الأمريكية الذكاء الانفعالي على أنه القدرة على التعرف على الاستجابات وردود

الأفعال بشكل سريع تجاه المواقف والناس، واستخدام المعرفة بطرق فعالة. ويبين هذا التعريف أن الذكاء الانفعالي يتضمن مهارة دراسة الشعور الجمعي، وضبط النفس، والدافعية الداخلية واحترام الذات، ويتضمن التعريف حث النفس على الاستمرار في مواجهة الإحباطات والتحكم في النزوات وتأجيل الإحساس بإشباع النفس وإرخائها، ويتضمن كذلك القدرة على تنظيم الحالة النفسية، ومنع الأسى والألم من شل القدرة على التفكير ويتضمن أيضا القدرة على التعاطف والشعور بالأمل (حسين، 2005).

ويعرفه (ناصر، 2011) بأنه: "مجموعة من السمات المزاجية والاجتماعية التي تؤثر على تنوع المحتوى الانفعالي للأشخاص من حيث مدى ودقة فهم المشاعر، ومن ثم رفع مستوى القدرة على مواجهة ومعالجة المشكلات خاصة الانفعالية منها بنجاح، وتتضمن أربعة مكونات أساسية هي: الوعي بالذات، والفهم والتواصل الاجتماعي، والتعبير عن المشاعر، والتكيف ومعالجة المشكلات".

وتعرفه (صابر، 2011) بأنه: "قدرة الفرد على إدراك مشاعره، وانفعالاته، وفهمها، والتعبير عنها، وإدارتها، وقدرته على النفاذ إلى مشاعر وانفعالات الآخرين، مما يتيح التواصل والتفاعل وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين".

تتفق تعريفات الذكاء الانفعالي في مجموعة من النقاط يمكن تلخيصها بالاتي:

1. إدراك الفرد لمشاعره ووعيه بها وفهمه لها.
2. إدراك الفرد لمشاعر الآخرين ووعيه بها وتقديرها وتفهمها.
3. تنظيم الانفعالات والمشاعر وضبطها والتحكم فيها وتوجيهها لدى الفرد والآخرين.
4. توظيف الانفعالات واستخدام المعرفة الانفعالية لزيادة الدافعية ولتحسين المهارات وتطوير السلوكيات الإيجابية.
5. التفاعل الاجتماعي والتواصل مع الآخرين والتعاطف مع مشاعرهم.

2.2.2 الأساس النيورولوجي للذكاء الانفعالي

ينظر إلى الجهاز العصبي الطرفي على أنه المسئول عن الذكاء الانفعالي وجميع حالات الإنسان الانفعالية. فهو يؤدي دوراً رئيساً في التعرف على انفعالات الآخرين وتقييمها، فالمخ اللمبي الطرفي الذي يتحكم في العواطف، ويقع وسط الطبقات الأساسية للمخ، وللإنسان القشرة المخية "Cortex"، والمخ اللمبي "Brain Limbic"، وجذع المخ "Stem Brain"، وفي وسط الجهاز اللمبي خلف العينين توجد اللوزة "Amygdala" (الأعسر وكفافي، 2000: 66).

وهيكلته صغيرة من الخلايا العصبية، تتكون من جسمين صغيرين يشبهان اللوزة، ولهذا سميت بهذا الاسم، وتقع في السطح الداخلي للفص الصدغي، جزء منها في المخ الأيمن والآخر في المخ الأيسر. وتعتبر اللوزة الجزء الأهم في الجهاز العصبي الطرفي وفي مخ الإنسان المتخصص في الحالات الانفعالية. وتعتبر الوصلات العصبية التي تصل بين الفص الجبهي (مركز الأفكار) واللوزة (مركز الانفعال) المسؤولة عن الكفاءة الانفعالية للفرد (نسيمة، 2009: 19).

وفي حالة فصل هذه اللوزة عن بقية الوصلات أو فصلها عن بقية أجزاء المخ، يظهر عجز واضح في تقدير أهمية الأحداث الانفعالية، وهي الحالة التي يطلق عليها "العمى الانفعالي" (المغازي وعجاج، 2002: 51). ويؤدي العجز عن تقدير المشاعر العاطفية إلى أن يفقد الإنسان القدرة على التواصل مع الآخرين. فقد أجريت عملية جراحية لشاب أزيلت فيها اللوزة من دماغه لعلاج نوبات الصرع المرضية. بعدها تغير تماماً وأصبح غير مكترث بالناس، يفضل الانطواء بلا أي علاقات إنسانية، مع أنه كان قديراً في التفاوض مع الآخرين، لقد صار لا يتعرف على أصدقائه وأقاربه، حتى والدته. وظل لا يشعر بأي عاطفة في مواجهة كرب أو محنة شديدة، لعدم اكتراثه بأي شيء. فهذا الشاب نسي أيّة استجابة انفعالية (جولمان، 2000: 52).

لقد بينت العديد من الدراسات أن هناك علاقة بين تلف اللوزة والعجز عن التعرف على تعابير الوجه الانفعالية كالخوف والغضب والاشمئزاز. ويؤدي هذا التلف أيضاً إلى تدهور

قدرة الفرد على تقويم الموقف، كما يرتبط بأعراض مرض الفصام والاكتئاب والهلاوس والقلق والاضطرابات الموائية للصدمة، ويظهر العجز بصورة أوضح في التفاعل الاجتماعي (الخضر، 2002: 24).

ويعتبر جوزيفلودو "Joseph Lodoux" عالم الأعصاب بمركز علوم الأعصاب بجامعة نيويورك أول من اكتشف الدور الرئيس للوزة في المخ الانفعالي. وقد فسرت أبحاث جوزيفلودو كيفية تحكم اللوزة في أفعالنا حتى قبل أن يتخذ كل من العقل المفكر والقشرة المخية قرارا ما. وأن بؤرة الذكاء الانفعالي تتمثل في المهام التي تقوم بها اللوزة ودورها المتداخل مع القشرة (جولمان، 2000: 54).

وفي دراسات عصبية أجريت حول بيولوجيا التعاطف استعرضتها ليسلي برانرز (L. Brothers) الطبية النفسية في المعهد التكنولوجي بكاليفورنيا، تبين فيها دور اللوزة وصلاتها بالمناطق المرتبطة باللحاء البصري كجزء من الدورة المخية الهامة الكامنة وراء التعاطف (الأعسر وكفاي، 2000: 331).

3.2.2 أهمية الذكاء الانفعالي في المنظومة التربوية

يعد العقاب البدني أحد الوسائل الأساسية للتحكم في الفصول وإدارتها، ولكن العديد من الدول بدأت تحرم العقاب البدني في المدارس، ونتج عن هذا التحريم مشكلة خطيرة، وهي أن الحكومات لم تقدم أية وسيلة بديلة للمدارس لكي يتم من خلالها التحكم في الفصل وإدارته تربويا، مما دعا بعض المدرسين إلى الاعتراف بأن إدارة الفصل المدرسي في ظل غياب العقاب الجسدي تعتبر ضربا من المستحيل.

وبالرغم من أنه كان هناك العديد من المدرسين الذين لا يلجأون إلى الضرب في الفصول ويؤيدون تحريمه، إلا أنه لوح ظهور أو انخفاض مستوى الاحترام المتبادل والذي يعتبر من أهم النتائج المترتبة على الذكاء الانفعالي بين المدرس والطالب داخل الفصل الدراسي.

ومهما كانت الأسباب، فإن النتيجة أصبحت أن معظم المدرسين يقضون وقتاً طويلاً من الحصة في إدارة الفصل، ولا يتبقى إلا وقت يسير للتعليم والتدريس، ولكن السؤال الذي يطرح نفسه هو: ما الذي يجب على المدرسين القيام به في تلك الفترة؟ والإجابة هي أن نقطة الانطلاق في تلك العلاقة بين الطالب والمدرسين هو الفهم والاحترام المتبادل، والذي لا ينشأ إلا عن توافر مهارات الذكاء الانفعالي، ولذلك فإن من أهم واجبات المدرس الاهتمام الكبير بتلبية احتياجات الطالب الانفعالية والعاطفية، وذلك لما لها من تأثير كبير على مستوى الاحترام الذي يظهره الطالب للمدرس داخل الفصل، كما أن من واجبات المدرس أيضاً معرفة الطالب الذي يحتاج إلى إشباع مطالبه الانفعالية، وإدراك المشاعر وقبولها، ثم بعد ذلك العمل بكل السبل على تلبيتها، وألا يقوم المدرس بإيذاء الطالب سواء عاطفياً أو جسدياً أثناء تلك العملية التربوية، وبالتالي لو تمكن المدرس من إشباع تلك الحاجات الانفعالية، فإن ذلك من أهم نقاط الانطلاق في كسب الاحترام والثقة من الطالب (عبد العظيم، 2006: 48).

وفي هذا الشأن ذهب "أريك فروم" إلى القول بأنه من المستحيل احترام أي شخص دون أن تعرفه، وتظهر له اهتماماً كبيراً وتعمل بكل السبل على تلبية مطالبه، وتلك من أهم الأهداف التي يسعى الذكاء الانفعالي إلى تحقيقها، حيث يؤدي الذكاء الانفعالي دوراً بالغاً في تزويد المدرس بالقدرة على إدراك مشاعر الطالب، ومن ثم العمل على إقامة علاقات اجتماعية بينه وبين الطالب قوامها الاحترام المتبادل، وذلك حتى يتمتع المدرس بالعمل بالقدرة على التأثير على الطالب، وذلك لن يحدث إلا إذا قام المدرس بالعمل على تلبية الحاجات الانفعالية للطالب لكونها تشكل أهمية كبرى في التنبؤ بردود أفعالهم داخل الفصل تجاهه، ومما يدعو للأسف أن معظم المدرسين غير مجهزين أو مدربين على تحديد وفهم وإدراك مطالب ومشاعر الطالب الداخلية، وغير مدربين أيضاً على تحديد وفهم تلك المطالب والحاجات.

ويرجع السبب في ذلك بصورة كبيرة إلى عدم إدراج تلك المهارات ضمن النظام التعليمي، والمهني والعالي، وبالتالي يجب العمل بكل السبل على ضرورة دمج تلك المهارات الانفعالية ضمن المناهج الدراسية، وذلك لتخريج جيل جيد من المدرسين قادرين على تلبية

الحاجات الانفعالية للطالب، مما يساعدهم بصورة كبيرة في إدارة الفصل المدرسي في ظل تحريم الضرب في المدارس.

4.2.2 أبعاد الذكاء الانفعالي ومكوناته

اتفقت الأبحاث والدراسات السابقة على أن الذكاء الانفعالي يتكون من عدة أبعاد متشابهة في المفهوم والدلالة وهذا ابرز ما تم التوصل إليه:

قسم ماير وسالوفي (Mayer & Salovey, 1990: 773) الذكاء الانفعالي الى أربعة أبعاد وهي:

1. إدراك الانفعالات: قدرة الفرد على التعرف على انفعالات الوجوه والتصميمات والموسيقى.
2. قياس واستخدام الانفعالات: وذلك بهدف تحسين التفكير بمعنى توظيف الانفعالات والتعامل معها، واستخدامها لتوجيه الانتباه للمعلومات المهمة في الموقف، وتوليد الانفعالات الحية والتأرجح بين عدة انفعالات لرؤية الأمور من زوايا مختلفة
3. فهم الانفعالات: وتشير إلى تسمية الانفعالات، والتمييز بين المتشابهة منها، وفهم الانفعالات المركبة مثل: الغيرة، فهي تتضمن الغضب، الحسد والخوف، والانفعالات المتناقضة مثل: الجمع بين الحب والكراهية لشخص ما، وملاحظة التغييرات التي تحدث في مستوى الانفعالات سواء من حيث الشدة مثل: الغضب أو من حيث النوع.
4. تنظيم الانفعالات: وتعني إدارة وتوجيه الانفعالات الذاتية وتشير إلى تقبل المشاعر والانفعالات السارة وغير السارة، وانفعالات الآخرين دون كبتها.

جدول (1): يوضح نموذج ماير وسالوفي للذكاء الانفعالي

الإدراك الانفعالي	الاستيعاب الانفعالي	الفهم الانفعالي	الإدارة الانفعالية
يتم إدراك المشاعر والتعبير عنها في تلك المرحلة	تدخل المشاعر في النظام الذهني والإدراك للفرد كمؤشر على تأثيرهما على قدراته الذهنية والإدراكية	تتم الإشارة إلى أن الفرد قد استوعب الإشارات الانفعالية المتعلقة بفهم العلاقات بين المشاعر وتطبيقها	يتم تبلور الأفكار والقدرات التي تؤدي إلى نموذج تطوير القدرة الانفعالية والذهنية والفكرية للفرد مما يؤدي إلى نمو ذلك الفرد الشخصي
ثم يبدأ الفرد في الاحساس بتلك المشاعر وتبدأ في التأثير على الإدراك	ثم بعد ذلك يقوم الفرد بإدراك المشاعر الانفعالية والمعلومات المتصلة بها.	ثم بعد ذلك ينتقل إلى مرحلة تطبيق المشاعر الانفعالية	ثم يأتي دور تشجيع الإدارة الانفعالية لذلك الفرد على أن يكون منفتحاً ومستوعباً لكل المشاعر

(معمرية، 2007: 31).

أما جولمان (Golman, 1995) فقد قسم الذكاء الانفعالي إلى خمسة عوامل هي:

1. الوعي بالذات: إنَّ حكمة سقراط "إعرف نفسك" تعتبر حجر الزاوية في الذكاء الانفعالي، وتعني وعي الفرد بمشاعره حين حدوثها، والانتباه المستمر للحالة الشخصية الداخلية، في هذه الحالة من الوعي التأملي الشخصي يقوم العقل بملاحظة ومراقبة الخبرات التي يمر بها صاحبها بما تتضمنه من مشاعر، فالوعي بالذات باختصار هو الوعي بمشاعرنا أو انفعالاتنا أو عواطفنا، وكذلك الوعي بأفكارنا المرتبطة بهذه العواطف والانفعالات، وهو أساس الثقة بالنفس (الأعسر وكفافي، 2000: 50).

فعندما يكتشف الفرد أن لديه عدداً من الانفعالات السلبية تسيطر عليه، وتحدث دون سبب واضح لها، ويستطيع الابتعاد عن مصادرها يكون قد قطع شوطاً في فهم ذاته والوعي بها (عبد العظيم، 2006: 51).

أي أن هذا القسم يركز على معرفة الفرد لحالته المزاجية بحيث يكون لديه ثراء فيحياته الانفعالية ورؤية واضحة لانفعالاته.

2. إدارة الانفعالات: يعني هذا القسم قدرة الفرد على تحمل الانفعالات العاصفة وألا يكون عبدا لها، أي أن يشعر الفرد بأنه سيد نفسه، وهذا يمثل دالة على الكفاءة في تناول أمور الحياة وتنظيم الذات.

بمعنى التخلص من الانفعالات السلبية إلى الإيجابية وارشادها بصورة تساعد الفرد على التكيف مع الموقف (عبد العظيم، 2006: 116).

3. دافعية الذات: التقدم والسعي نحو دوافعنا هو العنصر الثالث للذكاء الانفعالي، فالأمل مكون أساسي في الدافعية، وأن يكون لدينا هدف أن نعرف خطواتنا خطوة خطوة نحو تحقيقه، وأن يكون لدينا حماس ومثابرة للسعي.

والدافعية هي القوة المحركة لسلوك الفرد لتحقيق هدف معين، والقاعدة الأساسية هي أن لكل سلوك دافعا سواء كان هذا الدافع داخليا أم خارجيا، ويعتبر وجود دوافع قوية تحت الأفراد على التقدم والسعي نحو تحقيق الأهداف، وغالبا ما يختلف المديرون في مستوى الدافعية، ولذلك فإن المدير الذكي وجدانيا هو الذي يمثل دافعية قوية تدفعه إلى النجاح في العمل، وتكون نابعة من داخله، وليس المال أو الألقاب هي التيتكون الدافع القوي للنجاح في العمل، ومن ثم يشعر ذلك المدير بالتفاؤل والثقة حتى في أحلى اللحظات، ويكون من الصعب جدا زعزعة ثقة ذلك المدير بنفسه، فالدافعية من أهم مميزات المدير الناجح، ومع ذلك فليست الدافعية مقتصرة فقط على المديرين الفعالين، ولكن من المهم جدا توافر تلك الخاصية، والسمة المهمة جدا لدى جميع أفراد العمل داخل المدرسة، وذلك لأنه حينما يكون دافع قوي لفريق العمل للعمل فسوف يشعرون بالترابط والتحفيز تجاه الانخراط في مشاريع العمل في المؤسسة (عبد العظيم، 2006: 78).

4. التعاطف: يقصد به معرفة وإدراك مشاعر الغير مما يؤدي إلى التناغم الانفعالي مع الآخرين. فالتعبيرات غير اللفظية أصدق بكثير من التعبيرات اللفظية، فكثيرا ما تسيء اللغة أو تعجز عن التعبير عما يشعر به الفرد ويفكر فيه، ومن ثمة تكون تعبيرات الوجه

ونبرات الصوت والإيماءات أصدق في التعبير، فقد يوافق الشخص في لسانه في حين يدل وجهه وصوته على الرفض.

وبهذا يشير التعاطف إلى قدرة الفرد على أن يضع نفسه موضع الغير أي قدرة الفرد على إدراك وفهم مشاعر الآخرين ووجهات نظرهم، وذلك لأن معرفة مشاعر الآخرين تمثل قدرة ومهارة وجدانية يجب أن يتمتع بها الفرد الناجح.

وفي هذا الصدد يقول جولمان: بأن الفرد الذي يتوافر لديه تلك المهارة الانفعالية، يسعى بصورة مستمرة إلى تهدئة الأفراد أو التعاطف معهم حينما تنزل بهم نازلة، على حين أن الفرد لا تتوفر لديه تلك المهارة دائما، من ينهار، ذلك الذي تنزل به المصيبة وأحيانا يطرد من عمله أو ما شابه، ويركز جولمان في كتابه "الذكاء الانفعالي" 1995م على حالة قاتل ارتكب سبع جرائم قتل، وهو في إحدى اللقاءات والمقابلات الإكلينيكية أجاب على سؤال: "هل كنت تشعر بأي شفقة نحو الضحايا؟" فأجاب: "لا، لو كنت شعرت بالشفقة أو التعاطف معهم لما استطعت فعل ما فعلته"، ونستخلص من ذلك أنّ التعاطف هو الذي يكبح قسوة الفرد، وهو الذي يحافظ على تحضر الإنسان حيث أنّ اهتمام الفرد بمطالب وقيم ومشاعر واهتمامات الأفراد تزيد من رغبتهم في الاستمرار (الأعسر و كفاي، 2000: 69-70).

5. المهارات الاجتماعية: ويقصد بها التعامل الجيد والفعال مع الآخرين بناء على فهم ومعرفة مشاعرهم، وتسمى أيضا الكفاءة الاجتماعية أو التواصل الاجتماعي، وتشير إلى تأثير الفرد القوي والإيجابي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم، ومعرفة متى يقودومتى يتبع الآخرين، ويتصرف معهم بطريقة ملائمة.

الإنسان كائن اجتماعي، وقدرته على السلوك بصورة سليمة مع الآخرين عامل فعال في توافقه، وتشير الكفاءة الاجتماعية إلى القدرة على فهم مشاعر الآخرين وانفعالاتهم

بالصورة المثلى التي يتطلبها الموقف، وهي تظهر في القدرة على التأثير في الآخرين، والتواصل معهم وقيادتهم بشكل فعال (معمرية، 2007: 32).

جدول (2): يوضح نموذج دانييل جولمان للذكاء الانفعالي

المكونات	الأبعاد
القدرة على قراءة الفرد لمشاعره وإدراك تأثيرها على عملية صنع القرار ويتضمن البعد المعرفي للفرد هو أساس الثقة بالنفس.	الوعي بالذات
كيفية تعامل الفرد مع المشاعر والانفعالات السلبية- تنظيم الذات وكبت الانفعالات وترشيدها.	معالجة الجوانب الانفعالية أو إدارة الانفعالات
التحكم وضبط الانفعالات، التأجيل الفوري للتعبير المباشر عن الانفعالات، تأجيل إشباع الأفراد الفوري لحاجاتهم في سبيل تحقيق أهداف بعيدة.	تحفيز الذات
قراءة انفعالات الآخرين من خلال أصواتهم وتعابير وجوههم، قدرة تخفيض آلام الآخرين الذين لديهم مشاكل والتأثير فيهم.	التعاطف
التأثير الإيجابي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالهم ومساندتهم والتصرف بطريقة لائقة.	التواصل أو المهارات الاجتماعية

(معمرية، 2007: 32).

وفي عام 1996 قام بار- أون (Bar-on, 1996) بتقسيم مكونات الذكاء الانفعالي إلى

سبعة أبعاد والتي تتمثل فيما يلي:

- (1) البعد الشخصي. (2) بعد تكوين العلاقات مع الآخرين. (3) التكيف. (4) التحكم في الضغوط.
- (5) المزاج العام. (6) الانطباع الإيجابي. (7) الدرجة الكلية.

وقدم ديلوكس وهيجز (Higgs & Dulewics, 1999) تقسيماً لمكونات الذكاء الانفعالي

والتي تتكون من خمسة عوامل:

1. الوعي بالذات: معرفة الفرد لمشاعره واستخدامها في اتخاذ قرارات واثقة.

2. تنظيم الذات: إدارة الفرد لانفعالاته بشكل يساعده ولا يعوقه والقدرة على تأجيل أشباع الحاجات.

3. تحفيز الذات: استخدام الفرد لقيمه العميقة لتحفيز ذاته وتوجيهها لتحقيق أهدافها.

