

مقدمة السّعي نحو تعلّم اجتماعي انفعالي توجّهات حديثة في التعليم *

د. سامر عدنان عبد الهادي **

* تاريخ التسليم: 28 / 12 / 2014م، تاريخ القبول: 10 / 3 / 2015م.
** قسم المتطلبات العامة/ البرامج الأكاديمية للكليات العسكرية/ جامعة أبو ظبي.

ملخص:

يتناول المقال الحالي أهمية الكفاية الاجتماعية الانفعالية في المدارس؛ فالتوجهات الحديثة في الأدب النفسي التربوي تنادي بتنمية مهارات الطلبة الاجتماعية الانفعالية، إضافة إلى تنمية مهاراتهم الأكاديمية واكتساب المعارف والمعلومات. ترتبط الكفاية الاجتماعية الانفعالية لدى الطلبة بالقدرة على الوعي بالذات، والوعي الاجتماعي، وإدارة الانفعالات والسلوك. أشير في هذا المقال إلى بعد فرعي للوعي الاجتماعي وهو التمثل العاطفي، وبعد فرعي آخر يرتبط بإدارة الانفعالات والسلوك هو التنظيم الذاتي؛ حيث يرتبط هذان البعدان بخفض الاستقواء والسلوك العدواني لدى الطلبة في المدارس؛ فالطالب الذي يُظهر مستوى مرتفعاً من التمثل العاطفي والتنظيم الذاتي؛ يكبح ويقلل السلوك العدواني لديه ويحاول فهم الطرف الآخر ويشعر بألمه ومعاناته، كما يتحكم وينظم سلوكه بطريقة تساعد في التحصيل الدراسي، مثل: خفض النشاط، والتعلم، والانتباه، واتباع التعليمات، وتنظيم أدوات العمل. ويظهر دور المدرسة في مساعدة الطلبة على الاهتمام العاطفي بالآخر، وأخذ وجهة نظره بعين الاعتبار، وتنظيم الأفكار والانفعالات والسلوك في المواقف الاجتماعية المختلفة داخل البيئة المدرسية. الكلمات الدالة: الكفاية الاجتماعية، الكفاية الانفعالية، الذكاء الانفعالي، البيئة المدرسية

Towards A Social Emotional Learning: New Trends in Education

Abstract:

The article deals with the current importance of social and emotional competence in schools; new trends in educational psychological literature calls for the development of students' social and emotional skills as well as for development of their academic skills and the acquisition of knowledge and information. Students' social and emotional ability are sufficiently linked to self-awareness, social awareness, and managing emotions and behavior. This articles points out to one side of social awareness that is empathy, and yet to another side which is associated with emotions and behavior management that is self-regulation. These two sides reduce bullying and aggressive behavior among students in schools. The student, who shows a high level of empathy and self-regulation, reduces his/ her aggressive behavior as he/ she is trying to understand the other party, and sympathy with the other party's sorrows and sufferings. In addition, he/ she controls and regulates his/ her behavior in a way to help him/ her in his/ her academic achievement. Such as: reduced activity, learning, attention, and follow the instructions and the organization of work tools. The role of the school lies in helping students to be emotionally involved with one another, take each other's point of view into consideration and organize ideas, emotions and behavior in different social situations within the school environment.

Key words: Social Competence, Emotional Competence, Emotional Intelligence, School Environment

مقدمة:

قاد العالم جوناثان كوهن (Jonathan Cohen, 1999) الحركة التي تنادي بأهمية تعليم الطلبة مهارات اجتماعية انفعالية بالإضافة إلى التعليم الأكاديمي، وأشار إلى أن تعليم تلك المهارات مهم في تحسين نوعية الحياة وإيجاد مناخ صفّي ومدرسي يتصف بالأمان والرعاية، مع تنمية العلاقة بين المدرسة والمنزل، حيث الشراكة بين التربويين وأولياء الأمور، تلك الشراكة التي تؤثر في المجتمع ككل. إنّ التعلم الاجتماعي الانفعالي الأخلاقي يمكن أن يساعد الطالب في تعلم قراءة نفسه وقراءة الآخرين وحل المشكلات الاجتماعية الانفعالية الأخلاقية. وأنصار التعلم الاجتماعي الانفعالي يناقشون فوائد تنمية التفاعل الاجتماعي، والمهارات الاجتماعية الانفعالية، والاتجاهات الإيجابية نحو الذات ونحو الآخرين في خفض السلوك السلبي لدى الطلبة، وإعدادهم للنجاح في المدرسة والحياة، مع تطور ذي دلالة في الأداء الأكاديمي، وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو المدرسة (McCuin, 2012).

