



عمادة الدراسات العليا

جامعة القدس

الذكاء العاطفي وعلاقته بقلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي)
في مدينة الخليل

سمر هاشم نعمان الجندي

رسالة ماجستير

القدس - فلسطين

1431هـ - 2010 م

الذكاء العاطفي وعلاقته بقلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي)
في مدينة الخليل

إعداد:

سمر هاشم نعمان الجنيدي

بكالوريوس خدمة اجتماعية من جامعة القدس المفتوحة – الخليل

المشرف: الأستاذ الدكتور أحمد فهميم جبر

قدمت هذه الدراسة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي
والتربوي

دائرة التربية وعلم النفس – عمادة الدراسات العليا – جامعة القدس

1431هـ – 2010 م



عمادة الدراسات العليا
جامعة القدس
دائرة التربية وعلم النفس

إجازة الرسالة

الذكاء العاطفي وعلاقته بقلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي)
في مدينة الخليل

إسم الطالبة : سمر هاشم نعمان الجنيدي

الرقم الجامعي : 20714049

المشرف : الأستاذ الدكتور أحمد فهميم جبر

نوقشت هذه الدراسة وأجيزت بتاريخ 2010/8/8 م من لجنة المناقشة المدرجة أسماؤهم وتوقيعهم:

التوقيع:
أحمد فهميم جبر

رئيس لجنة المناقشة أ. د. أحمد فهميم جبر

التوقيع:
د. تيسير عبد الله

ممتحناً داخلياً أ. د. تيسير عبد الله

التوقيع:
د. نبيل الجندي

ممتحناً خارجياً د. نبيل الجندي

القدس - فلسطين

1431 هـ - 2010 م

إقرار:

أقر أنا مقدم الرسالة أنها قدمت لجامعة القدس لنيل درجة الماجستير، وأنها نتيجة أبحاثي الخاصة باستثناء ما تم الإشارة إليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة أو جزء منها لم يقدم لنيل أية درجة عليا لأي جامعة أو معهد.

التوقيع.....Sama

سمر هاشم الجندي

التاريخ: 2010\8\8 م

أ

ب

Emotional Intelligence and its relationship to test among General Secondary (Tawjihi) students in the city of Hebron.

Abstract:

This study aimed to investigate the correlation between emotional intelligence and test anxiety among the students of the General Secondary Certificate (Tawjihi) in the city of Hebron. It also aimed to detect the degree of emotional intelligence and test anxiety, and knowing the differences in these two variables among these students due to the study variables (Gender, academic branch). The sample of the study consisted of (246) students, (98) males and (148) females. To achieve the purposes of this study, the researcher applied two instruments: the measure of Emotional Intelligence by Schutte (1998) and the measure of Test anxiety by Spielberger (1980).

The results showed the following:

The degree of Emotional Intelligence was high in all its dimensions while the degree of test anxiety was moderate in all its dimensions. No significant statistical relationship between the degree of Emotional Intelligence and degree of Test Anxiety on total degree was found. There was a significant inverse relationship between the degree of the Perception of Emotion and the degree of test anxiety on the total degree. And the existences of an inverse significant correlation relationship between each of (degree of Emotional Intelligence on the total degree, degree of Perception of Emotion degree of Managing Own Emotions) and degree of Worry. There were no significant differences in the degree of Emotional Intelligence in the total degree and in every dimension due to Gender, academic branch, except for Perception of Emotion and in favor of scientific branch. The results also showed there were no significant differences in test anxiety and in all its dimensions due to Gender, and academic branch.

The study concluded a number of recommendations including: The need to include the dimensions and skills of emotional intelligence in school activities at various educational levels, and interest in their development through the preparation of training programs. And the development of awareness of the importance of emotional intelligence to include all parties in the educational process: teacher, student, curriculum, school management.

والدنيا للبشرية. إن الفكرة النمطية Stereotype الشائعة عن النساء باعتبارهن الجنس الأكثر "عاطفة" هي فكرة باقية حتى اليوم. وبرغم أن حركات رومانسية مختلفة احتضنت العاطفة على مر القرون، إلا أن المنظور الرواقي للعاطفة باعتبارها لا عقلانية بشكل أو بآخر استمر بصورة أو بأخرى، حتى وقت طويل من القرن العشرين (جربوال، وسالوفي، 2008).

