



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية المقداد
قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي



الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة

الى مجلس كلية التربية المقداد/جامعة ديالى
جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس
في (الارشاد النفسي والتوجيه التربوي)

من الطالب
احمد رفعت حسن

بإشراف

أ.م.د.نادية محمد رزوقي الاعجم

2021م

1443هـ.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ
وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي
بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ

صدق لله العلي العظيم

سورة النمل

آية (١٩)

الاهداء

وصلت رحلتي الجامعية إلى نهايتها بعد تعب ومشقة..

وها أنا ذا أختتم بحث تخرُّجي بكل همّة ونشاط،

وأمتنُّ لكل من كان له فضل في مسيرتي،

وساعدني ولو باليسير،

الأبوين، والأهل، والأصدقاء، والأساتذة المُبجّلين..

أهديكم بحث تخرُّجي.....

إقرار المشرّف

أشهد ان اعداد هذا البحث (الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة)
والمقدم من قبل الطالب (احمد رفعت حسن) قد جرى تحت اشرافي في كلية
التربية المقداد / جامعة ديالى وهو جزء من متطلبات نيل شهادة
البكالوريوس في الارشاد النفسي والتوجيه التربوي .

المشرّف

الدكتورة

نادية محمد رزوقي

2022/ /

بناءً على التوصيات المتوفرة . ارشح هذا البحث للمناقشة

شكروا مناه

الحمد لله رب العالمين حمدا يوافي نعمه ويكافئ مزيده على ما وفقني في إتمام هذا البحث المتواضع ، وأفضل الصلاة وأتم التسليم على خير خلق الله أجمعين محمد وعلى اله الطيبين الطاهرين وعلى أنبياء الله أجمعين وبعد يقول الرسول الكريم محمد(صلى الله عليه وسلم)(لا يشكر الله من لا يشكر الناس) صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم. فمن واجب الوفاء أن أتقدم بالشكر والامتنان إلى أستاذتي الفاضلة الدكتورة (نادية محمد رزوقي الاعجم)، المشرفة على البحث، لما قدمته من رعاية علمية وتوجيهات سديدة أسهمت في إنجاز هذا البحث فكانت لي الأستاذة والموجهة الناصحة ، فجزاها الله عني خير الجزاء . ويطيب لي أن أتقدم بجزيل الشكر والامتنان الى رئيسة القسم وجميع أستاذتي في قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي . واجب الوفاء والاعتراف بالجميل يسرني أن أقدم شكري وامتناني الى

الأستاذ الدكتور (حسين هادي) ،على ما قدم لي من معونة ساهمت في انجاز هذا البحث جزاه الله عني خير الجزاء ، وأقدم شكري إلى الطلبة الذين أجابوا على مقاييس البحث لما أبدوه من تعاون ساهم في انجاز هذا البحث. وأيضا أتقدم بشكري لكل من مد لي يد العون والمساعدة في انجاز هذا البحث و فاتني ذكر اسمه فوفقهم الله جميعا وجزاهم الله خير الجزاء .

المستخلص :

يهدف البحث الحالي التعرف الى :

- 1) قياس الكفاءة الانفعالية لدى طلبة التربية المقداد .
- 2) قياس الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الكفاءة الانفعالية وفق متغير الجنس (ذكور، اناث) .

ولتحقيق اهداف البحث قام الباحث بتبني مقياس الكفاءة الانفعالية المعد من قبل المسعودي (٢٠١٧) المكون من (٣٣)فقرة وبدائل خماسية (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي احيانا ، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي)وبعد تطبيق المقياس على عينة البحث المكون من (١٠٠) طالب وطالبة ،اذن اظهرت نتائج قياس الكفاءة الانفعالية العينة تمتلك كفاءة انفعالية ، اذ تشير هذه النتيجة الى ان طلبة كليه تربية المقداد يتصفون بالكفاءة الانفعالية ، وقياس الفروق ذات الدلالة الاحصائية وفق متغير الجنس (ذكور- اناث)حيث اظهرت النتائج انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الكفاءة الانفعالية تبعا لمتغير الجنس (ذكور – اناث) .

Abstract

The current research aims to identify:

- 1) Measuring the emotional efficiency of the student of Education Miqdad.

2) Measuring statistically significant differences in emotional efficiency according to the gender variable (males, females).

To achieve the objectives of the research, the researcher adopted the emotional efficiency scale prepared by Al-Masoudi (2017), consisting of (33) items and five alternatives (it always applies to me, applies to me often, applies to me sometimes, applies to me rarely, does not apply to me) and after applying the scale to a sample The study consisted of (100) male and female students, so the results of measuring emotional efficiency showed the sample possesses emotional efficiency, as this result indicates that the students of Al-Miqdad College of Education are characterized by emotional competence, and statistically significant differences were measured according to the gender variable (male - female), where the results showed There are no statistically significant differences in emotional efficiency according to the .(gender variable (male - female

المبحث الأول

أولا : مشكلة البحث Research problem :

تشكل العواطف والانفعالات جزءا مهما وأساسيا من التكوين النفسي للفرد وقد أكدت الدراسات والأبحاث الأجنبية الحديثة بان المنظومة الانفعالية في تركيبية الإنسان صعبة ومعقدة التغيير، وهي تحدد معالم الشخصية للفرد منذ فترة مبكرة من حياة الإنسان (يونس، ٢٠٠٦: ص٣٦٧-٣٦٨) حيث أكدت الدراسات إن للانفعالات دورا مهما في توجيه سلوك الفرد. وتحديد علاقة الفرد بعالمه الخارجي الذي يعيش فيه، من خلال مدى تأثر الشخصية الإنسانية بالنظام الانفعالي للإنسان (مغربي، ٢٠٠٨: ٤). إن امتلاك الأفراد درجات متدنية من الكفاءة الانفعالية يمكن أن يقف عائقا أمام محاولات الفرد للخروج من الأزمات النفسية التي يتعرض لها في شتى مجالات الحياة ، فضلا عن أنه يمكن أن يقودها الى حدوث مشكلات في التوافق الاجتماعي والتوافق التربوي و المهني .وبهذا يمكن القول بأن الكفاءة الانفعالية هي مجموعة من القدرات والمهارات الشخصية التي تساعد الفرد على أن يفهم مشاعره وانفعالاته والسيطرة عليها، وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معهم وقدرة الأشخاص على استغلال انفعالاتهم في الأداء الجيد وإقامة علاقة جيدة مع المحيطين بهم. (Goleman, 2001: 27) وبهذا فإنها تؤدي دورا كبيرا في مساعدة الأفراد على اكتساب المهارات الاجتماعية التي بدورها تمكنهم من التعامل مع المواقف الاجتماعية بشكل مقبول اجتماعيا (Mills، ٢٠١١: ٢٢)، كما يؤدي انخفاض الكفاءة الانفعالية ومما يرافقها من مشكلات في العلاقات الاجتماعية إلى انخفاض في تقدير الذات ، لأن تقدير الذات الايجابي هو الدرجة التي يشعر الفرد فيها بأنه مرتاح أو متقبل لذاته (الخالدة، ٢٠١١: ٤٩) لذا ان الانفعالات السلبية مظهر من مظاهر فقدان التوازن بين الفرد وبيئته وهذا يعني ان هناك خلل في توافق الفرد مع بيئته ،لان الفرد عندما يواجه موقف غير مألوف قد يتعدى حدود قدرته على امتلاك انماط سلوكية مناسبة لمواجهة، وعليه فان الفرد في هذا الموقف

الجديد ينساق الى التصرف بأسلوب يحكمه الانفعال وما يصاحب ذلك من مظاهر سلبية فالانفعال الشديد كالغضب يؤدي الى الاصابة بأمراض النفسجسمية اى السايكومترية مثل قرحة المعدة وارتفاع ضغط الدم ، ويكون سببها نفسيا يؤثر على دقة التحكم حيث يرى الشخص المنفعل خصمه كمجموعة عيوب ولا يرى له ميزة ايجابية .(ربيع ، ٢٠١٠ ، ١٥٥ - ١٥٤) ويتجه الافراد الى اشكال مدمرة في ادارة الانفعالات مثل تعاطي الكحول وغيرها ولكون الباحث طالب جامعي ومن منطلق احساسه وشعوره بالمشكلة في بيئة الجامعة تطرق الى موضوع البحث اذ تعد الحياة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الطالب وبناء مستقبله التى وبسبب ما تراه من انحلال للمنظومة الاخلاقية بشكل عام وللطالب بشكل خاص ومن خلاله ما تقدم تكمن مشكله البحث الحالي في الاجابة على السؤال الاتي:

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

ثانيا: اهمية البحث

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

وبهذا فقد اشار (Goleman، ١٩٩) إلى أهمية تحلي الفرد بالقدرات والكفاءات الانفعالية للنجاح في الحياة ، ويؤكد على إن الأشخاص الذين يعرفون مشاعرهم على نحو جيد هم أولئك الذين يتميزون في كل مجالات الحياة ، وان قابليتهم اظهار سلوك معين من الناحية الانفعالية ما هو إلا تعبير عن الكفاءة الانفعالية والتي تعتبر من المفاهيم الحديثة نسبيا في علم النفس (سولفي وماير: ١٨٩، ١٩٩٩).