التدريس أصبح أكثر تطلباً من الناحية الاجتماعية الانفعالية من أي وقت مضى؛ فعدد متزايد من الطلبة يأتون إلى المدرسة دون استعداد كافٍ، ويواجهون خطر مشكلات الصحة العقلية والمشكلات السلوكية، والمُتوقع من المعلم في الوقت الحالي تقديم دعم انفعالي لجميع الطلبة وتوفير بيئة صافية فيها الدفاء والرعاية، ويكون أنموذجاً في التنظيم الذاتي، ويستطيع تدريب الطلبة على مواقف النزاع مع قدرته على إدارة التحديات التي تتضمن ازدياداً في عدد الطلبة الذين يُظهرون سلوكيات سلبية ويسببون الإزعاج (Jen-nings, 2010).

وهناك اهتمام متزايد في السنوات الأخيرة بتنمية الكفاية الاجتماعية الانفعالية والصحة العقلية، ولعل أبرز أسباب هذا الاهتمام هو ارتباط الكفاية الاجتماعية الانفعالية بخفض السلوكيات السلبية وتنمية الإيجابي منها. ويمكن توضيح الجوانب التي يظهر من خلالها دور الكفاية الاجتماعية الانفعالية في نظام التعليم عبر النقاط الآتية (Frederickson, 2009):

1. النجاح في المؤسسات التربوية: تُساعد الكفاية الاجتماعية الانفعالية في التزام الطالب بالحضور وتنمية دافعيته للتعلم، واكتساب المهارات الإدارية ومهارات العمل الجماعي ومهارات التواصل.

2. السلوك الصفي: ترتبط الكفاية الاجتماعية الانفعالية بالسلوك الصفي الإيجابي وخفض العدوان وخفض المشكلات السلوكية.

3. عملية التعلم: من خلال إدارة الانفعالات وتوظيفها بطريقة فاعلة للنجاح في المواقف المدرسية ومواقف التفاعل.

4. التماسك الاجتماعي: تنمية الكفاية الاجتماعية الانفعالية يُساعد في خفض المُعتقدات المُعادية وتوظيف استراتيجيات أفضل لحل النزاع مع خفض ردود الفعل العدوانية.

5. الصحة العقلية: تُسهم الكفاية الاجتماعية الانفعالية في خفض الاكتئاب والقلق واضطرابات الأكل.

الإطار النظري:

يشير الأدب النفسي التربوي إلى أن تعلم الطلبة الاجتماعي الانفعالي نقطة مفقودة في نظام الحياة المدرسية، على الرغم من أهمية هذا الجانب ومساعدته في تحقيق الأهداف التربوية. ويشير التربويون إلى أهمية تدريس المهارات الاجتماعية الانفعالية، لأن التعلم الاجتماعي الانفعالي ليس مهماً فقط لإيجاد حياة صحية ومُنتجة؛ وإنما أيضاً تنمية وتطوير شامل للصف والمناخ الصفي والمدرسي، وإيجاد مجتمع داعم ومهتم بالمتعلمين، وخفض السلوكيات المُعقدة التي تتداخل مع عملية التعلم (Schoiack, 2000)؛ فالمدرسة ليست فقط مستوصفاً للمعرفة حيث إن للمدرسة دوراً في تعليم الطلبة كيف يتعلمون، وتعليمهم مهارات حل المشكلات والتفكير الناقد في المواقف الجديدة التي تظهر في العمل والحياة الشخصية. إن المدارس، وبسبب الطبيعة الاجتماعية لتنظيمها، هي مُحيط طبيعي للتدرب الاجتماعي، وفي العقدين السابقين ظهر المدخل التربوي الجديد للتعلم الاجتماعي الانفعالي (SEL) Social Emotional Learning لتدريب الطلبة والمعلمين على مهارات الذكاء الانفعالي وتطبيقها داخل القاعة الدراسية (McCuin, 2012).

ولخص إلياس (Elias) المُشار إليه في (Kasler et al. 2013) الكفايات الاجتماعية الانفعالية بعد الاطلاع على أبحاث التعلم الاجتماعي الانفعالي على النحو الآتي:

- معرفة الانفعالات الذاتية وإدراكها.
- الاستماع بشكل دقيق وباهتمام، والتواصل أيضاً بشكل دقيق وباهتمام.
- إدراك نقاط القوة الذاتية ونقاط القوة لدى الآخرين.

- إظهار المسؤولية الأخلاقية والمسؤولية الاجتماعية.
- المبادرة بالحديث مع أفراد مختلفين وتحيتهم.
- الأخذ في الحسبان وجهة نظر الطرف الآخر.
- إدراك مشاعر الآخرين بدقة.
- احترام الآخرين.
- إعداد أهداف تكيفية.
- حل المشكلات واتخاذ قرارات فاعلة.
- التعاون.
- القيادة، وأن يكون أيضاً عضواً فاعلاً في فريق.
- التشاور والنقاش وإدارة النزاع بشكل سلمي.
- بناء علاقات أخلاقية بناءة متبادلة.
- البحث عن المساعدة من الآخرين وتقديم المساعدة لهم.

