كلية التربية
المجلة التربوية
***

بسم الله الرحمن الرحيم

بناء برنامج تدريبي وقياس فاعليته في تنمية الذكاء الانفعالي وتحسين مفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الأساسية في الأردن

إعداد
د. زكية فارس ميضين
وزارة التربية و التعليم الأردنية
مدرسة الأميرة عالية الثانوية للبنات

المجلة التربوية - العدد السادس والعشرون - يوليو ٢٠٠٩م

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

هدفت هذه الدراسة إلى بناء برنامج تدريبي، واستقصاء أثره وأثر الجنس في مستوى مفهوم الذات لدى طلبة الصف السابع الأساسي في مديرية تربية عمان الأولى/محافظة عمان .تم استخدام برنامج تدريبي مستند إلى نظرية جولمان للذكاء الانفعالي مكون من (١٧) جلسة تدريبية طبق على أفراد عينة الدراسة التجريبية خلال الفصل الدراسي الثاني للعام ٢٠٠٥/٢٠٠٦م.

وقد تكونت عينة الدراسة من جميع أفراد مجتمعها من طلبة الصف السابع في مدرسة الأميرة عالية و مدرسة ضرار بن الأزور للعام الدراسي ٢٠٠٥/٢٠٠٦م في محافظة عمان وعددهم (١٢٠) طالبا وطالبة . موزعين عشوائيا إلى مجموعتين الأولى ، تجريبية ، وتكونت من (٦٠) طالبا وطالبة، حيث تعرضت لبرنامج تدريبي مستند إلى نظرية جولمان للذكاء الانفعالي، والمجموعة الثانية ضابطة مكونة من (٦٠) طالبا وطالبة لم يتعرضوا لإجراءات البرنامج.

تم تطبيق اختبار الدافعية ومقياس مفهوم الذات على المجموعتين : التجريبية والضابطة كاختبار قبلي ، ثم تطبيق البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية ، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي تم تطبيق اختبار الدافعية ومقياس مفهوم الذات مرة أخرى على المجموعتين: التجريبية والضابطة كاختبار بعدي.

وللإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام تحليل التباين الثنائي المشترك (٢×٢) لفحص الفروق بين المتوسطات والتفاعل بينها. وقد أظهرت الدراسة النتائج التالية :-

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين متوسط أداء المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وذلك على العلامة الكلية لمقياس مفهوم الذات لصالح الطلبة الذين تعرضوا للبرنامج التدريبي، في حين لم يكن هناك أثر للجنس بينما ظهر اثر للتفاعل بين الجنس و المجموعة.

المقدمة:

إن موضوع الذكاء الانفعالي وتسميته بهذا الاسم جديد على الساحة التربوية والنفسية والاجتماعية. لقد بدأ التفكير، بهذا الموضوع من قبل ماير وسالوفي و

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

كاروسو (Mayer , Salovy and Caruso لأول مرة في الثمانينات من القرن الماضي. وفي عام ١٩٩٠ نشرت ورقة علمية مطولة بعنوان "الذكاء الانفعالي" للباحثين ماير وسالوفي في مجلة دورية معروفة (Mayer, & Salovey,١٩٩٠)، واستمر الباحثان في نشر مقالات حول "الذكاء الانفعالي"، وطورا اختبارين لقياسه، غير أن كتاباتهما ظلت محصورة في الدوائر الأكاديمية. على أنه انتشر على يد جولمان (Golman,٢٠٠٠) الذي عمل جاهدا بفضل نشاطه عبر التلفزيون، ونشر مقالات عديدة متناولا هذا الموضوع في مجلات واسعة الانتشار، مما أثار اهتمام الناس من مختلف القطاعات لهذا الجانب الذي له مساس بمناحي حياتهم العملية المختلفة. ويدخل موضوع الذكاء الانفعالي في جميع الاختصاصات منها النفسية، والاجتماعية، والطبية، والاقتصادية ...الخ.

وفي عام ١٩٩٥ نشر الباحث دانيال جولمان كتابه الأول بعنوان "الذكاء الانفعالي: لماذا يمكن أن يهم أكثر من نسبة الذكاء؟ (Goleman, ١٩٩٥)، وأحدث بذلك نوعاً من الثورة الثقافية في عالم التربية والأعمال حيث انتشر مفهوم الذكاء الانفعالي وثقافته على نطاق واسع خارج الدوائر الأكاديمية. وخلال العشر سنوات الماضية أصبح موضوع "الذكاء الانفعالي" من الموضوعات التي تستقطب اهتمام الباحثين والتربويين ورجال الإدارة العليا، كما أصبح محوراً للعديد من البحوث والدراسات النظرية والتجريبية التي كثيراً ما وجدت طريقها للتطبيق في المدارس ومراكز تدريب القيادات الإدارية (Goleman,١٩٩٨).

ويقدم "ماير و سالوفي " (١٩٩٧) تعريفاً للذكاء الانفعالي يجمع بين فكرة أن الانفعال يجعل تفكيرنا أكثر ذكاءً، و فكرة أن التفكير بشكل ذكي يوجه حالاتنا الانفعالية، و يزيد القدرة على إدراك، و تنظيم الانفعالات، و التفكير فيها، و هو أن "الذكاء الانفعالي يشمل القدرة على إدراك الانفعالات بدقة، و تقييمها، و التعبير عنها، و القدرة على توليد الانفعالات، أو الوصول إليها من خلال عملية التفكير، و القدرة

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

على فهم الانفعال، و المعرفة الوجدانية، و القدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو الوجداني، و العقلي"(أبو سعد، ٢٠٠٥).

و يمكن للفرد أن يتعلم كيفية تطوير ذكائه الانفعالي عن طريق التعلم والتعليم. حيث يلعب الآباء والمربون دوراً فعالاً في تنمية وتطوير هذا النوع من الذكاء لدى أبنائهم وطلابهم.

و تلعب ميكانزمات الجهاز العصبي، وتفاعلاته دورا مهما في تشكيل الذكاء الانفعالي. وكلما كان الجهاز العصبي صحيا، وقويا، ومتطورا سلك الأفراد سلوكا يشير إلى انهم يتمتعون بمميزات جيدة من جميع الوجوه التربوية، والنفسية، والبدنية.

إن من أهم خصائص الذكاء الانفعالي أنه يعنى بطبيعة الأفراد، والجماعات، والمجتمع برمته. ويمكن للفرد أن يوائم بين انفعالاته وتفكيره من ناحية، وبين تفكير، وانفعالات الآخرين الذين يتعامل معهم من ناحية أخرى، بحيث يجعل تلك العلاقة بمثابة الجسر الذي يؤدي به إلى الوصول إلى النجاح في المجالات المختلفة من الحياة، ويؤدي بالتالي من ناحية أخرى إلى تقوية الذكاء الانفعالي لدى ذلك الفرد .

و ذهب بعض المفكرين إلى أن مفهوم الذات مفتاح الشخصية السوية ، وطريق الوصول إلى النجاح، والتوافق الشخصي، والاجتماعي، والمهني، بل، والإبداع، والتفوق الدراسي (حسين، ١٩٨٥). إن مدركات الفرد المتصلة بذاته، وما تتضمنه من أحكام تقييميه، تعد موجهات أساسية لسلوكه وتكيفه، كما يُعد مفهوم الذات من الأبعاد الهامة في حياة الأفراد، حيث إنه يعبر عن اعتزازهم بأنفسهم، وثقتهم بها، ويرتبط بقدراتهم، واستعداداتهم، وإنجازاتهم، و تنمية هذا الجانب يفيد الأفراد، ويفيد الجماعات أيضا (يعقوب و بلبل، ١٩٨٥).

ولاشك أن دراسة مفهوم الذات، تعين العاملين في مجال التربية على فهم نجاح أو فشل التلاميذ في المدرسة، حيث إن مفهوم الفرد لذاته، ومفهومه عن فكرة الآخرين عنه يحددان سلوكه. كما أن هنالك ارتباطاً وثيقاً بين مفهوم الذات ،والتحصيل المدرسي، فقد يؤدي الفشل في بعض المواقف الأكاديمية، أو المواد الدراسية، إلى

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

مشاعر من العار والاكتئاب، تحول بين هؤلاء الطلبة، وبين الحفاظ على مشاعر الكفاءة التي حصلوا عليها في مواقف، ومواد دراسية أخرى ، ويزداد الأمر سوءا إذا حدث الفشل رغم جهود الطالب الكبيرة التي بذلها في الدراسة والتحضير، إذ إن ذلك يعد دليلا على انخفاض القدرة العقلية عنده (يعقوب، ١٩٩١).

ويُعد التوافق الدراسي من أهم أنواع التوافق التي يتطلبها إنسان العصر الحالي ذلك أن الفرد يجلس أكثر من عشرين سنة في مقاعد الدراسة، سيما وأن الإنسان وحدة كلية لا يمكن تجزئتها، وأن ما هو عقلي معرفي يؤثر فيما هو وجداني نفسي، والعكس صحيح (ذياب، ١٩٩١). إن مفهوم الفرد عن ذاته، وما يعتقده الآخرون عنه يحدد أفعاله وسلوكه ، وإن دراسة مفهوم الذات تعد ذات أهمية كبيرة في مساعدة رجال التعليم في فهم عمليات النجاح، والفشل التي تنتاب التلاميذ أثناء دراستهم (ذياب،١٩٩١). ويقرر الديب (١٩٩١) أن العلاقة بين مفهوم الذات، والتحصيل المدرسي، علاقة طردية، أي أنه إذا كان مفهوم الفرد عن ذاته جيدا، فإن ذلك ينعكس على تحصيله بشكل إيجابي، ويضيف قائلا: " إذا أردنا أن نزيد تحصيل التلميذ دراسيا، فيجب علينا أن نعمل على تحسين مفهوم الذات لديه ".

الذكاء الانفعالي من منظور تاريخي:

لا يعد الذكاء الانفعالي مصطلحا جديدا تماما على الساحة السيكولوجية لأنه مفهوم له جذوره ، وأصوله التاريخية العلمية الراسخة التي تعود إلى القرن الثامن عشر عندما قسم العلماء العقل إلى ثلاثة أقسام متباينة هي :

١- **المعرفة** (Cognition)

وتشتمل على العديد من الوظائف مثل الذاكرة، والتفكير ، واتخاذ القرار، ومختلف العمليات المعرفية، وما ينبثق عنها.

٢- **العاطفة** (Emotion)

وتشتمل على الانفعالات، والنواحي المزاجية، ومختلف المشاعر مثل : الفرح، والسرور والغضب، والإحباط، والخوف، والقلق، والتبرم، وعدم التحمل.