ولوقت ليس ببعيد كان يطلق على هذا العصر، عصر الأمية العاطفية Emotional Illiteracy فمن أسوأ ما فينا هو أن نترك نفوسنا تتفكك فنشعر بالعقول، ونفكر بالعواطف فالعقل والعواطف والدوافع _ وهي التركيبة الثلاثية للإنسان _ يجب أن تعمل معا في تناغم وتكامل؛ فالحياة النفسية للفرد تنقسم إلى ثلاثة أقسام وهي المعرفة Cognition وتشمل وظائف مثل الذاكرة والتفكير ومختلف العمليات المعرفية، والقسم الثاني وهي العاطفة أو الوجدان Affect وتشتمل الانفعالات والنواحي المزاجية والحدس ومختلف المشاعر، مثل المرح والسرور والغضب والإحباط والخوف، والقسم الثالث وهي الدافعية Motivation والتي تشتمل على الدوافع البيولوجية والمكتسبة والغايات والأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها ومقاصده من سلوكياته. والذكاء العاطفي يرتبط بطريقة أو أخرى بكل من القسمين الأول والثاني؛ أي أنه متغير مستعرض بين المعرفة والانفعال فيحدث نوعا من التكامل بينهما نتيجة للتفاعل التبادلي المشترك بين الانفعال والتفكير، ولأن غياب أي منهما عن الآخرين يحد من فعالية الآخرين. فالعاطفة هبة يجب أن يتعامل معها المرء بحرص وحكمة ويجب على المرء أيضا أن يدرك قيمتها لا أن يسيء استخدامها، فالوسيلة الوحيدة التي تمكن الفرد من الوصول إلى أهدافه هو أن يوازن بين دوافع قلبه واعتبارات عقله وقيود الدوافع (الفيل، 2008) (المصدر، 2007).

فالعلاقة بين الذكاء العاطفي والتفكير علاقة تأثير متبادل، تؤكدها النماذج والكتابات والنظريات والدراسات الامبريقية في هذا المجال، ويرى سالوفي وسلايتر (Salovey & Sluyter, 1997) أن الانفعالات والمشاعر تسهم في تنظيم التفكير، ولا تشوشه كما يظن البعض، ويدعم ذلك (Salovey & Brenner, 1997) بأن الانفعالات ترشد سلوكنا وتمدنا بالمعلومات التي تساعد على تحقيق وإنجاز أعمالنا ويعبر ماير وسالوفي عن العلاقة بين الذكاء العاطفي والتفكير بتعبير اتحاد العقل والقلب "Heart and Head Combined" ويشير إلى أنه من المهم جداً أن نفهم الذكاء العاطفي كمتغير ليس عكس الذكاء التقليدي (المعرفي) فكلاهما متكاملان تكامل الرأس والقلب لدى الإنسان، فهو في ذلك التقاطع الفريد بين المعرفة والانفعال (رزق، 2003).

مما أدى إلى زيادة ملحوظة في بحوث الذكاء العاطفي عبر مدى واسع من المجالات الأكاديمية. وتبرز أهمية الذكاء العاطفي من كونه نابعا من استعداد رئيسي كقوة مسيطرة وتؤثر على كل قدراتنا الأخرى إيجابا وسلبا، تيسيرا وإعاقة ألا وهو الوجدان (معمرية، 2005).

ويذكر عجاج (2002) أن الذكاء العاطفي تظهر أهميته أيضا لكونه فنا من فنون قيادة الانفعالات وإدارتها ومهارة ناجحة من مهارات المعرفة والكفاءة العاطفية Emotional performance ومحرك قوي للمشاعر، وخاصة أساسية لأنسنة الإنسان، وكل علاقة ألفة بين البشر.

