برنامج تدريبي
لتنمية الذكاء العاطفي
لدى تلاميذ الصف السادس
(Emotional Intelligence)

دراسة تجريبية ميدانية في مدارس مدينة دمشق - سوريا
ملخص أطروحة مقدمة في جامعة دمشق لنيل درجة الدكتوراه في علم النفس

إعداد: رندا رزق الله
تناول البحث إعداد برنامج لتنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى تلاميذ الصف السادس من مرحلة التعليم الأساسي، والتي توافق مرحلة المراهقة المبكرة، من عمر يتراوح بين (11-13) سنة. واهتم بقياس مدى فاعلية هذا البرنامج في تنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى الفئة المستهدفة بالدراسة، وذلك عن طريق استخدام مقياس مهارات الذكاء العاطفي من تعريبي وإعداد الباحثة لاستخراج الفروق بين العينتين التجريبية والضابطة، وبين أفراد العينة التجريبية قبل التدريب على البرنامج وبعده.

وقد تألف البحث من بابين تناول الباب الأول الدراسة النظرية من خلال التعريف بالبحث وأدبيته، ودراسة الفئة المستهدفة بالدراسة، وعرض عدد من الدراسات السابقة المتعلقة بمفهوم الذكاء العاطفي، وتقدير الخلفية النظرية للموضوع، وبعض المتغيرات التي يرتبط بها. أما الباب الثاني فقد تضمن الدراسة التجريبي، وتناول خطوات الإعداد لبرنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي، وخطوات بنائه، ومراحل التنفيذ. العمل التجريبي، إضافة إلى التأكد من صدق وثبات المقياس المستخدم كأداة للتقييم، ثم عرض النتائج التي تم التوصل إليها ودراستها دراسة تحليلية، والتي وضعت في ضميتها بعض المقترحات.
الباب الأول
الجزء النظري
تكون هذا الجزء من خمسة فصول، تناول الفصل الأول منها مخطط البحث، بينما تناول الفصل الثاني الدراسات السابقة، وتضمن الفصل الثالث الذكاء العاطفي (مفهومه، تأريخه، أبعاده النفسية والاجتماعية)، أما الفصل الرابع فتناول مهارات الذكاء العاطفي وفق النماذج المتعددة وتضمن الفصل الخامس، دراسة الخصائص النفسية المرحلة المستهدفة بالدراسة، وهي المراهقة المبكرة.

فيما يلي عرض موجز لأهم محتويات هذا الباب:

- مشكلة البحث:

لاحظت الباحثة وجود نقص لدى الأفراد بشكل عام والبنين، في مرحلة المراهقة المبكرة بشكل خاص، في مستوى مهارات الذكاء العاطفي، وذلك من خلال قراءتها وحواراتها مع العديد من تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي، ومع معلميهم ومربيهم. إن هذا الضعف قد انعكس بشكل مباشر على مستوى التأسيسي، سواء على تكيفه الذاتي مع انفعالاته وفهمها والتعبير عنها، أو على تكيفه مع الآخرين ومهاراته.

- علاقات إيجابية فعالة وبناءة، وفهم انفعالات الآخرين، والتعامل معها. إن الضعف في هذه المحاذاة، وغيره من مهارات الذكاء العاطفي، يؤثر على حياة المراهق، يؤدي إلى صعوبات تكيفية مع الذات، وفي المجتمع، تضاعف إلى ما تحمله مرحلة المراهقة من مشكلات وصعوبات الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد.

لقد أكد العديد من العلماء (جولمان، شابير، مير، وسالوفي، بارون) وغيرهم من درس الذكاء العاطفي وتعمل في بحث، ووجد نماذج متنوعة للذكاء لكتأعتها على الإطلاق هو الذكاء العاطفي، "يشير جولمان (1995) إلى أهمية تأثير الذكاء العاطفي في الاتصالات الاجتماعية، وهو ما يلزم أن يكون انطباعي ومستقل عن الذكاء العاطفي، ويضيف أن الذكاء العاطفي يساعد في النجاح الوظيفي للفرد ويعزز له النجاح في العمليات والعلاقات المهنية داخل العمل.