٣- **الدافعية** (Motivation)

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

وتشتمل على الدوافع البيولوجية أو المتعلمة، أو الأهداف التي يسعى الفرد لتحقيقها (Mayer,١٩٩٧)

وعلى مر السنين قام علماء النفس بدراسة العلاقة بين الذكاء والانفعال باعتبارهما متكاملين وليسا متضادين، ففي الأعوام من ١٩٢٠ – ١٩٣٠ عد ثورندايك الذكاء الاجتماعي مظهراً من مظاهر الذكاء – ويعني القدرة على فهم الآخرين، والسلوك الحكيم في العلاقة الإنسانية – (Cherniss,٢٠٠٠)

وعلى الرغم من تركيز علماء النفس أثناء كتاباتهم عن التفكير، والذكاء على الجوانب المعرفية مثل الذاكرة، وحل المشكلات، إلا أن بعض العلماء أدرك أهمية الجوانب غير العقلية . فقد افترض ويكسلر عام ١٩٤٣ أن العوامل غير العقلية ضرورية في التنبؤ بقدرة الفرد على النجاح في الحياة، وكان يقصد بالعوامل غير العقلية العوامل الانفعالية، والشخصية، والاجتماعية. وأوضح أن هذه العوامل تسهم مع القدرات العقلية في تحديد السلوك الذكي ، وبناء عليه لا يمكن قياس الذكاء للفرد دون أن تتضمن اختبارات الذكاء بعض المقاييس التي تقيس عوامل غير عقلية (Cherniss,٢٠٠٠).

وفي عام ١٩٨٠ قدم بوزان (١٩٨٠) ما يؤكد النظرة التكاملية بين الذكاء والانفعال والتي أدت إلى ظهور مفهوم الذكاء الانفعالي من خلال النموذج الذي تبناه والذي يوضح العلاقة بين الجانب العقلي والجانب الانفعالي كما في الشكل (١) التالي:

الجانب الأيمن		الجانب الأيسر
		– التفكير المنطقي
– البعد التخيلي للمفاهيم		– تحليل المفاهيم
السلوك الاستجابي		– العمليات العددية
– إدارة الانفعالات		– التخطيط
– إدارة انفعالات الآخرين		*تنظيم الحقائق*
		– فحص التفاصيل

شكل (١) العلاقة بين الجانب العقلي و الجانب الانفعالي (١٩٨٠,)

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ويظهر من خلال شكل (١) أنه يغلب على الشق الأيمن من الدماغ المعالجة الانفعالية، فهو يتناول الجانب الانفعالي من المعطيات الحسية : الوجه، والحركة، والإيماءات، وكيف تم الاتصال؟ ويغلب على الشق الأيسر من الدماغ معالجة الجوانب اللغوية، والقدرات العددية والحسابية، والربط بين الأمور وتتبعها والقدرة على التحليل، والتخطيط، والتفكير المنطقي (الأعسر و كفافي ، ٢٠٠٠).

و يتضح من الشكل أيضا أن عملية التفاعل بين الجانب العقلي و الانفعالي يمكن أن تظهر و تتشكل من خلال الذكاء الانفعالي، فيعبر عن نفسه في صور سلوكية متعددة منها إدراك الانفعالات الذاتية، وإدراك انفعالات الآخرين.

وتؤكد أبحاث مايير وسالوفي (Mayer & Salovay,١٩٩٠،١٩٩٧) أن المزاج الشخصي عموما يؤثر في تفكير الأفراد . فعندما يغضب الفرد فإن قراراته وأحكامه يجانبها الصواب، كما أن التفاعلات الانفعالية تعمل على ترقية الذكاء، وتطويره بتحويل الانتباه الشخصي من المثيرات العادية إلى الأهم، لذا فإن الانفعالات لها الأسبقية على المعرفة، فهي إمكانات تسهم في ترقية التفكير أكثر من كونها مشوشة أو معيقة . ويفترض كل من مايير، وسالوفي أن الانفعالات ينتج عنها معارف عن علاقات الشخص بعالمه الخارجي ، فانفعال الخوف دليل على مواجهة الفرد لتهديد خارجي أو قوى خارجية يصعب التحكم فيها. ويعد جولمان عمليات التفكير مميزة من خلال الانفعالات واصفا الذكاء الانفعالي أنه أحد الطرق التي تعالج بها المعلومات (Goleman,١٩٩٨) .

مشكلة الدراسة:

لقد لاحظت من خلال عملي وخبرتي كمديرة مدرسة للمرحلة الأساسية والثانوية ومن خلال المدرسات والمرشدة التربوية وسجل العلامات أن معظم الطلبة في الصف السابع يتصفون بالآتي: ضعف في التحصيل والانتباه، ودافعية منخفضة، وضعف في العلاقات الاجتماعية والاتصال، والميل إلى العدوانية، والانطوائية، والانسحابية، مما

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

لفت نظري إلى ضرورة إيجاد حل لهذه المشكلة وذلك بوضع برنـــامج فـــي الـــذكاء الانفعالي يعمل على تحسين مستوى الدافعية ومفهوم الذات لدى هذه الفئة من الطلبة.

إن الغايات الرئيسية التي يسعى إليها المربون تحقيق أعلى مستوى ممكن مـــن النمو الاجتماعي ، والصحة النفسية و الانفعالية للطلبة ، لما لها من اثـــر كبيـــر فـــي النجاح بالحياة، فقد كان مقياس النجاح في الماضي " التحصيل المعرفي " فقط .أما الآن فقد ظهرت عدة نظريات ترى أن النجاح يعتمد على ذكاء متعدد ، مثل نظرية الـــذكاء المتعدد (Gardner,١٩٨٣) ، ونظرية الذكاء الانفعـــالي (Golman,١٩٩٥). حيـــث خالفت هذه النظريات المنظور القائل إن مقياس النجاح في الحياة هو الذكاء المعرفي ، ويؤيد ذلك ما أورده تقرير صادر عن المركز القومي الإكلينيكي لبرامج الأطفال ، في أمريكا من أن المقاييس الانفعالية ، و الاجتماعية تتنبأ بالنجاح الدراسي للطفل، أكثـــر مما يتنبأ به رصيده من المعارف، أو قدرته المبكرة على القراءة المتمثلة في ثقة الطفل بنفسه، واهتمامه بالنواحي الأكاديمية، وميله لكبح تصرفاته الخطـــأ، وقدرتـــه علـــى الترقب، والانتظار، والالتزام بالتوجيهات، واللجوء للمدرسين للمساعدة، والتعبير عن احتياجاته عندما يكون منسجما مع الأطفال الآخرين، وقدم التقرير سبعة أسس لتكوين المقدرة الحاسمة على التعلم ترتبط جميعها بالذكاء الانفعالي و هي: الثقة بالنفس، وحب الاستطلاع، والإصرار، والسيطرة على النفس، والقـــدرة علـــى تكـــوين العلاقـــات، والارتباط بالآخرين، والقدرة على التواصل والتعاون (الجبالي ،٢٠٠٠).

ومن هنا فإن الغرض من هذه الدراسة هو بناء برنامج قائم على نظرية جولمان في تنمية الذكاء الانفعالي و استقصاء أثره في مفهوم الذات لدى طلبة الصف الـــسابع الأساسي.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن فاعلية استخدام برنامج تدريبي في تنميـــة الذكاء الانفعالي:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

- بناء برنامج تدريبي مستند إلى نظرية جولمان للذكاء الانفعالي.
- استقصاء أثر البرنامج التدريبي في مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة ذكورا وإناثا.
- استقصاء أثر الجنس في مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة ذكورا وإناثا.

أسئلة الدراسة:

ستجيب الدراسة عن الأسئلة الآتية:

١. هل هناك فروق بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات للمجموعتين التجريبية و الضابطة تعزى لتطبيق البرنامج؟
٢. هل هناك فروق بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات للمجموعتين التجريبية و الضابطة نتيجة لتطبيق البرنامج تعزى لمتغير الجنس؟

فرضيات الدراسة:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α < ٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات للمجموعتين التجريبية و الضابطة تعزى لتطبيق البرنامج.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α < ٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات للمجموعتين التجريبية و الضابطة نتيجة لتطبيق البرنامج تعزى لمتغير الجنس.

أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة الحالية من كونها تتناول موضوعا مهما في علم النفس، وهو فاعلية استخدام برنامج تدريبي في تنمية الذكاء الانفعالي، وقياس أثره في مفهوم الذات والدافعية لدى الأطفال، كما تكمن أهمية الدراسة من مساهمتها الحقيقية في تزويد الباحثين والدارسين بالمعلومات الدقيقة في البحث العلمي، ونتيجة للارتباط بين

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

القصور في الكفاءة الانفعالية والاجتماعية والعديد من الاضطرابات الانفعالية، وخصوصا الاكتئاب، واليأس، والشعور بالعزلة الاجتماعية ، أكد جولمان ضرورة الاهتمام بتصميم البرامج لتنمية المهارات الانفعالية ، و الاجتماعية و التدريب عليها، وذلك لتحقيق أعلى مستوى ممكن من النمو الاجتماعي والصحة النفسية ، و الانفعالية للأطفال (Weissberg &Greenberg ,١٩٩٧)عن طريق غرس المشاعر الإيجابية في الطلبة من خلال توافر فرص في برامجهم اليومية التي من شأنها أن تمكنهم من أن يخبروا مشاعر الوعي بالذات ، و القدرة على إدارة انفعالاتهم ، وتساعدهم على أن يخبروا مشاعر الكفاءة و ضبط الذات ، و الفاعلية،و التفاؤل ، مما يمكنهم من أن ينظروا نظرة إيجابية تجاه ذواتهم و قدراتهم و أن يصلوا إلى مستوى مقبول من النضج و الاتزان الانفعالي ، مما يساعد على نمو الذات الإيجابي (زهران ،١٩٨٠).

و تظهر الذات و مفهومها عندما يصبح الفرد اجتماعيا ، لأن مفهوم الذات محمل بدرجة كبيرة بعضوية الفرد في الجماعة فهو ينمو، ويتبلور عن طريق الخبرات، و التجارب، ونمط العلاقات السائدة بين الفرد والمحيطين به، وامتلاك مهارات الذكاء الانفعالي، تمكن الفرد من إدراك وفهم وتمييز الانفعالات، و القدرة على إرسالها واستقبالها، مما يؤدي إلى توفر فرص التواصل، والتفاعل، والتناغم الإيجابي بين الفرد والآخرين، وبالتالي يظهر تأثير هذه العوامل في نظرة الفرد إلى ذاته بحيث ينشأ كمحصلة للتفاعل، والتواصل الاجتماعي، وهو أحد مكونات الذكاء الانفعالي السليم الذي يعزز فكرته السليمة عن ذاته (دسوقي ،١٩٩١).

التعريفات الإجرائية:

- **الذكاء الانفعالي:** هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الذكاء الانفعالي و وهوا لمكون من خمسة أبعاد هي: الوعي بالذات، والتعاطف، والمهارات الاجتماعية، وإدارة الانفعالات، والدافعية .

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

- **مفهوم الذات:** هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس مفهوم الذات الذي طوره الكيلاني و عباس(١٩٨١)، والذي يتألف من ثمانية جوانب هي: العقلي، والاجتماعي، والانفعالي، والثقة بالنفس، والجسمي، والنشاط، والعدوانية، والقيم الاجتماعية، والاتجاه نحو الجماعة .

