

الفصل الرابع

تنمية الذكاء الانفعالي

obeyikandali.com

الفصل الرابع

تنمية الذكاء الانفعالي

يتناول هذا الفصل عرضا للعديد من مداخل التنمية وبرامج التطوير كل حسب وجهة النظر السيكولوجية والتربوية التي ينطلق منها إلى نشاطات وترتيبات وتنويعات تستهدف تنمية الذكاء الانفعالي واستثمار مكوناته إلى أفضل حد.

ذكاء الفرد هو نتاج خصائص سيكولوجية ومواهب وقدرات وسجايا شخصية تتأثر بمدى التفاعل بين عوامل وراثية وبيئية يعيشها الفرد، ومن خلالها تتحدد قدرته على تمييز الفروق الفردية بين الأشخاص والأمزجة والأذواق والدوافع والأهداف، واستقراء ما لدى الآخرين من مقاصد.

وعلى نطاق العالم كله يحلم الآباء والمربون بمستقبل للأبناء لا يعكس صفوه إلا أن هؤلاء الأبناء لا يتمتعون بقدر من الذكاء يؤهلهم للقيام بدور نشط وخلاق في هذا العالم، وغير قادرين على التعبير عن انفعالاتهم ومعايشة عواقيبها.

إن الذي يميز بين أولئك الذين ينجحون في حياتهم وأولئك الذين يخبرون الفشل هو الذكاء الانفعالي بحسب جولمان وريتش (Golman & Reich, 1999) والذي يشتمل على أبعاد أساسية هي : الوعي بالذات، ضبط الدوافع، المثابرة والإصرار، الثقة، الدافعية، والتعاطف.

ويذكر إيبستين (Epstien, 1999) أن الذكاء الانفعالي اليوم هو مفتاح النجاح في كافة ميادين الحياة، في الدراسة والعمل وفي مختلف العلاقات، فهو مهارة عقلية ذات وجهين :

أولهما: أن تدرك معرفيا مشاعرك وانفعالاتك،

وثانيهما: أن تدمج هذه المشاعر والانفعالات فى النسق العقلى لتنتج بعد ذلك أفكارا خلاقية ومعا جديدة، ويتساءل إيبستين: هل معنى كونك تتسم بالذكاء الانفعالى أنك قادر على السيطرة دائما على مشاعرك؟ وهل منا لممكن أننعلم ما لفرد كيف يكون ذكيا على المستوى الانفعالى.

يقول ماير (Maier, 1999): "هكذا يعمل القادة وذوى الكاريزما من غير قصد، إنه ميعطون انطباع اللآخرين بأنهم يتفهمون مشاعرهم وبذلك فقط يكسبون ثقتهم، فالآخرون فى أغلب الوقت يحتاجون إلى من يستمع إليهم ويقدر مشاعرهم ويحسب حساب مقتضيات أحوالهم.

وكلما منح الأفراد بعضهم البعض الفرصة لفهم العلاقات وإعادة الاستبصار الصائب من غير اتخاذ مواقف مسبقة سواء بالدفاع أو بالهجوم، كلما نجحوا فى حل مشكلاتهم. "

ويضيف تابس (Taabs, 1999) إذا أردت أن تنمى الذكاء الانفعالى فإنك يجب أن تأخذ بعقول الناس وقلوبهم، وأنت أسرههم بحكمة وصبر، فأنت لا تدربهم على شاشات الكمبيوتر، وأنت فى ذلك محتاج إلى دفعهم إلى التخلّى عن مشاعر وأفكار وعادات قديمة، واكتساب أخرى جديدة.

ومن أكثر ما يزيد عن ألفى عام قال أرسطو: " أنت غضب ليس بالأمر الصعب، ولكن الأصعب هو أن تحدد تجاه منت غضب.... فهذا هو الذكاء الانفعالى " فمع كل نظرة إلى المستقبل تتراءى للمرء ضغوط وعقبات واحباطات، ويجب أن يتعلم كيف سيتعامل مع كل ذلك وأن يمنح نفسها لوقت و الفرصة الكافية لذلك.