ويضيف كل من جينينجز وجرينبرج (Jennings & Greenberg, 2008) أن الطالب الذي يمتلك كفاية اجتماعية انفعالية لديه وعي بالذات مرتفع، فهو يعرف انفعالاته والأنماط الانفعالية والنزعات، ويعرف كيف يعمم انفعالاته، وكيفية استخدامها، مثل: الفرح والحماسة لتنمية دافعية التعلم لديه، كما أنه يدرك جوانب القوة في انفعالاته وجوانب الضعف ويفهم قدراته بطريقة واقعية. يمتلك أيضاً وعياً اجتماعياً مرتفعاً، فيعرف كيف تؤثر تعابيره الانفعالية في تفاعلاته مع الآخرين ويدرك انفعالات الآخرين ويفهمها، مع قدرة على بناء علاقات قوية داعمة من خلال فهمه الناضج وتعاونه مع الآخرين، كما أنه يُظهر حساسية تجاه الثقافة، ويدرك أن الآخر قد يكون لديه وجهة نظر مختلفة عن وجهة نظره. ويمتلك قيماً اجتماعية، ويتحمل مسؤولية قراراته وأفعاله ويحترم الآخرين. وهو قادر أيضاً على إدارة انفعالاته وسلوكه وإدارة علاقاته مع الآخرين، فهو يستطيع إدارة سلوكه حتى بوجود الإثارة في مواقف التحدي، ويستطيع تنظيم انفعالاته بطرق صحية تسهل تحقيق مخرجات إيجابية في مواقف التفاعل. وعندما يشعر الطالب بالسيطرة على التحديات الاجتماعية الانفعالية يشعر بالفاعلية؛ فهو يحتاج إلى الكفاية الاجتماعية الانفعالية لإيجاد بيئة جيدة تحيط به، فيستجيب للآخرين انفعالياً، ويشكل علاقات داعمة وتعاونية، ويسلك بطريقة فاعلة في مواقف النزاع والتحدي مع الأقران كما أنه يتعامل باحترام معهم. وفيما يأتي سيتم الإشارة إلى بعد التمثل العاطفي، وبعد التنظيم الذاتي من

أبعاد الكفاية الاجتماعية الانفعالية.

أبعاد الكفاية الاجتماعية الانفعالية:

في تعريف للكفاية الاجتماعية الانفعالية تم تطويره من قبل التعاونية للتعلم للأكاديمي والاجتماعي والانفعالي (-Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning)، أشير إلى أبعاد معرفية وانفعالية وسلوكية للكفاية الاجتماعية الانفعالية، وهي: الوعي بالذات، والوعي الاجتماعي، واتخاذ قرار مسؤول، وإدارة الذات، وإدارة العلاقات. وحصر العالمان بوياتزس، وجولمان (Boyatzis & Goleman, 2009) أبعاد الكفاية الاجتماعية الانفعالية في خمسة أبعاد رئيسية، يندرج تحتها أربعة عشر بعداً فرعياً، ويمكن توضيحها في الجدول (1):

الجدول (1)

الأبعاد الرئيسية والفرعية للكفاية الانفعالية الاجتماعية

الأبعاد الفرعية	الأبعاد الرئيسية
الوعي الذاتي بالانفعالات (Emotional Self- Awareness)	الوعي بالذات (Self- Awareness)
التوجه نحو التحصيل (Achievement Orientation)	إدارة الذات (Self- Management)
التكيف (Adaptability)	
الضبط الذاتي للانفعالات (Emotional Self- Control)	
التوقعات الإيجابية (Positive Outlook)	
التمثل العاطفي (Empathy)	الوعي الاجتماعي (Social Awareness)
الوعي بالمنظمة (Organizational Awareness)	
إدارة النزاع (Conflict Management)	إدارة العلاقات (Relationship Management)
التدريب والمراقبة (Coach and Mentor)	
التأثير (Influence)	
القيادة الملهمة (Inspirational Leadership)	
العمل في فريق (Team Work)	الكفاية المعرفية (Cognitive Competence)
التفكير المنظم (Systems Thinking)	
إدراك النمط (Pattern Recognition)	

وصف جولمان (Goleman, 1998) أبعاد الكفاية الاجتماعية الانفعالية في

الفئات الآتية:

1. البعد الانفعالي: تحديد وتسمية المشاعر والتعبير عن المشاعر وتقويم شدة المشاعر وإدارة المشاعر وتأجيل الإشباع وضبط الاندفاع وتقليل الضغط والتمييز بين المشاعر والأفعال.

2. البعد المعرفي: الحديث إلى الذات واستخدام وتوظيف خطوات حل المشكلة واتخاذ القرار وفهم وجهة نظر الطرف الآخر وفهم معايير السلوك والاتجاه الإيجابي نحو الحياة والوعي بالذات.

3. البعد السلوكي: التواصل اللفظي وغير اللفظي بمراعاة الكلمات والألفاظ ودلالات الجسم وتعابير الوجه.