(أحمد، 2003، ص: 53)"

كذلك لمست الباحثة قلة الدراسات العربية وخاصة المحلية منها، في إعداد برامج لتطوير مهارات الذكاء العاطفي لدى المراهقين بشكل خاص، ولدى فئات المجتمع بشكل عام. من هنا برزت الحاجة إلى تنمية تلك المهارات، لدى عينة من تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي، وذلك من خلال إعداد برنامج نفسي تربيوي في محاولة لمواجهة مشكلة البحث التي تلقتها على النحو التالي: ما مدى فاعلية برنامج تدريبي، لتنمية مهارات الذكاء العاطفي التالية (ممارة فهم الانفعالات الشخصية والتعبير عنها، وممارسة فهم العلاقات الشخصية، وممارسة إدارة الضغوط، مهارة التكيف (التكيفية)، والمهارة في التحكم بالمزاج العام، الانطباع
الإيجابي عن الذات) لدى عينة من تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي؟

2- ما مدى فاعلية برنامج تدريبي، لتنمية مهارات الذكاء العاطفي الكلي لدى أفراد
عينة البحث؟

أهمية البحث:

لاحظ أن الاكتشاف نتاج الدراسة العديد، والتي توصلت إلى
أن الذكاء العقلي العام والذي تقيس مقاييس الذكاء المعروفة، غير كاف للتحقيق النجاح
للفرد على صعيد الدراسة والعمل والأسرة. فالذكاء العام لا يحدد مستوى سعادة
الشخص في حياته المقبلة بدرجة دقيقة. بينما يتناول الذكاء العاطفي مهارات الفرد
اجتماعية والانفعالية بالإضافة إلى المعرفية. فقد قدم مفهوم الذكاء العاطفي نماذج
المهارات المتكونة له، والتي تتمثل في: " معرفة العواطف الذاتية وفهمها، إدارة
العواطف، وتحفيز النفس (أي توجيه العواطف في خدمة هدف ما)، التعرف على
عواطف الآخرين، توجيه العلاقات الإنسانية أو الشخصية " (جولمان،
2000، ص: 68: 69)، روية جديدة أكثر شمولية لإمكانيات النجاح، "وتشكل أن هذه
الروية التعددية للذكاء تقدم صورة أكثر ثراء لقدرات الطفل وإمكانيات نجاحه أكثر من
معيار الذكاء) (IQ) (م، ص: 62).

ذلك كان من الضروري بناء برامج تعمل على تنمية مهارات الذكاء العاطفي، تلك
البرامج تطور وتحسن مهارة الفرد، في فهم افعالاته والتحكم بها، وفهم انفعالات
الآخرين والتعامل معها، وبالتالي تحسن المهارة في بناء علاقات ب-psychological فعالة " إذ
يمكن تنمية الذكاء العاطفي والمهارات المرتبطة به من خلال برامج تدريبية وتموية
(Bar_on & Paker،2000،p:20).

ولعل أصل أصل هذه الدراسة وجدتها يعئان عنصرين هامين في هذا البحث، مما يستدعي
القيام بالعديد من الأبحاث والدراسات التي يكون هدفها تطوير مهارات الفرد في الذكاء
العاطفي وذلك منذ المراحل الأولى للنمو.

أهداف البحث:

- سعى البحث إلى الوصول إلى هدف رئيسي هو:
- تصميم برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي، والتأكد من فاعليته لدى العينة
المستهدفة بالدراسة.

والتي تتطلب تحقيق الهدف الرئيسي تحقيق الأهداف الفرعية التالية:
- التعرف على مستوى مهارة الذكاء العاطفي لدى العينة المستهدفة بالدراسة.
- إعادة برنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي بما يتناسب و المرحلة العمرية للعينة.
- تدرب أفراد العينة على إجراءات وأنشطة برنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي
التية تم تصميمها.
-4. التحقق من فاعلية برنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي.
-5. التحقق من فاعلية برنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي في التطبيق البعدي المؤجل
للقياس (بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بمدة 36 يومًا).
-6. التوصل إلى عدد من المقترحات المتعلقة في ضوء النتائج التي توصل إليها هذا البحث.

فرضيات البحث:
انطلق البحث من الفرضيات التالية:
-1) لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية اللذين تدربوا على برنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي، ومتوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة اللذين لم يتدربوا على البرنامج، في مهارات الذكاء العاطفي.
-2) لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية، قبل التدريب على البرنامج وبعده، في مهارات الذكاء العاطفي.
-3) لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة، وذلك قبل تطبيق البرنامج وبعده، في مهارات الذكاء العاطفي.
-4) لا توجد فروق دالة إحصائياً، في نتائج التدريب على برنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي مع تغيير الجنس.