ويؤيد هارينجتون (Harington, 1997) بقوله بأن الإنسان تلزمه احتياجات إنسانية أساسية لازمة للتعامل والمشاركة بفاعلية فى مجتمع الديمقراطية، ولا شباع الشعور بالانتماء لقيم الجماعة والاستحقاقية الذاتية

النابعة من القدرة على ضبط وتنمية الامكانيات الذاتية، وعلى اكتساب مهارات الحوار البناء، ومهارات حلا لمشكلة، وتدعيم العلاقات الاجتماعية، والتفكير فى وجهها تنظر الآخرين، والتعامل مع التناقضات ومواقف الإختلاف، والإختيار الأفضل بين البدائل، وتقدير العواقب.

لقد كان لدى جولمان رسالة محددة يريد توصيلها للجميع " :انفعالاتنا على المدى البعيد ذات تأثير بالغ على نجاحنا فى الحياة، ربما بنفس القدر أو أكثر من الذكاء العقلى المعرفى ".

وانطلاقا من هذه الرسالة يؤكد جولمان على أهمية تنمية الذكاء الانفعالى وتطوير هو التدريب على مهاراته.

وفى صياغة أخرى يكرر كونس (Koonce, 1996) نفس الرسالة بقوله: أين قدرتك على أن تتجمل انفعاليا؟، إن هذه القدرة هى التى تؤهل الفرد لأن يكون متفائلا من فتحا، يتواصل بقوة معا لآخرين ويتعاطف معهم، يوازن بين اختياراته الشخصية والمهنية، ويحدد مساراته القيمية الأخلاقية، وهى قدرة تستحق منا أن نهتم بتطويرها وتنميتها وبخاصة إذا عرفنا أن الذكاء العقلى يسهم فقط بنسبة ٢٠٪ فى نجاح الفرد فى حياته، وتبقى للقدرة على التجمل الانفعالى *emotional* *make up* البقية الباقية.

ويشير وينستوك (Weinstock, 1996) إلى استخدام أساليب وأنشطة متنوعة لتنمية قدرات الأفراد البصرية والمكانية واللغوية والفنية والتواصلية واليهن شخصية، وكذا الذكاء العقلى والتفكير المنطقى فى إطار بيئة تسمح للذكاء الانفعالى أن يكون جزءا من خبرة الحياة اليومية وخبرة الفصل المدرسى لإتاحة الفرصة لتنمية القدرة على التفكير الابتكارى، وذلك من خلال برامج تدريسية ومناهج تقدم تغذية راجعة لمعرفة النقطة التى يقف عندها الفرد وينطلق لتنمية

ذكائه الانفعالي.

ويلفت راسيكو (Rasico, 1996) الانتباه إلى حقيقة أن اكتساب اللغة عند أطفال ما قبل المدرسة لا يحدث إلا من خلال التفاعل الوالدى وعوامل بيئية أخرى عديدة ، وبناء على ذلك يجب التركيز على عوامل كالذكاء غير اللفظى والذكاء الانفعالي وتدرجات السلوك وأساليب مواجهة الضغوط ، فجميعها عوامل تعكس بلا شك فرصة الطفل فى التواصل والتفاعل وقد تسبب تأخر اكتساب اللغة لديه. وقد اختبر راسيكو ذلك على عينة من ثمانية وعشرين طفلا فى عمر الرابعة واشترك الوالدان فى التجربة ، وحددت الدراسة عوامل عدة سبقت الإشارة إليها باعتبارها محددة لاكتساب الطفل اللغة أو تأخره فى ذلك ، وأوصت ببرامج لتخفيف الضغوط الوالدية وتنمية الذكاء الانفعالي لدى الأطفال وتهيئة جو أفضل للتواصل معهم.

ويوضح براون (Brown, 1996) أن الدور الحاسم الذى يجب أن يلعبه كلو الدين هو أن يساعد طفلهما على مواجهة انفعالاته الصاخبة، وأن الدرس الحاسم الذى يجب أن يتلقاه كل طفل هو: استراتيجية توافق مع الموقف الضاغط، وأن للمدرسة أيضا دورها فى تقديم مناهج ومقررات تسهم فى تنمية الذكاء الانفعالي من خلال خبرات باكرة فى مراحل الطفولة والمراهقة، وفى مرحلة تالية تأتى مهمة العلاج النفسى، والعلاقات الاجتماعية الناجحة (زواج، صداقة.....) فى اكساب الفرد مهارات التعاطف والصبر على الاستماع للآخرين والسلوك التوكيدى، وهذا معناه أنه يمكن فى أى مرحلة تنمية الذكاء الانفعالي، وطالما أن الفرد سيكون أسعد حالا فإن الأمر يستحق المحاولة.