4. التعاطف: الإحساس بمشاعر الآخرين والقدرة على فهمها وعلى إدارة نزعات وانفعالات الآخرين.

5. المهارات الاجتماعية: قدرة الفرد على قراءة وإدارة انفعالات الآخرين من خلال علاقاته معهم وإظهار الحب، والاهتمام بهم، واستخدام مهارات الإقناع والتفاوض، وبناء الثقة، وتكوين شبكة علاقات ناجحة، والعمل في فريق بصورة إيجابية فاعلة.

وتوصل عثمان وعبد السميع (1998، 10-11) إلى أن الذكاء الانفعالي يتكون من خمسة أبعاد وهي:

1. المعرفة الانفعالية: القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينهما مع الوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر الذاتية والأحداث الخارجية.

2. إدارة الانفعالات: القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، مع ممارسة مهارات الحياة الاجتماعية والمهنية بفاعلية.

3. تنظيم الانفعالات: القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات، وفهم كيف يتفاعل الآخرون بانفعالات مختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى.

4. التعاطف: القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً مع فهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتناغم معهم.

5. التواصل: التأثير الإيجابي القوي في الآخرين ومتى تتبعهم وتساندهم وتتصرف معهم بطريقة لائقة.

4.2.2 النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي

تنوعت اتجاهات الباحثين في تحديد مفهوم ومهارات الذكاء الانفعالي ضمن نماذج متنوعة ومن خلال الدراسات التي تناولت الذكاء الانفعالي، يمكن استخلاص أهم النماذج:

1. نموذج (بار - أون) للذكاء الانفعالي:

تعتبر تلك النظرية أولى النظريات التي فسرت الذكاء الانفعالي، وكان عام (1988) أول فترة لظهور تلك النظرية، عندما قام (بار - أون) في رسالة للدكتوراة بصياغة مصطلح " النسبة الانفعالية" كنظير لمصطلح نسبة الذكاء العقلي. وفي توقيت نشر (بار - أون) لرسالته في نهاية الثمانيات، كانت هناك زيادة في اهتمام الباحثين بدور الانفعال في الأداء الاجتماعي، وجودة الحياة. وقبل أن يتمتع الذكاء الانفعالي بالاهتمام في عدة مجالات والشعبية التي ينالها اليوم، حدد (بار - أون) عام (2000) نموذجه عن طريق مجموعة من السمات والقدرات المرتبطة بالمعرفة الانفعالية والاجتماعية، التي تؤثر في قدرتنا الكلية على المعالجة الفعالة للمتطلبات البيئية (السامدوني، 2007).

وتشير تلك النظرية إلى وجود تداخل بين الذكاء الانفعالي وسمات الشخصية، فقد عرف الذكاء الانفعالي على أنه مكون يشتمل على مجموعة من الكفاءات غير المعرفية، وقد أعد (بار - أون) أول أداء لقياس الذكاء الانفعالي، وصمم للتعرف على ذلك الكفاءات غير المعرفية (الشخصية) لكي تجيب على التساؤل التالي: لماذا يكون بعض الأفراد أفضل في ضبط انفعالاتهم من الآخرين. وقد توصلت الأبحاث التي استخدمت مقياس (بار - أون) إلى أنّ الكفاءات الشخصية تعتبر مؤشرا للنجاح في الحياة وهذا ما تقدمه مقاييس نسبة الذكاء المعرفي (iQ).

وقد أوضح (بار - أون) في نظريته أنّ الذكاء الانفعالي يتكون من خمسة كفاءات لا معرفية وهي:

1. كفاءات لا معرفية ذاتية (الذكاء الشخصي): الوعي بالذات، تقدير الذات (النظرة الذاتية)، تحقيق الذات.

2. كفاءات ضرورية للعلاقة بين الأشخاص: التعاطف، المسؤولية الاجتماعية، العلاقة بين الأشخاص (العلاقات الاجتماعية).

3. القدرة على التكيف: حل المشكلات، إدراك الواقع، المرونة.

4. القدرة على إدارة الضغوط والتحكم فيها: مقاومة الضغوط وتحملها، ضبط الاندفاع.

5. المزاج العام (النسبة الانفعالية للمزاج العام): التفاؤل، السعادة (السامدوني، 2007).

إن الذكاء الانفعالي عند (بار- أون) يتكون من خمسة عشر مكوناً، تم ترتيبهم في خمسة أبعاد رئيسية:

- **الذكاء الشخصي:** والذي يمثل القدرات والكفاءات والمهارات المرتبطة بداخل ذلك الفرد.
 - **الذكاء البين - شخصي:** ويمثل القدرات والمهارات البين - شخصية، ومحاولة تطبيقها على أرض الواقع والاستفادة منها في إدارة ذلك الفرد لعلاقاته مع الآخرين.
 - **القدرة على التكيف:** ويوضح كيفية نجاح الفرد في مواكبة الظروف والمتطلبات البيئية والتكيف معها، من خلال زيادة مهارات ذلك الفرد في المرونة والتعامل مع الآخرين، وحل المشكلات بمنطقية ومهارة.
 - **إدارة الضغوط:** ويمثل قدرة الفرد على إدارة الضغوط والتكيف معها بفعالية كبيرة.
 - **الحالة المزاجية العامة:** وتمثل قدرة الفرد ومهاراته في الاستمتاع بالحياة وفي الحفاظ على مكانته ومركزه الإيجابي في المجتمع وتضم كلاً من السعادة والتفاؤل.
- ويفترض (بار- أون) أنّ الذكاء الانفعالي، مهارة يتم تنميتها وتطويرها بمضي الوقت من خلال خضوع الفرد لبرامج تدريبية، هدفها الأول تنمية المهارات الانفعالية والاجتماعية. ويفترض أنّ الأشخاص الذين ترتفع نسبة الذكاء العام لديهم هم أكثر الأفراد تحقيقاً للنجاح وتلبية للمتطلبات والضغوط البيئية والمجتمعية.

وذكر أيضا، أن نقصان مهارة الذكاء الانفعالي لدى الفرد يقلل فرص نجاحه في الحياة، ويزيد نسبة حدوث المشكلات الانفعالية والاجتماعية عنده. وعلى هذا فإن المديرين أو الأفراد الذين يكون لديهم نقص في مهارات الذكاء الانفعالي يجدون صعوبة في صنع القرارات، وفي حل المشكلات، وفي إدارة الضغوط، وفي التحكم في ردود أفعالهم.

كما يعترف (بار - أون) بوجود علاقة وثيقة بين الذكاء الانفعالي والذكاء العام أو المعرفي حيث أنهما يؤديان بدورهما إلى زيادة نسبة الذكاء العام لدى الفرد. مما يعطي إنطبعا للمجتمع بأن ذلك الفرد من أكثر الأفراد تحقيقا للنجاح، سواء في حياته العملية أو الاجتماعية (عبد العظيم، 2006: 48).

وعليه نستنتج أن النموذج النظري لـ(بار - أون) هو أول النماذج النظرية التي حاولت تفسير الذكاء الانفعالي، وقد اعتمد في نمودجه هذا على تحديد الذكاء الانفعالي كمجموعة من السمات والقدرات المرتبطة بالمعرفة الانفعالية والاجتماعية، التي تؤثر في قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع مختلف المواقف.

2. نظرية النموذج الرباعي (ماير وسالوفي) للذكاء الانفعالي

بدأ الاهتمام بدرجة كبيرة بالجوانب غير المعرفية للذكاء، من هؤلاء الباحثين منذ عام (1990)، والدافع لوضع نظريتهما للذكاء الانفعالي هو تطوير النظرة له والتي تختلف عن نظرية (بار - أون) وتحليل مكوناته وإعداد أدوات قياسه، التي تختلف عن المقاييس الأخرى، والتي تعاملت مع الذكاء الانفعالي على انه سمة من سمات الشخصية، والتعامل معه على أنه قدرة عقلية مثله مثل أنواع الذكاء الأخرى، وقد جاءت تلك النظرية على قياس الفروق الفردية حيث يرى ماير وسالوفي (1990) أن المقاييس التقليدية للذكاء فشلت في دراسة الفروق في الوعي والتشغيل والإدارة الفعالة للانفعالات والمعلومات الانفعالية.

إن النموذج الذي أعده ماير وسالوفي (1990) لتحليل الذكاء الانفعالي، قد اتخذ منحى القدرة، وأجريت عليه عدة بحوث سواء من الباحثين أو بالاشتراك مع باحثين آخرين وقد ظهرت تلك

النظرية، بعد التحقق التجريبي من نموذجها عام (1997) والذكاء الانفعالي كقدرة عقلية هو النظرية المثلى لماير وسالوفي، حيث تم تعريفه نظريا بطريقة تجعله اكثر تميزا عن الذكاء التقليدي (المعرفي) فعلى سبيل المثال، عندما نقارن الذكاء الانفعالي بالذكاء الاجتماعي، نرى أن الذكاء الانفعالي أوسع من الذكاء الاجتماعي، حيث يتضمن المشاعر الداخلية الخاصة بالنمو الشخصي، ومن ناحية أخرى الذكاء الانفعالي يركز على الجوانب الانفعالية (العاطفية) للمشكلات مقارنة بالذكاء الانفعالي الذي يركز على الجوانب الاجتماعية (السامدوني، 2007: 107).

لقد أوضح (ماير وسالوفي) أن الذكاء الانفعالي يشتمل على أربع قدرات رئيسة وهي:

1- إدراك طبيعة الانفعالات أو المشاعر:

الوظيفة: التعرف على المشاعر الانفعالية وتقييمها والتعبير عنها بصورة دقيقة.

المحتوى: التعرف على المشاعر الذاتية، التعرف على مشاعر الآخرين، التعبير بدقة عن المشاعر والحاجات المتصلة بها، التمييز بين المشاعر الصادقة والزائفة.

2- التعامل مع المشاعر:

الوظيفة: توظيف المشاعر الانفعالية لتيسير التفكير.

المحتوى ويشمل: استخدام المشاعر لتوجيه الانتباه للمعلومات المهمة في الموقف، توليد المشاعر الحية التي يمكن أن تيسر عملية اتخاذ القرار أو التذكر، التنقل بين عدة أنواع من المشاعر لرؤية المحور من زوايا مختلفة، توظيف المزاج لتيسير عملية توليد الحلول المناسبة لمشكلة ما.

3- فهم الانفعالات:

الوظيفة: فهم وتحليل الانفعالات وتوظيف المعرفة الانفعالية.

المحتوى ويشمل: تسمية المشاعر، التمييز بين التسميات المتشابهة منها، تفسير المعاني التي تحملها المشاعر (مثل: الشعور بالحزن غالبا ما يعني خسارة أو فقدان شيء ما)، فهم المشاعر

المركبة (مثل: الغيرة تشمل الحسد والغضب والخوف) والمشاعر المتناقضة (مثل: الجمع بين حب وكره شخص ما). ملاحظة التحول أو التغيير في المشاعر سواء في الشدة (مستوى الغضب) او في النوع (الانتقال من الحسد إلى الغيرة).

4- إدارة الانفعالات:

الوظيفة: تنظيم الانفعالات والتحكم فيها بشكل تأملي، بما يساعد على تفعيل النمو الانفعالي.

المحتوى ويشمل: الانفتاح على المشاعر وتقبل السار وغير السار منها، تأمل المشاعر (بالابتعاد أو الاقتراب من شعور ما بشكل تأملي)، ملاحظة المشاعر في الذات والآخرين بشكل تأملي (ملاحظة مدى وضوحها وأحقيتها)، إدارة مشاعر الذات والآخرين دون كبت او تضخيم المعلومات التي تحملها (جلال، 2008: 80).

وعليه نستنتج أنّ نموذج (ماير وسالوفي) يركز بصورة أكثر على أن الذكاء الانفعالي هو القدرة على الوعي بالانفعالات والقدرة على توصيل وتوليد الانفعالات عن طريق التفكير لتحسين النمو الانفعالي والعقلي. ولهذا يعتقد الباحثان بأن الذكاء الانفعالي مجموعة من القدرات غير المعرفية. والشخص الذكي وجدانيا حسب رأيهما قادر على التعرف على الانفعالات سواء أكانت انفعالاته أم انفعالات غيره، ولديه القدرة على التعبير الانفعالي بصورة دقيقة واضحة تمنع سوء فهم الآخرين له.

3. نموذج (دانيال جولمان) للذكاء الانفعالي (1995) :

قدم (جولمان) نموذج معتمدا على عمل (ماير وسالوفي) عام (1990) إلا أنه يعتبر من النماذج المختلطة التي تمزج قدرات الذكاء الانفعالي مع سمات وخصائص الشخصية متمثلة في خصائص الصحة النفسية كالسعادة والدافعية والقدرات، التي تجعل الفرد فعالاً في المشاركة الاجتماعية. وتم تنقيح نمودجه في مقال له عام (1998) وعام (2001) ويشير (جولمان) إلى أن الذكاء الانفعالي عبارة عن القدرة على التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين، وعلى تحفيز

ذواتهما، وعلى إدارة انفعالاتهما مع الآخرين بشكل فعال وبذلك عبر (جولمان) عن الذكاء الانفعالي في خمسة من المجالات أو المكونات وهي:

- 1- الوعي بالذات (معرفة انفعالات الذات): الدقة الذاتية في تقدير الذات، الثقة بالنفس.
- 2- إدارة الانفعالات (تنظيم الذات): الضبط الذاتي، الثقة والاعتماد على النفس، الوعي، التكيفية، التجديد والابتكار في إدارة الانفعالات.
- 3- حفز الذات (تأجيل الإشباعات): حافز الإنجاز، التواد، المبادرة، التفاؤل.
- 4- التعاطف (استشعار انفعالات الآخرين): فهم الآخرين، تنمية العلاقة مع الآخرين، التوجه نحو تقديم خدمة (مساعدة)، النفوذ والفعالية، الوعي واستشعار انفعالات الآخرين.
- 5- التعامل مع الآخرين (المهارات الاجتماعية): الاتصال المؤثر، إدارة الصراع، القيادة، تدعيم الروابط الاجتماعية، الاستشارة والتعاون، فعاليات الجماعة الاجتماعية (السامدوني، 2007: 114).

ويعرف (جولمان) الكفاية الانفعالية بأنها "قدرة متعلمة تقوم على الذكاء الانفعالي والتي ينتج عنها أداء بارز في العمل، وأن هذه الكفايات المتعلمة تختلف من شخص لآخر (السامدوني، 2007: 211).

بينما نجد أن الذكاء الانفعالي كما عرفه (ماير وسالوفي) يمثل "قدرتنا على السيطرة المنجزة للقدرات المتخصصة، لأن الكفايات الانفعالية نفسها تمثل الدرجة التي يسيطر بها الفرد بقدراته ومهاراته المتخصصة التي تقوم على الذكاء الانفعالي وتسمح له بالتصرف بفعالية أكبر في مكان العمل (السامدوني، 2007: 115).

وبتأسيس نظريته داخل سياق العمل فصل (جولمان) نموذجيه عن نموذج (بار - أون) ونموذج (ماير وسالوفي)، ويهدف (جولمان) في نموذجيه إلى تطوير نظرية أداء العمل القائمة على الكفايات التي تستخدم للتنبؤ بأداء العامل خلال العديد من الأوضاع التنظيمية عادة مع تأكيد على

هذه الكفايات في مواقع القيادة وعن الأفراد الذين يتميزون بتلك القدرة، أي يتميزون بمهارات اجتماعية، يكون لديهم قدرة على بناء الثقة أو الأمانة، وقدرة على خلق جو من التعاون والمشاركة مع الآخرين والعمل بفاعلية مع جماعة العمل. وحبّ العمل الجماعي مع الإيمان بأن بناء علاقة مع الآخرين تكون مفتاح العمل معهم (السامدوني، 2007: 115-116).

نستنتج مما سبق ان (جولمان) قد أسس نموذجها باعتبار الذكاء الانفعالي مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تتضمن خمسة أبعاد بدءًا بالوعي بالذات، مرورًا بإدارة الذات، حفز الذات، التعاطف، وأخيرًا التعامل مع الآخرين.

4. نموذج (وايزنجر) للذكاء الانفعالي (2004):

استند (وايزنجر) في بناء هذا النموذج على نظرية (ماير وسالوفي) في الذكاء الانفعالي حيث يتضمن هذا النموذج ثلاث كفايات متصلة بالبعد الشخصي وكفائيتين متصلتين بالبعد بين الشخصي.

ويحتوي البعد الشخصي للذكاء الانفعالي على الكفايات التالية:

- الوعي بالذات: وهو مراقبة الفرد لنفسه من خلال أفعاله، ومحاولة التأثير بنتائج أفعاله لتصبح أكثر فعالية.
- إدارة الانفعالات: وهو فهم الانفعالات الذاتية، والسيطرة على هذه الانفعالات، واستخدام ذلك في التعامل مع المحور بشكل منتج.
- الدافعية الذاتية: ويقصد بها تمييز واستخدام المصادر المتاحة للدافعية (الداخلية والخارجية) لاستغلال الفرص بفاعلية وهذه الكفاية تتضمن الحديث الذاتي وتدريب الذات.

أما الكفائتان المتصلتان بالبعد بين الشخصي فهما:

- الاتصال الجيد: وهو تطوير مهارات اتصال فاعلة، والانخراط في ممارسات الاتصال الفاعل في بناء العلاقات.

- راقبة الانفعالات: وهي مساعدة الآخرين في ادارة انفعالاتهم، واستغلال قدراتهم بأقصى درجة ممكنة. (سعيد، 16:2007)

نستخلص أن هذا النموذج قد ركز على تصنيف الذكاء الانفعالي لكفاءتين: كفاءة شخصية، وأخرى بين - شخصية.

5. نموذج (مونتمايور وسبي) للذكاء الانفعالي (2004) :

أشار (مونتمايور وسبي) إلى أن الذكاء الانفعالي الذي قدمه بعض الباحثين الرواد في الذكاء الانفعالي مثل (جولمان) و(ماير) و(سالوفي) يمكن تصنيفه في فئتين رئيسيتين تتضمنان مشاعر الفرد مقابل مشاعر الآخرين، والوعي مقابل إدارة الانفعالات، وهكذا. وافترض أن الذكاء الانفعالي يتضمن أربعة أبعاد هي:

1. الوعي (الإدراك) الانفعالي للذات: وهو القدرة على تمييز الانفعالات الذاتية.
2. الوعي (الإدراك) الانفعالي للآخرين: وهو القدرة على تمييز انفعالات الآخرين.
3. الإدارة الانفعالية للذات: وهي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على الانفعالات الذاتية.
4. الإدارة الانفعالية للآخرين: وهي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على انفعالات الآخرين (سعيد، 2007: 17).

يمكن القول أن هذا النموذج قد لخص النماذج السابقة في فئتين رئيسيتين تندرج ضمنها أربعة أبعاد أساسية وهي: الوعي بالذات، الوعي بالآخر، الإدارة الانفعالية للذات، والإدارة الانفعالية للآخر.

تبين مما سبق عرضه من النماذج النظرية حول الذكاء الانفعالي، أن هذا المفهوم يتضمن عدة قدرات ومهارات شخصية، إلى جانب مهارات اجتماعية في التعامل مع الغير.

والذكاء الانفعالي لا يمثل قدرة مستقلة من ضمن قدرات الشخصية، بل يمثل أهم جوانبها فالذكاء الانفعالي يجمع في أبعاده ومضامينه؛ المعرفة، الوجدان، والسلوك.

5.2.2 سمات الأذكىاء وجدانيا

يتميز الأذكىاء وجدانيا بمجموعة ميزات وخصائص؛ وقد تم استخدام مصطلح الذكاء العاطفي لوصف الخواص العاطفية التالية:

1. التقمص العاطفي: أو يقصد به تلوين المشاعر، وهنا يتطلب من الفرد أن يتقمص مشاعر الآخرين بشكل مؤقت حسب الموقف أو الحاجة، ولا يتعدى هذا التقمص الموقف، ويستطيع الفرد تلوين مشاعره كمشاعر الآخرين، ويتفهم إحساساتهم وآلامهم أو أفراحهم ويشاركهم هذه المشاعر.

2. ضبط المزاج: أي قدرة الفرد على السيطرة على حالته المزاجية والتحكم في مشاعره، بحيث لا يدفع الآخرون ثمن حالته المزاجية، وهذا الأمر يجب أن يتوافر في الأشخاص الذين لهم علاقات مباشرة مع عدد كبير من الناس مثل المعلمين، أو الموظفين الذين يتعاملون مع الجمهور. وقد أثبت العلماء ان لدى المرأة هرمونا أطلق عليه اسم (اوسيتوسين) يصفه العلماء بأنه "هرمون ضبط المزاج"، وهذا الهرمون هو السبب وراء لجوء المرأة إلى الصديقات أو أفراد الأسرة للتخلص من الضغوط دون الانسحاب أو الاندفاع إلى العدوان كما يفعل الرجال.

3. تحقيق محبة الآخرين: يقصد بها كسب حب الآخرين ومحبتهم من خلال مهارات معينة يجب أن تتوافر لدى الفرد.

4. التعاطف أو الشفقة: يجب على الفرد أن يتعاطف مع الآخرين ويقدر ظروفهم، ويواسيهم في أحزانهم وآلمهم، ويشفق على المريض والمحتاج، ويكثر من السؤال عنهم،

5. التعبير عن المشاعر أو الأحاسيس وفهمها: يقصد بهذه المهارة قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وأحاسيسه للآخرين وأن يكون إيجابيا في توصيل هذه المشاعر لهم كما يجب أن يكون قادرا على فهم مشاعرهم وتفسيرها. ويمكننا تقسيم الأفراد في هذا الصدد إلى ثلاثة أنواع كما ذكرها (جلال، 2008: 81-83):

النوع الأول: هو الشخص الإيجابي في توصيل المشاعر؛ وهو شخص قادر على المبادرة والإفصاح عن مشاعره للغير، وهو مرسل جيد للمشاعر.