كما أسهم هذا العلم في رسم خريطة للقلب الإنساني، والواقع أن رسم هذه الخريطة عن طريق العلم يطرح تحديا على هؤلاء الذين يؤيدون تلك النظرة الضيقة للذكاء، والقائلة أن حاصل الذكاء (IQ) هو من المعطيات الوراثية الثابتة التي لا تتغير مع الخبرات الحياتية، وأن قدرنا في الحياة مرهون إلى حد كبير بهذه الملكات الفطرية، ويتجاهل هذا الرأي السؤال الأكثر تحدياً والمتمثل في: "ما الذي يمكن أن نغيره لكي نساعد أطفالنا على تحقيق النجاح في الحياة؟ وما العوامل المؤثرة التي تجعل من يتمتع بمعامل ذكاء مرتفع على سبيل المثال يتعثّر ويخفق بينما يحقق آخرون من ذوي الذكاء المتواضع نجاحا مدهشاً؟ (Goleman , 1995).

وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن الكثير من الشبان ذوي المؤهلات الواعدة، فشلوا وكان سبب فشلهم تدني معدل الذكاء العاطفي لديهم وعدم قدرتهم على التواصل مع الآخرين فالفشل غالبا ما ينشأ عن أسباب عاطفية، أكثر منها أسباب فنية ومهنية (Ekman, 1992).

إن الوصول إلى قمة أداء الفرد تتبع من الاهتمام بالعوامل الداخلية والخارجية لدى الأفراد ومن أبرز العوامل الداخلية، القدرة العاطفية أو الوجدانية، لأن العواطف تؤثر في طاقتنا البدنية والعقلية، فعواطفنا معنا طوال الوقت ومن المستحيل أن نتركها عند الباب في الصباح ثم نأخذها مرة أخرى عند العودة للمنزل (المصدر، 2007).

ويقول "جولمان" Goleman (1995) إن ما يثير الفضول لفهم قوة العواطف وتأثيرها في حياتنا العقلية، تلك اللحظات المثيرة للمشاعر، والتي نندم عليها بعد أن ينقشع عنها غبار الانفعال، ونتذكرها فيما بعد، ولاشك في أن وصية سقراط التي تقول (إعرف نفسك) تتحدث عن حجر الزاوية في الذكاء العاطفي، الذي هو وعي الإنسان بمشاعره وقت حدوثها، وقد يبدو للوهلة الأولى أن مشاعرنا واضحة، ولكن قدراً أكبر من التفكير والتأمل يذكرنا بأننا جميعاً غافلون عما شعرنا به تجاه شيء ما في الحقيقة، أو يوقظ فينا هذه المشاعر فيما بعد، لذلك فإن مفتاح سعادتنا العاطفية

يكن في ضبط انفعالاتنا المزعجة بصورة دائمة، هذا لأن التطرف المتزايد والمكثف في العواطف لفترة طويلة يؤدي إلى تفويض استقرارنا.

قال الفيلسوف الشهير أرسطو: (أن يغضب أي إنسان، فهذا أمر سهل، لكن أن تغضب من الشخص المناسب، وفي الوقت المناسب، وللهدف المناسب، وبالأسلوب المناسب، فليس هذا بالأمر السهل (Goleman , 1995).

2.1. مشكلة الدراسة

منذ وجدت الامتحانات ولها سطوتها النفسية، وقد كثرت التفسيرات في هذا الشأن بين خبراء التعليم وعلماء النفس، حيث أدرك علماء النفس منذ الخمسينات أهمية دراسة العلاقة بين القلق والتعلم، وكشفت كثير من نتائج الدراسات النقاب على أن بعض الطلاب ينجزون أقل من مستوى قدراتهم الفعلية في بعض المواقف التي تتسم بالضغط والتقويم كمواقف الامتحانات وأطلقوا على القلق في هذه المواقف تسمية قلق الامتحان Test Anxiety باعتباره يشير إلى نوع من القلق العام الذي يظهر في مواقف معينة مرتبطة بمواقف الامتحانات والتقويم بصفة عامة حيث نجد الطلاب في هذه المواقف يشعرون بالاضطراب والتوتر والضيق... الخ.