- **البرنامج التدريبي:** هو مجموعة من النشاطات التي تهدف إلى تدريب الطالب على إدراك وتنظيم انفعالاته و التفكير فيها و فهم انفعالات الآخرين مما يمكنه من الوصول إلى القرارات التي تحقق له التكيف.

محددات الدراسة

تتحدد نتائج الدراسة بالمحددات التالية:

أولاً : المحددات المتعلقة بأفراد الدراسة ، فأفراد الدراسة هم من طلبة الصف السابع الأساسي في مدرستي الأميرة عالية الثانوية للبنات ومدرسة ضرار الثانوية للذكور في محافظة العاصمة عمان.

ثانياً : المحددات المتعلقة بأدوات الدراسة، حيث تم استخدام برنامج للذكاء الانفعالي ومقياسي الدافعية ومفهوم الذات، وبالتالي فإن نتائج هذه الدراسة تتحدد بالقدر الذي تعد فيه هذه المقاييس صادقة وثابتة .

لذا تتحدد نتائج الدراسة بمتغيراتها وإجراءاتها وعينتها ، ومن هنا فهي صالحة للتعميم لهذا المجتمع والمجتمعات المماثلة له.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

مفهوم البرنامج التدريبي:

مجموعة مهارات يُمكن للمدرب أن يُدرب الطالب عليها بهدف تنميتها لتساعده على النجاح والتكيف وتمكنه من التعبير عن انفعالاته ومشاعره.

يعرّف البرنامج بأنه جميع الخبرات التعليمية المتكاملة، ويقصد بها جميع الأنشطة والممارسات والألعاب، والمواقف التربوية (بهادر، ١٩٨٩).

مفهوم الذكاء الانفعالي :

هو قدرة الفرد على إدراك مشاعره و مشاعر الآخرين مما ينعكس إيجابيا على حياته النفسية و الاجتماعية و يحقق له السعادة.

ويشير علماء النفس إلى مصطلح الذكاء بشكل خاص ليدلوا على مدى قيام الفرد بالعمليات المعرفية بشكل جيد، أي أن الذكاء يدل على القدرات المعرفية مثل القدرة على الربط بين المفاهيم، والقدرة على الحكم والاستنتاج، والقدرة على التفكير المجرد، والقدرة على حل المشكلات...، كما يعرف الذكاء بشكل عام" بأنه عبارة عن جملة من الوظائف الفكرية الضرورية لإدراك المفاهيم والقدرة على التحليل(خوالدة، ٢٠٠٣). إذن، الذكاء هو مجموعة من القدرات العقلية التي تمكن من اكتساب المعرفة ، و التعلم، و حل المشكلات. أما الذكاء الانفعالي فهو" القدرة على إدراك المشاعر الخاصة، وإدراك مشاعر الآخرين، وهو قدرة الفرد على تخليق دافعيته، وإدارة انفعالاته بطريقة جيدة، سواء الخاصة به، أم العامة المتعلقة بعلاقته بالآخرين (مطر،٢٠٠٤).

بنى جولمان فهمه للذكاء الانفعالي على مفهوم هوارد جاردنر Howard Gardener للذكاء المتعدد خاصة الذكاء في العلاقة مع الآخرين، والذكاء الشخصي (الداخلي) أي معرفة الذات (Golman,١٩٩٥).

كما يشير إلى أن القاعدة الأساسية في الذكاء الانفعالي تتضمن المعرفة بانفعالاتنا و استخدامها لصنع قرارات الحياة ، من خلال طرق التفكير التي تتضمن حل المشكلات

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

و التخطيط و اتخاذ القرار، والذكاء الشخصي، والبينشخصي، لمساعدة الطلبة في نقل المهارات الاجتماعية والشخصية و تحويلها إلى المواقف الحياتية كأدوات لتعلم طويل المدى، وبذلك يتم تعلم الكفاءة الانفعالية بطريقة مباشرة (Davies,٢٠٠٠).

ويرى جولمان Goleman أن المدرسة و التي يقع على عاتقها عملية التعليم، هي المسؤولة عن سد العجز في الكفاءة الانفعالية من خلال بناء، وتحسين مهارات الذكاء الانفعالي الذي يبدأ بمرحلة الروضة ويمتد إلى مرحلة المدرسة العليا وتنقسم الكفاءة الانفعالية إلى :

أولا : الكفاءة الشخصية:

و تشير إلى الوعي بالذات ، و إدارة الانفعالات ، و الدافعية .

ثانيا: الكفاءة الاجتماعية:

و تشير إلى التعاطف و المهارات الاجتماعية (Ciarrochi & Forgas & Mayer , ٢٠٠١).

ويرى جولمان (Goleman, ١٩٩٥) ان الذكاء الانفعالي مجموعة من المهارات والكفايات التي تمكن الفرد من تعرف مشاعره ومشاعر الآخرين، وعلى تحفيز ذاته وإدارة انفعالاته وعلاقاته مع الآخرين بشكل فعال، وتشمل هذه الكفايات والمهارات خمسة مجالات هي: الوعي بالذات، وإدارة الانفعالات، وحفز الذات، والتعاطف، والتعامل مع الآخرين أو المهارات الاجتماعية.

ويرى جولمان أن المدرسة هي المسؤولة عن تحقيق الكفاءة الانفعالية لدى المتعلمين من خلال بناء وتحسين مهارات الذكاء الانفعالي بدءاً من مرحلة الروضة، وقد بدأت المدارس في كثير من الدول الغربية منذ أكثر من عشر سنوات بتدريس هذه المهارات في إطار ما سُمي بحركة "التعلم الاجتماعي الانفعالي".

أهمية الذكاء الانفعالي:

يلعب الذكاء الانفعالي دوراً هاماً في توافق الفرد مع والديه ،وإخوته، وأقرانه ،وبيئته بحيث ينمو سوياً، ومنسجماً مع الحياة، كما أنه يؤدي إلى تحسين، ورفع كفاءة

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

التحصيل الدراسي، كما يساعد الذكاء الانفعالي على تجاوز أزمة المراهقة، وسائر الأزمات بعد ذلك، مثل أزمة منتصف العمر بسلام، ويعد الذكاء الانفعالي عاملاً مهماً في استقرار الحياة الزوجية فالتعبير الجيد عن المشاعر، وتفهم مشاعر الطرف الآخر، ورعايتها بشكل ناضج، يوفر الراحة والسعادة.

مكونات الذكاء الانفعالي:

يعد مفهوم الذكاء الانفعالي حديثا على الساحة السيكولوجية لقلة ما كتب عنه عند مقارنته مع المتغيرات الشخصية الأخرى، وقد استطاع جولمان أن يضع خمسة مكونات للذكاء الانفعالي يجب أن تتكامل وتتواجد بكل أوجه النشاط المدرسي.

أولا: الوعي بالذات Self- awareness

يعرفه جولمان بأنه قدرة الفرد على أن يعرف بماذا يشعر ويعتقد في اللحظة الراهنة ، وما هي اتجاهاته ؟ وأن يستخدم هذه المعرفة كدليل في اتخاذ القرار وحل المشكلات لأن المعرفة ترتبط بشعور الفرد وسلوكه وتفكيره (Goleman, ١٩٩٨

ثانيا: إدارة الانفعالات Management of Emotions

وتشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت في التحكم بها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية من خلال فن تهدئة النفس عن طريق هزيمة القلق ، والاكتئاب، وممارسة مهارات الحياة بفاعلية (Goleman,١٩٩٥) .

ثالثا: الدافعية Motivation

ويرى جولمان (Goleman,١٩٩٥) أن المكون الأساسي في الدافعية هو الأمل ، ويعني أن الإنسان لن يستسلم للقلق الغامر ، والاتجاه الهازم للذات ، والاكتئاب ، والتحديات الصعبة، والتراجعات، والنكسات Setback .

رابعا: التعاطف (التفهم) Empathy

ويعني جولمان (Goleman) بالتعاطف؛ القدرة على إدراك انفعالات الآخرين ، والتوحد معهم انفعاليا، وفهم مشاعرهم، والتناغم، والاتصال معهم، دون أن يكون السلوك محملا بالانفعالات الشخصية (Goleman,١٩٩٨) .

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

خامسا: المهارات الاجتماعية Social Skills

يرى جولمان أن المهارات الاجتماعية تشير إلى التأثير الإيجابي والقوي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم، ومشاعرهم، ومعرفة متى تقود ، ومتى تتبع الآخرين وتساندهم، والتصرف معهم بطريقة لائقة (Goleman,١٩٩٥) .

أبعاد الذكاء الانفعالي:

نستنتج من خلال الدراسات والأبحاث السابقة أن هناك خمسة أبعاد للذكاء الانفعالي و هي:

١)الوعي بالذات Self- awareness

لا شك أن الوعي بالذات يشكل اتجاهات سليمة نحو الذات كأن يكون الفرد قادراً على تحديد خصائصه الذاتية بدقة، وتقبلها، ويستطيع تقدير ذاته ككائن إنساني، وبالتالي القدرة على النضج الانفعالي كون الوعي بالذات هو أحد المعايير لتحديد مدى النضج الانفعالي (الأعسر والكفافي، ٢٠٠٠).

٢)معالجة الجوانب الانفعالية (Emotional manipulation).

وهو أن يعرف كيف يعالج أو يتعامل مع المشاعر التي تؤذيه، وتزعجه، هذه المعالجة هي أساس الذكاء الانفعالي، حيث أشارت بعض الدراسات إلى أن الضغوط الانفعالية يمكن أن تضعف مقاومة الجسم للأمراض، فقد قورنت الحالة العاملة لطلاب جامعيين يشكون من الأمراض في الجهاز التنفسي مع الحالة العامة لطلاب لا يعانون من مثل هذه الشكوى، فوجد أن المرضى كانوا أكثر ميلاً من الأصحاء لاعتبار السنة السابقة لمرضهم كسنة فشل أو خيبة أمل (جولمان، ٢٠٠٠).

٣)التعاطف (التفاهم) Empathy

ويعد التعاطف المكون الثالث في الذكاء الانفعالي ،ويعني قراءة مشاعر الآخرين من صوتهم أو تعبيرات وجههم، وليس بالضرورة مما يقولون، إن معرفة مشاعر الغير قدرة إنسانية أساسية يمكن رؤيتها حتى لدى الأطفال. ويشير جولمان إلى أن الطفل في الثالثة من عمره الذي يعيش في أسرة محبة يسعى لتهدئة غيره من الأطفال أو

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

التعاطف معهم إذا بكوا، حيث إن الأطفال الذين يسيء آباؤهم معاملتهم أو يهملونهم، فإنهم يصرخون في وجه الطفل الذي يبكي، وأحياناً يضربونه.