النوع الثاني: هو الشخص السلبي في توصيل المشاعر؛ وهو شخص سلبي يتلقى المشاعر من الآخرين ويجيب عليها بمثل ما استلمها، وهو مستقبل جيد للمشاعر.

النوع الثالث: هو الشخص الفاقد للقدرة على الإرسال والاستقبال للمشاعر؛ فهو لا يفصح عن مشاعره للآخرين، ولا يرد على مبادرتهم له بأي شيء.

6. القابلية للتكيف: وهذه الخاصية تعني قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الاجتماعية الجديدة والتأقلم معها بشكل سريع وناجح، مثل الانتقال من صفوف الدراسة إلى العمل، أو الانتقال من حياة العزوبية إلى الحياة الزوجية، دون مشاكل تذكر أثناء هذا الانتقال.

7. الاستقلالية: والمقصود بها الاستقلالية العاطفية عن الآخرين، بحيث أن تكون للفرد مشاعره الخاصة، وتفضيلاته الشخصية دون أن يحاكي مشاعر الآخرين ويقلدهم في تفضيلاتهم، ويستقل عاطفيا عن الوالدين، فليس من الضروري أن يحب أو يكره مثلهم.

8. المودة والود: وهذا يعني السؤال عن الآخرين وودهم دون تحقيق مصلحة خاصة حيث غلب على الناس في هذه الآونة السؤال عن الآخرين بغرض تحقيق مصالح معينة أو منافع شخصية من وراء هذا السؤال.

9. الاحترام: يجب التعامل مع الآخرين باحترام، خاصة مع الأكبر سناً أو الأرفع مقاماً، والحديث معهم بشكل مهذب، وعدم رفع الصوت بحضورهم.

10. حل المشكلات: يصادف الإنسان الكثير من المحن والمشكلات أثناء تفاعله مع البيئة، وهو إذا لم يستطع التغلب على ما يعترض طريقه من مشكلات فإنه يشعر بالإحباط الذي يؤدي إلى الصراع النفسي. وليس من الميسور التغلب على المشكلات إلا إذا وقفنا على أسبابها، وهذا بدوره يتطلب التغلغل إلى حياة الفرد ماضيه وحاضره وأهدافه المستقبلية وهو وحدة كاملة لا تتجزأ.

وترتبط مشكلات الفرد بعدة عوامل منها: تكوينه العضوي، وحالته الصحية، وسماته الشخصية، وعلاقاته السرية، ونشاطه المهني والتعليمي، ونشاطه الاجتماعي.

6.2.2 مهارات الذكاء الانفعالي

هناك ارتباط بين الذكاء الانفعالي ومراعاة التدرج في تقديمها للمتعلم وهذا ما يشير إليه ماير وسالوفي "Mayer et Salovy" لأن مهارات الذكاء الانفعالي الرئيسة والفرعية جميعها مرتبطة بشكل تصاعدي من العمليات النفسية البسيطة إلى المعقدة وهي على النحو التالي:

1. إدراك الانفعالات وتقييمها والتعبير عنها: حيث يتطلب تعليم هذه المهارة مساعدة المتعلم على امتلاك إدراك انفعالات الآخرين بالإضافة إلى إدراكها في الأشياء من خلال اللغة والقصص والموسيقى والمثيرات الأخرى.

وتعتبر هذه المهارة من أبسط مهارات الذكاء الانفعالي، حيث تتعلق بدقة تحديد الانفعالات والمحتوى الانفعالي.

2. استخدام الانفعالات لتسهيل التفكير: وتتضمن هذه المهارة مهارة توليد الانفعالات واستخدامها والاحساس بها بصفتها ضرورية لنقل المشاعر والأحاسيس وتوظيفها في

عمليات معرفية أخرى، ويركز هذا البعد على الانفعالات في الذكاء حيث يصف الأحداث الانفعالية التي تساعد في المعالجة العقلية.

3. فهم وتحليل الانفعالات وتوظيف المعرفة الانفعالية: إذ تتطلب هذه المهارة القدرة على فهم المعلومات الانفعالية، وكيفية ترابطها وتكاملها وتطورها من خلال العلاقات من أجل تقدير معاني تلك الانفعالات، ويركز هذا البعد على القدرة على فهم الانفعالات واستخدام المعرفة الانفعالية، وتتضمن هذه المهارة المهارات الفرعية الآتية:

4. التنظيم التأملي للانفعالات لتعزيز النمو الانفعالي والمعرفي: وتتمثل هذه المهارة في القدرة على الانفتاح على المشاعر والأحاسيس وتعديلها في الذات وفي الآخرين من أجل فهم تلك المشاعر، وتطوير النمو الانفعالي للفرد، وتعد هذه المهارة أعلى مستويات الذكاء الانفعالي، حيث تركز على التنظيم الواعي للانفعالات من أجل تعزيز النمو الانفعالي والمعرفي للفرد، وتتضمن هذه المهارة المهارات الفرعية الآتية:

المهارة في الانفتاح على المشاعر السارة وغير السارة.

المهارة في تحديد الانفعالات التي يمكن الاندماج من تلك التي يمكن تجنبها اعتماداً على الفائدة من تجنبها.

المهارة في التأمل الواعي للانفعالات في علاقتها بالفرد والآخرين.

المهارة في إدراك الانفعالات عند الفرد أو لدى الآخرين بتهدئة الانفعالات السلبية وتعزيز الانفعالات السارة (سعيد، 2008: 26).

7.2.2 تنمية الذكاء الانفعالي

كشفت بحوث العلماء أن الذكاء الانفعالي يمكن التدريب عليه وتنميته من خلال الكثير من الأساليب ومن بين تلك الأساليب:

الوعي بالذات: حاول أن ترى نفسك كما هي، لا كما يجب أن تراها. ستواجهك بعض المصاعب، حيث أن الدفاعات النفسية (مثل: الكبت، الإنكار، التبرير) ستحول بينك وبين هذه الرؤية الموضوعية، لذلك سأل الناس المخلصين الصادقين من حولك أن يحدثوك بصراحة، وتقبل رؤيتهم حتى ولو لم تعجبك، تدرب جيداً وطويلاً على قراءة ما يدور بداخلك من أفكار وما يعتمل في نفسك من مشاعر.

- تقبل الذات: تقبل الذات لا يعني موافقتها على ما هي عليه دائماً، وإنما هي مرحلة مهمة يبدأ منها التغيير.

- لا تحاول السيطرة على الآخرين: فبدلاً من السيطرة على الآخرين حاول أن تتعاون معهم، وعندما يحدث صراع أو خلاف مع طرف آخر فحاول أن تصل إلى حل يكون فيه الطرفان رابحان.

- كن مستعداً لتغيير صلاتك الاجتماعية: تجنب الناس والمواقف التي تُخرج أسوأ ما فيك، واحرص على أن تعرض نفسك للناس وللمواقف التي تخرج أحسن ما فيك.

- ابحث عن معنى للحياة يتجاوز حدود ذاتك: ذلك المعنى الذي يعطيك منظوراً واسعاً للحياة وليس ذلك المعنى المحدود الضيق الذي لا يتجاوز حدود اهتمامك الذاتي. وإذا كان لديك هذا المعنى الكبير الممتد للحياة فإن أهدافك ستكون عظيمة ومحفزة لقدراتك لكي تنمو بشكل متزايد، وعلامة نجاحك في الوصول إلى هذا المعنى هي شعور ثري وممتلئ بالحياة، ليس حياتك فقط بل حياة الآخرين أيضاً (نخبة من المختصين، 2008: 212).

ويقدم (فريدمان) "نموذج الثواني الست" لمعامل الذكاء الانفعالي ويقول إن ست ثوانٍ من التأمل والتفكير تساعد الفرد على تعلم وتعليم الذكاء الانفعالي، وكيف أن هذا الذكاء مهم في حياتنا. ويقدم ثلاثة مجالات لتعلم الذكاء الانفعالي:

• تعرف على نفسك: العمل على زيادة وعيك بنفسك وتنمية قدرتك على إدراك أو فهم مشاعرك (محو الأمية العاطفية) والتواصل معها والسعي لترى كيف تختار من وقت لآخر نماذج محاكاة لحياتك.

• اختر لنفسك: أن تختار معتقداتك وأفعالك وتغير نماذج المحاكاة التي تبعثك عن أهدافك الحقيقية، وأن تحدد الشخص الذي ترتبط به.

• أعط لنفسك: أن تعمل على اختيار علاقاتك بالآخرين وتهيئة بيئة اجتماعية وإنسانية يكون فيها توازن بين الأفراد، واستخدام التعبيرات الكاملة للمعرفة الذاتية والاختيار الذاتي، والشعور بذاتية الانسان. وبالتالي فإن هذه الثواني الست تساعد على التأمل والتفكير، كي يتعرف الأفراد على أنفسهم ومعرفة مدى وعيهم بالآخرين.

وأخيرا يحدد نموذج الثواني الست ثمانية أساسيات تتضمنها الأبعاد الثلاثة التالية وهي تساعد على تحديد الذكاء الانفعالي وتتمثل في:

1. تعرف على نفسك من خلال: قراءة مشاعرك وبنائها، محو الأمية العاطفية، التعرف على نماذج المحاكاة.

2. اختر لنفسك من خلال: استخدام عواقب التفكير والنقويم، وإعادة الاختيار، تحفيز الذات والتفاؤل.

3. أعط لنفسك من خلال: التقمص الانفعالي المبدع، وتحديد أهداف نبيلة (ابراهيم، 2001:85).

يتجلى مما سبق أن الذكاء الانفعالي مهارة يمكن تعلمها واكتسابها وتنمية مستواها، وذلك بإتباع مختلف القواعد والتوصيات التي وضعها العلماء لهذا الغرض، فالذكاء الانفعالي عكس الذكاء العقلي الذي يعتبر فطريا، يمكن لأي شخص اكتسابه وذلك بالممارسة والتدريب وخاصة محاولة التحكم في الانفعالات والتصرف بروية.

الخلاصة:

يعتبر الذكاء الانفعالي من بين أهم أنواع الذكاء التي يهتم بها الدارسون والباحثون ولعل السبب في ذلك يكمن في الأهمية البالغة التي يتمتع بها هذا النوع من الذكاء؛ حيث يمثل طاقة مزدوجة لدى الانسان تشمل مجموعة من القدرات العقلية والمهارات الاجتماعية والسمات الشخصية.

ويقوم هذا الذكاء على فكرة مؤداها؛ أن نجاح الفرد في الحياة الاجتماعية أو المهنية لا يتوقف على ما يوجد لدى الفرد من قدرات عقلية فقط (الذكاء المعرف) ولكن أيضا، على ما يمتلكه الفرد من مهارات انفعالية واجتماعية تشمل فهمه لذاته ولمشاعره وإدارته لها، إلى جانب فهمه لمشاعر وانفعالات الآخرين وحسن توجيهه لها.

ويشمل الذكاء الانفعالي أبعادا ومهارات مختلفة ومتعددة باختلاف وتعدد النظريات المفسرة لهذا المفهوم. ومن أبرز تلك النظريات نجد: نظرية (ماير وسالوفي)، ونظرية (بار - أون)، ونظرية (جولمان).

ومن خواص الذكاء الانفعالي أو الانفعالي أنه مكتسب يمكن تعلمه وتطويره وتنمية مستواه لتحقيق أحسن أداء وبلوغ أعلى الدرجات في شتى المجالات.

3.2 الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي

يعتبر الذكاء الانفعالي من أحدث أنواع الذكاء في مجال الصحة النفسية وعلم النفس في الوقت الحاضر، وإتّما تطور هذا المفهوم نتيجة لطابع العصر الذي نعيش فيه، والذي يتطلب رؤية عصرية لمفهوم الذكاء. ويواجه المجتمع الآن العديد من التحديات الاجتماعية، الصحية، الثقافية، والبيئية التي تتطلب من الفرد أن يكون على قدرات انفعالية عالية للتعامل معها والتواصل بكفاءة مع الآخرين. والذكاء الانفعالي عبارة عن مجموعة من المهارات العقلية

المرتبطة بتجهيز ومعالجة المعلومات الانفعالية، وتختص بصفة عامة بادراك الانفعالات واستخدامها في تسهيل عملية التفكير، وتنظيم الانفعالات (مشاقبة، 2014: 83).

والذكاء الانفعالي 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 ومهنية إيجابية، تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني، وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة المهنية والاجتماعية (عثمان ورزق، 2001، 36).

ان التطور الذي حدث في فهم العلاقة بين العقل والانفعال يعزى للذكاء الانفعالي، ويعتبر نقطة تحول في التخفيف من الصراع الطويل حول المفاهيم العميقة للذكاء، كما أن النظريات الحديثة للوجدان تعترف بأهميته في حياة الإنسان، وبأنه ليس عملاً منفصلاً عن عمليات التفكير لدى الإنسان بل هي عمليات متداخلة ومتفاعلة مع بعضها البعض، ووفقاً لذلك فإن الذكاء الانفعالي وهو تكامل منظومتي المعرفة والانفعال، وبذلك يشكل الوجدان مصدراً فريداً لدى الفرد حول بيئتهم المحيطة، وتلك المعلومات تشكل أفكارهم وأفعالهم ومشاعرهم المتعاقبة، ووفقاً لذلك فإن الأفراد الأذكياء وجدانياً أكثر قدرة على التكيف مع المتغيرات التي تحدث في بيئتهم وأكثر قدرة على النجاح في العلاقات الشخصية، وبناء شبكات دعم اجتماعية مقارنة بالأفراد منخفضي الذكاء الانفعالي، كما أن لديهم القدرة على التواصل وعلى مناقشة المشاعر، ويطورون معارفهم وخبراتهم في مجالات وجدانية معينة مثل علم الجمال أو المشاعر الأخلاقية أو حل المشكلات الاجتماعية، كما نجدهم أكثر انفتاحاً على الجوانب الإيجابية والسلبية لخبرتهم الداخلية، مما يؤدي لتنظيم فعال للوجدان في ذواتهم ولدى الآخرين (رابح، 2011: 58).

إن التحديات التي يعيشها الإنسان والطبيعة الإنسانية متأثرة بالعواطف، فمشاعرنا تؤثر في كل كبيرة وصغيرة في حياتنا أكثر من تأثير التفكير، وذلك عندما يتعلق الأمر بمصائرنا وأفعالنا وان المشاعر ضرورية للتفكير، والتفكير مهم للمشاعر إذا تجاوزت المشاعر ذروة التوازن في هذه الحالة يتغلب العقل العاطفي على الموقف ويكتسح العقل المنطقي (منسي، 2002: 346).

ويتضمن الذكاء الانفعالي خمسة مكونات هي:

أ. المعرفة الانفعالية Emotional Cognitive: وتتمثل في القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينهما والوعي بالعلاقة بالأفكار والمشاعر والأحداث.

ب. إدارة الانفعالات Emotion Management: تشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، وهزيمة القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة بفعالية.

ج. تنظيم الانفعالات Emotion Regulating: وتشير إلى القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الانجاز والتفوق، واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع القرارات وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى.

د. التعاطف Empathy: ويشير إلى القدرة على إدراك مشاعر الآخرين والتوحد معهم انفعالياً والتناغم معهم والاتصال بهم دون أن يكون السلوك محملاً بالانفعالات الشخصية.

هـ. التواصل Communication: ويشير إلى التأثير الإيجابي والقوي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم ومعرفة متى تتبع الآخرين وتساندهم والتصرف معهم بطريقة لائقة (عثمان ورزق، 2001: 36).

وتشير بعض الدراسات إلى أن نجاح الفرد وتفوقه يحتاج إلى التمتع بالذكاء الانفعالي الذي يعد مفتاح النجاح في المجالات العلمية والعملية، ويرتبط هذا النوع من الذكاء إيجابياً بمجموعة من المتغيرات المرغوبة شخصياً واجتماعياً، فالذكاء الانفعالي يرتبط إيجابياً بالرضا عن الحياة (Palmer, et al., 2002)، ويرتبط بجودة العلاقات الاجتماعية للفرد (Brackett, et al., 2004) ويرتبط بالعلاقات الإيجابية مع الأصدقاء (Austin, et al.,)

(2005)، والأفراد الأكثر ذكاء وجدانياً أكثر قدرة على التكيف الاجتماعي والمخالطة الاجتماعية (Sjoberg & Engelberg, 2005). وهم أفضل في جانب الصحة النفسية والبدنية، وأكثر اهتماماً بمظهرهم الخارجي (Brackett, et al., 2004) وهم أكثر تفوقاً من الناحية الأكاديمية (الخضرو الفيضلي، 2007: 17).

إن ما يملكه الفرد من مهارات الذكاء الانفعالي يشكل الأساس الأول في تحقيق التكيف والتكيف النفسي، وبعد ذلك عاملاً أساسياً ومهماً في نجاح الفرد وتفوقه، خاصة في ظل ما تفرضه آليات التقدم العلمي وتكنولوجيا العصر من تحديات لمواكبة الحضارة الحديثة ومسايرة متطلبات العصر، وتشهد كثير من الأحداث أن الأشخاص المتميزين في الذكاء الانفعالي يعرفون مشاعرهم الخاصة بشكل جيد، ويقومون بإدارتها ويفهمون ويتعاملون مع مشاعر الآخرين بصورة ممتازة، هم أنفسهم من نراهم متميزين في كل مجالات الحياة، وهم أكثر من غيرهم إحساساً بالرضا عن أنفسهم والتميز بالكفاءة في حياتهم، وقدرتهم على السيطرة على بنيتهم العقلية مما يدفع إنتاجهم قدماً إلى الأمام،، أما الذين لا يمتلكون مهارات الذكاء الانفعالي فيدخلون في معارك نفسية داخلية تدمر قدرتهم على التركيز وتمنعهم من التمتع بفكر واضح (جولمان، 2000: 58).

واستناداً على ما سبق ذكره وعلى الدراسات التي سنستعرضها سوية فإنه يمكن القول أن الذكاء الانفعالي في الكثير من الأزمات والصراعات والاحباطات والمواقف الصعبة، فالعديد من الدراسات السابقة بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي وكل من التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي، والتفكير الابتكاري، والناقد، وجودة الحياة.

4.2 الدراسات السابقة:

وقد أجريت العديد من الدراسات التي تناولت موضوع الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى طلبة الجامعة وبعض المتغيرات ذات العلاقة، وتتناول هذه الدراسة بعضاً من هذه الدراسات:

* أجرى أنجلبرغ وسجويرغ (Sjoberg & Engelberg, 2004) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي كقدرة كما يقاس بمقاييس التقدير الذاتي ومقاييس الأداء الأقصى وبين التكيف الاجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة بلغت (191) طالباً وطالبة منهم (102) طالباً و(88) طالبة. وتم استخدام مقياس (Schutte, 1998) لقياس الذكاء الانفعالي كقدرة بأسلوب التقدير الذاتي واستخدام مقياس للذكاء الانفعالي بأسلوب الأداء الأقصى من إعداد (Sjoberg, 2001) وأشارت الدراسة في بعض نتائجها إلى أن العلاقة بين التكيف الاجتماعي والذكاء الانفعالي كقدرة كما يقاس بمقاييس الأداء الأقصى غير دالة إحصائياً بينما كانت العلاقة بين التكيف الاجتماعي والذكاء الانفعالي كقدرة كما يقاس بمقاييس التقدير الذاتي علاقة موجبة دالة إحصائياً.

* في دراسة قام بها دي وآخرون (Day, et al., 2005) بهدف معرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وعوامل الشخصية الخمس والرفاهية النفسية (Well – being) لدى طلبة الجامعة في كندا، وتكونت عينة الدراسة من (114) طالباً وطالبة يدرسون في قسم علم النفس، واستخدم في الدراسة مقياس بار- أون للذكاء الانفعالي، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباط دالة موجبة بين الذكاء الانفعالي والرفاهية النفسية، وعلاقة ارتباط موجبة مع الانبساطية وعلاقة ارتباط سالبة مع العصابية.

* قام كل من خليل، والشناوي (2005) بدراسة هدفت إلى معرفة مدى إسهام أبعاد الذكاء الانفعالي على التنبؤ بأساليب المجابهة المستخدمة، والتعرف على أبعاد الذكاء الانفعالي المرتبطة بأساليب المجابهة التكيفية والأخرى المرتبطة بأساليب المجابهة غير التكيفية. وتكونت عينة الدراسة

من (327) طالباً وطالبة يدرسون في كلية الآداب بجامعة المنوفية، واستخدم الباحثان قائمة الذكاء الانفعالي لبار - أون (Bar-On, Emotional Quotient Inventory) وقائمة المجابهة لكارفر وآخرين (COPE Inventory).

أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباط موجبة بين أبعاد الذكاء الانفعالي وأساليب المجابهة التكيفية، وعلاقة ارتباط سالبة مع أساليب المجابهة غير التكيفية، كما أسفرت عن اختلاف مكونات الذكاء الانفعالي المنبئة لكل أسلوب من أساليب المجابهة، كذلك أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث على متوسطات درجات مكونات الذكاء الانفعالي.