وفيما يأتي سيتم الإشارة إلى بعض الأبعاد الفرعية للكفاية الاجتماعية الانفعالية بالاستناد إلى نظرية العالم جولمان (Goleman, 1998) مع الأخذ في الحسبان أن العالم تناولها بعد التصنيف إلى أبعاد رئيسة و فرعية. وسيتم تناول التمثل العاطفي والتنظيم الذاتي في هذا المقال بشكل عام.

(1) التمثل العاطفي (Empathy) :

تركز معظم تعريفات التمثل العاطفي على فكرة محاولة الإحساس بالطرف الآخر، وإدراك حالته الانفعالية ومشاركته تلك الحالة. ويمكن تعريف التمثل العاطفي على أنه استجابة عاطفية انفعالية أكثر ملاءمة لموقف الطرف الآخر من موقف الطرف نفسه، ويظهر التمثل العاطفي على شكل استجابة انفعالية عاطفية موجهة نحو الآخر، وتتطابق مع إدراكه وصالح هذا الآخر (Eklund, 2006). كما يُعرف التمثل العاطفي على أنه استجابة الفرد العاطفية لظرف وحالة الطرف الآخر الانفعالية، والأخذ في الحسبان وجهة نظره، وهنا يظهر البعد المعرفي والبعد الانفعالي للتمثل العاطفي؛ فالبعد الانفعالي أن تتماثل الاستجابة الانفعالية مع الحالة الانفعالية للطرف الآخر؛ بينما البعد المعرفي فهو فهم انفعالات الطرف الآخر عن طريق الأخذ في الحسبان وجهة نظره مع ظهور العمليات المعرفية المركبة (Larden et al. , 2006) ، وعُرف التمثل العاطفي بأنه سمة انفعالية تسهل تجربة انفعالات الطرف الآخر، وهو أيضاً قدرة معرفية تُسهّل فهم انفعالات الآخر. وبصرف النظر سواء تناولنا التمثل العاطفي على أنه سمة انفعالية أم قدرة عقلية؛ فالعلاقة المُفترضة مع السلوك هي ذاتها حيث أن التمثل العاطفي يسهّل السلوك المقبول اجتماعياً ويكبح السلوك غير المقبول اجتماعياً (Jolliffe & Farrington, 2006). ويوضح الشكل (1)

البعد الانفعالي والمعرفي في التمثل العاطفي:



ويمكن الإشارة إلى مجموعة من تعريفات التمثل العاطفي على النحو الآتي
(Decety & Lamm, 2006) :

- قدرة الفرد على أن يضع نفسه في الحالة العقلية لشخص آخر بهدف فهم انفعالاته ومشاعره وهذا شكل من أشكال المحاكاة والتقليد.
- نموذج مركب من الاستدلال النفسي حيث الاتساق بين الملاحظة والذاكرة والمعرفة والاستدلال لإنتاج استبصارات لأفكار ومشاعر الآخر.
- استجابة عاطفية أكثر ملائمة لموقف الشخص الآخر من موقف الفرد نفسه.
- استجابة متمركزة حول الآخر تتناسب مع صالح وخير الشخص الآخر من منظوره الشخصي.

- استجابة عاطفية تنتج من فهم واستيعاب الحالة الانفعالية للآخر أو ظرفه، وهي مشابهة لما شعر به الآخر أو متوقع أن يشعر به في المواقف المحددة.

التمثل العاطفي لدى الطلبة:

إن المدرسة مسؤولة عن تنمية مفاهيم الترابط والتعاون والإيثار؛ فالطالب يتعرض لخبرات المنهاج غير الرسمي (غير المكتوب) وغير المخطط له بشكل واع. هذا المنهاج غير المكتوب الذي يتم تعريفه عادة بأنه ثقافة المدرسة يعكس القيم والمعتقدات والعادات التي تشكلت عبر سنوات، وهذه الثقافة ما هي إلا متغير مهم يؤثر في تكيف الطالب المدرسي.

ترتبط ثقافة المدرسة مع العلاقات بين المعلمين وعلاقات الطلبة بعضهم ببعض؛ وإذا كان اتجاه الطالب وإدراكه نحو ثقافة المدرسة ايجابياً، فإن دافعيته للتحصيل تزداد

فالثقافة المدرسية ترتبط ايجابياً مع سلوك الطالب المقبول اجتماعياً والتكيف الاجتماعي الانفعالي. إن المدارس والغرف الصفية التي تشتمل على الإحساس بالاهتمام والعناية تساعد في ظهور السلوك المقبول اجتماعياً، والإحساس بالجماعة؛ فسلوك الطالب يتأثر بممارسات التدريس والمناخ الاجتماعي الانفعالي داخل الغرفة الصفية، والمعلم له دور في بناء الإحساس بالجماعة، وتصميم الأنشطة الصفية التي تؤدي إلى تنمية العلاقات بين الطلبة، مما يؤدي إلى مزيد من المشاعر الإيجابية وتنمية قيم المساعدة. والعلاقات الاجتماعية الجيدة بين الطلبة داخل الغرفة الصفية يؤدي إلى الإحساس بالارتباط، ويعطي فرصة أكبر للطلبة للقيام بسلوكات مقبولة اجتماعياً، (Barr & Higgins D'Alessandro, 2007). والمدرسة التي تتوفر فيها ثقافة إيجابية قد تحمي الطالب من تجربة مشكلات سلوكية وانفعالية.