ويتفرع عن الفرضية الرابعة الفرضيات التالية:
أ. لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين متوسط درجات الذكور، ومتوسط درجات الإناث في المجموعة التجريبية، في مهارات الذكاء العاطفي.
ب. لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين متوسط درجات الذكور في المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات الذكور في المجموعة الضابطة، في مهارات الذكاء العاطفي.
ج. لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين متوسط درجات الإناث في المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات الإناث في المجموعة الضابطة، في مهارات الذكاء العاطفي.
د. لا توجد فروق دالة إحصائياً، بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي الفوري والبعدي المؤجل، في مهارات الذكاء العاطفي.

التعريف بتصنيفات البحث:
- الذكاء العاطفي: Emotional Intelligence
  - عرف سالوفي ومايير الذكاء العاطفي كما يلي:
"إنها المقدرة على مراقبة مشاعر وعواطف الفرد الشخصية وعواطف الآخرين،
للمزيد عندها ويستخدم هذه المعلومات لتكون موجهاً لتفكيره وفعاله " (Salovey, Mayer, 1990, P. 189)).

بينما عرف بارون الذكاء العاطفي بأنه: "قدرة الفرد على فهم مشاعره وتعبير عنها، وامتلاك تقنيات إيجابية للذات، وتحقيق واسع لقراراته ليعيش حياة هادئة سعيدة. إنها القدرة على فهم الطريقة التي يشعر بها الآخرون، والقدرة على إقامة علاقات بين شخصية ناضجة ومسؤولية، دون أن تحول إلى اعتمادية على الآخرين، يتصرف هؤلاء الأفراد عموماً بالتفاؤل، والمرونة، والواقعية والنجاح في حل المشكلات والتعامل مع الضغوط، دون فقدان التحكم (156-155, Bar On).

هذا وقد وقفت الباحثة، تعريفًا للذكاء العاطفي، من خلال التعريفات السابقة وغيرها، وهو الذي سيتم اعتماده في البحث الحالي. (إن قدرة الفرد على فهم وتحليل اتجاهات، وانفعالات الآخرين، يتمكن من تحقيق قدر كبير من التكيف مع نفسه ومع الآخرين، وتمكن من إدارة الضغوط وحل المشكلات المحيطة به، ويكون أكثر إيجابية في نظرته لذاته وفي تعامله مع الآخرين.).

- مهارات الذكاء العاطفي:

- برنامج تنمية مهارات الذكاء العاطفي:
  هو برنامج يستند إلى استراتيجيات محددة تهدف إلى تنمية مهارات الذكاء العاطفي وفق النموذج المخطط، وتشمل عدداً من التدريبات والأنشطة المناسبة لحمادي الصف السادس من التعليم الأساسي، تم توليفه من نموذج البرنامج الذي اقترحه بارون وباركر والبرنامج الذي أعده (شابرو، 2001)، وعدد من البرامج الأخرى، التي صممت بهدف تنمية مهارة من مهارات الذكاء العاطفي أو أكثر.

- تلاميذ الصف السادس:
  هم الأفراد من عمر (11-13) سنة، والذين يدرسون في الصف السادس من التعليم الأساسي، في مدارس الجمهورية العربية السورية.
عينة البحث:

لقد تم اختيار العينة بشكل مقصود، لعدد من تلاميذ الصف السادس في الحلقة
الثانية من التعليم الأساسي، من مدارس مدينة دمشق الرسمية. كما تم تقسيم العينة إلى
مجموعتين الأولى ضابطة، وعدد أفرادها (40)، عدد الذكور (21)، وعدد الإناث (19). والمجموعة الثانية تركيبية وعدد أفرادها (61)، عدد الذكور (31)، وعدد
الإناث (30). إن المبرر لاختيار تلاميذ الصف السادس، هو ما لهذه المرحلة العمرية
النمانية من أهمية في تكوين انفعالات وعواطف وسلوك الأفراد، فهي مرحلة انقراض
بينية تتوسط مرحلة الطفولة والمرأة، وفيها تبدأ الانفعالات المتأصلة والمتخبطة
بالظهور، لتفاجئ كلا من الطفل ووالديه ومعلميه، وهو هنا في أسس الحاجة إلى برامج
تدريب وتدعية لمواجهة وفهم العواطف التي تجتاحه، وتنمي لديه مهارات الذكاء العاطفي
ككل لاجتاز أزمة المراهقة بسلام.