٤)إدراك وتقييم الانفعالات (Perception, Appraisal, and Expression of Emotions)

وهو القدرة على إدراك الانفعالات في الذات ،وفي الآخرين، بالإضافة إلى إدراكها في الأشياء، واللغة، والقصص، والموسيقى ،والمثيرات الأخرى(Mayer& Salovey & Caruso,٢٠٠٠.

٥) استخدام الانفعالات لتسهيل التفكير Emotional Facilitation of thinking

يتضمن هذا البعد القدرة على توليد واستخدام الانفعالات، والإحساس بها بصفتها ضرورية لنقل المشاعر والأحاسيس وتوظيفها في عمليات معرفية أخرى بعد إدراك وتقييم الانفعالات من حيث البساطة ويركز على تأثير الانفعالات في الذكاء، حيث يصف الأحداث الانفعالية التي تساعد على المعالجة العقلية

مفهوم الذات :

يعرف مفهوم الذات: بأنه نظرة الفرد إلى نفسه وهي تتضمن الوصف وليس الحكم، وتتشكل هذه النظرة من خلال تفاعل مجموعة من العوامل أبرزها الخبرة مع البيئة المحيطة وعلاقته مع الآخرين إضافة إلى تفسيره لسلوكه الذي يقوم به.

إن المقصود بمفهوم الذات: هو الصورة التي نكونها عن أنفسنا منذ الصغر وما يرتبط بهذه الصورة من إحساس بالرضا أو عدم الرضا، والقدرة على التعامل مع الآخرين (الفقي، ٢٠٠٠).

تطور مفهوم الذات :

يتطوّر احترام الذات ،و ينمو ضمن حياة الأفراد اليومية إذ تبني صورة أنفسنا من خلال تجاربنا مع الآخرين، وتلعب التّجارب التي ارتبطت بالنجاح، والفشل أثناء طفولتنا دوراً كبيراً خصوصاً في تشكيل احترام ذاتنا، ويتأثر تطور المفهوم

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

بطريقة معاملتنا من قبل أعضاء عائلتنا، و من قبل مدرّسينا، والمسؤولين، ومن قبل نظرائنا، كلّ ذلك يساهم في خلق احترام ذاتنا الأساسي، والطفولة هي محور تطوير الذات (Burns, ١٩٩٩).

نظريات مفهوم الذات:

لقد كان اهتمام الباحثين بمفهوم الذات كبيرا، و تجلى ذلك من خلال النظريات التي وضعها المفكرون، وعلماء النفس، والتي تبين وجهات النظر المختلفة في هذا الموضوع، ويجمل جيمس (Bean,١٩٩٩) نظريات مفهوم الذات كما يلي:

١. **المدخل الفرويدي:** ويبني أصحاب هذا المدخل أفكارهم من خلال البحث في العمليات العقلية، والعاطفية التي نشأت منذ الطفولة ،وأثرها في السلوك، و(الأنا) هي المنظم الفعال لشخصية الفرد، وهي التي تشعره بهويته التي تأخذ مظاهر ثلاثة (العقلية، والروحية، والاجتماعية)، ويشير إلى أنه كلما تقابل شخصان فإن هناك ستة أشخاص يحضرون معها:

- الشخصية الحقيقية لكل منهما.
- الشخصية التي يراها كل منهما في الآخر.
- الشخصية التي يراها كل منهما عن نفسه (Bean,١٩٩٩).

٢. **المدخل الإنساني:**

- **نظرية ماسلو للحاجات:**

رتب ماسلو الحاجات الإنسانية على شكل هرم تمثل قاعدته الحاجات الفسيولوجية الأساسية، وتتدرج تلك الحاجات ارتفاعا حتى تصل إلى قمة الهرم حيث حاجات تحقيق الذات، ولا يمكن الانتقال إلى حاجة أعلى قبل إشباع الحاجة الأقل ،وهي كالتقسيم الآتي:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

أ ــ الحاجات الفسيولوجية :

هي عبارة عن الحاجات الأساسية لبقاء حياة الإنسان ،وتمتاز بأنها فطرية كما تعد نقطة البداية في الوصول إلى إشباع حاجات أخرى ،وهي عامة لجميع البشر إلا أن الاختلاف يعود إلى درجة الإشباع المطلوبة لكل فرد حسب حاجته.

ب ــ الحاجات إلى الأمن :

يعتمد تحقيقها على مقدار الإشباع المتحقق من الحاجات الفسيولوجية فهي مهمة للفرد فهو يسعى إلى تحقيق الأمن ،والطمأنينة له، و لأولاده كذلك يسعى إلى تحقيق الأمن في العمل

ج ــ الحاجات الاجتماعية:

إن الإنسان اجتماعي بطبعة يتفاعل مع الآخرين، عن طريق انتمائه لهم، ومشاركته في مبادئهم، وشعاراتهم التي تحدد مسيرة حياته، وأن العمل الذي يزاوله العامل فيه فرصة لتحقيق هذه الحاجة عن طريق تكوين علاقات ود ،وصداقة مع العاملين معه.

د- حاجات التقدير:-

وهي شعور الفرد بالثقة ،وحصوله على التقدير ،والاحترام من الآخرين، وهذه الحاجة تشعره بأهميته، وقيمته بما لديه من إمكانات ليساهم في تحقيق أهدافه، فيركز الفرد على حاجات التقدير كمحرك لدوافعه، و تحقيق أهدافه (أبو رشيد ،العسيلي، ٢٠٠٣).

هـ-الحاجة إلى تحقيق الذات :-

أي تحقيق طموحات الفرد العليا في أن يكون الإنسان ما يريد، وهي المرحلة التي يصل فيها الإنسان إلى درجة مميزة عن غيره، ويصبح له كيان مستقل.

نظرية روجرز (الذات)

ويفترض أصحاب هذا المدخل أن الفرد يكافح بشكل فطري للحصول على الأشياء التي تؤدي لإشباع الذات.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

النظرية المعرفية: الكفاءة الذاتية (كيلي، ديجوري):

وركزت هذه المجموعة على الأبعاد المعرفية، وعدتها المدخل لمفهوم الذات إذ إن البناء الشخصي للفرد يؤكد الطريقة المميزة له في رؤية العالم.

كيف يتطور مفهوم الذات:

يتطوّر احترام الذات و ينمو ضمن حياة الأفراد اليومية إذ نبني صورة أنفسنا من خلال تجاربنا مع الآخرين وتلعب التّجارب التي ارتبطت بالنجاح والفشل أثناء طفولتنا دورًا كبيرًا خصوصًا في تشكيل احترام ذاتنا ، ويتأثر تطور المفهوم بطريقة معاملتنا من قبل أعضاء عائلتنا، من قبل مدرّسينا، والمسؤولين، ومن قبل نظرائنا، كلّ ذلك ساهم في خلق احترام ذاتنا الأساسي، والطفولة هي محور تطوير الذات.

وتتضمن تجارب الطّفولة التي تؤدّي إلى احترام ذّات سليم:

- مدح الآخرين.
- استماع من حولنا لنا.
- احترام الآخرين لنا.
- الاهتمام من قبل الآخرين.
- مشاعر الآخرين الإيجابية.
- نجاح الدراسة.
- امتلاك أصدقاء ثقة.

أما تجارب الطّفولة التي تقلل من احترام الأفراد للذات فإنها تتضمن:

- انتقاد المحيطين بقسوة.
- الإهانة والضرب.
- تجاهل الآخرين والسخرية.
- توقع من حولنا أن نكون ناجحين دائما.
- الفشل في المدرسة. (Burns,١٩٩٩) .

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

نظرية التطور الاجتماعي والثقافي

أدرج إريكسون هذه النظرية عام ١٩٨١. وهي تعد تطور الإنسان نتيجة طبيعية للأحداث الاجتماعية والثقافية في المحيط الذي يعيش فيه الفرد. يصف اريكسون تطور شخصية الإنسان من خلال ثماني مراحل حيث يعتمد التقدم في كل مرحلة منها على نجاح الفرد في المراحل السابقة. (Erikson,١٩٨١) .

نظريات التعلم الاجتماعي

ترد هذه النظريات تطور الإنسان النفسي والاجتماعي إلى عملية التعلم المشروط على أساس اختبار بافلوف، وتعده نتيجة طبيعية للاكتساب المعرفي، واللغوي الذي يطور خبرة الفرد. ويغيرها من خلال التعلم. واستناداً إلى هذه النظرية، يقوم الأطفال بين عمر السنة والثلاثة سنوات تبعاً لقدراتهم اللغوية، والفكرية باستخدام طريقتين للتعلم أو تعديل السلوك وهما:

١. التعلم عن طريق التشجيع أو التعزيز الذي قد يكون:

- إما على أساس الحافز: كحب الطفل للسكاكر مثلاً. فعندما يأكل الطفل السكاكر، يشجعه طعمها اللذيذ (الحافز) على معاودة الكرّة.
- وإما على أساس ردة الفعل: على سبيل المثال، عندما يبتهج الأهل لتمكن ابنهم من المشي بمفرده (تعزيز إيجابي)، يشجعونه على معاودة الكرة عدة مرات. أما عندما يوبخونه لأنه بلل ملابسه الداخلية (تعزيز سلبي) فإن ذلك قد يشجعه أو لا يشجعه على تكرار فعلته بحسب درجة التفهم ومتانة العلاقة النفسية، والإجتماعية بين الطفل وذويه (أبو سعد، ٢٠٠٥).

منهجية الدراسة و اجراءاتها

- **مجتمع الدراسة :**

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة مدارس المرحلة الأساسية العليا في الأردن

- **أفراد عينة الدراسة:**

شملت عينة الدراسة طالبات الصف السابع الأساسي من مدرسة الأميرة عالية للبنات، عددهن (٦٠) طالبة في الشعبتين أ و ب في كل منهما ٣٠ طالبة،كذلك

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

طلاب من مدرسة ضرار بن الأزور للذكور و عددهم (٦٠) طالباً في الشعبتين ج و د ، والجدول (١) يوضح أعداد المشاركين في الدراسة.

جدول (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة على الشعب الصفية

جنس الطالب /الشعبة	الذكور	الإناث
أ	–	٣٠
ب	–	٣٠
ج	٣٠	–
د	٣٠	–

وقد تم توزيع الطلبة على المجموعتين الضابطة و التجريبية عشوائياً على مستوى الشعبة، حيث وقعت القرعة على الشعبة(أ) كمجموعة تجريبية للإناث ، و الشعبة (ج) كمجموعة تجريبية للذكور ، الشعبة(ب) كمجموعة ضابطة للإناث و الشعبة(د) كمجموعة ضابطة للذكور، كما هو موضح في الجدول رقم (٢).

جدول (٢)

توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا للمجموعة و الجنس

المجموعة /الجنس	ذكور	إناث	المجموع
مجموعة تجريبية	٣٠	٣٠	٦٠
مجموعة ضابطة	٣٠	٣٠	٦٠
المجموع	٦٠	٦٠	١٢٠

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

أدوات الدراسة:

للإجابة عن أسئلة الدراسة فقد تم استخدام الأدوات الآتية :

١. مقياس مفهوم الذات لعباس والكيلاني (١٩٨١) وتم تطويره من قبل الباحثة في هذه الدراسة.
٢. البرنامج التدريبي لرفع الذكاء الانفعالي لدى الطلبة في المرحلة الأساسية العليا.