وبالأخذ في الحسبان العلاقة بين التمثل العاطفي وإظهار السلوك المقبول اجتماعياً لدى الطلبة، بمعنى أن الطالب الذي يمتلك مستوى مرتفعاً من التمثل العاطفي يعمل على خفض الانفعالات السلبية للآخرين لأسباب ذاتية لخفض الضيق الذي يشعر به، ولأسباب غيرية لخفض ضيق الآخرين؛ وبالمقابل فإن الطلبة الذين لديهم مستوى منخفض من التمثل العاطفي سيجدون صعوبة في تسكين وخفض الضيق، ولديهم رغبة مرتفعة للقيام بسلوكات عدائية، وهذا السلوك غير معالج بخبرة الشعور بالآخر، سواء بفهم الحالة الانفعالية لهذا الآخر أم بتجربة تلك الحالة؛ فهذا الطالب لا يفهم الألم أو يجربه أو يشعر بالضيق والمعاناة في الانفعالات الناتجة عن السلوك العدائي حيث يفشل في الربط بين سلوكه العدائي وردود الفعل الانفعالية للآخر (Jolliffe & Farrington, 2009).

وتظهر في المدرسة أيضاً العلاقة بين التمثل العاطفي والاستقواء، وهذه العلاقة قائمة على الأساس النظري حول العلاقة بين التمثل العاطفي والسلوك العدائي؛ فالطالب الذي يستقوي يمتلك مستوى منخفضاً من التمثل العاطفي مقارنة مع الطالب الذي لا يقوم بمثل هذا السلوك، وهذا بسبب أن الأفراد الذين يدركون ردود الفعل السلبية التي تظهر نتيجة الاستقواء قد يعملون على الكف أو التقليل من الاستمرار بمثل هذا السلوك في المستقبل (Jolliffe & Farrington, 2006).

يتوسط التمثل العاطفي العدوان والاستقواء والسلوك المقبول اجتماعياً؛ فالعلاقة سلبية بين التمثل العاطفي والاستقواء والعدوان، بينما العلاقة إيجابية بين التمثل العاطفي والسلوك المقبول اجتماعياً، وبلاستناد إلى أن طبيعة التمثل العاطفي متعددة الأبعاد حيث تشتمل على قدرات معرفية مثل القدرة على التعرف إلى انفعالات الآخر، وأداء الدور، والأخذ في الحسبان وجهة النظر للطرف الآخر وفهمها. بينما يظهر البعد الانفعالي في الاهتمام

العاطفي والمشاركة الوجدانية: فإن الطالب الذي يمتلك مستوى مرتفعاً من التمثل العاطفي يكبح ويقلل السلوك العدواني من خلال البعدين، في البعد المعرفي يمتلك القدرة على أخذ الدور فيزيد فهمه لموقف الآخر وبالتالي احتمالية أقل لتبني السلوك العدواني. والبعد الثاني بالمقابل مرتبط بالجانب الانفعالي حيث إن الطالب الذي يمتلك مستوى مرتفعاً من التمثل العاطفي يتعامل مع ألم الطرف الآخر، ويكبح سلوكه العدواني لتجنب الضغط الانفعالي الناتج من الموقف، أو لخفض معاناة الطرف الآخر، وبالتالي فالأبعاد المعرفية والانفعالية للتمثل العاطفي تقلل من السلوك العدواني والعنف (Giny et al. , 2007).

(2) التنظيم الذاتي (Self-regulation) :

يستخدم مصطلح التنظيم الذاتي للإشارة إلى قدرة الفرد على تنظيم أفكاره وانفعالاته وسلوكه وأدائه في مهمة ما، وضبط الاندفاع بالسلوك. ويتوافق مصطلح التنظيم الذاتي مع افتراضات نظرية الضبط؛ حيث يقتصر التنظيم الذاتي على العمليات الشعورية؛ فيراقب الفرد حالته بالاستناد إلى أهداف ومعايير (Bauer & Baumeister, 2004). ويمكن توضيح مهارة التنظيم الذاتي لدى طلبة المدارس عن طريق وصف خصائص وصفات الطالب الذي يمتلك تلك المهارة، وهي على النحو الآتي (Larzen et al. , 2004; Bauer & Baumeister, 2004) :

- الاستمرار في الانتباه والحماس للأنشطة المدرسية.
- خفض الاندفاع بالسلوك واتباع التعليمات.
- التوجه نحو التحصيل الدراسي، وحمل الذات على الدراسة.
- ملاحظة وتقييم وتنظيم الرسائل غير اللفظية التي قد يرسلها جسمه وتعايير وجهه.
- مراقبة وتنظيم نغمة الصوت وعلوه ونبرته.
- مراقبة وتقييم وتنظيم الحالة الانفعالية التي يمر بها، واتخاذ خطوة نحو المحافظة على هذه الحالة الانفعالية أو خفضها وضبطها.
- القدرة على التخطيط والتعامل مع المهام الجديدة وتصحيح الخطأ.
- السيطرة على السلوك ووضع مجموعة من بدائل السلوك كاستجابات.
- مقارنة سلوكه بالأهداف والمعايير، ومن ثم العمل على تعديل هذا السلوك بما يتناسب مع تلك الأهداف والمعايير.