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

نمطه الانفعالي والأخلاقي الذي يتجسد من خلال إختيار الأفكار المفردات والموضوعات الأدبية وحتى الفنية الإبداعية . وعليه فإن الانفعالات تتغلغل في شخصية الفرد لتشمل كل جوانبه الانسانيه والجسدية . لقد أوضح الفيلسوف (ي-سبينوزا) دور الانفعالات من خلال ملاحظاته على العلاقات الشخصية المتبادلة القائمة على الحب والود والاحترام والإيثار، أو على الكراهية والعدوانية والنفور. فالحسد يمكن أن يهزم ويقضى عليه بوساطة الحب (بني يونس، ٢٠١٢: ٣٣٣-٣٣٦).

هناك نظامان للانفعالات في جسم الإنسان (سلبى و ايجابى) ، فالأول موجه لتجنب الهروب من التهديدات، وأما الثاني المتمثل بالانفعالات الإيجابية التي تنفي السلوكيات المحلية، وتوظيف الطاقات، وشعور الفرد بالسعادة عندما يتمدد ذهنه الى أقصى حدود الطاقة والحيوية في المساعدة وإرادة الحياة الانفعالية بالارتباط مع الذات والآخرين (حجازي ،٢٠١٠، ١٠)، إن الشباب ذوي الكفاءة الإنفعالية العالية يكونون أكثر وعيا في عواطفهم وأكثر قدرة على تنظيم هذه العواطف إذ تسهم في إكتساب خبرة لأعلى مستويات السعادة و تكوين علاقات إجتماعية ناجحة، وهم قادرون على إظهار إستراتيجيات أفضل للتكيف مع

تفسير أكثر دقة للمعلومات التي تنتجها الانفعالات والبيئة ، والتي يمكن للأفراد ذوي الكفاءة الانفعالية الحفاظ على شعور أفضل من السعادة والميل الى اكتساب خبرة التأثيرات الأكثر إيجابية.(Zidner، ٢٠١٠ : ٤٣١- ٤٣٥).

ففي البيئات التعليمية، يعد النجاح الدراسي أمراً حاسماً في تطوير الكفاءة الانفعالية للشباب وقد وجد أن هناك علاقة إيجابية بين الإنجاز الأكاديمي والكفاءة الانفعالية للشباب تكون مؤشراً هاماً للنجاح الأكاديمي الطلاب الجامعيين في جميع الدرجات، الذين لديهم إدارة أفضل للأبعاد الانفعالية بما في ذلك العلاقات الشخصية والقدرة على التكيف، وإدارة الإجهاد. إذ يمكن للطلاب ذوي الكفاءة الانفعالية الأفضل ان يكون لديهم أداء أكاديمياً أفضل، بالرغم من أن الأبنية التقليدية للذكاء لا تتنبأ بنجاح الحياة ، ولكن الكفاءة الانفعالية تظهر أهمية هذا التنبؤ في النجاح في الحياة أو الإرتباح مدى الحياة. فالشباب الذين هم أكثر كفاءة إنفعالية هم أقل عدوانية وأقل عرضة للغياب غير المبرر في الجامعة (parker et al: ٢٠٠٤_ ١٣٢١-١٣٣٠).

وهذا يتفق مع دراسة (النويران وحمدي ، ٢٠١٣) التي أشارت الى فهم الأشخاص لانفعالاتهم والوعي بها وبانفعالات الاخرين . (النويران وحمدي ، ٢٠١٣ : ٢٧٠).

❖ الأهمية النظرية :

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

❖ الأهمية التطبيقية

- فإنها تتمثل بتطبيق مقياس الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة وفق متغيرات مهمة في الجامعة متمثلة بالجنس
- إضافة للمكتبة دراسة مهمة لمتغير حديث ومهم لشريحة ذا تأثير كبير بالمجتمع
- إلقاء الضوء على طلبة كلية التربية المقداد، كونهم يمثلون النخبة الخيرة من الطلبة ، لأن المجتمع يعقد عليهم آماله في استمرارها وتطورها وتقديمها.

ثالثا: اهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف الى :

- قياس الكفاءة الانفعالية لدى طلبة التربية المقداد .
- قياس الفروق ذات الدلالة الاحصائية في الكفاءة الانفعالية وفق متغير الجنس (ذكور،اناث)

رابعا: حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى كلية تربية المقداد من كلا الجنسين (ذكور،اناث) وللعام الدراسي (٢٠٢١_٢٠٢٢) والدراسة الصباحية فقط.

خامسا : تحديد المصطلحات

الكفاءة الانفعالية (emotional efficienc) عرفها كل من :

١- بوياتريس و ري (Boyatzis & Rhee،1999) القابليات التي تستخدم كمتنبئ للأداء والفاعلية في الأداء والقيادة (Boyatzis & Rhee، 1999، 2-

(35

٢- ديكسون وأن (٢٠٠٠ ، ديكسون وأن)

قابلية الفرد على التعبير عن الانفعالات الداخلية وسهولة فهم الفرد للآخرين ويحدد

قابلية الفرد على القيادة والتأثير بنجاح (Dickson & Anne ٢٠٠٠:١)

٣- (Wolmarans & Martins ،Wolmarans & Martins (2001

قابلية الفرد على إدارة حياته الإنفعالية معرفيا أما الكفاءة ومهارة عالية أو بكفاءة ومهارة واطئة والمتضمنة سبع كفاءات انفعالية ،الوعي الإنفعالي ، احترام وتقييم الذات ، إدارة الذات ، دافعية الذات ، المرونة في التغيير ، العلاقات ما بين الأشخاص، (Walmarans & Martins، 2000، 65)

٤- التعريف النظري : تبني الباحث العريف ولمارائر ومارتينيز (٢٠٠١) كتعريف نظري لمتغير الكفاءة الانفعالية.

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

الفصل الثاني اطار النظري ودراسات سابقة

الكفاءة الانفعالية (efficiency emotional the) نالت الكفاءة الانفعالية على مدى العقدين الماضيين إهتماما متزايدا سواء من عامة الناس أو من الأوساط العلمية (Petrides&Furnham، ٢٠٠٣: ٣٩).

إذ يعد سلوك الاستجابة هو البديل الذي يقدمه الإنسان عندما يستثار انفعالي الانفعال الذي يكون بطريقة غير مباشرة وهذا ما يحصل بالنسبة للكبار اذ تكون استجاباتهم للانفعال بسلوك منضبط . وهناك تفريغ مباشر وهذا يعني أنه غير مقيد ويتجسد بردود أفعال للأفراد تجاه الانفعالات التي لا يمكن التكهن بكيفيتها أو بصورتها ، لأن الطفل ليس مثل الكبير الذي يحرص على سمعته أمام الآخرين ، ومن هذه الاستثارات الانفعالية الغضب الذي يدفع الإنسان الى الاحتكاك المباشر أو القتال ، والحزن الذي يدفع الإنسان الى الانسحاب من الموقف ، والخوف الذي يدفع الإنسان الى الهروب . وبذلك يكون لكل انفعال معنى كأن يعترى الانسان الرعب فهذا يعني أنه أدرك أن هناك خطرا محققا به .

مما ذكر ندرك أن للانفعالات دورا رئيسا ومؤثرا ومهما في حياة الفرد ، وسواء أكانت هذه الانفعالات إيجابية أو سلبية ، محزنة أو مفرحة فهي التي تضي على حياة الفرد الشعور بالوجود بغض النظر عن نوعيتها (العادلي ، ١٥٥: ٢٠١٠).

يمكن تحقيق الصحة الذهنية السليمة المرتبطة بكفاءة الانفعالات وذلك من خلال تفهمنا لمشاعرنا الذاتية و مشاعر الآخرين وبالتالي إدراك مشاعرهم ما يمكننا من التواصل معهم والتنظيم الناجح لانفعالاتنا. فالأشخاص الذين لديهم كفاءة انفعالية عالية يتمكنون من إدراك ومعرفة انفعالاتهم بصورة واضحة ، وبذلك يكونون سعداء في نشاطاتهم الاجتماعية . وعلى العكس من ذلك نلاحظ أن الأفران ضعف في إدارة إنفعالاتهم سوف تتولد لديهم عدم قدرة على فهم انفعالاتهم الذاتية لذلك

يواجهون مشكلة في عدم قدرتهم على التكيف والتخطيط للمستقبل، وهذا يعني أن طريقة إدارتهم لانفعالاتهم غير ملائمة. أما الأفراد الذين يمتلكون نسبة وافرة من القدرة على إدارة انفعالاتهم الذاتية ينجحون في الجانب الميني والاجتماعي لأنهم سيكونون قادرين على بناء علاقات شخصية قوية مع الآخرين وبالتالي ستكون لديهم مواصفات قيادية مؤثرة (ابوغزال ، ٢٠١٣ ، ١٨٤).