قامت الباحثة باستخراج دلالات الصدق والثبات لهذه الأدوات كما هو مبين أدناه.

أولا: مقياس مفهوم الذات :

استخدم في هذه الدراسة مقياس مفهوم الذات من نوع " قوائم رصد الصفات " الذي طوره على البيئة الأردنية الكيلاني وعباس(١٩٨١) وقد تألف هذا المقياس من (١١٢) عبارة موزعة بالتساوي على ثمانية مقاييس فرعية، بواقع (١٤) عبارة في كل مقياس، وقد اعتمد في تطوير هذا المقياس على أسلوب التحليل المنطقي النظري، من خلال تعريف مفهوم الذات، وتحديد الخصائص الشخصية التي يظهر فيها الفرد، وذلك من خلال الدراسات السابقة التي تناولها الباحثان، الأمر الذي يحقق للمقياس الصدق المنطقي، وقد وضعت لكل بعد أوصافا تقويمية عامة يعبر بعضها عن مفهوم إيجابي للذات، وبعضها الآخر عن مفهوم سلبي وقد استخرج الباحثان دلالات الصدق والثبات للمقياس كالآتي:

صدق المقياس :

عد الكيلاني وعباس (١٩٨١) طريقة بناء المقياس تؤلف دلالة للصدق المنطقي له، وبالإضافة إلى ذلك تجمع للمقياس دلالات صدق بطريقتين أخريين ، اعتمدت الأولى مقارنة الأداء على كل مقياس من المقاييس الفرعية لمجموعتين من الأطفال اختيرت أولهما على أساس أن ملاحظة محكمين لسلوك أفرادها تصنفهم

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

متكيفين بدرجة عالية(المجموعة العليا) ، واختيرت الثانية على أساس على أن المحكمين صنفوا أفرادها كمجموعة غير متكيفة (المجموعة الدنيا)بحيث يتم التصنيف بناء على معرفة المحكمين للأطفال جيدا(مشرفين وإداريين و معلمين في المدرسة نفسها) بعد ذلك قام الباحثان بمقارنة أداء المجموعتين على مقياس مفهوم الذات الذي أعداه باستخدام اختبار"ت" لفحص الفروق بين متوسطين ، وقد كانت قيم اختبار "ت" ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) على جميع الأبعاد لصالح المجموعة العليا ما عدا بعد القيمة الاجتماعية التي كان متوسط أداء المجموعة العليا عليه أعلى من متوسط أداء المجموعة الدنيا إلاّ أنه لم تظهر دلالة إحصائية عند مستوى(α = ٠,٠٥) للفروق في هذا البعد.

واعتمدت الطريقة الأخرى في الاستدلال على صدق المقياس على استخراج درجة الترابط الداخلي بين المقاييس الثمانية للتحقق من أن هذه المقاييس تسهم "بدرجة ما" في قياس مفهوم الذات، وقد تراوحت معاملات الارتباط المستخرجة من مصفوفة الارتباطات بين المقاييس الفرعية(٠,٠٧- ٠,٦٧)، وأن جميع هذه الارتباطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) ما عدا ثماني معاملات فقط، و بذلك فقد تحققت الدلالة الإحصائية في ال(٢٤) معاملاً الأخرى.

و يرى الباحث أن معاملات الثبات و الصدق المستخرجة في الدراسة الحالية مناسبة لأغراض هذه الدراسة.

ثبات المقياس:

قام الباحثان باستخراج دلالات الثبات للدرجات الفرعية ،و الدرجة الكلية للمقياس بطريقتين هما:طريقة التجزئة النصفية (Spilt-Half-Method) و طريقة الإعادة (Test-Re-Test)، وقد تراوحت معاملات الثبات بالطريقة النصفية بعد تعديلها بمعادلة سبيرمان براون لدرجات المقاييس الفرعية الثمانية للذكور و الإناث(٠,١٢ -٠,٦٧)، في حين بلغت قيم معامل الثبات للدرجة الكلية على المقياس باستخدام الطريقة نفسها (٠,٧٩)للذكور و (٠,٨٣) للإناث . أما قيم معامل الثبات

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

بطريقة الإعادة لدرجات المقاييس الفرعية الثمانية فقد تراوحت بين (٠,٤٣-٠,٨٦) في حين بلغت قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية على المقياس باستخدام الطريقة نفسها (٠,٨٦) وقد عد الباحثان هذه الدلالات مقبولة لأغراض دراستهم.

وقد قام الباحثان بإيجاد معاملات ثبات المقياس وأبعاده الفرعية الثمانية على أفراد العينة الاستطلاعية باستخدام طريقة الإعادة وقد بلغ معامل الثبات لبعد القيمة الاجتماعية (٠,٧٢) ولبعد الثقة بالنفس (٠,٥١) ولبعد الاتجاه نحو الجماعة (٠,٦٠) ولبعد القدرة العقلية (٠,٧٣) ولبعد الجسم والصحة (٠,٧٠) ولبعد الاتزان العاطفي (٠,٥٨) ولبعد النشاط (٠,٦٩) ولبعد العدوانية (٠,٨٢) في حين بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية على المقياس (٠,٨٥)

مقياس مفهوم الذات المطور من قبل الباحثة

أما في هذه الدراسة فقد قامت الباحثة بتطوير مقياس عباس والكيلاني(١٩٨١) واستخرجت دلالات الصدق والثبات اللازمين لإجراء هذه الدراسة كالآتي:

صدق المقياس :

قامت الباحثة بمساعدة المشرف باستعراض جميع الفقرات وقد تم إجراء بعض التعديلات على صياغة الفقرات من اللغة العامية إلى اللغة العربية الفصيحة وتعديل بعض الفقرات جذريا ، ثم قامت الباحثة بعرضها على المحكمين من أعضاء هيئة التدريس من ذوي الخبرة والاختصاص في قسم علم النفس واللغة العربية من جامعة عمان العربية وجامعة الإسراء الخاصة ،وقد أجروا عليها بعض التعديلات ،وتم الأخذ بهذه التعديلات حيث إشتملت بصورتها النهائية على ٨٢ فقرة موزعة على ثمانية أبعاد حيث بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين (٩٠%).

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ثبات المقياس

قامت الباحثة باستخراج ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار على عينة من خارج عينة الدراسة من طلبة الصف السابع الأساسي وبفارق زمني مدته أسبوعان، كما تم استخراج معامل الثبات على الأبعاد الثمانية كالتالي:

البعد الأول:٩٢%، البعد الثاني:٩٣%، البعد الثالث:٩٥%، البعد الرابع:٩٦%، البعد الخامس:٩٥%، البعد السادس:٩٤%، البعد السابع:٩٤%،البعد الثامن:٩٥%.

بينما بلغ معامل الثبات الكلي :٩٨% وفق معامل ارتباط كرونباخ ألفا.

وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بدلالات ثبات مناسبة لإجراء مثل هذه الدراسة

ثانيا : البرنامج التدريبي:

هو عبارة عن برنامج تدريبي مستند لنظرية جولمان للذكاء الانفعالي والتي تنص على قدرة الفرد لمراقبة انفعالاته وانفعالات الآخرين للتمييز بينهما ولاستخدام المعلومات كدليل للفرد في التفكير والسلوك.

و بعد تحكيم البرنامج تم إجراء التعديلات المناسبة عليه بالحذف أو بالإضافة وقد بلغت نسبة الاتفاق فيما بينهم (٩٠%) وهي نسبة مقبولة لأغراض هذه الدراسة.

وصف للبرنامج :-

تكون البرنامج من ١٧ جلسة تدريبية بواقع ثلاث جلسات أسبوعيا مدة الجلسة الواحدة (٤٥) دقيقة وقد تضمن البرنامج اربعة أبعاد هي : الوعي بالذات و إدراة الانفعالات والتعاطف والمهارات الاجتماعية، وقد اشتمل كل بعد على الجلسات الآتية:

البعد الأول :الوعي بالذات

الجلسة الأولى :تنمية مهارات الوعي بالذات/التعبير عن الانفعالات.

الجلسة الثانية : تنمية مهارات الوعي بالذات/تعرّف الغضب والتعامل معه.

الجلسة الثالثة :إدراك الطالب ذاته و ذوات الآخرين.

البعد الثاني :إدارة الانفعالات

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

افراد العينة الاستطلاعية باستخدام طريقة الإعادة وقد بلغ معامل الثبات لبعد القيمة الاجتماعية (٠,٧٢) ولبعد الثقة بالنفس (٠,٥١) ولبعد الاتجاه نحو الجماعة (٠,٦٠) ولبعد القدرة العقلية (٠,٧٣) ولبعد الجسم والصحة (٠,٧٠) ولبعد الاتزان العاطفي.

الجلسة الأولى :تنمية القدرة على ضبط الانفعالات/قصة فراس ،والثانوية العامة.

الجلسة الثانية :تنمية أسلوب حل المشكلات/السوق التجاري.

الجلسة الثالثة :تنمية الثقة بالنفس/قصة غياب محمود.

البعد الثالث :التعاطف.

الجلسة الأولى :فهم انفعالات الآخرين ومشاركتهم إياها/لاعب كرة القدم.

الجلسة الثانية :تقييم انفعالات الآخرين/ مساعدة الآخرين.

الجلسة الثالثة :وصف مشاعر الطالب تجاه الآخرين.

البعد الرابع :المهارات الاجتماعية.

الجلسة الأولى :مساعدة الآخرين/زيارة المريض.

الجلسة الثانية :تنمية القدرة على حل المشكلات و الخلافات/الإصلاح بين الناس.

الجلسة الثالثة :فهم انفعالات الآخرين و مشاركتهم إياها/مساعدة الآخرين.

إجراءات الدراسة :

اتبعت الباحثة الإجراءات التالية في تطبيق هذه الدراسة وذلك بعد حصولها على الموافقة لتطبيق أدوات الدراسة وهي مقياس مفهوم الذات ومقياس الدافعية والبرنامج التدريبي :

- تطبيق مقياس مفهوم الذات ومقياس الدافعية على طلبة الصف السابع الأساسي في المجموعتين التجريبية والضابطة في مدرستي الأميرة عالية ومدرسة ضرار بن الأزور (قياس قبلي) حيث تم توضيح إجراءات التطبيق بدقة.
- تطبيق البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية في مدرسة الأميرة عالية وذلك بعد إجراء لقاء مع الطلبة المستهدفين من الدراسة ممن حصلوا على مفهوم ذات منخفض على المقاييس المعدة لهذه الغاية وذلك

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

لتوضيح أهمية أهداف البرنامج في رفع مستوى الذكاء الانفعـــالي لـــديهم وعلاقة ذلك في رفع مستوى تقدير الذات لديهم وبيان أهميته الإيجابية في حياتهم المستقبلية ، وكذلك تحديد مدة تنفيذ البرنامج وآلية تطبيقه.

