

- 2- حب الاستطلاع: الإحساس بأن اكتشاف الأشياء أمر إيجابي، ملء النفس بالسرور.
- 3- الإضرار: أي الرغبة والقدرة على أن يكون مؤثر، أو على أن يفعل ذلك بإصرار ودأب، وهذه القدرة ترتبط بالشعور بالكفاءة والفعالية.
- 4- السيطرة على النفس: وهي القدرة على تغيير الأفعال، والتحكم فيها بطرق تتناسب والمرحلة السنية، والإحساس بأن هذا الانضباط نابع من داخله.
- 5- القدرة على تكوين علاقات وارتباط بالآخرين: أي الارتكاز على الإحساس بأنه يفهم الآخرين وأنهم يفهمونه.
- 6- القدرة على التواصل: أي الرغبة والقدرة على التبادل الشفوي للأفكار والمشاعر والمفاهيم مع الغير، وهذا مرتبط بثقتك في الآخرين والاستمتاع بالارتباط بهم.
- 7- التعاون: وهو القدرة على عمل توازن في نشاط الجماعة بين الاحتياجات الشخصية واحتياجات الغير.

وسواء كان الطفل يحمل بداخله هذه القدرات أم لا، فإن بداية حياته التعليمية منذ اليوم الأول في مرحلة الحضنة إنما تعتمد على ما تغذي به من الأبوين في مرحلة ما قبل الحضنة، ذلك القدر من الرعاية الذي يرقى إلى مرحلة بداية العاطفة، التي هي المعادل على مستوى الانفعالات لبرامج التفوق.

### سادساً: أبعاد الذكاء العاطفي

يرى علماء النفس المعاصرون أن العمليات الانفعالية تتقاطع مع أنشطة التفكير العقلي، وبات لديهم اقتناع بأن دراسة الانفعالات من الممكن أن تساعد في فهم السلوك التكيفي للإنسان بصفة عامة.

وقد برز الاهتمام بالذكاء العاطفي لدى المؤسسات الصناعية والإدارية والأكاديمية انطلاقاً من فلسفة أن القدرات الانفعالية والاجتماعية تشكل بُعداً مهماً في الأداء المعرفي، وعمليات التفكير والسلوك الذي ينعكس على إنتاجية الأفراد وقدراتهم على التكيف، حيث أظهرت نتائج الدراسات فعالية الذكاء العاطفي في تحقيق النجاح الأكاديمي

والنجاح في مجالات العمل وعملية التفاعل الاجتماعي والقيادة والعلاقات العامة والحياة بشكل عام.

ويشير "كوليمان" إلى أن للذكاء العاطفي علاقة بمجموعة الخصائص المزاجية، والخصائص التي يمكن اكتسابها للفرد أو يتعلمها، وهي حالة التكيف والقدرة على الإقناع، وبذلك فهي تختلف عن الشخصية الذاتية، لذلك بإمكان الأفراد القيام ببناء وتطوير السمات ذات الصلة بالذكاء العاطفي.

ويتكون الذكاء العاطفي حسب كوليمان 1995 Coleman من خمسة أبعاد أساسية وهي:

- 1- معرفة الفرد لانفعالاته: بمعنى متابعة المشاعر وتوجيهها لحظة بلحظة.
  - 2- إدارة الانفعالات: بحيث يمكن معالجة المشاعر بطريقة تجعلها مناسبة للموقف.
  - 3- استشارة الدافعية الذاتية: بمعنى السيطرة على النزوات والرغبات الملحة.
  - 4- تُعرف مشاعر الآخرين: تعني الوعي باحتياجاتهم والتعاطف معهم.
  - 5- معالجة العلاقات مع الآخرين: من خلال التعامل بلطف ودفع معهم.
- وتوصل فاروق عثمان، محمد عبد السميع 1998 في دراسة لهما إلى خمسة أبعاد للذكاء

العاطفي هي:

- 1- إدارة الانفعالات.
- 2- تنظيم الانفعالات.
- 3- التعاطف.
- 4- المعرفة الانفعالية.
- 5- التواصل.

كما حدد "كوليمان" خمسة أبعاد للذكاء العاطفي وهي كالتالي:

- 1- الوعي بالذات.
- 2- الدافعية الذاتية.
- 3- مقاومة الاندفاع.

4- التفهم وإدارة الوجدان.

5- العلاقات الاجتماعية.

وحدد أيضاً "بارون" ستة أبعاد للذكاء العاطفي هي كالتالي:

1- البعد الشخصي.

2- تكوين العلاقات مع الآخرين.

3- التكيف.

4- التحكم في الضغوط.

5- المزاج العام. الانطباع الإيجابي.

6- الدرجة الكلية.

كما حدد "ليفنسون" خمسة أبعاد للذكاء العاطفي وهي كالتالي:

1- الإدراك الانفعالي.

2- التحكم في المشاعر.

3- الثقة والضمير الحي.

4- فهم الآخرين.