الكفاءة الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات :

• الذكاء الانفعالي (Entelligence Em0tional)

وجهة نظر (لاو) (Lau.٢٠٠٦) فإن هناك فرقا واضحا بين الذكاء الانفعالي و الكفاءة الانفعالية على أن نشأة قدرة الذكاء الانفعالي ،فطرية منذ الولادة ويؤكد (لاو :٢٠٠٦) ان الكفاءة الانفعالية هي مهارات مكتسبة من خلال التدخلات الثقافية والاجتماعية والسياقية عبر المراحل التي يمر بها الفرد .وحسب راي (Saarni,2007) أن تنظيم واستقرار الانفعالات لاتكون فطرية أو موروثه على حد قولها وإنما مكتسبة خلال الخبرات والمواقف التي يمر بها الفرد (Lau,2006:355-362) .و لقد انبثق الذكاء الانفعالي من ساحة الذكاء الاجتماعي.لذا فان الذكاء الانفعالي هو قدرة المرء على النجاح في التعامل مع المطالب البيئية والضغط. فان جوهر الذكاء الانفعالي هو أوضح رد على السمات الفردية والشخصية في الاستجابة للانفعال الظاهرة (Zeidner,2010;431-435) وتؤكد سارني (Saarni,2011) الفرق والتمييز في وجهة نظرها الأخيرة ، مشيرة الى أن هناك ثلاثة اختلافات مهمة في المفاهيم بين الذكاء الانفعالي والكفاءة الانفعالية إذ ينظر الى الكفاءة الانفعالية على أنها مجموعة من المهارات المتطورة ، والأفراد الذين يتمتعون بكفاءة انفعالية يتفاعلون مع البيئات الانفعالية المثيرة ومع المهارات. في حين أن الأفراد الذين لديهم الذكاء الانفعالي يستجيبون مع السمات التي تقع داخل هؤلاء الافراد .ان نضج الكفاءة الانفعالية لدى الفرد تسهم في استقامته الشخصية(saarni,2011:55-74).

• التنظيم الانفعالي (Emotional)

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

• النضج الانفعالي (Maturity Emotional)

هو مرحلة يصل اليها الفرد بعد أن تنمو لديه مواصفات ومعايير معينة . هذه المرحلة يتجاوز فيها الفرد الاعتماد على غيره وهو بذلك يخرج من مرحلة الطفولة الى مرحلة الإعتماد على الذات في إتخاذ القرارات ، هذه القرارات تكون واقعية في رؤيتها للعالم وتنشأ من التفكير العقلاني المنتج ، إذ تتولد لدى الفرد الناضج إنفعاليا قناعة ورغبة حقيقية في مشاركة الآخرين أفراحهم وأحزانهم ، يكون قادرا على تحديد خصائصه ومميزاته ومتقبلا لها ، حيث تكون له القابلية على تكوين وجهة نظر متكاملة واحدة عن العالم تعطي لأفعاله الذاتية معنى وهدفا(راجح ١٤٤ : ٢٠٠٩).

• إدارة الانفعالات (Emotions Of Management)

قابلية الفرد في السيطرة على إنفعالاته وإختياره للظروف المناسبة التي تؤدي الى مزمنة ناجحة مع الموقف ، وهذا يعني أن الإنفعال عمل سهل إلا أن صعوبة الأمر تكمن في إختيار السبب للإنفعال والجهة المناسبة التي يصدر منها الإنفعال والوقت

المناسب الذي يحصل فيه الإنفعال والقابلية والفترة الزمنية لإستمراريته ، وبذلك تكون إدارة الإنفعالات عملية تنظيمية للتعامل بإسلوب بناء وضبط للإستجابة تجاه تلك الإنفعالات التي قد تتعلق بذات الفرد أو بالآخرين لبلوغ المستوى المطلوب والسليم من التوازن النفسي (العادلي ، ٢٠١٠ : ٦٩).

• الاتزان الانفعالي (Emotional Stability)

يعد أحد المكونات المهمة للشخصية لما له من أهمية ودور كبير في إدراكنا للبيئة الاجتماعية ، ويعني الاستجابة المتزنة لمثيرات معينة كالغضب ، لذا فإن الحالة الانفعالية للشخص تؤثر في إدراكه للأشياء. فعلى سبيل المثال : الشخص الفرحان يرى الحياة مفرحة بعكس الشخص الحزين الذي يرى الحياة كئيبة خالية من أي سياه للأمل (١٨١ - ١٧٩ : ٢٠٠٨ ، Schuhfried).

نظريات فسرت الكفاءة الانفعالية

اولا :- نظرية سارني (Saarni، ١٩٩٩)

من أبرز من اهتم بمجال الكفاءة الانفعالية العالمية سارني ولها كتابات عديدة في هذا المجال بينت من خلالها نظرتها واسلوب فهمها للكفاءة الانفعالية و التي عرفتھا بأنها التفاعلات مع الذات ، و مع الذات و الآخرين من خلال المواقف الاجتماعية المثيرة للانفعال (٢٤-١٣ ، ٢٠٠٤ ، Daman)

وحسب المنظور الوظيفي السارني أن الكفاءة الانفعالية يمكن تطويرها في الاستجابة للتفاعلات الديناميكية مع الآخرين المهنيين في البيئة ، والفرد يكتسب تفسير الانفعالات المختلفة من قبل المحفزات البيئية و الشخصية ، كما إن الأفراد يتحركون من خلال مراحل تطويرية مختلفة و تماشيا مع المنظور الوظيفي السارني في افتراضها أن التطور الانفعالي سيتأثر بالتفاعلات بين الافراد ضمن البيئة العرقية والنفسية ، أي الثقافة و العالم الاجتماعي . يمكن اكتساب المهارات في ادارة و تنظيم الانفعالات من خلال التعلم و تفسير مثيرات الانفعال في التفاعلات

الشخصية و الاجتماعية داخل الافراد ، على الرغم من أن الكفاءة الانفعالية تكتسب بالتطور الا أن هذا الإكتساب لا ينطوي على صيغة تسلسلية (بشكل تتابعي او متعاقب) وإنما يكون حسب ما تطرحه التفاعلات ضمن البيئة الاجتماعية . كذلك فإن كل مهارة تؤثر بشكل متبادل في المهارات الأخرى في تطوير الأفراد (٦٨-٩١ Saarni ، ٢٠٠٠).

وتؤكد سارني أن تصور المشاكل المتولدة في السياقات المحملة بالانفعالات تمارس تأثيراً على سعادة الشباب. وفيما يتعلق بسعادة الشباب تبين سارني ان المشاكل الانفعالية هي احدى متغيرات الكفاءة الانفعالية الرئيسة (، -15: saarni 2007 35). نظريات فرصت الكفاءة الانفعالية اولا :- نظرية سارتي (١٩٩٩ ، Saarni من أبرز من اهتم بمجال الكفاءة الانفعالية العالمية سارني ولها كتابات عديدة في هذا المجال بينت من خلالها نظرتها واسلوب فهمها للكفاءة الانفعالية و التي عرفتها بأنها التفاعلات مع الذات ، و مع الذات و الآخرين من خلال المواقف الاجتماعية المثيرة للانفعال (٢٤-١٣ ، ٢٠٠٤ ، Daman)

وحسب المنظور الوظيفي السارني أن الكفاءة الانفعالية يمكن تطويرها في الاستجابة للتفاعلات الديناميكية مع الآخرين المهنيين في البيئة ، والفرد يكتسب تفسير الانفعالات المختلفة من قبل المحفزات البيئية و الشخصية ، كما إن الأفراد يتحركون من خلال مراحل تطويرية مختلفة و تماشياً مع المنظور الوظيفي السارني في افتراضها أن التطور الانفعالي سيتأثر بالتفاعلات بين الافراد ضمن البيئة العرقية والنفسية ، أي الثقافة و العالم الاجتماعي . يمكن اكتساب المهارات في ادارة و تنظيم الانفعالات من خلال التعلم و تفسير مثيرات الانفعال في التفاعلات الشخصية و الاجتماعية داخل الافراد ، على الرغم من أن الكفاءة الانفعالية تكتسب بالتطور الا أن هذا الإكتساب لا ينطوي على صيغة تسلسلية (بشكل تتابعي او متعاقب) وإنما يكون حسب ما تطرحه التفاعلات ضمن البيئة الاجتماعية . كذلك فإن كل مهارة تؤثر بشكل متبادل في المهارات الأخرى في تطوير الأفراد

(Saarni ،٢٠٠٠: ٦٨-٩١).