- إجراء قياس بعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مفهـــوم الذات وذلك لمعرفة مدى فاعلية البرنامج التدريبي في رفع مستوى الذكاء الانفعالي ومفهوم الذات لديهم .

المعالجة الاحصائية:

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة التصميم التجريبي و للاجابـــة عـــن أســـئلة الدراسة التجريبية و التحقق من فروضها تم جمع البيانات التـــي تـــم رصـــدها، و إدخالها في الحاسب الآلي، و إجراء التحليل الإحصائي عليها من خلال إجراء تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢) (ANCOVA) ، فـــي تعـــرّف فعاليـــة البرنـــامج التدريبي، وأثر الجنس في ذلك، من خلال أداء أفراد الدراسة على ومقياس مفهـــوم الذات، وأبعاده الثمانية، والتعرف إلى أثر التفاعل بين المتغير التجريبي والجنس .

متغيرات الدراسة:

شملت الدراسة المتغيرات التالية:

المتغيرات المستقلة:

١- المجموعة (البرنامج التدريبي) و لها مستويان هما:-

- المجموعة التجريبية، وهي عبارة عن المجموعة التي تم إخضاع أفرادهـــا للبرنامج التجريبي المستند إلى نظرية جولمان للذكاء الانفعالي.
- المجموعة الضابطة، وهي عبارة عن المجموعة المماثلة فـــي خصائـــصها للمجموعة التجريبية، ولكن أفرادها لم يتم إخـــضاعهم للبرنـــامج التـــدريبي المستند إلى نظرية جولمان للذكاء الانفعالي.

٢- الجنس و له مستويان هما: الذكور و الإناث.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

النتائج المتعلقة بأثر البرنامج التدريبي في مفهوم الذات

سيتم عرض نتائج الدراسةوفقا لترتيب الفرضيات على النحو التالي:

نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢) على بعد القيمة الاجتماعية في مقياس مفهوم الذات ويوضحه الجدولان (٣ ، ٤) :

الجدول (٣)

متوسطات الأداء البعدي المعدل لمجموعات المقارنة (المجموعة والجنس والتفاعل بينهما) على بعد القيمة الاجتماعية في مقياس مفهوم الذات

المجموعة / الجنس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الأداء الكلي للجنس
الذكور	١٣,٣	٤,٨	٩,٢
الإناث	١٣,٧	٥,٤	٩,٦
الأداء الكلي للمجموعة	١٣,٤	٥,٢	–

تشير النتائج المبينة في الجدول (٣) إلى اختلاف متوسطات القياس المعدل للمجموعتين التجريبية و الضابطة ، إذ يلاحظ أن متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي أعلى من متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة ، كما تشير النتائج إلى تقارب متوسطات القياس البعدي المعدل للذكور والإناث ، وعند النظر إلى التفاعل بين المجموعة و الجنس من خلال الخلايا البينية بينهما يلاحظ وجود اختلافات بين هذه الخلايا و يوضح الجدول (٤) دلالات فحص الفروق بين مجموعات المقارنة (المجموعة، الجنس والتفاعل بينهما).

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الجدول (٤)

تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢)بين متغيري المجموعة و الجنس في الأداء البعدي المعدل على بعد القيمة الإجتماعية في مقياس مفهوم الذات

	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة P
متغير التباين المشترك	١	١٤,٤٩٧	٥,٨٤٩	٠,٠١٧
المجموعة	١	١٦٩٥,٤٧١	٢٢٥٧,٤٢٤	٠,٠٠٠
الجنس	١	٨,٠١٩	١٦,٣٨٣	٠,١٦١
المجموعة *الجنس	١	٠,٤٩٦	٠,٢٠٠	٠,٦٥٥
الخطأ	١١٥	٢,٤٧٨		
الكلي	١١٩			

تشير النتائج إلى عدم وجود أثر دال إحصائيا لمتغير الجنس في تطبيق البرنامج التدريبي ، حيث بلغت قيمة(ف) الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي لهذا المتغير (١٦,٣٨٣) وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي (٠,١٦١) بمعنى أنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين متوسط الأداء البعدي المعدل للذكور ومتوسط الأداء البعدي المعدل للإناث على بعد القيمة الاجتماعية من مقياس مفهوم الذات.

١. نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢) لبعد الثقة بالنفس في مقياس مفهوم الذات ويوضحه الجدولان (٥ ، ٦) :

الجدول (٥)

متوسطات الأداء البعدي المعدل لمجموعات المقارنة (المجموعة والجنس والتفاعل بينهما) على بعد الثقة بالنفس في مقياس مفهوم الذات

المجموعة / الجنس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الأداء الكلي للجنس
الذكور	١٢,٩	٤,٤	٨,٨
الإناث	١٣,٧	٣,٨	٨,٨
الأداء الكلي للمجموعة	١٣,٣	٤,١	-

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

تشير النتائج المبينة في الجدول (٥) إلى اختلاف متوسطات القياس المعدل للمجموعتين التجريبية والضابطة، إذ يلاحظ أن متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي أعلى من متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة، كما تشير النتائج إلى تقارب متوسطات القياس البعدي المعدل للذكور والإناث، وعند النظر إلى التفاعل بين المجموعة و الجنس من خلال الخلايا البينية بينهما يلاحظ وجود اختلافات بين هذه الخلايا و يوضح الجدول (٦) دلالات فحص الفروق بين مجموعات المقارنة (المجموعة ، الجنس و التفاعل بينهما).

الجدول ٦

تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢)بين متغيري المجموعة و الجنس في الأداء البعدي المعدل على بعد الثقة بالنفس في مقياس مفهوم الذات

	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة P
متغير التباين المشترك	١	٣٢,٢٥٣	١٤,١٧٧	.٠٠٠
المجموعة	١	٢٣٩١,٢٥٥	١٢٤,٤٠٧	٠,٠٤٧
الجنس	١	٣١,٩٩٦	٠,٢٢٢	٠,٧١٩
المجموعة *الجنس	١	١٩,٢٦٠	٨,٤٦٦	٠,٠٠٤
الخطأ	١١٥	٢,٢		
الكلي	١١٩			

تشير النتائج إلى عدم وجود أثر دال إحصائيا لمتغير الجنس في تطبيق البرنامج التدريبي، حيث بلغت قيمة (ف) الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي لهذا المتغير(٠,٢٢٢) وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي (٠,٧١٩) بمعنى أنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \geq$ ٠,٠٥) بين متوسط الأداء البعدي المعدل للذكور و متوسط الأداء البعدي المعدل للإناث على بعد الثقة بالنفس من مقياس مفهوم الذات.

٣-نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢) لبعد الاتجاه نحو الجماعة في مقياس مفهوم الذات ويوضحه الجدولان (٧، ٨) :

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الجدول (٧)

متوسطات الأداء البعدي المعدل لمجموعات المقارنة (المجموعة والجنس والتفاعل بينهما) على بعد الاتجاه نحو الجماعة في مقياس مفهوم الذات

المجموعة / الجنس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الأداء الكلي للجنس
الذكور	١٣,٤	٤,٤	٩,١
الإناث	١٣,٨	٢,٦	٨,٢
الأداء الكلي للمجموعة	١٣,٦	٣,٥	–

تشير النتائج المبينة في الجدول (٧) إلى اختلاف متوسطات القياس المعدل للمجموعتين التجريبية والضابطة، إذ يلاحظ أن متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي أعلى من متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة، كما تشير النتائج إلى تقارب متوسطات القياس البعدي المعدل للذكور والإناث، وعند النظر إلى التفاعل بين المجموعة و الجنس من خلال الخلايا البينية بينهما يلاحظ وجود اختلافات بين هذه الخلايا، ويوضح الجدول (٨) دلالات فحص الفروق بين مجموعات المقارنة (المجموعة، الجنس والتفاعل بينهما).

الجدول (٨)

تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢)بين متغيري المجموعة و الجنس في الأداء البعدي المعدل على بعد الاتجاه نحو الجماعة في مقياس مفهوم الذات

	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة P
متغير التباين المشترك	١	١٧,٤٧٨	٦,٨٣٨	٠,٠١٠
المجموعة	١	٣٠٢,٦٠٨	٧٢,٥٧٩	٠,٠٤٤
الجنس	١	١٨,٨٩٢	٠,٤٦٨	٠,٦١٨
المجموعة *الجنس	١	٤١,٥٧٦	١٦,٢	٠,٠٠٠
الخطأ	١١٥			
الكلي	١١٩			

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

البعدي المعدل للذكور والإناث، وعند النظر إلى التفاعل بين المجموعة والجنس من خلال الخلايا البينية بينهما يلاحظ وجود اختلافات بين هذه الخلايا و يوضح الجدول (٢٢) دلالات فحص الفروق بين مجموعات المقارنة (المجموعة، الجنس والتفاعل بينهما).

الجدول(١٤)

تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢)بين متغيري المجموعة و الجنس في الأداء البعدي المعدل على بعد الاتزان العاطفي في مقياس مفهوم الذات

	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة P
متغير التباين المشترك	١	٦٣,٤٥٦	٢٢,٤٢٣	٠,٠٠٠
المجموعة	١	٢٣٢٣,٥٤٨	١٠٠,٣٣٧	٠,٠٤٥
الجنس	١	١,١٣١	٠,٠٤٩	٠,٨٦١
المجموعة *الجنس	١	٢٣,٢٥٩	٨,٢١٩	٠,٠٠٥
الخطأ	١١٥			
الكلي	١١٩			

وتشير النتائج إلى عدم وجود أثر دال إحصائيا لمتغير الجنس في تطبيق البرنامج التدريبي، إذ بلغت قيمة ف الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي لهذا المتغير(٠,٠٤٩) وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي (٠,٨٦١) بمعنى انه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين متوسط الأداء البعدي المعدل للذكور ومتوسط الأداء البعدي المعدل للإناث على بعد الاتزان العاطفي من مقياس مفهوم الذات .

٧-نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢) لبعد النشاط في مقياس مفهوم الذات ويوضحه الجدولان (١٥، ١٦) : الجدول (١٥)

متوسطات الأداء البعدي المعدل لمجموعات المقارنة (المجموعة والجنس والتفاعل بينهما) على بعد النشاط في مقياس مفهوم الذات

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

المجموعة / الجنس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الأداء الكلي للجنس
الذكور	١٣,١	٤,٣	٨,٨
الإناث	١٣	٣,١	٨,١
الأداء الكلي للمجموعة	١٣,١	٣,٧	-

تشير النتائج المبينة في الجدول (١٥) إلى اختلاف متوسطات القياس المعدل للمجموعتين التجريبية والضابطة، إذ يلاحظ أن متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي أعلى من متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة، كما تشير النتائج إلى تقارب متوسطات القياس البعدي المعدل للذكور والإناث، وعند النظر إلى التفاعل بين المجموعة و الجنس من خلال الخلايا البينية بينهما يلاحظ وجود اختلافات بين هذه الخلايا و يوضح الجدول (١٦) ٦ دلالات فحص الفروق بين مجموعات المقارنة (المجموعة، الجنس والتفاعل بينهما).