*وفي دراسة قام بها باستيان وآخرون (2001) بعنوان "الذكاء الانفعالي وتوقع مهارات الحياة، ولكن ليس كما لدى القدرات الشخصية والمعرفية". هدفت الدراسة إلى معرفة قدرة الذكاء الانفعالي على التنبؤ ببعض مهارات الحياة (التحصيل الدراسي، القلق، حل المشاكلات، والتكيف)، وتكونت عينة الدراسة من (246) طالبا وطالبة معظمهم في السنة الأولى من التعليم العالي (99) ذكرا و(177) أنثى من طلاب علم النفس بأستراليا، تراوح عمر العينة بين (16-39).

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي، والمهارات الحياتية، وارتباط ارتفاع الذكاء الانفعالي مع ارتفاع الرضا عن الحياة والقدرة على المواجهة، ومع انخفاض القلق على حل المشكلة والتحصيل الدراسي، ومع ذلك، لم تكن ذات دلالة إحصائية. وكان لمقاييس التقرير الذاتي ارتباطات مع أعلى المهارات الحياتية مما كان لمقاييس قدرة الذكاء الانفعالي وجود ارتباطات بين المهارات الحياتية والشخصية وبين الشخصية، ومقاييس التقرير الذاتي للذكاء الانفعالي. ووجد ارتباط بين الذكاء الانفعالي والانجاز الأكاديمي، بالإضافة إلى ارتباط الذكاء الانفعالي المرتفع بالرضا عن الحياة وحل المشكلات والقدرة على التأقلم وانخفاض القلق.

* وفي دراسة مطر والزعبي (2006) بعنوان العلاقة بين التكيف المدرسي والذكاء الانفعالي عند عينة من طلبة الصف السابع في المدارس الخاصة في مدينة عمان. هدفت هذه الدراسة إلى

التعرف على العلاقة بين التكيف المدرسي والذكاء الانفعالي لدى عينة من طلبة الصف السابع في المدارس الخاصة في مدينة عمان. حيث تكونت عينة الدراسة من (434) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من بين عشر مدارس خاصة.

أظهرت النتائج أنه لا توجد آثار دالة إحصائية لكل من بُعد المهارات ما بين الشخصية، وبُعد إدارة الضغوط والدرجة الكلية للذكاء الانفعالي على التكيف المدرسي للطلبة، ولكن كان هناك أثر دال إحصائيا بين الذكاء الانفعالي وكل من بعدي المهارات الاجتماعية وبعد التكيف العام على التكيف المدرسي للطلبة، وأظهرت النتائج أيضا وجود علاقة ارتباطيه ايجابية (ضعيفة) دالة إحصائيا بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الأكاديمي حيث كان الارتباط (0.176)، بينما كانت هناك علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين التحصيل الأكاديمي والتكيف.

وهذا يعني أن النتائج أظهرت أن التحصيل الأكاديمي قد ساهم بشكل أكبر في التنبؤ بالتكيف المدرسي مقارنة بالذكاء الانفعالي الذي ساهم بشكل أقل.

*وأجرت جودة (2007) دراسة حول الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة. وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستويات الذكاء الانفعالي والسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى، والتعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من السعادة، والثقة بالنفس، ومعرفة الفروق بين متوسطات أفراد العينة في الذكاء والسعادة والثقة بالنفس، والتقييم أن تعزى إلى النوع (ذكر - أنثى)، وقد بلغت عينة الدراسة (231) طالبا وطالبة (85 طالبا، و146 طالبة).

وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستويات الذكاء الانفعالي والسعادة والثقة بالنفس هي على التوالي: 70.67%، 63.16%، 62.34%، كما وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط موجبة بين الذكاء الانفعالي وكل من السعادة، والثقة بالنفس، كذلك توصلت إلى عدم وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي، والسعادة، والثقة بالنفس تعزى لمتغير النوع.

*وقام عبد القادر (2007) بدراسة بعنوان "فاعلية برنامج مقترح لتنمية الذكاء الانفعالي لدى طلاب الجامعة بجامعة سوهاج بمصر". وشملت العينة (21) طالبا وطالبة، هدفت الدراسة إلبناء برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي لدى عينة من طلاب "الدبلوم المهنية"، الكشف عن مستوى المهارات الاجتماعية والانفعالية لدى عينة الدراسة ومدى توظيف هذه المهارات في حياتهم لكي يستطيعوا النجاح في الحياة وفي عملهم. والكشف عن طبيعة الضغوط النفسية اليومية التي تتعرض لها عينة الدراسة أثناء التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة باعتبارها مهاماً غير عادية لإعادة وتأهيل هذه الفئة وتحقيق توافقهم النفسي والاجتماعي حتى يتمكنوا من الاعتماد على أنفسهم. وقياس فعالية البرنامج التدريبي لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي لدى عينة الدراسة في إحداث تغيير ونمو في المنظومة الشخصية لديهم وفق مهارات الذكاء الانفعالي المتعلمة.

وكانت نتائج الدراسة كما يلي: هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد عينة الدراسة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء الانفعالي عند مستوى (0.001) لصالح القياس البعدي وهذا يدل على فاعلية برنامج تنمية الذكاء الانفعالي. ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد عينة الدراسة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الضغوط النفسية اليومية عند مستوى (0.001) لصالح القياس البعدي وهذا يدل على فاعلية برنامج تنمية الذكاء الانفعالي في خفض وتقليل ومواجهة الضغوط النفسية اليومية التي يتعرض لها أفراد عينة الدراسة. وفروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد عينة الدراسة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الرضا عن العمل عند مستوى (0.001) لصالح القياس البعدي وهذا يدل على فاعلية برنامج تنمية الذكاء الانفعالي في زيادة ورفع الرضا عن العمل والتكيف المهني لدى أفراد عينة الدراسة.

* وأجرى مورلي وآخرون (Dudiac & Morley, Whiteley, Qualter, 2009) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين مستوى الذكاء الانفعالي والمثابرة الدراسية والنجاح في الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (465) من طلبة إحدى الجامعات الاسترالية. وتوصلت الدراسة الى أن الطلبة الذين يمتلكون مستوى أعلى من الذكاء الانفعالي هم الأكثر قابلية للنجاح والترقية الى المستوى

التالي، كما تبين أن الطلبة الذين يتطور لديهم مستوى الذكاء الانفعالي أصبحوا أكثر مثابرة في دراستهم.

* وهدفت دراسة الجعيد (2011) بعنوان: "الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية" إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لديهم، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام مقياسين هما: مقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي، طبقت على عينة من طلبة الجامعة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، وبلغ عدد العينة (616) طالباً وطالبة منهم (213) طالباً و(402) طالبة.

ولخصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن درجة الذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة كانت متوسطة، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه ايجابية ودالة إحصائياً بين ابعاد الذكاء الانفعالي مجتمعة من جهة والتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة من جهة أخرى، وقد فسرت مجتمعة ما نسبته (82%) من التباين في متغير التكيف النفسي والاجتماعي، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الذكاء الانفعالي تعزى للنوع الاجتماعي، ووجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي تعزى للنوع الاجتماعي ولصالح الإناث، ودلت النتائج أيضاً على وجود فروق في درجة الذكاء والتكيف النفسي والاجتماعي، بين طلبة السنة الثانية وطلبة السنة الثالثة ولصالح طلبة السنة الثانية، وبين طلبة السنة الثالثة والرابعة في التكيف النفسي والاجتماعي ولصالح طلبة السنة الرابعة.

* وفي دراسة العلوان (2011) التي بحثت في علاقة الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (475) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الحسين بن طلال بمدينة معان في الأردن.

ولجمع البيانات تم استخدام ثلاثة مقياس، وهي: مقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس المهارات الاجتماعية، ومقياس أنماط التعلق. وللإجابة عن أسئلة الدراسة استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وتحليل التباين الثنائي ومعامل الارتباط وتحليل الانحدار المتعدد المتدرج. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث لصالح الإناث.

أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين طلبة التخصصات العلمية والإنسانية لصالح الطلبة ذوي التخصصات الإنسانية. بالإضافة إلى ذلك، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل من المهارات الاجتماعية وأنماط التعلق.

*وهدفنا دراسة القاضي (2012) الى معرفة مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى الاندماج الجامعي ثم التعرف على علاقة الذكاء الانفعالي والاندماج الجامعي، والفروق في الذكاء الانفعالي لدى الطلبة المستجدين في كلية التربية في جامعة تعز وفقاً لمتغيري الجنس (ذكور - إناث)، والتخصص (علمي - إنساني)، خلال العام (2010 - 2011)، حيث تكونت عينة البحث من (340) طالباً وطالبة من التخصصات العلمية والإنسانية في كلية التربية من الجنسين.

وتوصل البحث إلى أن طلاب كلية التربية المستجدين لديهم مستوى منخفض من الاندماج الجامعي وكذلك مستوى منخفض من الذكاء الانفعالي، كما توصل البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الذكاء الانفعالي والاندماج الجامعي، لدى الطلبة المستجدين في كلية التربية جامعة تعز، حيث بلغ معامل الارتباط (0.85) وهي درجة تشير إلى أن هناك ارتباط إيجابي قوي بين الذكاء الانفعالي والاندماج الجامعي، أي كلما قلت مهارات الفرد في الذكاء الانفعالي كان أقل اندماجاً في الحياة الجامعية والعكس صحيح. كما توصل البحث إلى أن هناك فروق في بعض مكونات الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث عند المستوى الدلالي (0.05) حيث تتفوق الإناث عن الذكور ببعدها المهارات الشخصية والتي تتضمن مهارات التعاطق والمهارات الاجتماعية، بينما يتفوق الذكور عن الإناث ببعدها إدارة الضغوط والمزاج العام، كما توصل البحث

إلى أنه ليس هناك فروق في متوسطات مكونات الذكاء الانفعالي الرئيسة عند (0.05) وفقا لمتغير التخصصات (علمية - إنسانية).

* وقام شنون (2013) باجراء دراسة بعنوان "الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف المدرسي والدافعية للإنجاز - دراسة ميدانية بمتوسطات مدينة تيبازة في الجزائر، تناولت هذه الدراسة علاقة الذكاء الانفعالي بالتكيف المدرسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المتوسطات، وبلغ حجم العينة (167) تلميذا وتلميذة في مستوى السنة الرابعة من التعليم المتوسط. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج تمثلت في: وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى الدلالة (0.05) بين الذكاء الانفعالي والتكيف المدرسي. وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) بين الذكاء الانفعالي و الدافعية للإنجاز. وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى الدلالة (0.01) بين التكيف المدرسي والدافعية للإنجاز. لا توجد فروق في درجة الذكاء الانفعالي تعزى إلى متغير الجنس، لدى تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط.

وعليه يرى الباحث أن نتائج هذه الدراسة تسهم في التأكيد المتزايد على أهمية الذكاء الانفعالي في تحقيق التكيف المدرسي والدافعية للإنجاز لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

* وفي دراسة لبو جمعة (2015) بعنوان "الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف المدرسي لدى تلاميذ الطور الثانوي عند ممارسي حصة التربية البدنية والرياضية". هدفت هذه الدراسة الى التعرف على نوع العلاقة الموجودة بين الذكاء الانفعالي والتكيف المدرسي لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني على عينة مكونة من 150 تلميذا (53 ذكرا، و(97) أنثى، موزعين على ثلاث مدارس ثانوية ببلدية المسيلة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة.

وأسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج وذلك بعد اختبار فرضيات الدراسة، حيث أن الفرضية الجزئية الأولى لم تتحقق، إذ وجد أن هناك علاقة موجبة بدرجة عالية بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي. أما الفرضية الجزئية الثانية فوجد أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والتكيف الاجتماعي وهي علاقة قوية، أما الفرضية الجزئية الثالثة والتي تبحث عن

الفروق بين الجنسين في الذكاء الانفعالي، فلقد توصلت إلا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الذكاء الانفعالي، أما الفرضية الجزئية الرابعة فلقد توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في التكيف المدرسي. وبناءً على النتائج النهائية نستخلص أنه توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة بين الذكاء الانفعالي والتكيف المدرسي، وهي علاقة ارتباطية جيدة.

5.2 ملخص الخلفية النظرية والدراسات السابقة

أثبتت الدراسات أن الطلبة المندمجين والمتكفين جامعيًا يحصلون على نتائج دراسية أفضل ويشاركون في البرامج الطلابية بشكل أكبر، وهم أكثر احتمالًا لإنهاء البرامج الجامعية من الطلبة غير المندمجين (المحاميد وعريبات، 2005: 155)، بالإضافة إلى أن الاندماج الإيجابي في الحياة الجامعية يجعل الفرد متحكمًا في انفعالاته، متحملاً لمسؤولياته، وفاهماً لأهدافه، ومتقبلًا للآخرين، ومبتعدًا عن التمرکز حول الذات، مما يتيح له الموائمة بينه وبين أفراد الجماعة التي ينتمي لها وهذا يؤدي إلى درجة كبيرة من النضج الشخصي والاجتماعي والنفسي لشخصية الطالب الجامعي (القضاة، 2007: 101).

إن اندماج الطالب في الحياة الجامعية يتأثر بعدد من المتغيرات منها، مدامتلاكه من مقومات ومهارات شخصية كالذكاء الانفعالي، وإذا كان كل شخص يواجه طول حياته أنواعًا من المتاعب والمشكلات النفسية، فإن أهم ما يميز الأشخاص ذوي الكفاءة - من الناحية النفسية - ليس مقدار ما يواجهونه من مشكلات، بل هو طريقة استجاباتهم لهذه المشكلات، ومقدرتهم على مواجهة تحدياتهم ومشكلاتهم دون يأس مهما كانت نوعها، بحيث لا تفقدهم المشكلات التي يواجهونها ثقتهم بأنفسهم، ويطلق على القدرة على مواجهة مشكلات حياة الفرد بالكفاءة، وعدم فقدان الاتزان الانفعالي والاستغراق في المشكلات، ويسمىها "جولمان وسالوفي" القدرة على إدارة الانفعالات، بينما يسميها بار - أون مهارة إدارة الضغوط والقدرة على التكيف، وهي قدرة من قدرات الذكاء الانفعالي لديهم (الخلف، 2007: 22).

من هنا جاءت فكرة هذا البحث للوقوف على طبيعة الذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة، ومعرفة علاقته بالتكيف لدى طلاب الجامعة، من منطلق أن الظروف النفسية والاجتماعية والثقافية والأكاديمية، والمهارات المعرفية والانفعالية والشخصية...، تعد من العوامل المؤثرة في شخصية طلاب الجامعة وتكيفهم.

وقد بذلت جهدي في اعداد هذا البحث، آملة أن يسهم هذا الجهد في توجيه انتباه الباحثين والمختصين، وأصحاب القرار الى الوسائل الفعالة التي يمكن من خلالها مواجهة المشكلات التكيفية سواء أكانت نفسية، أم اجتماعية أم أكاديمية، والتي تعترض حياة الطالب الجامعي ليقوم بدوره المتوقع منه في الجامعة بصورة خاصة والحياة الشخصية والمهنية بشكل عام من خلال اعداد الطلبة، بحيث يكون قادرا على بناء وصقل شخصيته، ويكون قادرا على تحمل المسؤولية، ويعطي للمجتمع بقدر ما يأخذ مستغلا طاقاته وقدراته بما يتناسب مع شخصيته.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

1.3 منهجية الدراسة

2.3 مجتمع الدراسة

3.3 عينة الدراسة

4.3 أدوات الدراسة

5.3 إجراءات الدراسة

6.3 المعالجات الإحصائية

7.3 تفصيل متغيرات الدراسة والتعريفات الإجرائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتخلل هذا الفصل عرضاً للمنهجية التي تمّ اتباعها في هذه الدراسة، والتي تتضمن مجتمع الدراسة وعيّناتها، ووصفاً لأدواتها وإجراءاتها التي تمّ وفقها تطبيق الدراسة، والمعالجات الإحصائية المستخدمة واللائمة لتحليل البيانات.

1.3 منهجية الدراسة

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وهو منهج يتألف من مجموعة من الإجراءات البحثية التي تعتمد على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها بدقة لاستخلاص النتائج أو التعميمات عن الظاهرة محل الدراسة (عدس، 2013)، وذلك لإيجاد العلاقة بين متغيرات التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي والذكاء الانفعالي، وتم اختيار هذا المنهج لأنه الأنسب لإجراء مثل هذه الدراسة.

2.3 مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من الطلبة العرب من الجنسين الذين يدرسون في جامعات اسرائيل، وما زالوا على مقاعد الدراسة خلال العام الدراسي (2018/2017)، وهم من الفئة العمرية (18 سنة فما فوق).

3.3 عينة الدراسة

بلغ حجم العينة (151) طالباً وطالبة، تم اختيارهم عشوائياً، كان عدد الطلبة الذكور (63) طالباً وهذا يمثل ما نسبته (41.7%) من حجم العينة في مقابل (88) طالبة وهذا يمثل ما نسبته (58.3%) من حجم العينة، وكان الطلبة من مختلف التخصصات والكليات العلمية والإنسانية، وتوزعوا على أماكن سكن عديدة وسنوات دراسية مختلفة.

والجدول (3) يبيّن وصف عيّنة الدّراسة تبعاً لمتغيراتها المستقلّة:

جدول (3): توزيع عيّنة الدّراسة بحسب متغيّر الدراسة المستقلة

المتغير المستقل	مستويات المتغير	العدد (التكرار)	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	63	41.7
	أنثى	88	58.3
نوع الكلية	علمية	65	43
	إنسانية	85	57
مكان الإقامة	مدينة	79	53
	قرية	20	47
المستوى الأكاديمي	سنة أولى	22	14.6
	سنة ثانية	64	42.4
	سنة ثالثة	45	29.8
	سنة رابعة	20	13.2
العمر	18-23	36	23.8
	23-25	80	53.0
	25 فأكثر	35	23.2

4.3 أدوات الدّراسة

لجمع البيانات اللازمة للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام المقاييس التالية:

أولاً: مقياس الذكاء الانفعالي:

تم استخدام مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد (عثمان ورزق، 2002)، والمكون من (58) فقرة يمثل كل منها عبارة تقريرية يستجيب عليها المفحوص باختيار أحد خمسة تدريجات، وتقدر درجة المفحوص بإعطائه درجة تتراوح بين (1-5) على كل فقرة بناء على مفتاح تصحيح الاختبار ثم، تجمع درجة المفحوص على الأبعاد الخمسة للمقياس وهي (المعرفة الانفعالية، وإدارة الانفعالات، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف، والتواصل) لتشكّل الدرجة الكلية للمفحوص.

وقد توصل الباحثان إلى الأبعاد الخمسة من خلال التحليل العاملي للبنود وذلك على عينة مكونة من (163) طالباً من طلاب كلية التربية بجامعة المنصورة حيث كانت الأبعاد على النحو الآتي:

1- إدارة الانفعالات: ويشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية والسيطرة عليها واستدعاء الانفعالات الإيجابية بسهولة وكسب الوقت للتحكم في الانفعالات السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية وهزيمة القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة بفاعلية. وتمثله (15) فقرة ذوات الأرقام (4، 6، 9، 11، 12، 13، 16، 17، 18، 26، 28، 31، 50، 53، 56) وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد (75) وأدنى درجة (15) ويعد من يحصل على درجة اقل من (35) منخفضاً، ومن يحصل على درجة من (45 إلى أقل من 55) متوسط، ومن يحصل على درجة (55 فأكثر) مرتفعاً.

2- التعاطف: ويشير إلى قدرة الفرد على إدراك انفعالات الآخرين، والتوحد معهم انفعالياً، وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والحساسية لاحتياجاتهم حتى وان لم يفصحوا عنها، والتناغم معهم او الاتصال بهم دون أن يكون السلوك محمل بالانفعالات الشخصية. وتمثله (11) فقره ذوات الأرقام (35، 34، 33، 37، 38، 40، 41، 44، 54، 55، 57)، وأعلى درجة ممكن ان يحصل عليها الطالب على البعد (55) وأدنى درجة (11) ويعد من يحصل على درجة اقل من (26) منخفضاً، ومن يحصل على درجة (26) إلى أقل من (41) متوسط، ومن يحصل على درجة (41) فأكثر مرتفعاً.

3- تنظيم الانفعالات: ويشير إلى قدرة الفرد على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات حتى وان كان تحت ضغط انفعالي من الآخرين وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى. وتمثله (13) فقرة ذوات الأرقام (15، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 27، 29، 30، 32، 58) وأعلى درجة يمكن

أن يحصل عليها الطالب على البعد (65) وأدنى درجة (13)، ويعد من يحصل على درجة اقل من (32) منخفضاً، ومن يحصل على درجة (32) إلى أقل من (51) متوسط، ومن يحصل على درجة (51) فأكثر مرتفعاً.

4- **المعرفة الانفعالية:** وتشير إلى قدرة الفرد على الانتباه والإدراك الجيد في الانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث. وتمثله (10) فقرات ذوات الأرقام (1، 2، 3، 5، 7، 8، 10، 14، 49، 51) أن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد (50) وأدنى درجة (10)، ويعد من يحصل على درجة اقل من (23) منخفضاً، ومن يحصل على درجة (23) إلى أقل من (36) متوسط، ومن يحصل على درجة (36) فأكثر مرتفعاً.

5- **التواصل الاجتماعي:** ويشير إلى قدرة الفرد على التأثير الايجابي في الآخرين، وذلك من خلال إدراك وفهم انفعالاته ومشاعره ومعرفة متى يقود ومتى يتتبع الآخرين ومساندتهم والتصرف معهم بطريقة لائقة حتى أنه لا يظهر عليه آثار الانفعال السلبي كالغضب والضيق. وتمثله (9) فقرات ذوات الأرقام (36، 39، 42، 43، 45، 46، 47، 48، 52). وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد (45) وأدنى درجة (9)، ويعد من يحصل على درجة اقل من (21) منخفضاً، ومن يحصل على درجة (21) إلى أقل من (33) متوسطاً، ومن يحصل على درجة (33) فأكثر مرتفعاً.