منهج البحث وأدواته

اعتمد المنهج شبه التجريبي في هذا البحث، الذي يتطلب عدة خطوات لتحقيق النتيجة
مثل: تحديد مشكلة البحث وصياغتها بدقة، ووضع فرضيات البحث ودقتها، بذل كل
الجهود الممكنة لضبط متغيرات البحث بدقة، التصميم الجيد للتجربة وتنفيذها.
أما الأدوات التي استلزمها إجراء البحث فهي:

-1برنامج معد خصيصاً لتنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى تلاميذ الصف السادس.
-2مقياس مهارات الذكاء العاطفي، من إعداد البحث.
الباب الأول- الجزء الثاني
لدراسات السابقة المتعلقة بمفهوم الذكاء العاطفي ومهاراته

أما الفصل الثاني من هذا الباب فقد خصص، للدراسات السابقة المتعلقة بمفهوم الذكاء العاطفي ومهاراته، من خلال عرض موجز لعدد من الدراسات العربية والأجنبية التي اهتمت بمهارات الذكاء العاطفي وعلاقتها بعدم المتغيرات، والدراسات التي اهتمت بتنمية مهارات الذكاء العاطفي من خلال إعداد برامج تدريبية. وقد أشارت الباحثة إلى الافتقار للدراسات العربية التي تتناول دراسة النواحي النفسية لمهارات الذكاء العاطفي، وإعداد برامج لتنمية هذه المهارات لدى فئات المجتمع كافة. بعد ذلك تم التعقب على الدراسات السابقة ومناقشتها، وربطها بالدراسة الحالية من خلال توضيح مكانتها بين الدراسات السابقة، وأوجه التقابل والاختلاف بينها.

الباب الأول- الفصل الثالث
مفهوم الذكاء العاطفي

بينما تضمن الفصل الثالث مفهوم الذكاء العاطفي من خلال عرض لحظة تاريخية عن نشأة المفهوم وتطوره على أيدي العلماء، كذلك تمت دراسة أبعاده النفسية والاجتماعية وعلاقته بالمتغيرات المتعددة كالعمل والنجاح في الحياة والتحصيل، أما الفصل الرابع فتناول مهارات الذكاء العاطفي وفق النماذج المتعددة وتضمن الفصل الخامس، دراسة الخصائص النفسية للمرحلة المستهدفة بالدراسة وهي المراهقة المبكرة.
الباب الثاني
الجزء التجريبي الميداني

تألف هذا الجزء من أربع فصول:

كثير تضمن الفصل السادس عرضًا مفصلاً لimentos مهارات الذكاء العاطفي بصورة أجنبية ومصورة العربية، حيث تم وصف المقياس، والتعريف به ومكوناته، ثم تم عرض إجراءات الدراسة الاستطلاعية الميدانية للقياس، من خلال إجراءات التأكد من الصدق: صدق الترجمة، والصدق المنطقي، والصدق البينيبي، أما إجراءات التأكد من الثبات فكانت بثلاث طرق: الإعداد بفارق أسبوع، وطريقة التجزئة التنسيبية، وطريقة ألفا كروناخ. وتم نتيجة التذكرة الرائجة للدراسة الاستطلاعية إجراء التقييمات اللازمة. وبذلك أصبحت الصورة النهائية للمقياس جاهزة، وقابلة لتطبيق على أفراد عينة البحث.

وقد تناول الفصل السابع إعداد برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء العاطفي، من خلال عرض مراحل وخطوات إعداد البرنامج، والتي تتكون من الخطوات التمهيدية، وإعداد البرنامج بصورة أولية من خلال تحديد الأهداف السلوكيات التي ستساع إليها البرنامج، وتحديد المتدربين على البرنامج والوقت اللازم لإنجاز التدريب، وتحديد الأنشطة والإجراءات المستخدمة في البرنامج، كما تم تقديم مثال تفصيلي من جلسات البرنامج بصورة أولية، وقد تم عرض البرنامج في صورته الأولى على عدد من المحكمين كخطوة أولي من الدراسة الاستطلاعية له، وتطبيق استطلاع كمرحلة ثانية، وتم إجراء التقييمات اللازمة على الصورة الأولية للبرنامج وإعداده لمرحلة تنفيذ التجربة.


وتناول الفصل التاسع والأخير عرضاً موجزاً لما تم التوصل إليه من نتائج في هذا البحث:
لكن استلزم التحليل الإحصائي لنتائج تطبيق مقياس الذكاء العاطفي، قبل التجربة، وبدءاً حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية للدرجات الخام بين المجموعات التجريبيّة والضابطة، وكذلك بين التطبيقين الفعلي والمجاهد، وقد ثمّ ذلك من خلال استخدام اختبار ستودنت للعينات المستقلة، ولهذا المرتبة، على برنامج SPSS.