إن التنظيم الذاتي هو القدرة على التحكم والسيطرة على الانفعالات والسلوكيات، وهو مفتاح النجاح الأكاديمي والاجتماعي، وهو مركب يتألف من بعدين: أولهما: التنظيم الذاتي المعرفي، وهو الدرجة التي يستطيع بها الطالب أن ينظم سلوكياته ويستطيع أن يخطط ويفكر ويتحكم بتفكيره مع القدرة على التذكر عند الحاجة. أما الثاني: فهو التنظيم الذاتي الاجتماعي، أي القدرة على منع أو تأجيل الإشباع، وفي حال حدوث ذلك: يعني سيطرة الفرد على انفعالاته ومعرفة فيما إذا كان يتحدث بصوت مرتفع أو إذا كان يزعج شخصاً آخر أو ما إذا كان بحاجة إلى التوقف عن سلوك ما، كما يعكس القدرة على وضع معايير للسلوك وتقبلها، والقيام بسلوكيات تتناسب مع تلك المعايير دون الحاجة لمن يذكره بذلك، مع قبول القوانين والقواعد الخاصة بعدم الاعتداء على حرية الآخرين (Leong & Bodrod, 2003). والتنظيم الذاتي هو ميكانيزم داخلي يساعد الفرد في القيام بسلوكيات مقصودة ناتجة عن تفكير ووعي، ويتضمن التنظيم الذاتي قدرة على السيطرة والتحكم بالاندفاع بالسلوك والتوقف عن عمل شيء ما، مثل مقاومة الرغبة الحالية بالاندفاع للإجابة عند طرح المعلم لسؤال ما داخل الغرفة الصفية. إضافة إلى أن التنظيم الذاتي يتضمن القدرة على فعل شيء ما لو كان الشخص لا يرغب بالقيام بهذا الفعل مثل انتظار الدور أو رفع اليد؛ فالتنظيم الذاتي يعمل على تأجيل الإشباع وكبح الاندفاع لإعطاء الوقت الكافي للتفكير بالنتائج المحتملة للأفعال أو اختيار استجابات بديلة يمكن أن تكون أفضل وأكثر مناسبة (Leong & Bodrero, 2003).

مما سبق يمكن اعتبار مهارة التنظيم الذاتي لدى الطالب انعكاساً لقدرة على التحكم بسلوكه وتحديد هذا السلوك بشكل واع شعوري ومقصود، مع الاستفادة من التغذية الراجعة حيث يصبح الطالب على وعي بالتعارض بين حالته الذاتية والحالات المرغوب بها، فيختار بشكل واع القيام بفعل للتقليل من هذا التعارض. والتنظيم الذاتي يتطلب قوة إرادة ودافعية وعمليات معرفية لتوجيه الذات نحو هدف محدد. ويرتبط التنظيم الذاتي للتعلم في المدرسة بالمهارات الاجتماعية، مثل الالتزام بالقوانين وتبادل الأدوار والتوجه نحو التحصيل (Pelco & Reed-Victor, 2007). والتنظيم الذاتي المنخفض قد يؤثر في نمط أو شكل العلاقات التي يشكلها الطالب مع المعلم والأقران؛ فالطالب الذي يظهر مستوى منخفضاً من تنظيم الانفعالات والسلوك يتعرض لمستوى أقل من قبول الأقران، وعلاقات سلبية مع المعلمين، وتحصيل دراسي منخفض، وبالتالي فالتنظيم الذاتي لطالب المدرسة أمر أساسي للتكيف المدرسي والتحصيل الدراسي.

إن إظهار الطالب للانفعالات السلبية بشكل شديد ودون تنظيم يرتبط بالعدوان والنشاط الزائد، أما التنظيم الذاتي فيرتبط بالتعلم والانتباه ومهارات الدراسة، حيث يحتاج

الطالب إلى تنظيم المهارات الاجتماعية المرتبطة بعملية التعلم من مثل: الاستماع واتباع التعليمات وتنظيم أدوات العمل والالتزام بالجلوس على المقعد (Pelco & Reed- Victor, 2007).