أما على المقياس ككل فأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد (290) وأدنى درجة (58) ويعد من يحصل على درجة اقل من (119) منخفضاً، ومن يحصل على درجة من (119) إلى أقل من (180) متوسطاً، ومن يحصل على درجة (180) فأكثر مرتفعاً.

صدق مقياس الذكاء الانفعالي:

قام (عثمان ورزق، 2002) بالتحقق من دلالات صدق المقياس بعرضه على ثمانية من المحكمين وذلك في ضوء التعريف الإجرائي للذكاء الانفعالي، وأسفر عن ذلك تعديلات في صياغة فقرات المقياس، وكان الاتفاق عليها بنسبة (80%) كل منها والاتفاق على باقي الفقرات كان بنسبة 105%). كما قاما بالتحقق من الصدق التمييزي وهو قدرة الفقرة على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة على المقياس لكل فقرة من فقراته، حيث كانت جميعها دالة احصائياً، وأيضاً تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة الفرد على الفقرة ودرجته الكلية على المقياس، وتراوحت معاملات الارتباط بين (0.134 - 0.512) حيث كانت ثلاث فقرات منها دالة عند مستوى ($0.05 \geq \alpha$) في حين كانت بقية الفقرات دالة عند مستوى ($0.01 \geq \alpha$) كما تم التحقق من الصدق العاملي للمقياس، مما أدى إلى استبعاد (6) فقرات من المقياس كانت تشبعاتها أقل من (0.03)، حيث تكون بصورته الأولية من (64) فقرة، فأصبح بصورته النهائية مكوناً من (58) فقرة.

وعلى البيئة السعودية قام (العبدلي، 2009) بالتحقق من صدق الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه وتراوحت بين (0.456 - 0.722).

ثبات مقياس الذكاء الانفعالي:

قام (عثمان ورزق، 2002) بالتحقق من ثبات المقياس بأبعاده الخمسة بطريقة كرونباخ ألفا وذلك من خلال درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي، حيث بلغت للمقياس ككل (0.81)، بالنسبة للأبعاد تراوحت بين (0.49 - 0.77).

وعلى البيئة السعودية قامت (البلوي، 2003) بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين هما: ثبات كرونباخ ألفا وبلغ (0.91) وثبات التجزئة النصفية بلغ (0.82)، كما تحقق (العبدلي، 2005) من ثبات المقياس باستخدام ثبات كرونباخ ألفا وبلغ للمقياس الكلي

(0.83)، وللأبعاد تراوحت بين (0.70 - 0.80) وثبات التجزئة النصفية بلغ (0.81) وللأبعاد تراوحت بين (0.69 - 0.77).

وفي البحث الحالي تم احتساب معامل "كرونباخ ألفا" الكلي للاتساق الداخلي لكل استمارة حيث بلغت قيمته في الاستمارة الأولى (الذكاء الانفعالي) ($\alpha=0.90$).

وسلم القياس فيها، يؤشر في المعدل الأعلى (كلما كان أقرب الى 5) الى امتلاك الفرد قدرًا مرتفعًا من الذكاء الانفعالي، والعكس كلما كان أقل (أقرب الى 1) فانه يشير إلى كون الفرد أقل حظًا في امتلاك هذه السمة.

الاستمارة تحتوي 36 فقرة، منها 16 فقرة سلبية على النحو التالي: (5، 6، 7، 12، 12، 14، 17، 18، 19، 25، 26، 27، 33، 35، 36)

ثانياً: مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

تم استخدام مقياس التكيف الشخصي والاجتماعي من إعداد علي الديب (1988) ومجموع فقراته (100) فقرة، حيث تم اختيار بعدين منه وهما بعدي التكيف النفسي والتكيف الاجتماعي وتمثلهما (75) فقرة. ويصحح بطريقة ليكرت من (3) درجات وهي: (نعم - بين بين - لا) حيث (نعم) تأخذ (3) درجات، وتأخذ (لا) درجة واحدة وفي حالة البنود سالبة الاتجاه تعكس الدرجات، أما (بين بين) فتأخذ في الحالتين درجتين، ويتكون من أربعة أبعاد وهي:

1. التكيف الجسمي: وتمثله (22) فقرة وهي الفقرات ذات الأرقام (5، 1، 21، 17، 13، 9، 24، 39، 32، 35، 28، 45، 48، 61، 52، 56، 70، 72، 16، 74).

2. التكيف النفسي: وتمثله (20) فقرة وهي الفقرات ذات الأرقام (36، 40، 41، 60، 57، 29، 25، 22، 18، 15، 14، 10، 62، 75، 73، 71، 67، 49، 53).

3. التكيف الاجتماعي: وتمثله (16) فقرة وهي الفقرات ذات الأرقام (58، 54، 42، 37، 33، 30، 26، 19، 11، 7، 3، 68، 65، 62، 46، 50).

4. التكيف الأسري وتمثله (18) فقرة وهي الفقرات ذات الأرقام (51، 47، 43، 27، 23، 20، 16، 12، 8، 4، 69، 66، 63، 59، 55، 31).

صدق مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

قام (الديب، 1988) باستخراج نوعين من الصدق للاختبار وهما:

أولاً: صدق المحكمين: بعرض الصورة الأولية للمقياس على عشرة محكمين من أساتذة علم النفس، وذلك لتحديد صدق فقرات الاختبار، وقام بأخذ الفقرات التي بلغت نسبة الاتفاق فيها أكثر من (80%) وتعديل الفقرات التي حصلت على أقل من ذلك فتم تعديلها أو إعادة تحكيمها أو إلغائها.

ثانياً: الصدق العاملي: قام معد الاختبار بتطبيق الاختبار على (75) فرداً بتحليل مصفوفة معاملات الارتباط الناتجة بين أبعاد الاختبار الخمسة، فتوصل إلى وجود علاقة قوية ومقبولة بين أبعاد المقياس وفقراته.

وعلى البيئة السعودية قام (العازمي، 2008) بالتحقق من صدق المحكمين من خلال توزيع المقياس على (10) محكمين من أساتذة جامعة مؤتة في علم النفس والقياس والتقييم، وطلب من هم النظر في تلك الفقرات وهل تتناسب مع الأبعاد التي صنفت على أساسها تلك الفقرات ثم أبداء آرائهم إن كانت تلك الفقرة كافية لقياس كل بعد، وقد تم الاحتفاظ بالفقرة التي اتفق عليها ما نسبته (80%) وتعديل بعض الفقرات في ضوء توجيهاتهم واقتراحاتهم.

ثبات مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

لقد قام (الديب، 1988) باستخراج ثبات الاختبار باستخدام طريقة الإعادة، وذلك بعد خمسة عشر يوماً من التطبيق الأول وعلى عينة مكونة من (30) فرداً فكانت قيمة الثبات (0.76).

وعلى البيئة السعودية قام (العازمي، 2008) باستخراج نوعين من الثبات هما: ثبات الإعادة من خلال تطبيق المقياس على عينة تجريبية مكونة من (30) شخصا داخل المجتمع وخارج عينته، ثم تم إعادة تطبيق الاختبار على نفس العينة، وذلك بفواصل زمني مدته أسبوعان حيث تراوح معامل الثبات ما بين (0.82) و(0.87) للمقياس ككل وللأبعاد. كما تحقق من ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا فتراوح ما بين (0.82) و(0.90) للمقياس ككل وللأبعاد.

أما في الدراسة الحالية فقد بلغ معامل الثبات الكلي لها ($\alpha=0.49$)، وبالإمكان التعامل معها على أنها مكونة من بعدين أساسيين:

- الجزء الأول منها، (1-42) والمتعلق بالتكيف النفسي، كان معامل الثبات له ($\alpha=0.84$).

- الجزء الثاني، (43-76) والمتعلق بالتكيف الاجتماعي، كان معامل الثبات له ($\alpha=0.9$).

يتم الإجابة على الاستمارة وفقاً لمفتاح التصحيح، (ينتمي=2، لا ينتمي=1).

تحتوي الاستمارة 76 فقرة، 47 منها سلبية، على النحو التالي: (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 31، 32، 34، 35، 36، 37، 41، 42، 47، 49، 50، 56، 58، 62، 65، 68، 75، 76).

اختبار "هنري بورو" للتكيف الأكاديمي:

يتكون الاختبار من (90) فقرة يجيب الطالب عليها بنعم أو لا أو غير متأكد، خصصت علامتان (2) للفقرة الدالة على التكيف الأكاديمي، وعلامة واحدة (1) للفقرة التي جوابها غير متأكد، وعلامة صفر (0) للفقرة الدالة بعدم وجود تكيف أكاديمي. ويحصل المفحوص وفق اجابته على درجة كلية وست درجات فرعية، وتشير الدرجة الكلية الى التكيف الأكاديمي العام للطالب،

وتتراوح درجاتها من (0) الى (180) درجة، بينما تشير الدرجات الفرعية الى تكيف الطالب في الابعاد الفرعية الستة الاتية:

- التكيف مع المنهاج: يقيس هذا البعد مدى رضا الطالب على دراسته في الجامعة، ومدى استمتاعه في المواد التي يدرسها واحساسه بأهميتها، وتكشف عن هذا البعد الفقرات من (1 - 12).

- نضج الأهداف ومستوى الطموح: يقيس هذا البعد ادراك الطالب لمدى ارتباط الدراسة الجامعية بخطط الطالب المستقبلية، وتكشف عن هذا البعد الفقرات من (13-26).

- الفاعلية الشخصية والتخطيط لاستغلال الوقت: يشير هذا البعد الى مدى تخطيط الطالب لنشاطاته اليومية، وكيفية استغلال وقته بشكل عام، ومدى انجازه لواجباته الجامعية وعدم اضاءة وقته في النشاطات الخارجية على حساب دراسته، وتكشف عن هذا البعد الفقرات من (27-42).

- المهارات والعادات الدراسية: يقيس هذا البعد مدى تفاعل الطلاب بالحصول الدراسي، ومدى الانتباه والتركيز لديه وتسجيل الملاحظات، واستخدام المكتبة، ومدى اتباعه لمهارات دراسية فعالة في الدراسة والاستعداد لامتحانات، وتقيس هذا البعد الفقرات من (43-63).

- الصحة النفسية: يقيس هذا البعد الى الحالة النفسية للطلاب ومدى استقرارها، ويكشف ايضا عن مدى احساس الطالب بالقلق والضيق والتعاسة والمعانات وانشغاله في أحلام اليقظة، وتقيس هذا البعد العبارات من (64-77).

- العلاقات الشخصية مع الأساتذة والطلبة: يشير هذا البعد الى قدرة الطالب على التعامل مع زملائه وأساتذته واتجاهاته نحوهم، ويعكس مدى الثقة والاحترام المتبادل بينه وبينهم، وتقيس هذا البعد الفقرات من (78-90).

وقد توزعت فقرات المقياس على الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية التكيفية وتم حساب الحد الأعلى والحد الأدنى لعلامة كل بعد من هذه الأبعاد فكانت كالتالي:

جدول (4): توزيع فقرات اختبار "هنري بورو" للتكيف الأكاديمي على الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية التكيفية، حسب الحد الأعلى والحد الأدنى لعلامة كل بعد من أبعاد الأداة

الحد الأدنى لعلاماته	الحد الأعلى لعلاماته	مجموع فقراته	البعد
0	24	12	التكيف في المنهاج
0	28	14	نضج الأهداف ومستوى الطموح
0	32	16	الفعالية الشخصية في التخطيط لاستغلال الوقت
0	42	21	المهارات والعادات الدراسية
0	28	14	الصحة النفسية
0	26	13	العلاقة الشخصية مع الأساتذة والطلبة
0	180	90	البعد الكلي

أما بالنسبة لطريقة تصحيح الاختبار فهي كالتالي: تخصص علامتان (2) للفقرة الدالة على التكيف الأكاديمي، وعلامة واحدة (1) للفقرة التي جوابها غير متأكد، وعلامة صفر (0) للفقره الدالة على عدم وجود تكيف أكاديمي، ويحصل المفحوص وفق اجاباته على درجة كلية، وست درجات فرعية، وتشير الدرجة الكلية للمقياس الى التكيف الأكاديمي العام وتتراوح ما بين (0-180) درجة. والتتقيط يتغير عندما تكون العبارة مصاغة بطريقة سلبية، وهذا الجدول يوضح ذلك:

غير متأكد	لا	نعم	العبارات
1	0	2	العبارات الموجبة
1	2	0	العبارات السالبة

- صدق اختبار التكيف الأكاديمي: تأكد "أبو طالب صابر" (1979) من صدق الاختبار المعرب بعرضها على مجموعة من المحكمين، اللذين اجمعوا على أن فقرات الاختبار النعرب تقيس نفس البنود التي يقيسها المقياس الأصلي.

- ثبات اختبار التكيف الأكاديمي: يشير دليل الاختبار الى أن ثبات المقياس قد بلغ (0.92)، للعلامة الكلية وما بين (0.81-0.89) للعلامات الستة الفرعية (عبد القادر، المجالي، 2006: 88).

وقام (الصبار، 1979) بترجمة الاختبار الى العربية، وكانت دلالات الاختبار في الصورة الأصلية عالية، اذ بلغ معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (0.90) باستخدام معادلة (سبيرمان - براون).

أما للصورة المترجمة للعربية فقد قام الباحث أبو طالب صابر بحساب ثباتها بطريقة اعادة الاختبار، فبلغ معامل الارتباط (0.88) للدرجة الكلية (عبد القادر، المجالي، 2006: 89).

أما في البحث الحالي، بلغت قيمة كرونباخ ألفا ($\alpha=0.97$).

حيث تقتصر الإجابات فيه على (لا = 1) و(نعم = 2).

وتحتوي الاستمارة على 90 فقرة، منها 64 فقرة سلبية هي: (2، 3، 4، 7، 8، 9، 10، 12، 15، 17، 18، 19، 20، 21، 24، 25، 26، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 36، 37، 39، 44، 45، 47، 48، 49، 51، 52، 54، 55، 56، 59، 60، 63، 64، 65، 66، 67، 68، 69، 70، 71، 72، 73، 74، 75، 76، 79، 80، 81، 82، 83، 84، 85، 86، 87، 88، 89).

5.3 إجراءات الدراسة

بعد اختيار بعض العاجمات عشوائيا تم الحصول على موافقة الجهات المختصة للجامعات، ثم تم التوجه إلى الطلاب (كليات وتخصصات مختلفة)، وتم اختيار بعض المحاضرات عشوائيا في يوم تعليم عادي، حيث قامت الباحثة بالدخول لهذه القاعات، وشرحت ووضحت أهداف الدراسة، والاستبانة مع التأكيد أن النتائج هي فقط لغايات البحث العلمي، ولن يكون هناك استخدامات أخرى

لها، وأنه لا داع (لذكر الاسم) على الاستمارة، ومع إمكانية الانسحاب من الدراسة متى يشاء الطالب ومن ثم التوقيع على موافقة للمشاركة في الدراسة.

وقد تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة الدراسة وكانت عبارة عن استبانة تم توزيعها يدوياً، وقد كان التجاوب والتعاون في تعبئة الاستبانة من قبل الطلبة في الجامعات المختلفة مرتفعاً.

6.3 المعالجات الإحصائية

للإجابة عن تساؤلات الدراسة، استخدمت الباحثة برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وتم استخدام المعالجات الإحصائية الآتية:
التكرارات والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية.
صدق الاختبار باستخدام معاملات ارتباط "بيرسون".

ثبات الاختبار باستخدام معادلة "كرونباخ ألفا" (Cronbach's Alpha).

اختبار (ت) لعينة واحدة (One Sample T-Test) لتحديد مستويات الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي من خلال مقارنة متوسط العينة لدى هذه المتغيرات بقيم محكية تناسب كل متغير .

اختبار تحليل التباين الاحادي (Univariate) لوجود متغير تابع واحد وهو الذكاء الانفعالي، وذلك لفحص أثر متغيرات الدراسة المستقلة (الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية) مجتمعة على مستوى الاعترا ب الاجتماعي من جهة أولى، ومن جهة ثانية لفحص أثر متغيرات الدراسة المستقلة (الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية) مجتمعة على مستوى التكيف النفسي والأكاديمي والاجتماعي.

اختبار بيرسون للكشف عن اتجاه وقوة العلاقة بين متغيرات الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والأكاديمي والاجتماعي.

7.3 تفصيل متغيرات الدراسة والتعريفات الإجرائية

المتغيرات المستقلة:

الذكاء الانفعالي: هي العلامة التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته على استمارة تفحص مستوى الذكاء الانفعالي لديه.

المتغيرات التابعة:

مستوى التكيف النفسي: هي العلامة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على استمارة تفحص التكيف النفسي.

مستوى التكيف الأكاديمي: هي العلامة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على استمارة تفحص مستوى التكيف الأكاديمي.

مستوى التكيف الاجتماعي: هي العلامة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على استمارة تفحص مستوى التكيف الاجتماعي.

المتغيرات الديموغرافية:

الجنس: له مستويان: (ذكر، وأنثى).

المستوى الدراسي: له أربعة مستويات هي: (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة، سنة رابعة).

العمر: له ثلاثة مستويات هي: (18-22، 23-24، 25 فما فوق).

مكان السكن: له مستويان: (مدينة، قرية).

التخصص: له مستويان: (أدبي، علمي)

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

3.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

4.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

5.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

نصّ هذا السؤال على "هل هناك علاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي؟"

من أجل الإجابة على هذا السؤال، تم احتساب معامل الارتباط بيرسون، والذي أشار إلى وجود ارتباطات دالة إحصائياً، انظر جدول رقم (5).

جدول (5): الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي

4	3	2	1	
			-	الذكاء الانفعالي (1)
		-	**0.62	التكيف الأكاديمي (2)
	-	**0.64	**0.47	التكيف النفسي (3)
-	**0.59	**0.66	**0.46	التكيف الاجتماعي (4)

** : دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$).

يتضمن الجدول أعلاه وجود علاقة طردية قوية بين الذكاء الانفعالي والتكيف الأكاديمي ($p < 0.01, r = 0.62$)، وعلاقة طردية متوسطة القوة بين الذكاء الانفعالي وكل من: التكيف النفسي ($p < 0.01, r = 0.47$)، والتكيف الاجتماعي ($p < 0.01, r = 0.46$).

كما أنه وجد علاقة طردية وقوية بين التكيف النفسي والتكيف الأكاديمي، ($p < 0.01, r = 0.64$)، والتكيف الاجتماعي والتكيف الأكاديمي ($p < 0.01, r = 0.66$). كما وجد ارتباطاً طردياً مرتفعاً بين التكيف النفسي والتكيف الاجتماعي ($p < 0.01, r = 0.59$).

2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

نص هذا السؤال على "ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة العرب في جامعات اسرائيل؟"

ومن أجل الإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، وتبعاً لنظام ليكرت الخماسي، يتم بتحديد خمس فترات للفصل بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة، طول المدى (4=1-5) بقسمته على 5 فترات (0.8=4:5) وعليه فإن طول الفترة هو (0.8) وعليه اعتمد التقدير التالي، للفصل ما بين الدرجات، من (1-1.8) منخفض جداً، ومن (1.81 - 2.61) منخفض، من (2.62 - 3.42) متوسط، من (3.43 - 4.23) مرتفع، ومن (4.244 - 5) مرتفع جداً. انظر جدول رقم (6).

جدول (6): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتقدير للذكاء الانفعالي

المتغير	المتوسط	الانحراف	التقدير
الذكاء الانفعالي	3.66	0.54	مرتفع

كما في الجدول السابق، فقد جاء مستوى الذكاء الانفعالي مرتفعاً بمتوسط حسابي (3.66) وانحراف معياري (0.54). ولحكم أكثر دقة، تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One Sample T-Test)، وكون المقياس المتبع هو ليكرت الخماسي، فيمكن اعتبار متوسط المجتمع القيمة (3) لأنها تفصل ما بين التقديرات المرتفعة والمنخفضة، وعليه تم مقارنة متوسط العينة مع القيمة المحكيّة (3). والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7): نتائج اختبار ت لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع للذكاء الانفعالي

السمة	قيمة t
الذكاء الانفعالي	***15.13

***: دالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha = 0.001$.

يتضح من الجدول السابق، وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.001$) بين متوسط العينة والقيمة المحكية، ولصالح متوسط العينة، فقد جاءت قيمة (ت) دالة إحصائية وموجبة، وهذا يعني أنّ الذكاء الانفعالي أكبر وبشكلٍ دالٍ إحصائياً من المستوى المتوسط، وهذا يعبر عن امتلاك الطلبة في جامعات إسرائيل لمستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي.

3.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

نصّ هذا السؤال على "ما مستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل؟"

ومن أجل الإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد التكيف، ولإعطاء تقدير مناسب، طول المدى ($1-2=1$) بقسمته على (3) فترات ($3/1 = 0.33$) وعليه فإن طول الفترة هو (0.33) وعليه اعتمد التقدير التالي، للفصل ما بين الدرجات، من (1-1.33) منخفض، من (1.34 - 1.67) متوسط، من (1.68-2) مرتفع. انظر جدول رقم (8).