وتؤكد سارني أن تصور المشاكل المتولدة في السياقات المحملة بالانفعالات تمارس تأثيراً على سعادة الشباب. وفيما يتعلق بسعادة الشباب تبين سارني ان المشاكل الانفعالية هي احدى متغيرات الكفاءة الانفعالية الرئيسية (، -15: 2007 saarni 35). وعلاوة على ذلك أن كلمة (الكفاءة) تشير الى إتقان الفرد لبعض المهارات في علم النفس الغربي التقليدي. واستناداً الى هذا التقليد اقترحت سارني ثمان مهارات باعتبارها مكونات الكفاءة الانفعالية مع مثير الانفعال في التعاملات الاجتماعية و هي:-

- إن يكون الفرد على وعي بانفعالاته الخاصة من خلال فهم الفرد لحالته الانفعالية
- قابلية الفرد على إدراك وفهم انفعالات الآخرين والتعبير عنها .
- امتلاك الفرد القابلية على التعاطف مع الآخرين .
- كيفية استخدام الفرد للمفردات وتعابير الانفعال ، أي استخدامه لمفردات خاصة بالانفعال والتعبيرات الانفعالية المنتشرة والمتعارف عليها .
- قابلية الفرد على التمييز الداخلي بين الخبرة الانفعالية الداخلية والتعبير الانفعالي الحالة الانفعالية الخارجي. ويعني ان الحالة الانفعالية الداخلية لا تتناغم مع الخارجية سواء للفرد أو الآخرين .
- التأقلم مع الانفعالات الايجابية او الانفعالات المؤلمة والحزينة ، ويعني التكيف مع الانفعالات المؤلمة باستخدام استراتيجيات (تنظيم الذات) .
- ان يكون الفرد على وعي وفهم للتواصل الانفعالي ضمن علاقته بالآخرين . أي أن طبيعة علاقته بالآخرين تستند على الكيفية التي يتفاعل بها .

• امتلاك القابلية على تطوير الكفاءة الانفعالية الذاتية بشكل مستمر ، أي أن الفرد يرى نفسه كما يشعر تماما (Saarni،٧٢-٥٩ : ١٩٩٩).

كما تؤكد سارني أن عمليات التنشئة الاجتماعية الانفعالية لأسر التنشئة الاصلية تعتبرها حاسمة بالنسبة لتطوير الطفل في حال إذا كان يعيش ضمن أسرة آمنة وداعمة ، وكذلك قد يواجه الطفل انفعالات متنوعة في مكان يمكن التنبؤ به مما يمكن الطفل من تعلم استراتيجيات فعالة للتأقلم ويكون أكثر اجتماعية وعلاوة على ذلك فإن ادارة انفعالات الاطفال يسهلها احد الوالدين الذين (يهتمون الى مايقوله الطفل وبشكل متعاطف ، ويقدمون بدائل مسببة للإفعال) (Hill,2007:229,248).

ثانيا :- نظرية ولمارانز و مارتينز في الكفاءة الانفعالية

Martins & Wolmarans (2001) اعتمد كل من (Martins & Wolmarans, 2001) على نتائج مقاييس الذكاء الانفعالي وجعلها حدود الكفاءة الانفعالية التي تناولت قابلية الفرد على Martins & Wolmarans ادارة حياته الانفعالية معرفيا بكفاءة (Martins & Wolmarans, 2001) أن هناك فترات من حياة الفرد يتم فيها تطور الكفاءة الانفعالية ، كما أن التدريب يزيد من قابلية الشخص على التعرف بطريقة كفوءة . كما أن الاشخاص على تماس مباشر ودائم مع العمليات الدفاعية والتحويلية والوقائية التي تتصل بمستوى تقديرهم لذواتهم ، لذا فإنهم ليسوا على وعي دائم بما يفعلونه وعليه فهم في حالة تحد دائم مع السيطرة الواعية على سلوكياتهم ، لذا فقد عرفا الكفاءة الانفعالية : قابلية الفرد على ادارة حياته الانفعالية معرفيا أما بكفاءة أو مهارة عالية أو بكفاءة أو مهارة واطئة، والمتضمنة سبع كفاءات (الوعي الانفعالي، احترام وتقييم الذات، ادارة الذات، دافعية

الذات، المرونة في التغيير، العلاقات ما بين الاشخاص، توحيد العقل مع القلب)
(Martins & Wolmarans, 2001: 65)

إن بعض الافراد يمتلكون قدرا من الذكاء الانفعالي المتطور يستعينون به لتطوير كفاءتهم الانفعالية وضبط سلوكياتهم باتجاهات ايجابية بالرغم من كل المتغيرات التي قد تصيب الظروف المحيطة بهم كالتغيرات في البيئة الاجتماعية أو الثقافية.

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

• الوعي الانفعالي (the awareness emotional)

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

• احترام وتقييم الذات (Regard— Self / Esteem— Self)

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

• إدارة الذات (Management— Self)

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

• دافعية الذات (Motivation— Self)

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

• مرونة التغيير (Resilience Change)

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

• العلاقات ما بين الاشخاص (Relations Intrapersonal)

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

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

• **توحيد العقل مع القلب (Heart& Head Of Integration)**

قابلية الفرد على صنع القرار وحل المشكلات والأخذ بنظر الاعتبار كل الحقائق والمشاعر من دون فصلهما، هذا التوحيد يعمل على خدمة كل الاهداف النافعة الى وتوفير الحلول للمشكلات التي تحول الازمة الى فرصة نجاح وممر يفضي الاصلاح والابداع وامكانية تطبيق الجانب الايجابي من القرارات خلال فترات الازمات التي يمر بها الكثير من الاشخاص والمجتمعات على حد سواء .

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

(,2002). (Martins& Wolmarans:2001,65

ويرى الباحث ان نظرية (ولمارنز ومارتينز ، ٢٠٠١) في الكفاءة الانفعالية هي اكثر النظريات التي يمكن ان تساعد في اجراءات البحث وتفسير نتائجه لذا تم تبنيها كونها اكثر النظريات التي تناولت دراسة الكفاءة الانفعالية بمجالات متعددة وواضحة وسهلة التطبيق .

ثالثا :- نظرية براسير، كريكوار ، بوردو ، ميكولاجزك

(٢٠١٣):(Mikolajczak, Bourdu Brasserrur,Gregroie) تشير نظرية

(براسير، كريكوار، بوردو، ميكولاجزك) في الكفاءة الإنفعالية الى أن الفروق

الفردية في الانفعالات، الفهم، والتعبير، والتنظيم، واستخدام انفعالات الفرد الخاصة

وانفعالات الآخرين وجدت لتكون مؤشرا مهما لتكيف الافراد مع بيئاتهم (٣٥٤-

٣٦٦ ، ٢٠١١ (Nelis&Quoidbach).

وتؤكد النظرية أن تحقيق أعلى مستوى للكفاءة الانفعالية يؤدي الى تحقيق اكبر

قدر من السعادة ،الصحة العقلية الجيدة، و الصحة البدنية، وعلاقات اجتماعية

وزوجيه مرضية بشكل اكبر، والمزيد من النجاح المهني، ونجاح الافراد في كيفية التعامل مع المعلومات الانفعالية داخل الشخص نفسه ومع الآخرين .

(petrides*furnham,2003:39-57)

تشير النظرية الى كيفية تحديد انفعالات الفرد وطريقة تعبيره وفهمه وكيفية توظيفه لانفعالاته الذاتية وانفعالات الاخرين . ويؤكد أصحاب النظرية

(Bourdu*Gregroie*Mikolajczak*Brasserur:٢٠١٣)

التميز والاختلاف مفضلين مصطلح الكفاءة الانفعالية على مصطلح الذكاء الانفعالي لانه يتفق مع النتائج الحديثة التي تبين أن تلك الكفاءات يمكن أن تدرس وتعلم وتكتسب، على عكس الذكاء الانفعالي الذي يكون فطريا، وقد تظهر الفروق الفردية المتعلقة بالكفاءة الانفعالية كقابليات أو سمات أو مزيج من الاثنين معا (Nelis,2011:827_839) مما أدى الى محاولات مختلفة مهمة للبحث و المناقشة بشأن حالة الكفاءة الانفعالية المتعلقة بالفروق الفردية على أنها سمات أو قابليات (On -Bar ،٢٥:٢٠٠٦-١٣) .