دور المدرسة:

إن بيئة المدرسة التي تستجيب لحاجات الطلبة، تساعد في أن يتعلم الطالب تنظيم سلوكه داخل المدرسة؛ فالمدرسة والعاملون فيها مسؤولون عن تعليم الطالب كيف يطور التنظيم الذاتي والسيطرة على السلوكات، ويمكن تلخيص هذا الدور على النحو الآتي (Pelco & Peed- Victor, 2007):

- تعليم الطالب التواصل حول الحاجات والرغبات والأفكار بطريقة صحيحة، تتناسب ومعايير السلوك والقواعد والقوانين.
- أن يكون المعلم والإداري نماذج واضحة للتنظيم الذاتي والضبط الذاتي للكلمات والأفعال عند التعرض لمواقف مختلفة.
- توفير تنظيم حازم وواضح، فالمزيد من الحرية قد يؤدي إلى القيام بسلوكات يصعب التحكم بها.
- تعزيز الطلبة الذين لديهم القدرة على التنظيم الذاتي، وإعطاؤهم حرية ومرونة بما يتيح لهم فرصة للتعلم الذاتي.
- تحديد الطلبة الأكثر اندفاعاً وفصلهم عن بعضهم بعضاً.
- التعاون بين المدرسة والمختص وولي الأمر، بهدف التحديد المبكر والتدخل بما يجنب الطالب الوقوع في كثير من المشكلات.
- تدريس التنظيم الذاتي لجميع الطلبة في المدرسة، وليس فقط من لديهم مشكلات في التنظيم الذاتي.
- توفير الفرص للطلبة بممارسة القوانين لسلوكات محددة، وتطبيق تلك القوانين في مواقف جديدة.
- توفير مذكرات بصرية وكتابية حول التنظيم الذاتي.
- تدريب الطلبة على انتظار الدور والاهتمام بأدوات الصف وتسجيل الملاحظات وتدوين مواعيد تسليم الواجبات ومهارات الدراسة للامتحان وتحديد مواعيد لإنجاز المهمات المطلوبة.

- تدريب الطلبة على المهارات الاجتماعية التي تساعد في خفض السلوك غير المقبول اجتماعياً.

الخلاصة:

بعد الاطلاع على الأدب النفسي التربوي حول التمثل العاطفي والتنظيم الذاتي؛ اتضح أن كل بعد من هذه الأبعاد يشتمل على الجانب المعرفي والانفعالي والسلوكي. فالجانب المعرفي في كل من التمثل العاطفي والتنظيم الذاتي هو العمليات المعرفية والأفكار والمعتقدات التي تُراقب وتُنظم بما يتناسب مع وجهة نظر الطرف الآخر وأفكاره ومعتقداته. أما الجانب الانفعالي فيظهر في تنظيم الحالة الانفعالية الذاتية ومشاركة الحالة الانفعالية للطرف الآخر. والبعد السلوكي يظهر في تنظيم الفرد لأقواله وأفعاله بما في ذلك الجانب اللفظي وغير اللفظي بطريقة يظهر من خلالها الفرد الاهتمام التعاطفي والتقمص الوجداني. ويحتاج الطالب الذي يظهر التمثل العاطفي إلى التنظيم الذاتي لمراقبة وتقييم أفكاره ومعتقداته تجاه الطرف الآخر والأخذ في الحسبان الطريقة التي يفكر فيها، كما أنه يحتاج إلى التنظيم الذاتي ليضبط انفعالاته ويحددها، حتى يستطيع أن يعبر عن تلك الحالة بطريقة تتناسب والحالة الانفعالية للطرف الآخر، إضافة إلى مراقبة وتنظيم سلوكه بطريقة تظهر الإحساس بالطرف الآخر وبأنه يضع نفسه مكانه.

إن نجاح التمثل العاطفي لدى الطالب بأن يضع نفسه مكان الطرف الآخر، وما يترتب على ذلك من علاقات فاعلة إيجابية، وخفض العدوان والاستقواء والسلوكيات السلبية، يعتمد على مهارة التنظيم الذاتي بقدرة هذا الطالب على مراقبة سلوكه وضبطه وتقويمه. ويمكن الإشارة إلى بعض سلوكيات تنظيم الذات ذات العلاقة بالتمثل العاطفي وهي على النحو الآتي:

- التحكم والسيطرة على الانفعالات، وبالتالي القدرة على أن يظهر الطالب انفعالات مشابهة لانفعالات الطرف الآخر مع تسمية الحالة الانفعالية ومعرفتها.

- يشير البعد المعرفي في التنظيم الذاتي إلى قدرة الفرد على التخطيط والتفكير والتحكم بالأفكار ومراقبة استراتيجيات التفكير، وبالتالي مراعاة أن تنصب تلك الأفكار في مصلحة الطرف الآخر.

- قدرة الطالب على منع أو تأجيل الإشباع الذاتي، والتركيز على إشباع حاجات الطرف الآخر ومراعاة ميوله واهتماماته.

- مراقبة السلوك خلال التفاعل مع الآخر فيتم مراعاة علو الصوت وحركات الجسم ودلالاته.

- التحكم والسيطرة على الاندفاع بالسلوك، وبالتالي عدم التسرع بالقيام ببعض السلوكيات التي قد لا تساعد في خفض الضغط على الطرف الآخر وأخذ الوقت الكافي في التفكير بالنتائج المحتملة قبل الفعل والتصرف.