جدول (8): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتّقدّيرات لمستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل

المتغير	المتوسط	الانحراف	التقدير
التكيف الأكاديمي	1.62	0.23	متوسط
التكيف النفسي	1.73	0.15	مرتفع
التكيف الاجتماعي	1.71	0.26	مرتفع

كما في الجدول السابق، فقد جاء مستوى التكيف الأكاديمي متوسطاً، بمتوسط حسابي (1.62) وانحراف معياري (0.23)، كما جاء مستوي التكيف النفسي والاجتماعي مرتفعين، بحيث كان متوسط التكيف النفسي (1.73) مع انحراف معياري (0.15)، ومتوسط التكيف الاجتماعي (1.71) مع انحراف معياري (0.26). ولحكم أكثر دقة، تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One Sample T-Test)، وكون المقياس المتبع ثنائي، فيمكن اعتبار متوسط المجتمع القيمة

(1.5) لأنها تفصل ما بين التقديرات المرتفعة والمنخفضة، وعليه تمّ مقارنة متوسط العينة مع القيمة المحكيّة (1.5). والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9): نتائج اختبار ت لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات إسرائيل

السمية	قيمة t
التكيف الأكاديمي	***6.3
التكيف النفسي	***18.8
التكيف الاجتماعي	***9.8

***: دالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha = 0.001$.

يتضح من الجدول السابق، وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.001$) بين متوسط العينة والقيمة المحكية، ولصالح متوسط العينة، فقد جاءت قيمة (ت) دالة إحصائية وموجبة في جميع المجالات، وهذا يعني أنّ تكيف الأكاديمي والتكيف النفسي والاجتماعي أكبر وبشكلٍ دالٍ إحصائياً من المستوى المتوسط، وهذا يعبر عن امتلاك الطلبة في جامعات إسرائيل لمستوى مرتفع من التكيف الأكاديمي والتكيف النفسي والاجتماعي.

4.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

نصّ هذا السؤال على "هل توجد فروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية؟"

من أجل الإجابة على هذه السؤال، تم استخدام اختبارات إحصائية مختلفة تتناسب مع المتغير المستقل (الديموغرافي) وعدد فئاته، ابتداءً من استخدام اختبار (ت) لمجتمعين مستقلين، (Independent samples t test)، لفحص إمكانية وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، ومتغير نوع الكلية، ومتغير مكان السكن، حيث أشار إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الذكاء الانفعالي بين الجنسين وبين طلاب الكليات العلمية والإنسانية وبين سكان المدن والقرى، انظر الجدول رقم (10)، والجدول رقم (11).

جدول (10): مقارنة المتوسطات حسب الجنس لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير الجنس

البعد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t
الذكاء الانفعالي	ذكر	63	3.61	0.57	1.14
	أنثى	88	3.71	0.51	

جدول (11): مقارنة المتوسطات حسب مكان السكن لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير مكان السكن

البعد	مكان السكن	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t
الذكاء الانفعالي	مدينة	79	3.69	0.52	0.35
	قرية	70	3.66	0.53	

ثم تمت الاستعانة بعد ذلك بإجراء تحليل التباين الأحادي (one way Anova) لفحص وجود فروق دالة إحصائية في الذكاء الانفعالي يمكن عزوها لمتغير العمر، أو متغير المستوى الأكاديمي، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية يمكن عزوها لمتغير العمر أو المستوى الأكاديمي، انظر الجدول رقم (12) والجدول رقم (13).

جدول (12): مقارنة المتوسطات حسب المستوى الأكاديمي لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير المستوى الأكاديمي

البعد	المستوى الأكاديمي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F
الذكاء الانفعالي	سنة أولى	22	3.65	0.60	2.18
	سنة ثانية	64	3.56	0.50	
	سنة ثالثة	45	3.73	0.53	
	سنة رابعة	20	3.88	0.58	

جدول (13): مقارنة المتوسطات حسب العمر لفحص الفروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير العمر

البعد	العمر	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F
الذكاء الانفعالي	23-18	36	3.65	0.53	0.62
	25-23	80	3.63	0.51	
	25 فأكثر	35	3.75	0.61	

5.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

نصّ هذا السؤال على هل توجد فروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية؟ "

من أجل الإجابة على هذه السؤال، تم استخدام اختبارات إحصائية مختلفة تتناسب مع المتغير المستقل (الديموغرافي) وعدد فئاته، ابتداءً من استخدام اختبار (ت) لمجتمعين مستقلين، (Independent samples t test)، لفحص إمكانية وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، و متغير نوع الكلية، و متغير مكان السكن، حيث أشار إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي بين الجنسين وبين طلاب الكليات العلمية والإنسانية وبين سكان المدن والقرى، انظر الجدول رقم (14)، والجدول رقم (15)، والجدول رقم (16).

جدول (14): مقارنة المتوسطات حسب الجنس لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير الجنس

البعد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t
التكيف الأكاديمي	ذكر	63	1.63	0.24	0.65
	أنثى	88	1.61	0.23	
التكيف النفسي	ذكر	63	1.73	0.17	0.80
	أنثى	88	1.73	0.13	
التكيف الاجتماعي	ذكر	63	1.71	0.27	0.90
	أنثى	88	1.70	0.26	

جدول (15): مقارنة المتوسطات حسب نوع الكلية لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير نوع الكلية

البعد	نوع الكلية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t
التكيف الأكاديمي	علمية	65	1.62	0.24	0.07
	إنسانية	85	1.62	0.23	
التكيف النفسي	علمية	65	1.73	0.17	0.17
	إنسانية	85	1.73	0.13	
التكيف الاجتماعي	علمية	65	1.74	0.25	1.23
	إنسانية	85	1.69	0.27	

جدول (16): مقارنة المتوسطات حسب مكان السكن لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير مكان السكن

البعد	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t
التكيف الأكاديمي	مدينة	79	1.61	0.25	0.70
	قرية	70	1.63	0.22	
التكيف النفسي	مدينة	79	1.72	0.15	0.29
	قرية	70	1.73	0.14	
التكيف الاجتماعي	مدينة	79	1.70	0.28	0.10
	قرية	70	1.71	0.24	

ثم تمت الاستعانة بعد ذلك بإجراء تحليل التباين الأحادي (one way Anova) لفحص وجود فروق دالة إحصائياً في التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي يمكن عزوها لمتغير العمر، أو متغير المستوى الأكاديمي، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً يمكن عزوها لمتغير العمر أو المستوى الأكاديمي، انظر الجدول رقم (17) والجدول رقم (18).

جدول (17): مقارنة المتوسطات حسب المستوى الأكاديمي لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير المستوى الأكاديمي

البعد	المستوى الأكاديمي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F
التكيف الأكاديمي	سنة أولى	22	1.62	0.26	0.32
	سنة ثانية	64	1.60	0.22	
	سنة ثالثة	45	1.64	0.24	
	سنة رابعة	20	1.64	0.25	
التكيف النفسي	سنة أولى	22	1.74	0.129	0.25
	سنة ثانية	64	1.72	0.13	
	سنة ثالثة	45	1.73	0.17	
	سنة رابعة	20	1.75	0.17	
التكيف الاجتماعي	سنة أولى	22	1.72	0.24	0.88
	سنة ثانية	64	1.67	0.27	
	سنة ثالثة	45	1.73	0.25	
	سنة رابعة	20	1.76	0.30	

جدول (18): مقارنة المتوسطات حسب العمر لفحص الفروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغير العمر

البعد	العمر	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة F
التكيف الأكاديمي	18-23	36	1.58	0.25	1.23
	25-23	80	1.62	0.21	
	25 فأكثر	35	1.67	0.26	
التكيف النفسي	23-18	36	1.70	0.16	0.89
	25-23	80	1.74	0.12	
	25 فأكثر	35	1.72	0.19	
التكيف الاجتماعي	23-18	36	1.71	0.26	0.20
	25-23	80	1.70	0.25	
	25 فأكثر	35	1.73	0.29	

• دال احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05)

الفصل الخامس

مناقشة النتائج

1.5 مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة

2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

5.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس

7.5 خلاصة الدراسة

8.5 التوصيات

الفصل الخامس

مناقشة النتائج

هدفت الدراسة الحالية إلى فحص العلاقة بين الذكاء الانفعالي ومستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات إسرائيل، وعرض عام للنتائج المركزية.

1.5 مناقشة النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة:

الذي نصَّ على "هل هناك علاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي؟"

أشارت نتائج الدراسة الى أنه يوجد علاقة طردية قوية بين الذكاء الانفعالي والتكيف الأكاديمي، ووجدت علاقة طردية متوسطة القوة بين الذكاء الانفعالي، وكل من التكيف النفسي والتكيف الاجتماعي، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الانفعالات تعتبر جانباً هاماً من جوانب السلوك الإنساني، وهي وثيقة الصلة بحياة الإنسان وشخصيته، وتختلف هذه الانفعالات من شخص لآخر، فمن الأفراد من يمتلك الذكاء الانفعالي، ويتمتع بالقدرة على التكيف مع أفراد المجتمع الذين يعيش بينهم ومعهم، ومنهم من لا يمتلك هذا الذكاء بنفس القدر أو الدرجة، وهو غالباً ما يعاني من مشكلات التكيف والتكيف مع أفراد محيطه الاجتماعي، وقد يعزى أيضاً إلى أن الانفعالات سواء كانت إيجابية أم سلبية، فهي لها أهمية وضرورة في حياة الفرد، فهي تقوم على إشباع حاجاته اليومية، وتوجه قدراته، وتتحكم بقراراته، لذلك، فتوفر الذكاء الانفعالي عند الفرد يساعده على تكوين قيم أساسية هامة تساعده على النهوض بمستقبله ومواكبة الحياة بنجاح.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة خليل، والشناوي (2005) التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباط موجبة بين أبعاد الذكاء الانفعالي وأساليب المجابهة التكيفية، وعلاقة ارتباط سالبة مع أساليب المجابهة غير التكيفية، ووجد أيضاً ارتباط بين الذكاء الانفعالي والإنجاز الأكاديمي. وكذلك تتفق هذه النتائج مع دراسة الجعيد، (2011) التي أشارت نتائجها إلى وجود

علاقة ارتباطيه إيجابية ودالة إحصائياً بين أبعاد الذكاء الانفعالي، مجتمعة من جهة، والتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة من جهة أخرى. وأشارت نتائج دراسة العلوان (2011) إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل من المهارات الاجتماعية وأنماط التعلق. وهذا يتطابق مع نتائج دراسة القاضي (2012) التي وجدت علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الذكاء الانفعالي والاندماج الجامعي. وتشابهت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جمعة (2015) التي أوجدت علاقة موجبة بدرجة عالية بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي. وأوجدت علاقة ارتباطية قوية موجبة بين الذكاء الانفعالي والتكيف الاجتماعي.

أما نتائج دراسة مطر والزعبي (2006) فكان التكيف في نتائج هذه الدراسة معها جزئياً، حيث لم تجد نتائج دراستهما آثاراً دالة إحصائياً لكل من بعد المهارات ما بين الشخصية، وبعد إدارة الضغوط والدرجة الكلية للذكاء الانفعالي على التكيف المدرسي للطلبة، ولكن كان هناك أثر دال إحصائياً بين الذكاء الانفعالي، وكل من بعدي المهارات الاجتماعية وبعد التكيف العام على التكيف المدرسي للطلبة، وأظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة ارتباطية إيجابية (ضعيفة) دالة إحصائياً بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الأكاديمي، بينما كانت هناك علاقة ارتباطية إيجابية قوية بين التحصيل الأكاديمي والتكيف.

كما تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الذكاء الانفعالي إن كان عملاً عقلياً فإنه يتأثر في جزء منه بسمات الطالب الشخصية كمهاراته وتكيفه الاجتماعي، النفسي والأكاديمي؛ فهذه المهارات تمكن الطالب من معرفة انفعالاته والوعي بها وتنظيمها جيداً. بالإضافة إلى ذلك، فإن هذه المهارات تمكن الفرد من التفاعل بإيجابية مع الآخرين، والتعبير بآثران عن مشاعره الإيجابية والسلبية، وضبط انفعالاته في مواقف التفاعل الاجتماعي، والتعرف على مشاعر الآخرين وتلميحاتهم، وحسن التصرف بما يناسب المواقف، وتمكن الفرد من التعاون مع الآخرين بإيجابية، وهذه جميعها تعد أبعاداً أساسية لتنمية الذكاء الانفعالي لدى الأفراد. كما أن الذكاء الانفعالي يمكن الفرد من مواجهة المواقف المحرجة والتخلص من المآزق بكفاءة، ومن ثم الشعور بالكفاءة الذاتية، مما يجعله يشارك الآخرين أنشطتهم بما يحقق له الاستمتاع بالحياة والتمتع بصحة نفسية جيدة،

وهذه أيضا تعد عناصر رئيسة للذكاء الانفعالي لدى الأفراد. ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضا انطلاقا من أن مهارات الذكاء الانفعالي الاجتماعية تساهم في تيسير إقامة علاقات ودية مع طلاب الجامعة الآخرين، وإدارة التفاعل معهم على نحو يساعد على الاقتراب منهم والتعرف عليهم، ومن المهارات الرئيسية في هذا السياق الانفعالي مهارة التعاطف التي تعد مكونا رئيساً للتكيف الأكاديمي والاجتماعي.

2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

الذي نصَّ على "ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة العرب في جامعات إسرائيل؟"

أشارت نتائج الدراسة الى أنَّ الطلبة العرب في جامعات إسرائيل يتمتعون بمستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي. وتتعارض نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات سابقة أجريت على الطلبة العرب الجامعيين كدراسة الجعيد (2011) التي بينت نتائجها أن درجة الذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة كانت متوسطة، ودراسة القاضي (2012) التي توصلت نتائج البحث إلى أن طلاب كلية التربية المستجدين، لديهم مستوى منخفض من الذكاء الانفعالي ولعل السبب في الاختلاف يعود الى الفترة الزمنية وتطور التكنولوجيا التي تعزز من ذوات الطلبة وتزيد من ثقتهم بأنفسهم.

وتعزى الباحثة السبب في ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة العرب في جامعات إسرائيل بصفة عامة إلى طبيعة البيئة الجامعية؛ إذ أنها تعتبر بيئة اجتماعية يسودها الحوار والتواصل الاجتماعي؛ مما يمنح الطلبة القدرة على اكتشاف مشاعر وأحاسيس أصدقائهم، وفهم مشاعر الأفراد المحيطين بهم، ومجاملة الأصدقاء والتعامل معهم بهدوء، ولديهم القدرة على بناء الصداقات والتواصل مع الآخرين، وجميعها مهارات وقدرات أساسية للتعاطف والتواصل مع الآخرين التي تعد أبعاداً أساسية للذكاء الانفعالي. ويعزى سبب ذلك إلى طبيعة نضج طلبة الجامعة؛ فطلبة الجامعة على درجة من النضج، يمكنهم من معرفة وتنظيم انفعالاتهم وهي أبعاد أساسية للذكاء الانفعالي؛ فيتحكمون في مشاعرهم وتصرفاتهم، ويكبحون مشاعرهم السلبية، ويجيدون فهم ومعرفة مشاعر الآخرين، ولديهم حساسية جيدة لانفعالات ومشاعر الآخرين. ويعدُّ

الطلبة الجامعيون من الشرائح الاجتماعية الواعية والمتفقة والقادرة على مواجهة مشكلات الحياة والتمكن من حلها، والصمود والسيطرة في تنظيم انفعالاتهم؛ تمتعهم بمرونة عقلية تجعل علاقاتهم وتصرفاتهم مقبولة، ومنظمة للوصول إلى مستوى جيد من الذكاء الانفعالي، والرضا عن أنفسهم. ويفسر هذا التباين أيضاً فيض وءالنموذج المختلط في الذكاء الانفعالي (Bar-on,2000) المطور من قبل بارون؛ إذ يرى بارون أن بعد المعرفة الانفعالية هو أحد أهم مكونات الشخصية في النموذج.

3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

الذي نصّ على "ما مستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب العرب في جامعات اسرائيل؟"

أشارت نتائج الدراسة إلى أنّ التكيف الأكاديمي والنفسي والاجتماعي لدى الطلبة العرب في جامعات الداخل أكبر - وبشكلٍ دالٍ إحصائياً- من المستوى المتوسط، وهذا يعبر عن امتلاك الطلبة في جامعات الداخل لمستوى مرتفع من التكيف الأكاديمي والنفسي والاجتماعي.

وهذه النتائج تتناقض مع دراسة القاضي (2012) التي توصلت إلى أن طلاب كلية التربية المستجدين، لديهم مستوى منخفض من التكيف الجامعي.

وتعزي الباحثة ارتفاع مستوى التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي للآتي:

- ثقة الطالب في نفسه وقدراته، وإدراكه للفروقات بين المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية، وبالتالي فهو على وعي بأهمية مراجعة دروسه بشكلٍ جدّي أكثر، وتعلّم طرق الدراسة الصحيحة، والتي تناسب الجامعة، وبذل جهد حتى يستطيع أن يتحصل على المزيد من العلم والمعرفة لكي يضمن تخرجه من الجامعة بنجاح.

- جانب شخصي يتمثل في الأفراد والجماعات الذين يتفاعل معهم الطالب الجامعي في المحيط الجامعي وهم الإداريون، المشرفون، المدرسون، والزملاء، بالإضافة إلى النقاء

الطلاب مع عدد كبير من الطلاب المتأبينين من حيث المستوى الثقافي والمادي والاجتماعي والعرقى واللغة والمستوى الاقتصادي، كل ذلك قد يساهم في مساعدة الطلاب لبعضهم البعض في الاندماج الايجابي، كما ان التكيف مع المقررات الدراسية وأنظمة الكلية والتخصص الدراسي يسهم في وصول الطالب الى حالة التوازن والانسجام.

والتكيف للطلاب الجامعي التي تتمثل في الحيوية، وإشباع الحاجات النفسية أو الاجتماعية أو الأكاديمية، ويعبر عن إشباع هذه الحاجات بالرضا والتكيف.

- توفر خدمات الإرشاد الأكاديمي للطلاب الذي يساعد على تعريفهم بالبيئة الجامعية وطرق الانسجام وكذلك يمكن أن يشكل سبب في الاندماج المبكر للطلاب في البيئة الجامعية، كما أن توفر الأندية الرياضية والثقافية والرحلات الجماعية الفصلية تساهم في تكيف الطالب للبيئة الجامعية، وتواجد مجالس الطلبة بشكل عام ومجالس مخصصة للطلاب العرب يشكل نقطة قوة لاندماجهم بإيجابية.

4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

الذي نصَّ على " هل توجد فروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والتخصص؟

" أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً يمكن أن تعزى لمتغيرات الجنس، المستوى الدراسي، العمر، مكان السكن أو التخصص وهذا يتشابه مع دراسات خليل، والشناوي (2005)، باستيان وآخرون (2005)، جودة (2007)، الجعيد (2011)، القاضي (2012)، جمعة (2015)، شنون (2013).

وتتعارض مع دراسة العلوان (2011) التي أشارت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين طلبة التخصصات العلمية والإنسانية لصالح الطلبة ذوي التخصصات الإنسانية.

وتعزى الباحثه هذه النتائج من جدول الاستمارة الى أنه لا يوجد فروق في مكونات الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث في أبعاد المهارات البينشخصية والتي تتضمن مهارات التعاطف المهارات الاجتماعية والأبعاد ذات العلاقة بإدارة الضغوط والمزاج العام والذي يتضمن كل من مهارة تحمل الضغوط والقدرة على التفاؤل والسعادة ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما يتبعه الوالدان من أساليب متشابهة في التنشئة الاجتماعية وأساليب التعامل مع الجنسين، وخاصة في هذه المرحلة العمرية من السنوات الجامعية، كما يمكن تفسيره لما تعرضت له غالبية المجتمعات من تغيرات ثقافية واجتماعية، كما ان الجامعات اصبحت تلعب دورا كبيرا في بناء شخصية الطلبة وبذلك الغت الفوارق وانعكست بالتالي على طلبة جامعات اسرائيل عموماً. كما ويمكن أن يعزى السبب إلى أن الذكاء الانفعالي ينظر له على أساس قدرات ومهارات كل منهما وليس على أساس النوع ذكر أو أنثى، ولا على أساس مكان السكن أو السنة الدراسية أو التخصص.

5.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

الذي نصَّ هذا على "هل توجد فروق بين متوسطات التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية؟"

أشارت الباحثة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي بين الجنسين وبين العمر وبين طلاب الكليات العلمية والإنسانية وبين سكان المدن والقرى، وتعزى الباحثة السبب في عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث إلى أن ذلك يعود إلى القدرات العقلية وأسلوب التعامل في الجامعة والامكانيات التي توفرها الجامعة لا تفرق بين الذكور والإناث، كما أن الجامعة أصبحت مؤسسة مجتمعية الى جانب كونها مؤسسة علمية وبحثية، وبانتت توظف الارشاد الجامعي لتحقيق تكيف سليم، بالإضافة الى أن جميع الفرص متاحة أمام الجنسين دون تمييز، مما سهل مهمات النجاح بمختلف صوره سواء أكانت نفسية، اجتماعية أم أكاديمية. أما بالنسبة لعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين سكان المدن والقرى فقد يكون ذلك بسبب توفر الامكانيات والظروف الملائمة وتوفر الخدمات للطلاب، وتهيئة الجو المناسب الذي يساعد الطلاب على استذكار دروسهم في المدن والقرى على حد سواء. وكذلك الأمر بالنسبة

للعمر او التخصص فمهارات التكيف تعتبر مهارات شخصية ومكتسبة ولا علاقة للعمر فيها ولا لمكان السكن طالما أن هذه المجتمعات متشابهة.