ولقد انتجت المناقشات بين مفاهيم السمات والقابليات للكفاءة الانفعالية في هذه النظرية والتي تشتمل على ثلاث مستويات هي: المعرفة، والقابلية، والسمة

((Mikolajczak,petrides,Luminet,2009:455-477).

يشير المستوى الاول (المعرفة) الى ما يعرفه الناس عن الإنفعالات. بينما يركز المستوى الثاني (القابلية) على ما يمكن أن يفعله الناس (أي أقصى أداء لهم) ، وقدرتهم على تطبيق المعرفة في وضع حقيقي على سبيل المثال، على الرغم من أن الكثير من الناس يعرفون أن المقبولية هي استراتيجية فعالة للحد من القلق ، في حين أفراد آخرين لايعرفون ذلك (Mayer,caruso&Salovey,2000:92_177)

ويشير المستوى الثالث (السمة) هو الميل الى التصرف بطريقة معينة في حالات انفعالية معينة ويركز هذا المستوى ليس على ما يعرفه الناس أو يمكنهم القيام به ، ولكن على ما يقومون به بشكل مستمر. علي سبيل المثال ، قد يكون البعض منهم قادر على ممارسة تمرين ما إذا طلب منهم بشكل صريح القيام بذلك، في حين لا يطبقون هذه الاستراتيجيات في حياته (Salovey, 1995:125_154).

فهناك أدوات لقياس الكفاءة الانفعالية صالحة وفعالة وقد أثبتت فائدتها الكبيرة في توقع عدد من الآثار ، مما يجعل من السهل فهم اهمية الكفاءة الانفعالية في التوافق النفسي ، الجسمي ، والاجتماعي (Schutte et al , 2002:769_685).

أكدت النظرية أيضا من خلال افتراضها أن الكفاءة الانفعالية لا تشارك في جميع التأثيرات ، وعلاوة على ذلك ، أن الكفاءة الانفعالية داخل الفرد نفسه تحمل وزنا اكبر من الكفاءة الانفعالية بين الاشخاص (على سبيل المثال توقع الصحة) . في حين أن العكس سيكون صحيحا في حالات أخرى (مثل توقع نوعية العلاقات الاجتماعية)واظهرت النظرية أيضا أن من الممكن تطوير الكفاءات الانفعالية للفرد حتى وان كان ناضجا (Martins,Ramalh&morin,2010:554_564).

دراسات السابقة تناولت الكفاءة الانفعالية

• دراسات العربية

١ - دراسة يوسف (٢٠١٥)

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

طالبا وطالبة في الجامعة المستنصرية في العراق ، فقد قامت الباحثة ببناء مقياس للكفاءة الانفعالية ومقياس (I_inville .١٩٨٥) لقياس تعقيد الذات، إذ كانت الوسائل الاحصائية المستخدمة في الدراسة هي الاختبار التائي لعينتين مستقلتين والاختبار

التائي لعينة واحدة ومعامل ارتباط بيرسون، فقد كانت أهم النتائج أن طلبة الجامعة المستنصرية يتقدمون بدرجة عالية من الكفاءة الانفعالية ، وأن الذكور يمتلكون كفاءة انفعالية أعلى من الاناث . أما على مستوى التخصص فلا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الكفاءة الانفعالية بين الطلبة. أما على وفق المرحلة كانت النتيجة عدم وجود فرق دال إحصائي في الكفاءة الانفعالية، ووجود علاقة طردية ، أي كلما زادت الكفاءة الانفعالية ازداد تعقيد الذات .

• دراسات الاجنبية

دراسة براسير وكريكوار وبرادو

(Mikolajczak, Bourdu, Regoire & Brasseur, 2013)

هدفت الدراسة التعرف على التحقق من صحة وتطوير الخصائص السايكومترية لاستبيان (Mikolajczak) للكفاءة الانفعالية لستة عينات .

أولا عينة طلبة الجامعة للمرحلة الاولى لقسم علم النفس ، ثانياً عينة أختيرت عبر الانترنت ، ثالثاً عينة من الذين يعانون من مرض الصداع النصفي ، رابعا عينة منالعمال الموسمييين الخيرييين (المتطوعين) ، خامسا عينة من طلاب المرحلة الرابعة لقسم علم النفس ، سادسا عينة من الطلبة الموهوبين. وكان مجموع (٤٧٥٣) إناث و (٩ ٢٣) ذكور تتراوح أعمارهم بين (١٥-٤) سنة في جامعة مدريد الاوربية / أسبانيا . وقد بنى الباحثون مقياس الكفاءة الانفعالية الايجابية على سمة الانفعالات السلبية ، والاداء الوظيفي ، والقدرة المعرفية ، وسمة الذكاء الانفعالي باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وتحليل التباين ومعامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينة واحدة. إذ كان الإتساق الداخلي جيدا وكانت أ النتائج هي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القابلية المعرفية والكفاءة الانفعالية . وقد أظهرت الدراسة أن الكفاءة الإنفعالية تكون في أدنى مستوى داخل الشخصية ، كانت العلاقة الايجابية بين الكفاءة الانفعالية وباعلى مستوى بين الأشخاص ، وبعض المتغيرات الديمغرافية ، كما توجد فروق دالة إحصائية بين

الجنسين وفروق دالة إحصائية أن الإناث سجلت أعلى نسبة في التعبير الانفعالي أكثر من الرجال ، وجود فروق إحصائية دالة على أن الذكور يسجلون أعلى مستويات في تنظيم الانفعالات أكثر من الإناث ، ووجود فروق دالة إحصائية بأن الإناث يسجلن أعلى من الذكور في كفاءة الاستماع و كفاءة التعاطف لرعاية الآخرين . وهناك فروق ذات دلالة إحصائية فيما يتعلق بالتنشئة الاجتماعية فقد سجل الذكور أعلى مستويات فيما يخص التنشئة الاجتماعية وذلك لأن انفعالات الذكور أكثر حدة انفعالات الإناث (يجب على الذكور أن يكونوا أقوياء) ، كما لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في السعادة، الصحة الذاتية ، علاقات اجتماعية أفضل ، زيادة في الانفعال الايجابي ، وتقليل في الانفعال السلبي . لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الانفعالية ومستوى الذكاء لكلا الجنسين .

الفصل الثالث منهجية البحث واجراءاته

اولا : منهجية البحث

اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي والذي يعد من اكثر انواع المناهج شيوعاً في ميدان التربية ويعتمد في تفسير نتائجه بشكل كبير على زمن الدراسة وحجم العينة وادوات القياس والتحليلات الاحصائية للوصول الى تفسير للتغير المناسب للظاهرة المراد دراستها (العتوم والمنيزل، ١٨١:٢٠١٠).

ثانيا : مجتمع البحث

ويقصد بالمجتمع جميع الافراد (والاشياء ،او العناصر)الذي لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها .(ابو علام ،١٦٠.٢٠١١).اي المجموعة التي يستطيع الباحث تعميم نتائج بحثه ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (النجار واخرون: ٨٦،٢٠٠٩) يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة كلية تربية المقداد من الجنسين الذكور والاناث بالتخصصين العلمي والانساني للدراسة الصباحية، ، وبلغ مجتمع البحث الكلي (٧٧١) طالب وطالبة، إذ بلغ عدد الطلبة الذكور للتخصص العلمي (٢١٦) طالبا، وعدد الطلبة الاناث للتخصص العلمي (٢٧٠) طالبة في حين بلغ عدد الذكور في التخصص الانساني (١١٦) طالبا اما الاناث فقد بلغ عددهن (١٦٩) طالبة في التخصص الانساني.

و الجدول (١) يوضح ذلك :

ت	الكلية	الذكور	الاناث	المجموع
١	قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	١١٦	١٦٩	٢٨٥
٢	قسم الرياضيات	٢١٦	٢٧٠	٤٨٦
	المجموع الكلي	٣٣٢	٤٣٩	٧٧١

ثالثاً: عينات البحث :

هي جزء او نموذج من المجتمع الاصلي الذي يخص مشكلة البحث وتكون هذه العينة مطابقة للمجتمع وتحمل خصائصه . (الجابري ،صبري ،٢٠١٣ : ١٥).