5- الحساسية لاحتياجات الآخرين ومساندة قدراتهم وتدعيمها.

وهناك من يرى أنه من أهم أبعاد الذكاء العاطفي ما يلي:

1- الوعي بالذات.

2- الدافعية الذاتية.

3- التعاطف.

4- المهارات الاجتماعية.

5- التحكم بالعواطف.

وأوضح "مايرو سالوفي" في نظريتهما أن الذكاء العاطفي يتكون من ثلاثة أبعاد وهي:

1- القدرة على الوعي بالانفعالات واستخدامها بهدف تقويتها.

2- القدرة على فهم وتحليل الانفعالات المعقدة والصعبة.

3- القدرة على إدارة الانفعالات الذاتية الغيرية، وضبط المشاعر السلبية.

كما حدد آخرون أبعاد الذكاء العاطفي في الأبعاد التالية:

1- الوعي بالذات: أي قدرة الفرد على معرفة مشاعره، واستخدام هذه المعرفة في قراراته.

2- إدارة العواطف: أي القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية، وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، وممارسة الحياة بشكل فعال.

3- الدافعية الذاتية: ويعني بها القدرة على ضبط الانفعالات ومراجعتها، وتأجيل التعبير الفوري عنها، بما يتيح للفرد التفكير واختيار الاستجابة المناسبة.

4- التعاطف: أي قدرة الفرد على الشعور بالآخرين والاستجابة لحاجاتهم.

5- المهارات الاجتماعية: أي القدرة على تحمل المسؤولية، وتأكيد الذات وضبطها، والقدرة على فهم الآخرين والتواصل معهم.

أما "بار - أون" فقد قدم نموذجاً للذكاء العاطفي يتضمن خمسة أبعاد والتي تتمثل الآتي:

1- الذكاء الشخصي: ويشمل الاهتمام بالنفس والوعي بها وتحقيق الذات.

2- الذكاء البين شخصي: ويضم التعاطف مع الآخرين والمسؤولية الاجتماعية وإدارة الفرد لعلاقاته مع الآخرين

3- القدرة على التكيف: ويتضمن القدرة على دراسة الواقع والظروف البيئية، والمرونة في التعامل مع الآخرين، وحل المشكلات بمنطقية ومهارة.

4- إدارة الضغوط: ويشمل التسامح والتحكم في رد الفعل وضبط الاندفاع.

5- الحالة المزاجية العامة: وتتمثل في قدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة وتضم السعادة والتفاؤل.

وفي نموذج "بارون" يتكون الذكاء العاطفي من خمسة أبعاد كالتالي:

1- الذكاء الاجتماعي: والمقصود به القدرة على التعاطف مع الآخرين، وإدراك مشاعرهم المختلفة، والقدرة على تكوين صدقات والشعور بالمسؤولية الاجتماعية.

- 2- الذكاء الشخصي: والمقصود به وعي الفرد بمشاعره الداخلية وقدرته على التمييز بين المشاعر المتناقضة والمختلفة، والمتشابهة منها وإدراكها، وقدرته في التعبير عنها.
- 3- القابلية للتكيف: وهي القدرة على التصرف بمرونة مع المواقف الجديدة وتغيير المشاعر وفقاً لمتطلبات الموقف.
- 4- إدارة الضغوط: أي القدرة على التعامل مع الضغوط المختلفة، وحل المشكلات بطرق مختلفة، ومواجهة المسائل المعقدة بكفاءة والقدرة ضبط المشاعر وتأجيل الرغبات
- 5- المزاج العام: والمقصود به النظرة الإيجابية للفرد نفسه ومشاعره وشخصيته، والاتصاف بنظرة الرضا والتفاؤل والسعادة والتفكير الإيجابي.

### سابعاً: مجالات الذكاء العاطفي

يصنف سالوفي أنواع الذكاء الشخصي التي قدمها چاردنر في تحديده الأساسي للذكاء العاطفي الذي اتسع ليشمل خمسة مجالات أساسية، كالتالي:

#### 1- معرفة العواطف:

فالوعي بالنفس وتُعرف شعور ما وقت حدوثه هو الجزء الأساسي في الذكاء العاطفي، وكيف تكون القدرة على رصد المشاعر من لحظة لأخرى / عاملاً حاسماً في النظرة السيكلولوجية الثانية وفهم النفس، كما أن عدم القدرة على ملاحظة مشاعرنا الحقيقية تجعلنا نقع تحت رحمتها/ فالأشخاص الذين يثقون بأنفسهم هم من نعتبرهم أفضل من يعيشون حياتهم، لأنهم يمتلكون حاسة الثقة في كل ما يتخذون من قرارات مثل اختيار زوجاتهم أو الوظيفة التي يشغلونها .

#### 2- إدارة العواطف:

إن التعامل مع المشاعر بتكوين مشاعر ملائمة قدرة تُبنى على الوعي بالذات، وهي القدرة على تهئية النفس والتخلص من القلق الجامح والتهجم وسرعة الاستثارة.