ونتائج هذه الدراسة تتفق مع دراسة جمعة (2015) التي أوجدت أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في التكيف المدرسي. بينما تختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة الجعيد (2011) التي أوجدت فروقاً في التكيف النفسي والاجتماعي تعزى للنوع الاجتماعي ولصالح الإناث، ودلت النتائج أيضاً على وجود فروق في درجة الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي، بين طلبة السنة الثانية وطلبة السنة الثالثة ولصالح طلبة السنة الثانية، وبين طلبة السنة الثالثة والرابعة في التكيف النفسي والاجتماعي ولصالح طلبة السنة الرابعة.

7.5 خلاصة الدراسة:

يتدرج هذا البحث ضمن البحوث النفسية التربوية، حيث تميز بجانبين رئيسيين هما: أنه وصفي وتوجيهي، فهو وصفي لأن من خلاله جرت محاولة لوصف ظاهرة الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وتحليل العوامل التي تسهم في تكوين الظاهرتين، والنتائج المتمخضة عنهما، من جهة أخرى يعتبر هذا البحث توجيهياً لأنه تضمن عدداً من المقترحات لتحسين الأوضاع، كل ذلك قد تم من خلال اختبار فرضيات البحث، وكان ملخص النتائج المتوصل إليها كما يلي:

اتضح من خلال النتائج وجود علاقة طردية قوية بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي. كما ووجد أن الطلبة العرب في جامعات الداخل يمتلكون مستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي، ويتميزون بمستوى مرتفع من التكيف الأكاديمي والنفسي والاجتماعي.

وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق بين متوسطات الذكاء الانفعالي أو بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والعمر ومكان السكن والكلية.

ومن الجدير بالذكر أنّ هذه الدراسة حاولت كشف وفحص العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلبة العرب في جامعات الداخل، وترى الباحثة أن الذكاء الانفعالي ومن خلال تأثيره وعلاقته ببعض المتغيرات في الصحة النفسية بما فيها مستوى الصلابة النفسية والتكيف والمستوى الأكاديمي والاجتماعي لدى الطالب الجامعي بحاجة إلى دراسة؛ لما لهذه العلاقة الديناميكية أهمية بالغة في بناء وتشكيل شخصية الطالب، وذلك أن نتيجة الدراسة من الممكن أن يكون لها فوائد عديدة في مجال التطور الجامعي في إرشاد الطلاب قبل البدء بالحياة الأكاديمية، فقد تسهم الدراسة في رسم سياسة تربية اجتماعية نفسية تساعد على تكيف الفرد في حياته الأكاديمية، واختياره السليم للموضوع الذي يرغب بتعلمه ونجاحه به وفي النهاية التكيف المهني. وتوجيه الطلاب نحو أساليب سليمة لاكتساب وزيادة مهارات الذكاء الانفعالي والذي يؤدي إلى زيادة مستوى تكيفهم الجامعي، وبالتالي تحسين صحتهم النفسية، وزيادة فاعليتهم وكفاءتهم ونجاحهم في الجامعة وسوق العمل.

كما أن للدراسة الحالية مساهمة نظرية وتطبيقية تتجلى في مساعدة الباحثين والعاملين في المجال النفسي الأهلي والحكومي للمساهمة في وضع وتطوير برامج تصب في مصلحة الطلبة الجامعيين الذين يشكلون فئة كبيرة ومهمة من المجتمع العربي.

كما أن هذه الدراسة تشكل رؤية موضوعية هادفة عن مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي عند عينة الدراسة من طلبة الجامعات لتشكل حجر أساس لدراسة أوسع لقياس مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى التكيف النفسي، الاجتماعي والأكاديمي بين هذه الفئة، والتي يمكن استثمارها إيجابياً من قبل المؤسسات الحكومية والأهلية.

8.5 التوصيات:

- ضرورة تنمية مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة المستجدين لأنهم قادمون إما من بيئة مختلفة أو مغايرة فيحتاجون إلى الكثير من مهارات التكيف والانسجام مع البيئة الجامعية الجديدة.

- ضرورة تنفيذ البرامج والأنشطة الإرشادية للطلبة الجدد بداية كل عام دراسي لتعريفهم بطبيعة الحياة الجامعية وطرق التكيف معها نفسيا، اجتماعيا وأكاديميا.
- ضرورة الاهتمام برفع مستوى التكيف لدى الطلبة الجدد لما له من آثار إيجابية على التحصيل العلمي، الراحة النفسية، الثقة بالنفس، وبالتالي الانسجام المهني بعد الانتهاء من الدراسة الجامعية والالتحاق بالمهنة.
- اجراء الورش والبرامج الارشادية لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلاب الثانوية العامة العازمون للالتحاق بالجامعة لما لهذا النوع من الذكاء أهمية في التكيف الإيجابي مع الحياة الجامعية بكل جوانبها والذي ينعكس إيجابيا على تكيف الطالب النفسي، الاجتماعي والأكاديمي.
- دراسة مقارنة بين التكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي بين الطلاب العرب واليهود في جامعات اسرائيل.

قائمة المصادر والمراجع

المراجع العربية:

اذار عباس، عبد اللطيف (2002). مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى المعاقون، التكوين للطباعة والنشر والتوزيع الطبعة (1) مجلد (1).

أيمن، غريب ناصر (2011). الذكاء الانفعالي كمنبئ بمهارات إدارة الضغوط لدى طلاب جامعة الأزهر (دراسة تطبيقية بعد أحداث ثورة 25 يناير بمصر). المؤتمر السنوي السادس عشر. مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

البلوي، خولة (2004). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والمهارات الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية التربية بمدينة تبوك. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض.

البوريني، ربيحة (2006). الذكاء العاطفي لدى مديري المدارس الأساسية الخاصة بعمان وعلاقته بأدائهم الإداري من وجهة نظر معلميه. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.

جبريل، موسى وآخرون (2002). التكيف والرعاية الصحية والنفسية. منشورات جامعة القدس المفتوحة، عمان.

حسين، محمد عبد الهادي (2005). مدخل إلى نظريات الذكاء المتعدد. العين الإمارات: دار الكتاب الجامعي.

حشمت، حسين وباهي، مصطفى (2006). التكيف النفسي والتوازن الوظيفي. مصر: دار العالمية للنشر والتوزيع.

الخوaja، عبد الفتاح (2002). الارشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق. (الطبعة الاولى)، عمان، الاردن: الدار العلمية للنشر والتوزيع.

دانييل، جولمان (2000). **الذكاء العاطفي**. ترجمة: ليلى الجبالي. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

الديب، على محمد (1988). **اختبار التكيف الشخصي الاجتماعي دراسة استطلاعية**، مجلة الدراسات التربوية، مجلد ٣، جزء ٢.

رشاد، موسى. سهام، الحطاب (2003). **الفروق في بعض المتغيرات النفسية في ضوء متغيري الذكاء الانفعالي والجنسي لدى المراهق الأزهرى**. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس.

الرفاعي، نعيم (1981). **الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية التكيف**. بيانات النشر: دمشق.

روبينس، وسكوت (2000). **الذكاء الانفعالي**. ترجمة: صفاء الأعسر، وعلاء الدينكفافي. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

ريان، محمود اسماعيل محمد (2006). **الاتزان الانفعالي وعلاقته بالسرعة الادراكية والتفكير الابتكاري لدى طلاب الصف الحادي عشر في محافظة غزة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر - غزة، كلية التربية، قسم علم النفس.

زهران، حامد عبد السلام (1995). **علم نفس النمو**. بيانات النشر: القاهرة: عالم الكتب.

الزيود، نادر فهمي وعليان، هشام عامر (2005). **مبادئ القياس والتقويم في التربية**، (ط3)، الأردن: دار الفكر.

سامية، محمد صابر (2011). **الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الصداقة لدى عينة منطلاب وطالبات الجامعة**. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، (43)، (ص200-ص261).

السرхан، رضوان (200). **العلاقة بين سمات الشخصية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة آل البيت**. رسالة ماجستير غير منشورة - جامعة آل البيت، الأردن.

سهير، كامل احمد (1999). **الصحة النفسية والتكيف**. الناشر: الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.

شاذلى، عبد الحميد (2001). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. (ط 2)، الاسكندرية: المكتبة الجامعية.

شقورة، عبد الرحيم شعبان (2002). الدوافع المعرفية واتجاهات طلبة كلية التمريض نحو مهنة التمريض وعلاقة كل منهما بالتكيف الدراسي. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، كلية التربية، قسم علم النفس.

الشمري، عمار حسن (2013). الذكاء الأخلاقي وعلاقته بالثقة الاجتماعية المتبادلة، كلية الاداب، جامعة بغداد.

صالح، حسن الداھري (2000). مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي. دار الكندي ومؤسسة حمادة، اريد: المملكة الأردنية.

صالحى، سعيده (2013). تأثير سمات الشخصية والتكيف النفسي على التحصيل الأكاديمي للطلبة الجامعيين. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الجزائر 2، الجزائر.

صلاح الدين، العمريه (2005). الصحة النفسية والإرشاد النفسي. الطبعة الأولى مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان.

أبو طالب، صابر (1979). أنماط التكيف الأكاديمي عند طلبة الكلية العربية بعمان. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

الطحان، محمد خالد (1987). مبادئ الصحة النفسية. دبي: دار العلم للنشر والتوزيع.

الطيب، محمد عبد الظاهر (1989). أثر الإقامة الداخلية على التوافق الشخصي والاجتماعي للمراهقين المكفوفين من الجنسين. منشورات المركز النموذجي لرعاية وتوجيه المكفوفين، مطبعة الجهاد، القاهرة.

العازمي، عبد الرحمن عبيد (2008). التكيف النفسي والاجتماعي وعلاقته بالإدمان لدى عينة من نزلاء المصحات النفسية السعودية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الأردن.

عبد الله، فيصل نواف (1978). بناء مقياس للتكيف الاجتماعي المدرسي لطلبة المرحلة الإعدادية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.

عبد العال، عجوة (2002). الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من الذكاء المعرفي والعمر والتحصيل الدراسي والتكيف النفسي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية بالإسكندرية، المجلد الثالث عشر، (ص 250-344).

العبد اللآت، اسماء ضيف الله (2008). فعالية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الانفعالي في التكيف الأكاديمي والاجتماعي وفي الاتجاهات نحو المدرسة لدى الطلبة الموهوبين في الأردن. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، كلية الدراسات التربوية العليا، قسم الإرشاد والتربية الخاصة.

العبدلي، سعد حامد (2009). الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات والتكيف الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة. السعودية، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.

عبير بنت محمد حسن، الصبان (2003). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بكل من الضغط النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من السيدات السعوديات العاملات بمدينة جدة ومكة المكرمة. رسالة دكتوراه غير منشورة، المملكة العربية السعودية، كلية التربية للبنات.

عثمان، حمود الخضر (2002). الذكاء الانفعالي هل هو مفهوم جديد؟. القاهرة، دراسات نفسية المجلد (ط 12) العدد الأول.

عثمان، فاروق السيد ورزق، محمد عبد السميع (2002). مقياس الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه. في عبده عبد الهادي وثمان فاروق السيد القياس والاختبارات النفسية أسس وأدوات، القاهرة: دار الفكر العربي.

علام، اروق سحر (2001). تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الانفعالي لدى عينة من طالبات الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، القاهرة، كلية البنات، علم النفس، جامعة عين شمس.

عوض، غازي عيسى (2000). التكيف النفسي الاجتماعي بين الإنسان ومجتمعه. مجلة بلسم، العدد (297)، قبرص: مطبعة الأمل.

فاروق السيد عثمان، محمد عبد السميع رزق (1998). الذكاء الانفعالي. مفهومه وقياسه، مجلة كلية التربية بالمنصورة، العدد الثامن والثلاثون (ص1-31).

فاروق، عثمان (2000). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

فهيمي، مصطفى (1987). الدوافع النفسية. مكتبة مهد للطباعة والنشر، ط(6)، القاهرة.

القضاة، محمد امين (2007). درجة تكيف الطلبة العمانيين مع البيئة الثقافية في الجامعات الاردنية وعلاقتها بالتحصيل وبعض المتغيرات الاخرى. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد (8)، العدد (22)، ص(89-116).

كفافي، علاء الدين (1990). الصحة النفسية. الطبعة الثالثة، الكويت: هجرة للطباعة والنشر.

محسن، محمد احمد عبد النبي (2001). العلاقات التفاعلية بين الذكاء الانفعالي والتفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي للطالبات الجامعيات السعوديات. مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، العدد الثالث.

محمد السيد، الهابط (1985). التكيف والصحة النفسية. ط (2)، القاهرة، مصر: المكتب الجامعي الحديث.

مدحت، عبد الحميد عبد اللطيف (1990). الصحة النفسية والتفوق الدراسي.

المساعد، أصلان صبح (2008). الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من التحصيل الأكاديمي ودافع الإنجاز لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ص (2-6)، ص(111-137).

مصطفى، أبو سعد (2005). الذكاء الانفعالي. دبي: مركز النخبة.

ابن منظور (2005). لسان العرب للإمام العلامة ابن منظور، ج8، دار الحديث، القاهرة.

المواجهه، خالد محمود حماد (2004). الخصائص السيكومترية لاختبار ماير وسالوفي وكاروسو للذكاء الانفعالي. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الأردن.

نبيل، سفيان (2004). المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي. اليمن: جامعة تعز.

الهابط، محمد السيد (1983). التكيف والصحة النفسية: الامراض النفسية - الامراض العقلية - مشكلات الاطفال وعلاجه. بيانات النشر: الإسكندرية، مصر: المكتب الجامعي الحديث للطباعة والنشر.

الهنداوي، علي فالح، والزغول، عماد عبد الرحيم (2002). مبادئ أساسية في علم النفس. عمان، الأردن: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.

وتد، محمد (2017). التمييز بالجامعات، وجه آخر للعنصرية بالمجتمع الإسرائيلي. مقال منشور.

- Bar – On , R. (2000). *Emotional and Social intelligence. Insights From the Emotional Quotient Inventory*. (In) Bar – On & Parker, J. (Eds): **The Hand book of Emotional Intelligence**, San Francisco: Jossey – Bass, 2(4), 193-196. doi: 10.12691/education -2-4-3.
- Bar- On, R. (2006). *The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI)*. **Journal of Psicothema**, (18), 13- 25. DOI:10.4236/mme.2013.31003.
- Bar-On, R. (1997). *Emotional Quotient Inventory: Technical Manual*, **Toranto: Multi-Health Systems Inc**, 3(2), 112.
- Davies, M. Stankov, L & Roberts, R. (1998). *Emotional Intelligence. In Search of anelusive construct*, **J of Personality and social Psychology**, 75, 989- 1015. DOI: 10.1037//0022-3514.75.4.989.
- Dulewicz, S. V. D. & Higgs, M. J. (1999). ‘*Can Emotional Intelligence be measured and developed?*’, **Leadership and Organization Development**; 20 (5), 242–252. <https://fc.lc/6dMJP7>.
- Gardner, H. (1993). **Multiple Intelligence**. New York: Basic Books.155-157. <https://fc.lc/3JlZTJGt>.
- Lindley, L. D. (2001). **Personality, other dispositional variables, and human adaptability**. unpublished ph.D thesis, university of Lowe state available.

- Mayer, J. D. Salovey, P. & Carsou, D. (2000). **Competing models of emotional intelligence (in): Sternberg, R, J(Ed.);** Hand book of Human intelligence. (396-420). New York, NY, US: Cambridge University Press. <https://fc.lc/libZ>.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: **Educational implications** (pp. 3-34). New York: Harper Collins. DOI:10.12691/education-1-6-8.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1990). *Perceiving Affective Content in Ambiguous Visual Stimuli: A component of Emotional Intelligence.* **Journal of Personality Assessment**, 54, 772-781. DOI:10.1080/00223891.1990.9674037.
- Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, A. (2000). *Models of Emotional Intelligence.* **Handbook of Intelligence**, 396-420. New York, NY, US: Cambridge University Press. <https://fc.lc/libZ>.
- Newman, P. R. & Newman, B. M. (1981). *Living: The Process of Adjustment.* **Illinois:** The Donsey Press, 88.
- Padwal. R. (1984). **The relationship of self concept to intelligence. anxiety and academic achievement.** Saskatchewan School Tru. DOI:10.1016/j.nedt.2014.11.001.

Pfeffier, S.I.,(2001). **Emotional intelligence: popular and elusive construct.** Roper Review, 23(3), 138-142. DOI:10.1080/02783190109554085.

Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (1998). Temperament. In W. Damon & N. Eisenberg (Ed.), **Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development** (pp. 105-176). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.

Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., Dornheim, L. (1998). *Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177. DOI: 10.1016/S0191-8869(98)00001-4.

Simons, JA, Setn, K. & John, W.S., (1994). **Human Adjustment**, WM, C. Brown Publishers, New York.

مراجع الكترونية:

<https://fc.lc/VftDCTw>.

<https://fc.lc/Orlr>.

<https://fc.lc/iVAUtW>.

ملحق (1)

أدوات الدراسة

البيانات الشخصية للطالب

يرجى اختيار وتعبئة المعلومات الأولية الخاصة بالطالب؛ من خلال وضع إشارة (X) داخل المربع الذي يعبر عن حالتك، وتعبئة المعلومات في المكان المخصص.

1. الجنس: 1. ذكر. 2. أنثى.
2. المستوى الدراسي: 1. سنة أولى 2. سنة ثانية 3. سنة ثالثة 4. سنة رابعة
3. العمر: 1. 22-18 2. 24-23 3. 25- فأكثر
4. مكان السكن: 1. مدينة 2. قرية
5. التخصص:

مقياس الذكاء الانفعالي

استمارة رقم (1)

أمامك مجموعة من الفقرات، يرجى اختيار الإجابة الأكثر ملائمة لك وكما تشعر بالفعل. بحيث تتطبق الجملة عليك بالتدرج التالي:

5- بدرجة كبيرة جدا.

4- بدرجة كبيرة.

3- بدرجة متوسطة.

2- بدرجة قليلة.

1- لا تتطبق علي ابدأ.

الجملة تتطبق علي					الفقرات	رقم الفقرة
لا تنطبق علي ابدأ	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا		
1	2	3	4	5	عندما أخطط لعمل ما فإنني على يقين بقدرتي على تنفيذه.	1
1	2	3	4	5	عندما أقوم بمهمة أنتبه وأركز ذهني عليها.	2
1	2	3	4	5	أقدم فورا على اتخاذ القرار إذا شعرت أن الوقت مناسب للتنفيذ.	3
1	2	3	4	5	عندما أنزعج أستطيع أن أحدد الناحية التي تؤذيني من المشكلة.	4
1	2	3	4	5	يراودني شعور بعدم الرضا عن نفسي.	5
1	2	3	4	5	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري أمام الآخرين.	6
1	2	3	4	5	أشعر بتقلب مزاجي بين الفرح والحزن دون سبب.	7
1	2	3	4	5	أُتبنى وجهة نظر معينة معتمدة على عقلي وعواطفِي معا.	8
1	2	3	4	5	أرى أن التفكير السليم يؤدي إلى نتائج جيدة.	9
1	2	3	4	5	أستطيع أن أضع خطا فاصلا بين انفعالاتي وتفكيري.	10
1	2	3	4	5	لدي ثقة بقدرتي على تصحيح الخطأ عندما أقع فيه.	11

رقم الفقرة	الفقرات	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	لا تنطبق علي ابدأ
12	عندما أريد شيئاً أحبه لا أستطيع إبعاده عن تفكيري إلى أن أحصل عليه.	5	4	3	2	1
13	أكشف عن كل ما يدور في ذهني من مشاعر عندما أتجادل مع أصدقائي.	5	4	3	2	1
14	أفضل السير مع التيار دون تغيير مساره.	5	4	3	2	1
15	أستوعب ما يقصده المتحدث معي.	5	4	3	2	1
16	أرتاح عندما أستطيع أن أصف المشاعر الحقيقية للآخرين.	5	4	3	2	1
17	يصعب علي فهم مشاعر الآخرين.	5	4	3	2	1
18	أتجاهل ما أرى من تعبيرات الوجه عند الآخرين.	5	4	3	2	1
19	تتقضي القدرة على الاحتفاظ بمشاعري تجاه الآخرين.	5	4	3	2	1
20	أنظر للحياة بتفاؤل على الرغم مما فيها من صعوبات.	5	4	3	2	1
21	أشعر أن في الحياة أشياء تستحق أن نعيش من أجلها.	5	4	3	2	1
22	أميل إلى المرونة في التعامل مع الآخرين.	5	4	3	2	1
23	لدي انطباع أن ردود أفعال الناس السلبية تأتي من المزاج المكتئب.	5	4	3	2	1
24	تعتمد السعادة من وجهة نظري على الطريقة التي يعيش بموجبها الفرد.	5	4	3	2	1
25	أعرض إلى ضغوط لا تنتهي أبداً.	5	4	3	2	1
26	أقلق بشأن الأحداث الصغيرة التي لا يعيرها الناس أهمية.	5	4	3	2	1
27	حياتي مليئة بالنهايات المغلقة.	5	4	3	2	1
28	أشعر بالارتياح عندما أقدم المساعدة لمن يحتاجها.	5	4	3	2	1
29	لدي القدرة على إقناع الآخرين والتأثير فيهم.	5	4	3	2	1
30	أرى أنني أتمتع بمهارة كسب الأصدقاء.	5	4	3	2	1
31	يسعدني تولي القيادة في الأعمال والمهام الاجتماعية.	5	4	3	2	1
32	أسعى إلى فعل الخير مهما كلفني ذلك من عناء.	5	4	3	2	1
33	لست ميالاً إلى تكوين علاقات اجتماعية جديدة.	5	4	3	2	1
34	أشعر بالغيرة من الآخرين.	5	4	3	2	1
35	أتردد في المشاركة في عمل تعود فائدته إلى غيري.	5	4	3	2	1
36	أشعر بالعدوانية اتجاه الآخرين.	5	4	3	2	1

مقياس هنري بورو للتكيف الأكاديمي

استمارة رقم (2)

أمامك مجموعة من الفقرات، أجب بنعم أو لا بحسب ملائمة الفقرة لك.