وقد تم اختيار عينة هذا البحث بالطريقة العشوائية البسيطة ذات التوزيع المتساوي اذ بلغ عدد الطلاب في كلية التربية المقداد (١٠٠) ذكور و(١٠٠) اناث من التخصصين العلمي والانساني والاقسام الاتية : (قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي ، قسم الرياضيات) وتم التطبيق الكترونيا والجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢) العينة

المجموع	الجنس		القسم
	اناث	ذكور	
١٠٠	٥٠	٥٠	الرياضيات
١٠٠	٥٠	٥٠	الارشاد النفسي
٢٠٠	١٠٠	١٠٠	المجموع

رابعاً: اداة البحث :

وتبنى الباحث مقياس الكفاءة الانفعالية (المسعودي ،٢٠١٧) الذي تتوافر فيه جميع الخصائص السايكومترية من صدق، وثبات، وموضوعية وفيما يأتي عرض لإجراءات اعداد اداة البحث:

١_ تحديد الكفاءة الانفعالية :-

بعد مراجعة الادبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالكفاءة الانفعالية والمقاييس المعدة لها وتحقيقاً لأهداف البحث الحالي تبني الباحث مقياس (المسعودي،٢٠١٧)المبنى

وفق نظرية (ولمرانز ومارتنز) وقد عرفها كل منهم (بانها قابلية الفرد على إدارة حياته الانفعالية معرفيا، أما بكفاءة ومهارة عالية او بكفاءة ومهارة واطئة والمتضمنة سبع كفاءات انفعالية ، الوعي الانفعالي ، احترام وتقييم الذات ، ادارة الذات ، دافعية الذات ، المرونة في التغيير ، العلاقات ما بين الاشخاص وتوحيد العقل مع القلب)، اذ يعد ملائما لعينه البحث وكونه حديث يتكون المقياس من (٣٣) فقرة ، ملحق (٨) .

٢- صلاحية الفقرات :

للتحقق من صلاحية فقرات المقياس قام الباحث بعرض مقياس الكفاءة الانفعالية (المسعودي، ٢٠١٧) المكون من (٣٣) فقرة بصورته الاولية ملحق (٤)

على مجموعة من المحكمين، ملحق، (٣) المتخصصين في ، علم النفس التربوي والتقييم لغرض ابداء آرائهم في صلاحية الفقرات وملاءمة البدائل للهدف الذي وضعت من اجله ، وتعديل ما يروونه مناسباً وحذف ما هو غير مناسب، إذا اعتمد الباحث نسبة اتفاق (٨٠) كمعيار لقبول الفقرة في المقياس وبناء على ذلك تبين ان الفقرات جميعها صالحة ، واستنادا إلى ذلك لم يتم حذف اي فقرة ، إذ حصلت الفقرات جميعها على نسبة اتفاق (١٠٠٪) من قبل المحكمين .

الخصائص السايكومترية

اولا : الصدق

• الصدق الظاهري :

وقد اعتمد الباحث على صدق المقياس (الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة) من خلال عرضه على مجموعة من السادة المحكمين في العلوم التربوية والنفسية للحكم على مدى صلاحية الفقرات وحصلت جميع الفقرات على نسبة اتفاق (١٠٠٪).

ثانيا - ثبات المقياس:

الطريقة الاولى : اعادة الاختبار واعادة الاختبار (Test Retest)(التجانس الخارجي)

وقد طبق الباحث المقياس على عينة الثبات البالغة (٣٠) طالب وطالبة ،

اختيرت بطريقة عشوائية ، إذ يتم حساب الثبات بهذه الطريقة عن طريق تطبيق المقياس على العينة الممثلة ثم اعادة التطبيق على العينة نفسها بعد فاصل زمني (اسبوعين) ثم يحسب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين واستعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين الاول والثاني وقد بلغ معامل

الثبات (٠.٨٣) وهو معامل ثبات جيد اذ يشير (الاسدي وفارس ، ٢٠١٥) الى انه اذا كان معامل الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني يبلغ (٠,٧٠)فاكثر فإن ذلك يعد مؤشرا على ثبات الاختبار واستقراره عبر الزمن (الاسدي وفارس ، ٢٠١٠,٢٠٠).

الطريقة الثانية : طريقة الاتساق الداخلي باستعمال اسلوب الفا_كرونباخ (Alpha Cronbah)

لاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة الفا كرونباخ على درجات افراد العينة البالغ عددهم (١٠٠) طالب وطالبة فكانت قيمة معامل الثبات المقياس (٠.٧٩) وهو معامل ثبات جيد .

التطبيق النهائي

قام الباحث بتطبيق مقياس الكفاءة الانفعالية بصيغته النهائية المكون من (٣٣) فقرة ذات التدرج الخماسي على عينة بلغت (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية تربية المقداد الدراسة الصباحية اختيروا بطريقة العشوائية البسيطة ذات التوزيع المتساوي وذلك في يوم (٢٠٢٢/٣/٣).

خامسا: الوسائل الاحصائية

*معادلة ارتباط بيرسون

*الاختبار التائي لعينة واحدة

*الاختبار التائي لعينتين مختلفتين.

* معادلة (الفا كرونباخ) لايجاد الاتساق الداخلي لاستخراج الثبات لمقياس الكفاءة
الانفعالية

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

اولا: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

ثانيا : النتائج

ثالثا : التوصيات

رابعا : المقترحات

اولا : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

الهدف الاول: قياس الكفاءة الانفعالية لدى كلية تربية المقداد .

قد اظهرت النتائج بعد تطبيق مقياس الكفاءة الانفعالية على عينة البحث التطبيقية البالغة (١٠٠) من طلبة كلية تربية المقداد ، ان متوسط درجات الكفاءة الانفعالية لدى الطلبة المشمولين بالبحث (١١٤,٦٢) بأحرف معياري مقداره (١٣,٥٥) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (٩٩) ودرجة حرية (٩٩) حيث كانت القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية مما يدل على وجود دلالة احصائية .الجدول ٣ يوضح ذلك

جدول ٣

المقياس	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية
الكفاءة الانفعالية	١٠٠	١١٤.٦٢	١٣.٥٥	٩٩	١١.٥٢	١.٦٥

وبما ان القيمة المحسوبة اكبر من الجدولية اذن العينة تمتلك كفاءة انفعالية ، اذ تشير هذه النتيجة الى ان طلبة كلية تربية المقداد يتصفون بالكفاءة الانفعالية ، ويمكن ان نفسر ذلك في ضوء نظرية (ولمارنز وماتينز) ان طلبة الكلية يمتلكون اساسيات تفكير معرفية ومواجهة المواقف الصعبة بحلول منطقية وجديدة ، توصل الانفعال الى مستوى ايجابي في الوقت الملائم ومع الفرد الملائم وضمن مستوى محدد من الوعي الانفعالي ، يظهر سلوكا مناسباً يبين مدى احترام الطالب لذاته وقناعاته الخاصة وصراحته عندما يقول (انه اخطأ في عمل ما) . وبذلك يكون للطالب قابلية على ادارة الضغوط واستغلال طاقته لخلق حالة من السعادة والتوازن الصحي

ما بين الجسم والروح والعقل . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (يوسف ٢٠١٥) حول امتلاك الطلبة لكفاءة انفعالية جيدة وتتفق مع دراسة كل من

Wolmarans ,1999 Saarni ,2001, Goleman 65;

(2001, Martins& Wolmarans) (worlin , et al 2002

الهدف الثاني : قياس الفروق ذات الدلالة الاحصائية وفق متغير الجنس (ذكور- اناث) .

حيث اظهرت النتائج انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الكفاءة الانفعالية تبعا لمتغير الجنس (ذكور – اناث) اذ بلغت القيمة المحسوبة (٠.٣٩٧) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٨) ودرجة حرية (٩٨) والجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤) الفرق بين الذكور والاناث

المقياس	الجنس	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	الدلالة
الكفاءة الانفعالية	ذكور	٥٠	١١٥.١٦	١٢.٨٥٧	٠.٣٩٧	١.٩٨	غير دالة
	اناث	٥٠	١١٤.٠٨	١٤.٣٣٣			

القيمة الجدولية = ١,٩٨ وبما ان القيمة المحسوبة اقل من الجدولية اذن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً للجنس .وتتفق هذه الدراسة مع دراسة براسير وكريكوار وبرادو ٢٠١٣ .

ثانيا : النتائج Results:

١-لايزال طلبة الجامعة قادرون على ضبط انفعالاتهم بكفاءة وحكمة .

٢- لا تؤثر الكفاءة الانفعالية بين الطلبة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – اناث).

ثالثاً: التوصيات: **Recommndat**

وفقاً لنتائج البحث الحالي يوصي للباحث بما يأتي:

١ - الاستفادة من مقياس الكفاءة الانفعالية من قبل الوحدات الإرشادية الموجودة في الكليات وتطبيقه من قبل القائمين عليها وذلك لتنمية الكفاءة الانفعالية لدى الطلبة والتي تساعدهم على مواجهة مواقف حياتهم المختلفة .

٢- استخدام أسلوب الإرشاد السلوكي المعرفي كونها سمة سلوكية معرفية تسهم في تعديل سلوكيات الطالب ورفع مستوى الكفاءة الانفعالية لديهم .