الجدول (١٦)

تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢)بين متغيري المجموعة و الجنس في الأداء البعدي المعدل على بعد النشاط في مقياس مفهوم الذات

	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة P
متغير التباين المشترك	١	٣١,٨٧٤	١٠,٠٣٩	٠,٠٠٢
المجموعة	١	٢٥٣٤,٣٣٧	١٧٨,٢٣٥	٠,٠٤٨
الجنس	١	٦,٠١٩	٠,٤٢٤	٠,٦٣٣
المجموعة *الجنس	١	١٤,٢	٤,٤٧٢	٠,٠٣٧
الخطأ	١١٥			
الكلي	١١٩			

تشير النتائج إلى عدم وجود أثر دال إحصائيا لمتغير الجنس في تطبيق البرنامج التدريبي، حيث بلغت قيمة ف الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي لهذا

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

المتغير(٠,٤٢٤) وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي (٠,٦٣٣)بمعنى أنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين متوسط الأداء البعدي المعدل للذكور و متوسط الأداء البعدي المعدل للإناث على بعد النشاط من مقياس مفهوم الذات .

٨-نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢) لبعد العدوانية في مقياس مفهوم الذات ويوضحه الجدولان (١٧ ، ١٨) :الجدول (١٧)

متوسطات الأداء البعدي المعدل لمجموعات المقارنة (المجموعة والجنس والتفاعل بينهما) على بعد العدوانية في مقياس مفهوم الذات

المجموعة / الجنس	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الأداء الكلي للجنس
الذكور	١٣,٢	٤,٥	٨,٩
الإناث	١٣,٦	٢,٦	٨,١
الأداء الكلي للمجموعة	١٣,٤	٣,٥	

تشير النتائج المبينة في الجدول (١٧) إلى اختلاف متوسطات القياس المعدل للمجموعتين التجريبية والضابطة، إذ يلاحظ أن متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج التدريبي أعلى من متوسط الأداء البعدي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة، كما تشير النتائج إلى تقارب متوسطات القياس البعدي المعدل للذكور و الإناث ، وعند النظر إلى التفاعل بين المجموعة والجنس من خلال الخلايا البينية بينهما يلاحظ و جود اختلافات بين هذه الخلايا ويوضح الجدول (١٨) دلالات فحص الفروق بين مجموعات المقارنة (المجموعة، الجنس والتفاعل بينهما).

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الجدول (١٨)

تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢)بين متغيري المجموعة و الجنس في الأداء البعدي المعدل على بعد العدوانية في مقياس مفهوم الذات

	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة P
متغير التباين المشترك	١	٣٢,٤١٣	١١,٧٣٦	٠,٠٠١
المجموعة	١	٢٨١٩,٧٨٢	٥٥,٠٦٣	٠,٠٤٦
الجنس	١	١٠,٣٣	٠,٢٠٥	٠,٧٢٩
المجموعة *الجنس	١	٥٠,٥٠٠	١٨,٢٨٦	٠,٠٠٠
الخطأ	١١٥			
الكلي	١١٩			

تشير النتائج إلى عدم وجود أثر دال إحصائيا لمتغير الجنس في تطبيق البرنامج التدريبي، حيث بلغت قيمة ف الناتجة من تحليل التباين المشترك الثنائي لهذا المتغير(٠,٢٠٥) وهذه القيمة مرتبطة باحتمال يساوي (٠,٧٢٩)بمعنى انه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين متوسط الأداء البعدي المعدل للذكور و متوسط الأداء البعدي المعدل للإناث على بعد العدوانية من مقياس مفهوم الذات .

مناقشة النتائج والتوصيات

النتائج المتعلقة بأثر البرنامج التدريبي على مقياس مفهوم الذات

أشارت نتائج تحليل التباين المشترك الثنائي (٢×٢) للدرجة الكلية لمقياس مفهوم الذات إلى أن هناك فرقا ذا دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين متوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة التجريبية ، ومتوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة الضابطة على الدرجة الكلية لمقياس مفهوم الذات ، حيث كان هذا الفرق لصالح أداء أفراد المجموعة التجريبية، وفي هذا المجال اتفقت مع دراسة النجداوي(١٩٩١) وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود أثر ذي دلالة إحصائية لمتغيرات المدرسة(دافع التحصيل، مفهوم الذات الأكاديمي، موقع الضبط) على الدوافع المدرسية كل على حدة، كما اتفقت مع دراسة جون و لوري (Kawfhold &

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

Johnson ,٢٠٠٥) أن الطلاب الذين يمتلكون مهارات الذكاء الانفعالي والتي تتمثل في زيادة ثقة الطلاب بأنفسهم ومن خلال تحصيلهم الأكاديمي الجيد، تتكون لديهم انطباعات ضبط النفس في المواقف المختلفة يكونون أكثر نجاحا في صفوفهم .

وكما اتفقت أيضا مع **دراسة هويت (Huit,W.٢٠٠٤)** بعنوان "مفهوم و تقدير الذات" حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن الطرق الذاتية في التفكير وتعرّف مفهوم الذات لدى الأطفال وأظهرت هذه الدراسة أن مفهوم الذات هو مجموعة من الانعكاسات الداخلية التي تشمل السلوك ،والمعتقدات، والآراء الشخصية حول مفهوم الطفل عن نفسه، فإذا كان مفهوم الذات عند الطفل إيجابيا يتكون لديه ما يسمى بتقدير الذات والذي يتمثل من خلال تفكير الطفل الإدراكي لحاجاته، وانفعالاته، كما أظهرت الدراسة أن قدرة الطفل على إدارة مشاعره وضبط نفسه يكون من خلال مفهومه الإيجابي عن ذاته، حيث يستطيع أيضاً التعامل مع الآخرين بطريقة سليمة من خلال تفهمهم، وإدراك مشاعرهم.

وفي **دراسة براون(Brown,١٩٩٥)**و التي هدفت إلى الكشف عن فاعلية الذكاء الانفعالي في النجاح بالأعمال في مختلف المجالات و الأصعدة ،فقد أظهرت نتائج الدراسة أن التعلم الإدراكي وعمليات التفكير تساعد على تنمية الذكاء الانفعالي لدى الطلاب، كما أظهرت نتائج الدراسة أن الذكاء الانفعالي يعزز من التفاعل الاجتماعي من خلال القدرة على التواصل مع الآخرين، وأظهرت الدراسة أن تطوير الذكاء الانفعالي يتطلب فترة من الزمن، ووجود الدافعية الشخصية، والتشجيع والدعم المستمر والتغذية الراجعة للطلاب في المرحلة الأساسية، وأنه لا يمكن فصل عمليات التعلم الوجداني عن العمليات المعرفية فكلاهما يؤثر في فهم وإدارة المشاعر بطريقة صحيحة وبالتالي التغلب على المشكلات التي تواجههم.

وكما أشارت النتائج إلى عدم وجود أثر دال إحصائيا لمتغير الجنس في تطبيق البرنامج التدريبي ، بمعنى أنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) بين متوسط الأداء البعدي للذكور،ومتوسط الأداء البعدي للإناث على مقياس مفهوم الذات، وذلك لأنه كلما كان مفهوم الذات أعلى كان الوصف الذاتي أكثر

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

إيجابية كما ورد في دراسة **كوفر ومورفي** (**Coover & Murphy,٢٠٠٠**) التي هدفت إلى اختبار العلاقة بين الهوية الذاتية والمثابرة الأكاديمية و التحصيل لدى طلبة المدارس الثانوية.

وأظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود أثر دال إحصائيا للتفاعل بين الجنس والمجموعة، أي أنه لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) للتفاعل بين متغير الجنس والمجموعة في تطبيق البرنامج التدريبي على الدرجة الكلية لمقياس مفهوم الذات .

وأثبتت نتائج الفرض الأول خطأ الفرض الثاني وأيدت وجود فروق بين متوسط أداء طلبة الصف السابع الأساسي الذين تعرضوا للبرامج التدريبية ومتوسط أداء الطلبة من المستوى نفسه الذين لم يتعرضوا له وذلك على مقياس مفهوم الذات وأبعاده الثمانية لصالح الطلبة الذين تعرضوا للبرنامج .

وأيدت نتائج الفرض الثاني في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) بين متوسط أداء الذكور، ومتوسط أداء الإناث من طلبة الصف السابع الأساسي على مقياس مفهوم الذات وأبعاده الثمانية.

وكذلك أيدت نتائج الفرض الثالث عدم وجود أثر ذي دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) للتفاعل بين متغيري المجموعة والجنس في مفهوم الذات وأبعاده الثمانية.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

التوصيات:

على ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج يمكن وضع التوصيات على النحو التالي:

١- إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول الذكاء الانفعالي وعلاقته بمفهوم الذات على عينات أخرى من الطلبة وفي أعمار مختلفة.

٢- ضرورة عقد الدورات التدريبية الخاصة ببرامج الذكاء الانفعالي للمعلمين كي يتمكنوا من مساعدة الطلبة على تنمية مفهوم الذات لديهم.

٣- زيادة الاهتمام بتدريب الطلبة على الذكاء الانفعالي لما له من تأثير ينعكس بشكل إيجابي على العملية التربوية وعلى المجتمع بشكل عام.

٤- توعية أولياء الأمور من خلال مجالس الآباء والأمهات بأهمية الذكاء الانفعالي وكيفية التعامل مع الأبناء.

٥- إدخال موضوع الذكاء الانفعالي في مناهج وزارة التربية و التعليم لكافة المراحل.

٦- إعداد برامج للذكاء الانفعالي و قياس أثرها في متغيرات أخرى مثل مفهوم الذات، التفكير الإبداعي.

المراجع:

المراجع العربية:

الأعسر، صفاء، والكفافي، علاء الدين.(٢٠٠٠). **الذكاء الوجداني**، الطبعة الأولـــى، درا قباء للطباعة والنشر، القاهرة.

أبو سعد، مصطفى.(٢٠٠٥). **الذكاء الوجداني موعد مع القمة**، مركز النخبة.

أبو رشيد، رشيد بن عبد العزيز ؛العسيلي، منصور بن فراج .(٢٠٠٣). "**التحفيـــز وإيجاد الدافعية وأثرهما في الميدان التربوي**"، جامعة الملك سعود.

بهادر، سعدية .(١٩٨٩). **برامج تربية أطفال ما قبل المدرسة بين النظرية والتطبيق**. القاهرة.دار الصدر.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

جولمان، دانييل. (٢٠٠٠). "**الذكاء الانفعالي**". ترجمة: ليلى الجبالي، الطبعة الأولى، سلسلة عالم المعرفة، مطابع الوطن، الكويت.