وكان نتائج التحليل الإحصائي كما يلي:

- توجد فروق دالة إحصائيّة، بين متوسط درجات التلاميذ الذين تدربوا على برنامج تدريب مهارات الذكاء العاطفي من أفراد المجموعة التجريبية، ومتوازيّة درجات التلاميذ الذين لم يتدربوا عليه من أفراد المجموعة الضابطة، في مهارات الذكاء العاطفي، والفروق لصالح نتائج المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي.

- لا توجد فروق دالة إحصائيّة بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة الضابطة، وذلك قبل تطبيق البرنامج المعد وعده، في مهارات الذكاء العاطفي، والفروق لصالح نتائج المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي.

- لا توجد اختبار الفرضية الرابعة والفرضيات المتنافرة عنها: اً لا توجد فروق دالة إحصائيّة، بين متوسط درجات الذكور و متوسط درجات الإناث، على مقياس الذكاء العاطفي، في (مهارات هم الانفعالات الشخصية، ومهارة فهم العلاقات الشخصية، وفي الذكاء العاطفي ككل والانطباع الإيجابي). بينما توجد فروق دالة إحصائيّة بين متوسط درجات الذكور و متوسط درجات الإناث، على المقياس المستخدم في (مهارة إدارة الضغوط النفسية) و (التكيفية) و (المزاج العام)، (الدرجة الكلية للمقياس)، وهي لصالح نتائج الذكور.

- توجد فروق دالة إحصائيّة، بين متوسط درجات الذكور في المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات الذكور في المجموعة الضابطة، في مهارات الذكاء العاطفي، وهي لصالح نتائج الذكور في المجموعة التجريبية.

- توجد فروق دالة إحصائيّة، بين متوسط درجات الإناث في المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات الإناث في المجموعة الضابطة، في مهارات الذكاء العاطفي، وذلك لصالح نتائج الإناث في المجموعة التجريبية.

- لا توجد فروق دالة إحصائيّة بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية، في الانتهاء من تنفيذ التجربة في التطبيق البعدي الفوري، ونتائج نفس المجموعة بعد (36) يوماً من الانتهاء التجريبة في التطبيق البعدي المؤجل. كما جاءت نتائج تطبيقي المتدرين من أفراد المجموعة التجريبية متوافقة ومؤيدة للنتائج الإحصائية السابقة.
هذا بالنسبة لفرضيات البحث أما فيما يتعلق بأهداف البحث، فقد تم تحقيقها كاملاً، سواء من حيث بناء البرنامج، أو من حيث تدريب الطلبة عليه، وفاعلية بالنسبة لتنمية مهارات الذكاء العاطفي كما تم التوصل إلى بعض المقترحات التي يمكن الإفادة منها.

مقترحات البحث:

حقج البحث من خلال إجراءاته الميدانية في العمل التجريبي، تحسناً واضحاً في مستوى مهارات الذكاء العاطفي لدى تلاميذ الصف السادس من أفراد العينة التجريبية، الذين تدربوا على البرنامج المعد لتنمية هذه المهارات، وذلك من خلال النتائج التي توصل إليها ومناقشتها، مما دل إحصائياً على فاعلية البرنامج في تحقيق الأهداف التي وضع من أجلها.

وقد تم وضع بعض المقترحات استناداً لما توصل إليه البحث من نتائج:

- تطوير برامج لتنمية مهارات الذكاء العاطفي لما لهذه البرامج من أهمية كبيرة في تحقيق التوازن اللفاعلي والتكيف الاجتماعي، للأفراد بشكل عام والمراهقين بشكل خاص، مما يساعدهم على تحقيق النجاح في مختلف مجالات الحياة.

- دمج برامج تدريب مهارات الذكاء العاطفي بالمناهج التدريسية وتخصص حصص دراسية لذلك من خلال وضع الخطط المناسبة لكل مرحلة تعليمية بما يتناسب وطبيعة التلاميذ والطلبة المستهدفين بالتدريب، وذلك في ضوء ما أشارت إليه حوارات الباحثة الميدانية مع أفراد عينة البحث.

- تطوير مقياس مهارات الذكاء العاطفي، بما يتناسب والبيئة التي مستخدم فيها.

- استثمار برامج التدريب على تنمية مهارات الذكاء العاطفي، التي تثبت فاعليتها في مجال التربية، والعمل، والصحة النفسية، لكي يتمكن الفرد من تحقيق أكبر قدر من السعادة.