٣- العمل رفع مستوى الكفاءة الانفعالية لدى الطالب الجامعي في كافة المراحل الدراسية وذلك من خلال عقد الندوات والمؤتمرات وإقامة الفعاليات والأنشطة التي تعمل على تحقيق مستوى معين من تحقيق لديهم القدرة على ضبط انفعالاتهم اتجاه أنفسهم واتجاه الآخرين .

٤- توجيه أنظار الباحثين من طلبة الدراسات العليا لإجراء المزيد من البحوث والدراسات المستقبلية فيما يخص الكفاءة الانفعالية ليكملوا ما ابتدأ به الآخريين .

المقترحات : **Suggestions**

استكمالاً لنتائج البحث الحالي يقترح الباحث الآتي:-

١- إجراء دراسة لقياس الكفاءة الانفعالية وفق متغيرات (العمر نوع السكن) .

٣ - إجراء دراسة مماثلة لعينات أخرى غير عينة البحث الحالي .

٤ - تقنين مقياس الكفاءة الانفعالية واشتقاق معايير له .

٥- إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين الكفاءة الانفعالية وأساليب المعاملة الوالدية التقويم والقياس .

المصادر

اولا : المصادر العربية

ثانيا : المصادر الاجنبية

اولا: المصادر العربية

١- (يونس ، ٢٠٠٦ : ص ٣٦٧-٣٦٨)

٢- مغربي ، عمر بن عبدالله مصطفى ، (٢٠٠٨): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة المهنية لدي عينة من معلمي مرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة ،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية تربية ،جامعة ام القرى .

٣- الخوالدة ،محمود عبدالله (٢٠١١) الذكاء الانفعالي والذكاء الانفعالي ، عمان ، الاردن ، دار الشروق للنشر ،طبعة اولى .

٤- ربيع ،محمد شحاته . (٢٠١٠). اصول علم النفس ، ط١، عمان :دار عمان :دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .

٥- الزغلول ، عماد عبد الرحيم،والهنداوي ،(٢٠٠٧): مدخل الى علم النفس ،قسم علم النفس ،كلية العلوم التربوية العین ،الامارات العربية المتحدة ،جامعه مودة ،ط٢، دار الكتاب الجامعي للطباعة والنشر .

- ٦- الخوالدة، محمود. (٢٠٠٤) الذكاء العاطفي والذكاء الانفعالي ط١، عمان، الاردن ،: دار الشروق للنشر والتوزيع .
- ٧- بني يونس . (٢٠١٢) سيكولوجيا الدافعية والانفعالات ، ط٣، عمان :دار المسيرة .
- ٨- حجازي، مصطفى .(٢٠١٠) علم النفس والعلومة ورؤى مستقبلية في التربية والتنمية ، ط١ ، ٠١٠٢، بيروت : المركز الثقافي العربي .
- ٩- النويران ، فرحان لافي ، حمدي ، محمد نزيه عبد القادر(٢٠١٣):فعالية برنامج مستند الى الكفاءة الانفعالية في حفظ سلوك العدوان وتحسين تقدير الذات لدر طلاب الصفوف الثامن والتاسع ، رسالة ماجستير، جامعه القدس المفتوحة للابحاث والدراسات |.
- ١٠- العادلي ، راهبة عباس. (٢٠١٠). الانفعالات نموها واداراتها ، ط١ ، بغداد:مكتبة اليمامة للطباعة والاستنساخ .
- ١١- ابو غزال (٢٠٠٦)نظريات التطور الانساني وتطبيقاتها التربوية ،دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الاردن .
- ١٢- العادلي ، راهبة .(٢٠١٠)الانفعالات نموها واداراتها ، ط١، بغداد :مكتبة اليمامة للطباعة والاستنساخ .
- ١٣- راجح ، احمد عزت(٢٠٠٩)اصول علم النفس ، ط١، عمان : دار الفكر ناشرون وموزعون .

١٤- ابو علام ، صلاح الدين محمود (٢٠١١) :الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .

١٥- العتوم، عدنان يوسف ، المنيزل ، عبدالله فلاح (٢٠١٠) : مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية ، ط١ ، دار ثراء للنشر والتوزيع، بيروت .

١٦- الأسدي ، سعيد جاسم ، وفارس ، ويندي ، (٢٠١٥) ، الأساليب الإحصائية في البحوث للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية والإدارية والعلمية ، ط١، عمان ، دار صفاء ، للنشر والتوزيع.. ابو غزال (٢٠٠٦): نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوية ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن.

١٧- الجابري ، كاظم كريم ، صبري ، داود عبد السلام. (٢٠١٣): مناهج البحث العلمي، دار الكتب والوثائق ببغداد .

ثانيا : المصادر الاجنبية

٢٨- Goleman, D. (2001): An EI-based theory of performance. In C .

٢٩- Lau, P, S & Y . (2006). Emotional Competence as a positive youth development construct conceptual bases and implications for curriculum development,

International Journal of Adolescent Medicine and
Health, vol.18, no. (3

Zeidner, M, D, Olnick & Shemesh. (2010) Emotional
intelligence and subjective well-being revisited,
(Personality and Individual Differences, Vol .48, no.(4

Saarni, C, (1999): The Development of Emotional
Competence. Guilford, New York

Saarni, C, Bar - On, J, G, Maree, M, J & Elias
of emotional. (2007) The development
competence : path-ways for helping children to
become emotionally intelligent in Educating people to
be emotionally intelligent, West port, Conn, USA

saarni . (2000) . Emotional competence :a
developmental perspective , in Hand book of
. Emotional intelligence , R, Bar -on & J

Saarni .(1999). Emotional Competence Guilford
.The Development of York, NY, USA

Damon W . (2004). What is positive youth development?, annals of the American Academy of Political and Social Science, vol. 591

. Hill . (2007) : 229- 248

Walmarans, S & Martins, N. (2001) The 360 Degree emotional emotional competency Profiler, Johannesburg: Organizational Diagnostics and Learning Link International

Nelis, D , Quoidbach, J, Hansenne, M Weytens, F & Dupuis P, et al (2011). Increasing Emotional Competence Improves Psychological and physical Well-Being Social Relationships, and .(Employability, Emotion, (11

Mayer, J. D, Caruso, D, R & Salovey, P. (2000) Selecting a measure of emotional intelligence The case for ability scales, In Bar – ON, R & Parker, J, D, .editors, The handbook of emotional intelligence

Petrides, K , V & Furnham, A. (2003) emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of

emotion recognition and reactivity to mood Trait
(induction, European Journal of personality (17

. Petrides & Furnham, (2003) : 39- 57 - ٣٩

. Kotsou & Nelis, (2011) : 827- 839 - ٤٠

Schuhfried, G. Prieler, J & Bauer, W. - ٤١

(2008). Peripheral Perception Manual Muddling,

Version 24. Muddling, March (2008), SCHUHFRIED

.GmbH

& Mikolajczak, M, Petrides, K, V, Coumans, N - ٤٢

Luminet O. (2009) An experimental investigation of the

moderating effects of trait emotional intelligence on

laboratory – induced stress, International Journal of

. Clinical and Health Psychology

. Mayer, Salovey & Goldman. (1995) : 125_154 - ٤٣

ملحق رقم (١)

اسماء الاساتذة التي استعان بها الباحث بارائهم

ت	أسماء الاساتذة	الاختصاص	الكلية	الجامعة
١-	م.د عثمان سعدون جاسم	طرائق تدريس	تربية المقداد	ديالى
٢-	أ.م رياض حسين علي	طرائق تدريس	تربية المقداد	ديالى
٣-	م.د افراح لطيف خدادوست	علم النفس التربوي	تربية المقداد	ديالى
٤-	م.د نور طالب توفيق	علم النفس التربوي	تربية المقداد	ديالى
٥-	م.د زينة شهيد علي	علم النفس التربوي	تربية المقداد	ديالى

ملحق (٢)

جامعة ديالى

كلية التربية المقداد

الدراسات الاولية/ البكالوريوس

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

استبانة اراء المحكمين لمقياس الكفاءة الانفعالية بصورته الاولية

الاستاذ الفاضلالمحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث اجراء الدراسة الموسومة (الكفاءة الانفعالية لدى طلبة الجامعة)

وقد تبنى الباحث مقياس المسعودي (٢٠١٧) لقياس (مفهوم الكفاءة الانفعالية والذي اعده وفق نظرية (ولمرانز ومارتنز) (Martins& .٢٠٠١) (Wolmaran) ، وقد عرفه كل منهم (بانها قابلية الفرد على ادارة حياته الانفعالية معرفيا ، اما بكفاءة ومهارة عالية او بكفاءة ومهارة واطنة والمتضمنة سبع كفاءات انفعالية ، الوعي الانفعالي ، احترام وتقييم الذات ، ادارة الذات ، دافعية الذات ، المرونة في التغيير ، العلاقات ما بين الاشخاص وتوحيد العقل مع القلب)

ويتكون المقياس من (٣٣)فقرة على ان المقياس ضمن بدائل وهي (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي احيانا ، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي)

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة علمية ودراية في هذا الموضوع يرجى ابداء ملاحظاتكم القيمة على مدى صلاحية صياغة الفقرات كونها صالحة او غير صالحة او تحتاج الى تعديل ومدى ملائمة الاداة للبدائل وعلاقة الفقرة بتعريف كل مجال من المجالات واجراء التعديلات اللازمة خدمة للبحث العلمي .