وبات من المؤكد أنه كلما ازدادت أهمية الامتحان الذي يتقدم له الطالب كلما ازدادت لديه مظاهر الخوف، وقد تؤدي إلى خوف مرضي من الامتحان، وهذا يفسر غياب بعض الطلاب عن الامتحان بالرغم من استكمال جميع الاستعدادات لها، أو فقدان بعضهم للذاكرة المتعلقة بمادة الامتحان، أو الشعور بالمرض قبل الامتحان مباشرة، وقد يتلثمون عندما تواجههم امتحانات شفوية، فيصبحون غير قادرين على نقل أفكارهم للغير كما لو كانت عقولهم خالية من المعلومات وعند الانتهاء من هذه المواقف، وعودة اتزانهم النفسي، قد يتذكرون كثيرا من تلك المعلومات بكل سهولة، ومظاهر الخوف تلك هي في الواقع وسائل تكيف دفاعية عصبية تهدف إلى الدفاع عن الذات أمام هذا الموقف الخطر، حيث يدرك الطلاب الذين يعانون من درجة عالية من قلق الامتحان المواقف على أنها مهددة لشخصياتهم، مما يولد لديهم التوتر والخوف، ويجعلهم في حالة إثارة انفعالية، كما أن استقلالهم الذاتي يصبح في حالة سلبية جراء خبراتهم المؤلمة، ولهذا ينشأت انتباههم وتركيزهم في أثناء الامتحان (عواد، 2007).

لذلك فإن قلق الامتحان من أهم الانفعالات المتعلقة بالتحصيل الدراسي، وإن كان قلق الامتحان يسبب كل هذا التوتر والقلق للطلبة في مختلف المراحل التعليمية، فإن طالب الثانوية العامة ربما

يناله النصيب الأكبر من هذا القلق أو الانزعاج، حيث يبقى امتحان الثانوية العامة في معظم دول العالم الثالث ومنها فلسطين من بين أهم خصائص النظام التربوي (أبو عزب، 2008).

لذلك فإن العملية التعليمية لن تحقق أهدافها بالمستوى المطلوب، إذا كان الدارس يعاني من بعض المشكلات التي تعوق الاستفادة المرجوة، بل قد يلحق الضرر بغيره من الدارسين، وتبديد طاقات المعلم وإضاعة كثير من وقته لمعالجة الموقف. ويعد قلق الامتحان حالة انفعالية تؤثر سلباً على الحالة العقلية وهو شكل من أشكال المخاوف المرضية، التي تعد من بين العوامل المعيقة للتحصيل الأكاديمي بين الدارسين في مختلف مراحلهم الدراسية.

من هنا فقد رأت الباحثة، ومن خلال خبرتها الدراسية السابقة وما سمعته من كثير من الطلبة تحديداً طلبة الثانوية العامة أنهم يشكون من قلق شديد عند اقتراب موعد الامتحانات و في أثناء الامتحان، حيث يكون هذا القلق مصحوباً بأعراض فسيولوجية ونفسية، ومعرفية تؤثر سلباً على أدائهم في الامتحان. ومن جانب آخر فقد لاحظت الباحثة من خلال بحثها في شبكة الانترنت، وإطلاعها على الأدب المرجعي والدراسات السابقة كثرة الدراسات التي تناولت قلق الامتحان وعلاقته بمتغيرات كثيرة، إلا أنها لاحظت أيضاً نقصاً واضحاً في الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت قلق الامتحان وعلاقته بمتغيرات انفعالية تحديداً علاقته بالذكاء العاطفي مما دفع الباحثة إلى إجراء هذه الدراسة .

3.1. أهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى محاولة الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الذكاء العاطفي وقلق الامتحان، بمعنى؛ هل الطلبة ذوو الذكاء العاطفي المرتفع نقل لديهم مشاعر قلق الامتحان مقارنة بالطلبة ذوي الذكاء العاطفي المنخفض؟ كما هدفت الدراسة إلى معرفة درجة الذكاء العاطفي (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) ودرجة قلق الامتحان (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة الخليل. وهدفت أيضاً إلى معرفة الفروق في تلك الدرجات في ضوء متغيرات الدراسة وهي الجنس، والفرع الأكاديمي.