ت	الفقرات	نعم	لا
1	هل اظهرت اهتماما كبيرا جدا في اختيارك لموضوع تخصصك الدراسي في الكلية؟		
2	هل كان عندك ميل لعدد من التخصصات الدراسية المتنوعة بحيث لم تتمكن من التركيز بدقة على التخصص الدراسي الذي اخترته في الكلية؟		
3	هل فكرت أو تفكر بتغيير موضوع تخصصك الدراسي في الكلية؟		
4	هل وجدت الانتقال من المرحلة الثانوية إلى الكلية خبرة صعبة ومزعجة لك؟		
5	هل الدراسة - في العادة - عملية ممتعة بالنسبة لك؟		
6	هل لديك دوافع تجعلك تقبل على دراسة المواد المقررة في برنامج دراستك؟		
7	هل أجبرت على دراسة مواد أو مساقات لا تحبها أو ميلك قليل إليها؟		
8	هل تعتقد بأن الدروس التي تأخذها معظمها غير مترابطة مع بعضها البعض أو أن لها ليست ذات قيمة عملية بالنسبة لك؟		
9	هل تشعر بأن الواجبات الدراسية المطلوبة منك كبيرة جدا؟		
10	هل تشعر بأن أنظمة وتعليمات الكلية صارمة وتعسفية جدا؟		
11	هل بصدق تشعر بأنك تحب دراستك في الكلية؟		
12	هل يراودك اعتقاد بأن استمرارك في الدراسة بالكلية هو مضيعة للوقت؟		
13	هل تشعر بأن دوافعك للبقاء في الكلية هي دوافع مقنعة وسليمة؟		
14	هل قمت بالتخطيط الدقيق لتحديد أهداف معينة لنفسك بحيث تأمل تحقيقها من خلال دراستك بالكلية؟		
15	في المواضيع التي تدرسها، هل تحاول أن تحصل في حالة كل واحد منها على علامات أعلى من علامة النجاح فيها فقط؟		
16	هل تشعر بأنك انت الذي تقوم بالتخطيط الكامل اتجاه واجباتك ومسؤولياتك اليومية، أو أنك لا تولي ذلك الاهتمام الكافي؟		
17	هل تشعر بأن تأخرك في ممارسة حياتك العملية بسبب التحاقك بالدراسة في الكلية يجعلك غير مرتاح نفسيا؟		
18	هل تشعر بتأنيب الضمير لعدم أخذك الأمور بالجدية الكافية؟		
19	هل تغير اهتماماتك بسرعة؟		
20	هل التحقت للدراسة بالكلية بناء على إلحاح أسرتك بالدرجة الأولى؟		
21	هل المشاكل التي تواجهها خارج الكلية كالمشاكل المالية أو العاطفية أو الخلافات العائلية... الخ هي السبب في إهمالك لدروسك؟		
22	هل حاولت أن تضع لنفسك خطة حياتية جيدة؟		

ت	الفقرات	نعم	لا
23	هل لديك رغبة قوية في التفوق أو الحصول على معدل عال في المواد التي تدرسها؟		
24	هل تشعر بأنك لا تعرف مكانك في هذا العالم؟		
25	هل تشعر في بعض الأحيان بأنك لا تبدي الاهتمام اللازم لبعض الأمور التي لها أهمية خاصة في حياتك الشخصية؟		
26	هل تجد أنك تواجه في العادة صعوبة ما في إعطاء تقييم صحيح لقيمة وأهمية الأعمال اليومية التي تقوم بها؟		
27	هل تقوم عادة بمحاولة التعرف على عمك والتخطيط له قبل عدة أيام من موعد حلوله؟		
28	هل تشعر بأن لديك بعض المشاغل الخاصة والتي تجعل من الصعب عليك الاستمرار بدوامك اليومي في الكلية بسهولة؟		
29	هل تواجه صعوبة في تنظيم الأوقات الخاصة بالدراسة أو ممارسة الهوايات أو الذهاب للنوم والاستيقاظ منه... إلخ من النشاطات الأخرى؟		
30	هل تشعر بأن جو الدراسة في البيت ممل بحيث تحاول إذا ما سحنت الفرصة الخروج إلى جو آخر أكثر حرية وراحة من الكلية؟		
31	هل تتأخر -أحيانا في النوم أو العمل بحيث يجعلك ذلك- تتأخر عن الحصص الدراسية في الكلية؟		
32	هل تشعر بأن اهتمامك ونشاطاتك الخارجية مثل الاجتماع بالأصدقاء أو الذهاب للنادي أو ممارسة الهوايات.. إلخ تسبب لك التأخر في دروسك؟		
33	هل تكثر من الذهاب إلى السينما أو مشاهدة برامج التلفزيون أو تبادل الأحاديث مع الأصدقاء على حساب الوقت المخصص للدراسة؟		
34	هل تشعر بأنك لا تستغل الوقت المخصص للدراسة استغلالا كافيا؟		
35	هل تقوم بتخصيص أوقات كافية للمطالعات الخارجية التي لا صلة لها بالدروس الصفية؟		
36	هل عادة تأتي إلى الصف دون أن تكون قد حضرت واجباتك الدراسية تماما؟		
37	هل تجد في العادة أنه من السهل على صديق أن يقنعك بالذهاب إلى النادي أو السينما أو القيام بنشاط آخر في الوقت الذي تكون قد عازمت فيه على القيام بالدراسة؟		
38	هل تشعر بأنك تقوم بإنجاز واجباتك الدراسية (كتابة الأبحاث والتقارير)... إلخ دون حث مستمر من أستاذك أو والدك أو الآخرين على ذلك؟		
39	هل عادة ما تنظر إلى الدراسة على أن لها مسألة تعتمد بالنسبة لك على الصدفة والمزاج الذي تكون به؟		
40	هل عادة ما تقوم باستغلال أوقات الفراغ بين الحصص لمراجعة دروسك التي سبق وأن تعلمتها؟		
41	هل تكون قادرا دائما على إتمام واجباتك الدراسية في أوقاتها المحددة بحيث لا تتراكم عليك تلك الواجبات؟		
42	هل تقوم بالتخطيط لعملك بانتظام بحيث يس هل ذلك تعلمك للمسابقات والمواد المختلفة؟		
43	عندما تجلس للدراسة ف هل تقوم بالتخطيط لكمية العمل التي ستتجزها خلال تلك الجلسة لكي تستغل وقتك استغلالا فعالا؟		
44	عندما تجلس للدراسة، هل تشعر بالتململ أو الضجر بحيث يتعذر عليك البدء بالدراسة في الحال؟		
45	هل من عادتك أن تضيع وقتك سدى فوق كتبك عندما تجلس للدراسة؟		

ت	الفقرات	نعم	لا
46	عندما تنهي دراستك فهل يكون لديك الإحساس غالباً بأن ما تم إنجازه لا يتناسب مع الوقت الذي أمضيته في الدراسة؟		
47	هل عادة يضايقك أن تقوم بالدراسة عندما يكون المذيع مفتوحاً أو أن هناك أشخاصاً آخرين يتحدثون في نفس الغرفة؟		
48	هل عادة يتشتت انتباهك عن الدراسة بسهولة؟		
49	هل تقوم بالسرحان في بعض الأوقات أو أنك تدع ذهنك يتشتت خلال الحصة الدراسية؟		
50	هل عادة تقوم بتوزيع فترة الاستعداد والتحضير للامتحانات على عدد من الأيام؟		
51	هل من عادتك التحضير لامتحان هام بأن تواصل الدراسة له طوال الليل أو لساعات متأخرة جداً من الليل؟		
52	عند التحضير للامتحانات فهل يصعب عليك في العادة أن ترتب المعلومات التي تدرسها حسب أهميتها حتى تتجنب إضاعة الوقت في دراسة الأشياء غير الهامة أو التفصيلية؟		
53	هل عادة تجد من السهل عليك فهم مضمون أسئلة الامتحانات بحيث لا تحتاج من الأستاذ إلى مزيد من الإيضاح حولها؟		
54	هل عادة تجد أن كتبك وملخصاتك الدراسية صعبة الفهم؟		
55	هل عادة تواجه صعوبة في طريقة أخذ الملاحظات أو تلخيص النقاط أثناء شرح المعلمين للدروس؟		
56	هل غالباً ما تواجه صعوبة ما في الحصول على المراجع والتقارير أو الكتب المطلوبة للدراسة أو كتابة الأبحاث؟		
57	هل من عادتك أن تحاول تحديد النقاط الرئيسية في المادة التي تدرسها بحيث تخصص وقتاً لدراساتها أو التركيز عليها؟		
58	حينما تقوم بدراسة مادة مقررة فهل تقوم بالتوقف على مراحل إعادة تسميع ما تقرؤه لنفسك أو تقوم بوضع أسئلة تجيب عنها بينك وبين نفسك؟		
59	هل عادة تجد صعوبة في تذكر ما تقرؤه عند انتهائك من قراءة مادة دراسية مقررة؟		
60	هل معدل دراستك منخفض بحيث إنك تجد صعوبة في تحضير كافة واجباتك الدراسية؟		
61	هل عادة تجد صعوبة في استخلاص النقاط الهامة والأساسية عند قراءتك لمادة دراسية مقررة؟		
62	عند الجلوس للدراسة هل غالباً تكون مفهومة لديك في المرة الأولى لقراءتها أم أنك تجد نفسك بحاجة إلى إعادة قراءة المادة الدراسية عدداً من المرات؟		
63	هل غالباً ما تمر بحالات مزاجية متقلبة ما بين السرور والانقباض؟		
64	هل كثيراً ما تكون عندك فترات دراسية طويلة لكنّها تكون مضبعة للوقت؟		
65	هل من أفكار ووساوس خاصة غير مجدية تظل تأتي إلى عقلك لتزعجك وتضايقك بالأمور الخاصة ببيئتك وعائلتك؟		
66	هل تشعر أحياناً بأنك تسمح لأفكارك بأن تشغلك كثيراً جداً؟		
67	هل عادة ما تكثر من أحلام اليقظة المتعلقة بأمورك العاطفية أو التفكير بالمستقبل مما يشتت انتباهك عن الدراسة؟		
68	هل غالباً ما يشرّد ذهنك بحيث يتعذر عليك متابعة ما تقوم بعمله؟		

ت	الفقرات	نعم	لا
69	هل تعاني باستمرار من بعض الضيق أو الضجر أو القلق بحيث يصعب عليك التركيز في دراستك أو عملك؟		
70	هل غالبا ما تكون في حالة عصبية وتثور بسرعة؟		
71	هل غالبا ما تتضايق وتشعر بالمعاناة لإحساسك بأن احدا لا يفهمك؟		
72	هل غالبا ما تشعر بحالة من التعاسة والاكتئاب؟		
73	عندما تواجهك مشكلات صعبة فهل غالبا تخشى مواجهتها ولا تدري كيف تتصرف؟		
74	أثناء تقدمك لامتحانات فهل غالبا ما تكون خائفا او قلقا بحيث يؤدي ذلك إلى خفض مستوى إجابتك ووصولك على علامات أقل من المتوقع لك؟		
75	هل فشلك في تحقيق أهدافك وطموحاتك الدراسية يزعجك ويفلقك بحيث يؤدي ذلك إلى إعاقة تقدمك في دراستك في الكلية؟		
76	هل غالبا ما تشعر بأنك لا تقوم بإنجاز الواجبات الدراسية المطلوبة منك بدقة تامة؟		
77	هل تعتبر نفسك شخصا متكيفا تماما بحياتك الدراسية في الكلية؟		
78	هل تشعر بأن معظم معلميك عادلون أو غير متحيزين في معاملتهم معك كعدالتهم في العلامات التي يعطونك اياها مثلا... الخ؟		
79	هل غالبا ما تتردد ولا ترغب في أن تطلب أو تسأل مدرسك ليوضح لك بعض النقاط الغامضة في الدرس؟		
80	هل تشعر بأن بعض معلميك يسخرون منك أو يحقدون عليك؟		
81	هل تشعر بأن بعض المعلمين يعاملون بعض الطلبة معاملة تختلف عن معاملة بقية الطلبة في الصف؟		
82	هل تشعر بأن بعض معلميك مستبدون ومتعالون في علاقاتهم مع الطلبة في الكلية؟		
83	هل تجد أن بعض معلميك يتعمدون وضعك في مواقف تشعر فيها بالحرج والارتباك حتى يستمتعوا بذلك؟		
84	هل غالبا ما تخشى من الطريقة التي يريد بها بعض معلميك لفت انتباهك في الصف؟		
85	هل تجد أن تصرفات بعض مدرسيك هي السبب في جعلك لا تقبل على تعلم المواد التي يدرسونها في الكلية؟		
86	هل تفضل احيانا المشاركة بالنشاطات اللامنهجية (الرياضية والاجتماعية) ولو على حساب حصصك ودروسك؟		
87	هل تتضايق وتزعج جدا من كثرة النصائح والأوامر التي تتلقاها من المعلمين أو الوالدين أو الآخرين بشأن دراستك أو أعمالك؟		
88	هل تشعر بأن غالبية الأشخاص لا يهتمونهم من علاقتهم بك سوى الحصول على منافع خاصة بهم؟		
89	هل غالبا ما تشعر بعدم الرضا لامتنالك للتعليمات أو الأنظمة المتعلقة بالمحافظة على النظام في الكلية		
90	هل تجد أن لديك صفات شخصية كالمثابرة والتحمل وحب التعاون بحيث تساعد في نجاحك ودراسك بالكلية؟		

مقياس التكيف النفسي والاجتماعي

استمارة رقم (3)

أمامك عدة فقرات، يرجى اختيار الإجابة التي تنتمي للمجال بما يتعلق بك ملائمة لك
وكما تشعر بالفعل.

الرقم	الفقرة	مدى انتماء الفقرة للمجال (تنتمي / لا تنتمي)
1	أعاني من نزلات البرد	
2	تنتابني إلام في عيني	
3	أعاني من الغازات في معدتي وأمعائي	
4	أصاب بضيق في التنفس	
5	أصاب بنوبات إغماء في المواقف الصعبة	
6	يسهل إن ينتقل إلى عدوى الزكام	
7	عيناى شديدة الحساسية للضوء	
8	تحتاج صحتي الرعاية الطبية المستمرة	
9	اشعر بآلام جسميه	
10	أسناني في حاجه إلى علاج	
11	اشعر بالتعب في بدني عندما ان هض صباحا	
12	أعاني من تصلب في عضلاتي	
13	لدي الام في القلب والصدر	
14	أعاني من مرض في سمعي	
15	أعاني من الامساك	
16	كنت امراض بكثرة في طفولتي	
17	جسمي متناسق مع وزني	
18	أجد صعوبة في حفظ توازني أثناء سيرى	
19	أتغيب عن العمل بسبب المرض	
20	اشعر بآلام في راسي	
21	اشعر برعشة في حركة يدي	
22	تصيبني نوبات صرع	
23	ينفذ صبري بس هوله مع الاخرين	
24	أجد نفسي مرح على غير العادة من دون سبب معين	

الرقم	الفقرة	مدى انتماء الفقرة للمجال (تنتمي / لا تنتمي)
25	من السهل إن يتملكني الغضب	
26	أفقد ثقتي بنفسي بس هوله	
27	ينتابني قلق على صحتي	
28	اشعر في معظم الأوقات بالحزن	
29	اشعر بالوحدة حتى أثناء وجودي مع الناس	
30	حالتني النفسية مستقره	
31	يصعب علي البقاء في المنزل في حالة المرح	
32	إنني حساس جدا	
33	أنا سعيد في حياتي	
34	من السهل إثارتي	
35	يصيبني اليأس بس هوله	
36	اشعر بالضيق والاكئاب	
37	يضايقني الشعور بالنقص	
38	اعتقد أن الدين له اثر اكبر في نفسي	
39	من الصعب استثارتي	
40	أكون متماسك و هادئ في المواقف المحرجة	
41	تتقلب حالتني بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر	
42	كثيرا ما تشغلني الافكار إلى درجة لا أستطيع معها النوم	
43	اندمج في معظم النشاطات الاجتماعية مع زملائي	
44	إذا كنت موجود في حفله يشبع فيها الكآبة فأنتي أستطيع إن أشبع فيها جو المرح	
45	علاقاتي الاجتماعية مع جيرانني طيبه	
46	أصدقائي يشعرونني بالمكانة الاجتماعية	
47	اشعر بالحرج عند التعرف على أناسأول مره	
48	اشعر بالمرح عندما أشارك الأصدقاء في بعض الألعاب المسلية	
49	اكره حضور المناسبات العامة	
50	يضايقني مقابلة الغرباء	
51	علاقاتي بزملائي بالجامعة جيده	
52	إنني سهل الاختلاط بالناس	
53	اشعر إنني مقبول بين زملائي	
54	أتمتع بشعبيه اجتماعيه بين الأصدقاء	

مدى انتماء الفقرة للمجال (تنتمي / لا تنتمي)	الفقرة	الرقم
	اشعر بأنني ناجح في العمل الذي أقوم به	55
	لا أحب العزائم التي يقيمها زملائي	56
	اشعر أن زملائي في العمل يسرهم أن أكون معهم	57
	لا يهتم زملائي بالعمل بوجودي معهم	58
	علاقاتي طيبه مع والدي	59
	أتمتع بعلاقة طيبه للغاية مع أسرتي	60
	أحب أسرتي إلى درجة كبيره	61
	تشأ خلافات حادة بيني وبين إخواني	62
	أجد متعه في ممارسه أنواع كثيره من وسائل الترفيه	63
	يسود جو الحب والتفاهم داخل أسرتي	64
	أفضل أن تقتصر حياتي الاجتماعيه على أفراد أسرتي	65
	علاقتي طيبه مع والدي	66
	أحب أفراد أسرتي	67
	اشعر بالضيق وأنا في المنزل	68
	يسعدني حضور الجلسات العائليه في المنزل	69
	ظروفي الأسريه ممتازة	70
	أسرتي توفر لي الجو المناسب للعمل	71
	توجد علاقات طيبه بين أفراد أسرتي وأقاربي	72
	يسود التفاهم بيني وبين أفراد أسرتي	73
	اشعر أنني أكثر سعادة في حياتي العائليه	74
	أعاني من وجود صراعات أسريه	75
	اشعر من وقت لآخر بالكراهيه نحو أفراد أسرتي	76

**An-Najah National University
Faculty of Graduate Studies**

**Emotional Intelligence and its Relationship with
Psychological, social and academic adjustment
Among Arab students in Israel universities.**

**By
Wattan Mounir Sabri Abbas**

**Supervisor
Dr. Qutaiba agbaria**

**The Thesis is submitted in Partial Fulfillment of the
Requirements for the Degree of Master of Psychological and
Educational Counsling, Faculty of Graduate Studies An-
Najah National University, Nablus Palestine.**

2019

Emotional Intelligence and its Relationship with Psychological, social and academic adjustment Among Arab students in Israel universities

By

Wattan Moneer Sabri Abbas

Supervised

Dr. Qutaiba Agbaria

Abstract

The study aimed to reveal the concept of emotional intelligence and its relationship to psychological, social and academic adjustment among Arab students in the universities of Israel. To achieve the objectives of the study, the researcher used the descriptive and correlative approach, which consists of a set of research procedures that rely on the collection of facts and data, classification and processing to extract the results.

The sample size reached (151) male and female students. The number of male students was (63) male, which represents (41.7%) of the sample size compared to (88) female students, which represents (58.3%) of the sample size. Emotional Intelligence Scale (Othman and Rizk, 2002), consisting of (58) paragraphs, each of which represents a report statement to which the respondent responds and the psychosocial adjustment scale prepared by Ali Al-Deeb (1988) and volume (1988). Paragraph, where two dimensions were chosen, namely psychological and Mai and represented by (75), paragraph, and use the test "Henry Burroughs" academic adjustment, which consists of (90) paragraph.

The results resulted in a strong positive correlation between emotional intelligence and academic adaptation ($r = 0.62$, $p < 0.01$), and a moderately strong correlation between emotional intelligence and both

psychological compatibility ($r = 0.47, p < 0.01$), and social harmony ($r = 0.46, p < 0.01$).

It also found a strong and direct correlation between psychological and academic adjustment ($r = 0.64, p < 0.01$), and social and academic adjustment ($r = 0.66, p < 0.01$). It also found a high direct correlation between psychological and social adjustment ($r = 0.59, p < 0.01$).

The level of emotional intelligence was high among Arab students in Israeli universities, and the level of psychological, social and academic adjustment among Arab students in Israeli universities was found to be moderate, with a mean of 1.62 and a standard deviation (0.23). This means that academic adaptation and psychosocial compatibility are significantly larger and statistically significant than the intermediate level.

The results indicated that there were no statistically significant differences attributable to age or academic level.

The researcher recommends the development of strategies and programs that increase the emotional intelligence skills of new university students. And the need to implement programs and counseling activities for new students at the beginning of each academic year to introduce them to the nature of university life and ways to adapt to it psychologically, socially and academically. And attention to raise the level of adjustment of new students because of its positive effects on educational attainment, psychological comfort, self - confidence, and thus professional harmony after the completion of university study and enrollment in the profession.