ولكم جزيل الشكر .

اسم الباحث

اسم المشرفه

احمد رفعت حسن محمد

أ.م.د نادية محمد رزوقي الأعجم

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	تحتاج الى تعديل
١-	احاول بناء علاقتي مع زملائي بنوع من الصدق.			
٢-	احاول عند التعرض لمشكلة معينة في حياتي الجامعية ان اجعلها فرصة للتعلم وبداية شيء جديد.			
٣-	من الصعب علي تحمل ضغوطات الدراسة والامتحانات في الكلية.			
٤-	اتقبل التكنولوجيا الحديثة والانفتاح على العالم الجديد.			
٥-	من الصعب علي بناء نوع من الثقة مع زملائي بعلاقات طويلة الامد.			
٦-	لدي القابلية على اتخاذ القرار وحل المشاكل بالمنطق الصحيح.			
٧-	احاول إعادة بناء علاقتي المتضررة مع زملائي بحسن نية .			
٨-	يصعب علي احترام وجهه نظر زميلي اذا كانت عكس ما أعتقد.			
٩-	من الصعب علي السيطرة على انفعالاتي في حالة الغضب.			
١٠-	اتحدى الفشل الذي وقعت فيه واسعى الى تحقيق اهداف جديدة.			
١١-	اتفهم التغييرات التي تحدث في افكار ومعتقدات الطلبة بسبب الحداثة المجتمعية الحاصلة .			
١٢-	يصعب علي الاهتمام بعلاقتي مع زملائي ونجاحهم ورفاهيتهم.			
١٣-	اتعامل مع زملائي على اساس القيم الانسانية النبيلة.			
١٤-	من الصعب علي الاعتذار عن الخطأ الذي اقترفته بحق زميلي.			
١٥-	احاول موازنة اموري واحتياجاتي ومتطلبات الدراسة الجامعية.			
١٦-	اعتذر عن الخطأ الذي وقعت فيه واعتبره فضيلة			
١٧-	من الصعب علي ترأس زملائي الطلاب في الصفى وتحمل مسؤولياتهم .			

			١٨- أو من بالصدفه والتعرض للخبرة جديدة غير متوقعه في حياتي الدراسية العلمية.
			١٩- احاول توجيه زميلي الطلاب الى اختيار الصحيح بما يحقق اهدافه .
			٢٠- من الصعب علي ترسيخ السبل العلمية والحديثه في خدمة مسيرتي الجامعية.
			٢١- من الصعب علي احترام حقوق زملائي كأفراد ذوي قيمة .
			٢٢- احاول كسر الروتين الدراسي واتفق مع زملائي بخلق مناسبة جميلة(سفرة،تناول وجبة غداء..الخ).
			٢٣- احاول ان اجعل يومي في الجامعه مليئا بالنشاط والحيوية .
			٢٤- من الصعب علي التعرف على اشياء الغامضة والغير المفهومة .
			٢٥- اتبع حدسي واؤمن به في علاقتي مع زملائي الطلبة .
			٢٦- من الصعب علي اوفق بين ما اشعر به وما افكر به.
			٢٧- اشجع زملائي الذين اخفقو في الامتحان واغير من توجهاتهم .
			٢٨- اشارك زملائي بمشاعرهم اذا كانت متوافقة مع ما اشعر به .
			٢٩- انسحب من النقاش الحاد والغاضب لكي ابتعد عن التهور وترجيح التفكير العقلاني .
			٣٠- من الصعب علي ان اتفاعل عاطفيا مع زملائي بما ينسجم مع الموقف.
			٣١- عندما اتفق على اي مشروع مع زملائي الطلبة احاول ان يكون في خدمة اهدافي التعليمية واهداف المجموعة التي انتمي اليها .
			٣٢- احاول تفهم مشاعر زملائي الطلبة بما يحبون ويكرهون.
			٣٣- لدي القابليه على القيادة مجموعتي والاسهام معهم في تحقيق النجاح .

ملحق رقم (٣)

مقياس الكفاءة الانفعالية بصيغته النهائية

جامعة ديالى

كلية التربية المقداد

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

الدراسة /البكالوريوس

عزيزي الطالب

عزيزتي الطالبه.....

بين يديك مجموعة من الفقرات يرجو الباحث الاجابه عليها بكل صدق

وموضوعية وتكون الجابة بوضع اشارة(صح)امام الفقرة التي تنطبق عليك
املين عدم ترك اي فقرة بدون اجابة ،علما ان اجابتك لن يطلع عليها سوى
الباحث وان استخدامها سيكون لاجراض البحث العلمي ولا داعي لذكر الاسم.

الجنس: ذكر () انثى ()

التخصص: علمي () انساني ()

مثال يوضح كيفية الاجابة :

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي
١	اشعر بالسعادة عندما اقدم المساعدة لزملائي		✓			

مع فائق الشكر والتقدير

الباحث

المشرف

احمد رفعت حسن محمد

ا.م.د.نادية محمد رزوقي الاعجم

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي
١-	اتعامل بصدق مع زملائي .					
٢-	اتعلم من المشكلات التي تواجهني في الجامعة.					
٣-	من الصعب علي تحمل ضغوطات الدراسة والامتحانات في الكلية .					
٤-	اتقبل التكنولوجيا الحديثة والانفتاح على العالم .					
٥-	من الصعب علي بناء نوع من الثقة مع زملائي بعلاقات طويلة الامد .					
٦-	لدي القابلية عللا اتخاذ القرار وحل المشاكل بالمنطق الصحيح.					
٧-	اتسامح مع من اساء الي من زملائي .					
٨-	من الصعب علي احترام وجهه نظر زميلي اذا كانت عكس ما اعتقد.					
٩-	من الصعب علي السيطرة على انفعالاتي في حالة الغضب .					
١٠-	اتحدى الفشل الذي وقعت فيه واسعى الى تحقيق اهداف جديدة .					
١١-	اتفهم التغيرات التي تحدث في افكار ومعتقدات الطلبة بسبب الحادثة المجتمعية الحاصلة .					
١٢-	يصعب علي الاهتمام بعلاقتي مع زملائي					
١٣-	اتعامل مع زملائي على اساس القيم الانسانية النبيلة .					
١٤-	من الصعب علي الاعتذار عن الخطا الذي اقترفته بحق زميلي .					
١٥-	اسعى لتحقيق التوازن بين حياتي الخاصة ودراستي .					
١٦-	اعتذر عن الخطا الذي وقعت فيه واعتبره فضيلة .					
١٧-	من الصعب علي تراس زملائي في الصف وتحمل مسؤوليتهم .					
١٨-	اؤمن بالصدفه والتعرض لخبرة جديدة غير متوقعة في حياتي الدراسية والعملية .					
١٩-	اساعد زملائي على تحقيق اهدافهم .					

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي
٢٠-	من الصعب علي ترسيخ السبل العلمية والحديثة في خدمة مسيرتي الجامعية.					
٢١-	اقوم بكسر الروتين الدراسي واتفق مع زملائي بخلق مناسبة جميلة (سفرة، تناول وجبة غذاء.. الخ).					
٢٣-	احاول ان اجعل يومي في الجامعة مليئا بالنشاط والحيوية .					
٢٤-	من الصعب علي التعرف على الاشياء الغامضة وغير المفهومة.					
٢٥-	اتبع حدسي واؤمن به في علاقتي مع زملائي الطلبة .					
٢٦-	من الصعب علي ان اوفق بينما اشعر به وما فكر به .					
٢٧-	اشجع زملائي الذين اخفقوا في الامتحان واغير من وجهاتهم.					
٢٨-	اشارك زملائي بمشاعرهم اذا كانت متوافقة مع ما اشعر به .					
٢٩-	انسحب من النقاش الحاد والغاضبي ابتعد من التهور وترجيح التفكير العقلاني.					
٣٠-	من الصعب علي ان اتفاعل عاطفيا مع زملائي بما ينسجم مع الموقف .					
٣١-	من الصعب علي احترام حقوق زملائي كافراد ذوي قيمة .					
٣٢-	عندما اتفق على مشروع مع زملائي الطلبة احاول ان يكون في خدمة اهدافي التعليمية واهداف المجموعة التي انتمي اليها .					
٣٣-	اتفهم مشاعر زملائي بدقة.					