الجبالي ، ليلى. (٢٠٠٠) . **الذكاء العاطفي** ، مترجم . المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الآداب، الكويت.

خوالدة، محمود عبدالله. (٢٠٠٣). **أثر برنامج تدريبي لتطوير مهارات الذكاء الانفعالي في تحصيل طلبة الصف السادس الأساسي في مبحث التربية الإسلامية**. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية.

دسوقي ، انشراح محمد . (١٩٩١). **التحصيل الدراسي و علاقته بكل من مفهوم الذات و التوافق النفسي** ، دراسة مقارنة ، مجلة علم النفس ، السنة الخامسة العدد ٢٧.

الديب، علي محمد، (١٩٩١). **نمو مفهوم الذات لدى الأطفال و المراهقين من الجنسين و علاقته بالتحصيل**. مجلة علم النفس، العدد العشرون، القاهرة.

ذياب، محمود عبد السلام. (١٩٩١). **السمات الشخصية التي تميز المتفوقين تحصيلا و غير المتفوقين لدى عينة من طلبة الجامعة الأردنية من مرحلة البكالوريوس**. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.

الكيلاني ، عبد الله زيد ؛عباس ، حسن علي . (١٩٨١) . الفروق في مفهوم الذات بين الأيتام و غير الأيتام في عينة من الأطفال الأردنيين . **مجلة دراسات العلوم الإنسانية** ، العدد الأول ، المجلد الثامن .

النجداوي، محمد أحمد.(١٩٩١). "**أثر دافع الإنجاز ومفهوم الذات الأكاديمي ومواقع الضبط على الدوافع المدرسية لدى الطلاب في الصف التاسع في مدينة عمان**"، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية

يعقوب، إبراهيم و رمزي، بلبل.(١٩٨٥). **العلاقة بين مفهوم الذات و التحصيل لدى طلبة المرحلة الإعدادية في الأردن. أبحاث جامعة اليرموك، اربد.**

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

يعقوب، إبراهيم.(١٩٩١). علاقة أبعاد مفهوم الذات بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. جامعة اليرموك، اربد.

المراجع الأجنبية:

- Bean, James .(١٩٩٩). ***Sorting Out The Self-Esteem***
- Brown , Waln K.(١٩٩٥). "Altering the Trajectory towards Delinquency". in ***RCY*** Vol. ٣ No.٤
- Burns, David D. (١٩٩٩). ***Ten Days to Self-Esteem.*** New York: Quill.
- Cherniss, C.(٢٠٠٠). **Emotional Intelligence: What it is and why it matters.** Paper presented at the annual meeting of the Society for Industrial and Organizational Psychology, New Orleans, LA. Aprill ١٥.
- Coover, and Murphy G. (٢٠٠٠). ***Emotional intelligence in the Collection of Debt. International Journal of Selection and Assessment.***
- Davies,L.(٢٠٠٠). ***Addressing Emotional Intelligence through The Teaching of Thinking Skills.*** San Francisco : Jossey Bass INC.
- ***hology and instruction decisions.*** The Dorsey Press, Homewood, Illionis.
- Erikson , E.H ; Erikson , J.M.(١٩٨١) . Generativity and Identity . ***Harvard Educational Review,*** ٥١, ٢٤٩-٢٦٠.
- Gardner, H.(١٩٨٣). ***Frames of mind.*** New York: Basic Books.
- Goleman, D.(١٩٩٥). ***Emotional Intelligence..*** New York: Banatam Books.
- Goleman, D.(١٩٩٨). ***Working With Emotional Intelligence.*** London: Basic Book.
- Goleman, D.(٢٠٠٠). ***Leadership that get result,*** Harvard Business Review, March April , PP: ٦٨-٦٩.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

- Huitt, W.(٢٠٠٤). Becoming a Brilliant Star: Educational Psychology Interactive. Valdosta,GA: Valdosta State University.Retrieved July ٢٠٠٤, from http://chiron.valdosta.edu/whuitt/brilstar/brilsexm.html.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R.(٢٠٠٠). " Models of emotional intelligence". In R. J. Sternberg (Ed.). ***Handbook of Human Intelligence (٢nd ed)***, pp ٣٩٦-٤٢٠. New York: Cambridge.
- Mayer, J.D ; Carus, D ; & Salovey, P.(١٩٩٦). "Emotional Intelligence Meets Traditional Standers for An Emotional Intelligence". ***Intelligence***,٢٧,P ٢٦٧-٢٩٨.
- Mayer J.D, Dipaole. M. & Salovey, P.(١٩٩٠). "Perceiving Affective Content in Ambiguous Visual Stimuli: A component of Emotional Intelligence. ***Journal of Personality Assessment***, ٥٧, ٧٧٢-٧٨١.
- Mayer, J.D, & Salovey, P. (١٩٩٧). What is Emotional Intelligence? In p. Salovey & D. Stuyter (Eds). ***Emotional Development and Emotional SSIntelligence: Educational Implication*** (٣-٣١). New York: Basic books
- Weissberg, R.P& Greenberg ,M.T(١٩٩٧). School and community competence enhancement and prevention programs , ***Hand Book of Child Psychology*** ,٥, Child Psychology in practice ٥th ed . New York :Wiley.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

مقياس مفهوم الذات (ملحق)

بسم الله الرحمن الرحيم

أخي الطالب / أختي الطالبة :

بين يديك استبانه مكونة من عبارات تصف مفهوم الفرد لذاته . والمطلوب أن تقرأ كل عبارة من العبارات التالية ثم تجيب عنها بوضع إشارة (×) تحت كلمة نعم إذا كانت العبارة تصف ما تشعر به عادة أو تضع إشارة (×) تحت كلمة لا إذا كانت العبارة لا تصف ما تشعر به عادة.مثال :

الرقم	العبارة	نعم	لا
١	إنني عصبي	×	

فإنني أضع إشارة (×) تحت نعم لأن الجملة "إنني عصبي" تعبر عما أشعر به عادة. أما إذا لم تعبر هذه الجملة عما أشعر به عادة. أضع إشارة (×) تحت كلمة لا كما هو موضح أدناه

الرقم	العبارة	نعم	لا
١	إنني عصبي		×

ملحوظة:

الإجابات لن يطلع عليها غير الباحثة ولن تستخدم إلا لأغراض الدراسة

معلومات شخصية :

الاسم :

الصف :

الجنس :

التاريخ : / / ٢٠٠

الرقم	العبارة	نعم	لا
١	أكون صداقة بسهولة مع الأشخاص الجدد		
٢	أحس بالتعب و أن جسمي مرهق		
٣	شهيتي مفتوحة للاكل دائما		
٤	أثور دائما لأتفه الأسباب		
٥	يوجد عيب في جسمي		

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الرقم	العبارة	نعم	لا
٦	أنا محبوب		
٧	أنا بطل		
٨	أنا قوي و لا يستطيع أحد أن يتغلب علي		
٩	أنا لست رياضيا		
١٠	أتكلم دائما بصوت عال		
١١	أنا متواضع		
١٢	اسمح للآخرين أن يسخروا مني		
١٣	غالبا لا اعرف ما يجب أن افعل		
١٤	أنا سريع في إنجاز الأعمال		
١٥	اغلب الأحيان لا أتقن ما اعمل جيدا		
١٦	أنا دائما متفائل		
١٧	استخدم الضرب مع الآخرين أحيانا		
١٨	أنا متعال قليلا		
١٩	أنا اتعب عندما العب		
٢٠	أنا مؤدب		
٢١	أستطيع متابعة المعلم و الانتباه له		
٢٢	اشعر بالضيق عندما أكون مع الآخرين من الأولاد		
٢٣	أنا أخاف من الاعتداء على الآخرين		
٢٤	أسامح الآخرين عندما يخطئوا		
٢٥	اكره الدراسة		
٢٦	أتحرك كثيرا و لا اشعر بالتعب		
٢٧	أشياء كثيرة يطرحها المعلمين لا افهمها		
٢٨	أنا جرئ		
٢٩	أنا عصبي		
٣٠	أنا متعاون		
٣١	أنا خجول		
٣٢	أنا غير نشيط و غير حرك		
٣٣	أنا القائد في مجموعتي		

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الرقم	العبارة	نعم	لا
٣٤	أنا كريم		
٣٥	طولي مناسب بالنسبة لمن هم في عمري		
٣٦	ليس لدي أصدقاء		
٣٧	أستطيع تدبير أموري لوحدي		
٣٨	أحيانا اشتم الآخرين		
٣٩	أنا مضحك		
٤٠	أنا لست لطيفا		
٤١	أنا لطيف في التعامل مع الآخرين		
٤٢	ليس هناك من يستحق أن أكون كريم معه		
٤٣	استمتع بوقتي اكثر مع الآخرين		
٤٤	وزني مناسب لعمري		
٤٥	أنا لا أتدخل بالآخرين		
٤٦	افضل اللعب لوحدي		
٤٧	اتعب بسرعة		
٤٨	يخافني الأولاد الآخرين		
٤٩	استمتع عندما أجد شخص اسخر منه		
٥٠	افضل البقاء لوحدي		
٥١	أنا مثابر		
٥٢	أنا نحيف		
٥٣	استفز لأتفه الأسباب		
٥٤	أبقى وراء الشيء حتى أنجزه كما أريد		
٥٥	اشعر بالغضب باستمرار		
٥٦	أتذكر أشياء كثيرة		
٥٧	لا أتمتع بصحة جيدة		
٥٨	جسمي متوسط الحجم		
٥٩	أنا بطئ باستيعاب الأمور		
٦٠	احسن الرياضة		
٦١	احب الآخرين مثلما احب نفسي		

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الرقم	العبارة	نعم	لا
٦٢	احب اللعب مع غيري من الأولاد		
٦٣	أنا لست جميل الشكل		
٦٤	اشعر بالملل قبل إنهاء العمل		
٦٥	أنا كسول		
٦٦	لدي أصدقاء كثيرون		
٦٧	صحتي دائما جيدة .		
٦٨	اهتم بالآخرين كما اهتم بنفسي		
٦٩	لا اغضب إلا إذا كان السبب كبير		
٧٠	أجد صعوبة في العمل مع أصدقاء جدد		
٧١	امتلك الحيوية و النشاط		
٧٢	جسمي سليم وصحيح		
٧٣	اشعر بالسعادة و الانبساط باستمرار		
٧٤	يتشتت انتباهي أثناء شرح المعلم		
٧٥	الشراسة من طبعي		
٧٦	أنا مجتهد		
٧٧	أنا ضعيف و لا أقوى حتى على الأصغر مني سنا		
٧٨	أنا أمين		
٧٩	اشعر بأنني مكروه وغير محبوب		
٨٠	الأشياء التي أتقنها قليلة		
٨١	اكذب في اغلب الأوقات		
٨٢	أساعد الآخرين باستمرار		

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com