4.1. أسئلة الدراسة

حاولت الدراسة الإجابة على السؤال الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة ارتباطية بين درجة الذكاء العاطفي ودرجة قلق الامتحان في الدرجة الكلية وكذلك في أبعاد المقياسين لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل؟

كما حاولت الإجابة على السؤالين التاليين:

1- ما درجة الذكاء العاطفي (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل؟

2- ما درجة قلق الامتحان (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل؟

وللتأكد من وجود فروق في مستوى الذكاء العاطفي ومستوى قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة الخليل باختلاف متغيرات الدراسة تم وضع الأسئلة الفرعية التالية:

1- هل تختلف درجة الذكاء العاطفي (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة الخليل باختلاف متغير الجنس (ذكور، إناث)؟

2- هل تختلف درجة الذكاء العاطفي (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة الخليل باختلاف متغير الفرع الأكاديمي (علمي، أدبي)؟

3- هل تختلف درجة قلق الامتحان (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة الخليل باختلاف متغير الجنس (ذكور، إناث)؟

4- هل تختلف درجة قلق الامتحان (مرتفعة، متوسطة، منخفضة) لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة الخليل باختلاف متغير الفرع الأكاديمي (علمي، أدبي)؟

5.1. فرضيات الدراسة

1- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجة الذكاء العاطفي و درجة قلق الامتحان في الدرجة الكلية وكذلك في أبعاد المقياسين لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة الذكاء العاطفي في الدرجة الكلية وكذلك في أبعاد مقياس الذكاء العاطفي لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة الذكاء العاطفي في الدرجة الكلية وكذلك في أبعاد مقياس الذكاء العاطفي لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل تعزى لمتغير الفرع الأكاديمي (علمي، أدبي).

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق الامتحان في الدرجة الكلية وكذلك في أبعاد مقياس قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة قلق الامتحان في الدرجة الكلية وكذلك في أبعاد مقياس قلق الامتحان لدى طلبة الثانوية العامة (التوجيهي) في مدينة الخليل تعزى لمتغير الفرع الأكاديمي (علمي، أدبي).

6.1. أهمية الدراسة

اتضح أهمية تمتع الفرد بالذكاء العاطفي نتيجة الدراسات العديدة، والتي توصلت إلى أن الذكاء العقلي العام والذي تقيسه مقاييس الذكاء المعروفة، غير كاف لتحقيق النجاح للفرد على صعيد الأسرة والعمل والدراسة، فالذكاء العام لا يحدد مستوى سعادة الشخص في حياته المقبلة بدرجة دقيقة، ولا يخلصه من قلقه، بينما يتناول الذكاء العاطفي مهارات الفرد الاجتماعية والانفعالية بالإضافة إلى المعرفية، فقد قدم مفهوم الذكاء العاطفي ونماذج المهارات المكونة له والتي تتمثل في: "الوعي بالذات، إدارة الذات، حفز الذات، التعاطف، التعامل مع الآخرين" رؤية جديدة أكثر شمولية لإمكانيات النجاح والتغلب على الانفعالات السلبية ومنها قلق الامتحان.

من هنا تنبثق أهمية الدراسة من الاعتبارات الآتية:

1- تعتبر هذه الدراسة الأولى في فلسطين والتي حاولت دراسة العلاقة بين الذكاء العاطفي وقلق الامتحان. كما أنه في حدود علم الباحثة لم تتناول دراسة عربية قلق الامتحان في ضوء مستويات من الذكاء العاطفي لدى طلبة الثانوية العامة وهم الفئة الطلابية الأكثر قلقاً من الامتحان.

2- تتبع أهميتها من كونها تتناول مفهوماً جديداً من المفاهيم السيكولوجية ظهر في أواخر القرن العشرين وهو مفهوم الذكاء العاطفي.

- 3- لأنها تلفت الانتباه إلى أهمية التوازن والتنسيق بين العاطفة عندما تستخدم بحكمة (الذكاء العاطفي) والعقل المنطقي، ودور هذا التوازن والتنسيق في نجاح الفرد.
- 4- تبين هذه الدراسة أهمية دور مؤسسات التربية وواجبها في تقديم الرعاية الوجدانية المأمولة لطلابها من خلال الاهتمام ببرامج تنمية الذكاء العاطفي في المدرسة والجامعة ليس فقط لدى التلاميذ والطلاب وإنما لدى المعلم أيضاً تحديداً في مرحلة إعداده.
- 5- كما أنها تلقي الضوء على مشكلة حقيقية، في غاية الأهمية وهي قلق الامتحان، ومدى تأثيره على نجاح العملية التعليمية.
- 6- سوف تفتح هذه الدراسة المجال أمام الباحثين في علم النفس والتربية لبحث هذا المفهوم الجديد (الذكاء العاطفي) وعلاقته بمتغيرات نفسية أخرى.