التوصيات:

من خلال العرض السابق، يمكن الخروج بالتوصيات الآتية:

1. إجراء دراسات حول الكفاية الاجتماعية الانفعالية وربطها بمتغيرات مختلفة من مثل التكيف، والفاعلية الذاتية، ويقظة الذهن وغيرها من المتغيرات.

2. تنظيم ورش تدريبية ومحاضرات للمعلمين والمعلمات، يتم من خلالها تعريفهم بدور الكفاية الاجتماعية الانفعالية في خفض العدوان والاستقواء والسلوكيات السلبية، وزيادة السلوك المقبول اجتماعياً.

3. تصميم مناهج ومساقات متخصصة في المهارات الاجتماعية الانفعالية، وتدريبها للطلبة في المدارس.

4. التواصل مع أولياء الأمور، لإتاحة الفرصة للطلبة بتطبيق مهارات الكفاية الاجتماعية الانفعالية التي تعلموها في مواقف حياتية واقعية.

المصادر والمراجع:

1. Barr, J. and Higgins- D> Alessandro, A. (2007) . *Adolescent Empathy and Prosocial Behavior in the Multidimensional Context of School Culture. Journal of Genetic Psychology*, 168 (3) , 231- 250.
2. Bauer, I. and Baumeister, R. (2004) . *Self- Regulatory Strength. In R. F. Baumeister and K. D. Vohs (Ed.) , Handbook of self- regulation; research, theory and application. New York: The Guilford Press.*
3. Boyatzis, R. , Goleman, D. (2009) *Emotional and social competency inventory university edition workbook. Hay Group Transforming Learning.*
4. Cohen, J. (1999) . *Educating Minds and Hearts: Social Emotional Learning and the Passage into Adolescence. Teachers College Press.*
5. Decety, J. and Lamm, C. (2006) . *Human Empathy through the Lens of Social Neuroscience. The Scientific World Journal*, 6 (1) : 1146- 1163.
6. Eklund, J. (2006) . *Empathy and Viewing the Other as a Subject. Scandinavian Journal of Psychology*, 47 (1) . 399- 409.
7. Frederickson, N. (2009) . *Special Educational Needs. Inclusion and Diversity. Open University Press.*
8. Goleman, D. (1998) . *Working with Emotional Intelligence. New York: Bantam.*
9. Giny, G. , Albiro, P. , Benelly, B. and Altoe, G. (2007) . *Does Empathy Predict Adolescents' Bullying and Defending Aggressive Behavior?. Agressive Behavior*. 33 (5) , 467- 476.
10. Jenning, A. and Greenberg, M. (2008) . *The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. Educational Research*, 79 (1) , 491- 525.
11. Jenning, P. (2010) . *Promoting Teachers Social Emotional Competence to Support Performance and Reduce Burnout. In A. Cohan & A. Honigsfeld (Eds.) , Breaking the mold of preservice and inservice teacher education: Innovative and successful practices for the twenty- first century. New York: Rowman & Littlefield.*
12. Jolliffe, D. and Farrington, D. (2006) . *Examining the Relationship between low Empathy and Bullying. Aggressive Behavior*, 32 (1) , 540- 550.
13. Jolliffe, D. and Farrington, D. (2009) . *Examining the Relationship*

- between Empathy and Self- Reported Offending. Legal and Criminological Psychology, 12 (1) , 265- 286.*
14. Kasler, J. , Hen, M. and Nov, A. (2013) . *Building Emotional Competence in Educators. International Journal of Higher Education, 2 (4) , 31- 41.*
 15. Larden, M. , Melin, L. , Holst, M. and Langstrom, N. (2006) . *Moral Judgment, Cognitive Distortions and Empathy in Incarcerated Delinquent and Community Control Adolescents. Psychology, Crime and Law, 12 (5) , 453- 462.*
 16. Larzen, R. L. and Prizmic, Z. (2004) . *Affect Regulation. In R. F. Baumeister and K. D. Vohs (Ed.) , Handbook of self- regulation; research, theory and application (pp. 40- 61) . New York: The Guilford Press.*
 17. Leong, D. and Blodroa, E. (2003) . *Self- Regulation in the Early childhood Classroom. Early Childhood Today. 18 (1) , 56- 58*
 18. McCuin, D. (2012) . *Teachers Working with Social Emotional Competence: Students Perspectives on the Positive effects. Unpublished Ph. D dissertation. Colorado State University, Colorado, USA.*
 19. Pelco, L. and Reed- Victor, E. (2007) . *Self- Regulation and Learning- Related Social Skills: Intervention Ideas for Elementary School Students. Preventing School Failure. 51 (3) , 36- 42.*
 20. Schoiack, L. (2000) . *Promoting Social Emotional Competence: Effects of a Social Emotional Learning Program and Corresponding Teaching Practices in the Schools. Unpublished Ph. D dissertation. University of Washington, Washington, USA.*