7.1. محددات الدراسة

تحدد هذه الدراسة بـ:

- (1) المحدد المكاني: اقتصرت الدراسة الحالية على المدارس الثانوية في مدينة الخليل.
- (2) المحدد الزمني: أجريت الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2009 \ 2010 م.
- (3) المحدد البشري: اقتصرت الدراسة على طلبة الثانوية العامة (التوجيهي).
- (4) المحدد المفاهيمي: ويتعلق بالمفاهيم والمصطلحات الواردة في الدراسة.
- (5) المحدد الإجرائي: ويتعلق بأدوات الدراسة من حيث صدقها وثباتها وتطبيقها وهي:
- مقياس الذكاء العاطفي لنيكولا شوت (Scuhhte, 1998).
- مقياس قلق الامتحان لشارلز سبليبرجر (Spielberger, 1980).

1) الذكاء العاطفي: Emotional Intelligence

مجموعة من المهارات والكفاءات العقلية المرتبطة بتجهيز ومعالجة المعلومات الانفعالية، وتختص بصفة عامة بإدراك الانفعالات واستخدام الانفعالات في تيسير عملية التفكير والفهم الانفعالي وتنظيم وإدارة الانفعالات (Mayer & Salovey, 1997).

وتعرف الباحثة الذكاء العاطفي إجرائياً بأنه: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس الذكاء العاطفي المستخدم في الدراسة.

2) قلق الامتحان: Test Anxiety

مجموعة المعتقدات التي يدركها الطالب حول انفعالاته كرد فعل عند القيام بالأعمال المدرسية عامة ومواجهة المواقف الاختبارية خاصة كالشعور بالتوتر والعصبية الشديدة التي تجعله ينسى ما تعلمه، والتفكير فيما يترتب عن فشله في الامتحانات (Pintrich, 1990:33)

ويعرف قلق الامتحان إجرائياً بأنه: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب في مقياس قلق الامتحان المستخدم في الدراسة.

3) التعاطف: Empathy

أو التفهم أو التقمص الوجداني، وهو "القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتعاطف معهم والاتصال لهم دون أن يكون السلوك محملاً بالانفعالات الشخصية" (عبد الخالق، 1987).

الفصل الثاني

الأدب النظري والدراسات السابقة

يشتمل هذا الفصل على عرض للموضوعات النظرية ذات العلاقة بمتغيري الدراسة الأساسيين، وهما الذكاء العاطفي وقلق الامتحان، فضلاً عن الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة ومتغيراتها وهم على النحو الآتي:

1.2. الأدب النظري

تناولت الباحثة في هذا القسم من الدراسة الأدب النظري بشكل موسع فيما يتعلق بموضوعي الذكاء العاطفي وقلق الامتحان، بادئة بالأدب النظري الذي يتعلق بالذكاء العاطفي يلي ذلك الأدب النظري الذي يتعلق بقلق الامتحان .

1.1.2. الذكاء العاطفي:

نتناول في هذا الجزء من الدراسة الأدب النظري فيمّل يتعلق بالذكاء العاطفي، وأهم المواضيع ذات الصلة المباشرة بموضوع البحث، بادئة من مفهوم الانفعال وتعريفه، والنمو والنضج الانفعالي ومعايير هذا النضج. واستكمالاً للموضوع تطرقت الباحثة بنوع من التفصيل إلى التشريح الدماغي للعاطفة والانفعال ومكوناته وآلية حدوث الانفعال، تلى ذلك الدخول إلى موضوع الذكاء العاطفي بشكل مباشر من خلال عرض تعريف مفهوم الذكاء العاطفي وأهم النماذج والنظريات المفسرة له. كما تناولت واحد من أهم مكونات الذكاء العاطفي ألا وهو التعاطف. وأخيراً انتقلت إلى الحديث عن موضوع لا يقل أهمية عن المواضيع السابقة وهو محو الأمية العاطفية، واستراتيجيات تنمية الذكاء العاطفي.

1.1.1.2. العاطفة \ الانفعال (Emotion):

لاحظ علماء النفس المهتمون بالذكاء على وجه الخصوص أهمية الانفعالات والعواطف في حياة الإنسان وتأثيرهما الكبير في الحياة النفسية والعقلية (حسونة , وأبو ناشي، 2006) فهي تمثل جزءاً هاماً وأساسياً من البناء النفسي للإنسان، وهناك محاولات كثيرة من قبل الباحثين والعلماء لتعريف

الانفعال، فقد عرف قاموس أكسفورد العاطفة "Emotion" بأنها أي اضطراب أو تهيج في العقل أو المشاعر أو العواطف، بمعنى آخر استثارة في الحالة العقلية (روبنز، وسكوت، 2000).

كما تناول ماير وسالوفي (Mayer & Salovey, 2002) التعريف القاموسي للانفعال "Emotion" بأنه: "حالة شعورية عاطفية تشير إلى البهجة أو الحزن أو الخوف أو الحقد أو ما شابه ذلك، وتتكون عندما يمر الفرد بخبرة ما وتتمايز عن المعرفة والحالة الإرادية من الشعور" (رزق، 2003). من جهة أخرى عرف خوالدة (2004) العواطف على أنها: "اضطرابات نفسية فيزيولوجية عابرة، تتسم بالعمق، وتتكون ببطء، وترسب في النفس وتنتقل من موضوعها الحقيقي إلى ما يمكن أن يتصل به، وقد تكبت وتُخفى من قبل حاملها، أو تنتقل إلى ضدها. " ويعرف عبد الله موسى (1994) الوارد في حسونة و أبو ناشي (2006) الانفعال بأنه: "تغير مفاجئ يشمل الإنسان كله نفساً وجسماً، ويؤثر فيه ككل في سلوكه الخارجي، وفي شعوره، كما يصاحب بكثير من التغيرات الفسيولوجية مثل سرعة ضربات القلب، واضطراب التنفس وازدياد ضغط الدم وغير ذلك من التغيرات الفسيولوجية.

أما جولمان Goleman فيوضح أن الانفعال: "هو مجموعة من التغيرات في حالة الجسم، مثل معدل ضربات القلب، قشعريرة في الجلد، تغير في حدقة العين، تبدلات في تعابير الوجه، تغيرات في الإفراز الهرموني... تلك التغيرات تمثل البروقايل النفسي للانفعال_ وهي مرتبطة جزئياً بالتخيلات والصور الذهنية، التي ينشطها جزء محدد من الدماغ (رزق الله، 2006). ورغم تلك المحاولات من قبل الباحثين والعلماء لتعريف العواطف، إلا أن تعريفها يواجه مشكلة أرجعها كل من جرينبرج وسنل (Greenberg & Snell, 1997) الوارد في أبو لبن (2008) إلى تعدد أوجهها، وقد حددا مكوناتها بالآتي:

- 1- مكون معبر ومحرك: وهو القدرة على التعبير عن العواطف من خلال الوجه، ووضعية الجسم، والنغمة الصوتية ومحتواها.
- 2- مكون تجريبي: ويتضمن التمييز الواعي للعواطف أو ما تسمى "Feelings" فحالات المشاعر هي نتيجة لوعي الفرد بالمؤشرات التي تأتي من الجهاز العصبي المركزي مثل (دقات القلب، التغيرات الكيمووعصبية في الجسم،...) والتغذية الراجعة من تعبيرات الوجه، والتي يفسرها الفرد تبعاً لما حصل داخله.
- 3- مكون تنظيمي: ويضم توجيه الأعمال من قبل العواطف الخبراتية.
- 4- مكون تمييزي أو معالج: ويتضمن التعرف على مشاعر الآخرين من خلال تعبيرات الوجه، وحالة الجسم ومن ضمنها (حركة العينين والرأس)، ونغمة الصوت.