ويشير أوسترو وأوستر (Oster & Oster, 1997) إلى التطور الهائل الحادث فى مجال تكنولوجيا المعلومات والذى كان سببا فى التغيير الهائل فى مجال التعلم والتعليم وفى أهمية بل لزوم التدريب على تنمية الذكاء الانفعالي من خلال برامج

دراسية وأخرى مستمرة مدى الحياة تمكن الفرد من حسن ادارة المعلومات والاستفادة منها.

ويؤكد جو (Gow, 1997) أن الطفل يجب أن يتعلم التحكم فى غضبه وكيف يتعاطف مع الآخرين وكيف يسيطر على دوافعه ، ولماذا يجب أن يثابر ويتحمل ويتفهم ويعدل من سلوكه ، وأن كل ذلك يمكن أن يتم فى المدرسة جنباً إلى جنب مع الأسرة.

ويشير باسى (Pasi, 1997) إلى برنامج لتنمية الذكاء الانفعالي من خلال أنشطة تربوية إجتماعية تتخلل برنامج الدراسة المسمى (Success For Life) والذي يركز على علاقات الأقران ومهارات التعامل مع الآخرين.

ويشير سالو فى وسلويتير (Salovey & Sluyter, 1997) إلى العلاقة بين النمو الانفعالي والذكاء الانفعالي وما لهذه العلاقة من تضمينات تربوية يجب التركيز عليها سواء من جانب الوالدين أو الأسرة أو المدرسة أو حتى فى الفصل الدراسى وخارجه وحتى فى مؤسسات العمل وبرامج التدريب التأهيلية التربوية.

ويؤكد كوتشنر (Kuchner, 1998) على تنمية الذكاء الانفعالي ومهارات التواصل وتهيئة الطفل للالتحاق بالمدرسة وتشجيعه على التعبير عن نفسه وعن انفعالاته فى إطار برنامج للعب يمارسه كافة أفراد الأسرة ، ومن شأنه أن يقلل من درجة التوتر ويقضى على الملل قبل أن يبدأ ويؤسس لنظام ترتضيه الأسرة.

وتقدم دراسة دويونت (Dupont, 1998) تقريراً فى سلسلة تقارير حول الجهود التى تبذل لتنمية الذكاء الانفعالي ، وهى جهودات تتسم بالمبادأة والتنوع وتركز بالأهمية على طلاب المدارس الابتدائية وعلى المراهقين فى المدرسة الثانوية ، وكيف يمكن الانتقال بهم ليكونوا راشدين ناجحين من خلال التأكيد على أهمية تنمية القدرة على ضبط الانفعالات والتحكم فيها من خلال ممارسة

أنشطة تربوية مختلفة .

ويشير براون (Brown,1999) إلى الاتجاه الأحدث لاعتبار الذكاء الانفعالي عاملا من عوامل النجاح فى الأسرة والمدرسة والعمل والحياة ، وأنه يمكن تنميته فى مرحلة باكرة ، على أن يكون للأسرة والمدرسة دورهما فى تسهيل اكتساب وتعلم مهاراته من خلال أساليب واستراتيجيات متنوعة للتعلم منها: الحسية والبصرية والسمعية والتفاعلية كلعب الدور والمناقشات الجماعية والنمذجة والكشف عن الذات وغيرها.

وفى رأى جينيفر (Jennifer,1999) أن تنمية الذكاء الانفعالي معناها أن تغير قلوب وعقول الأفراد، فليس الأمر أن يحصل الفرد على تدريب يدوى أو تكنولوجى ولكن خطوات تنمية الذكاء الانفعالي كما يحددها جينيفر هي: التهيئة من أجل التغيير، التدريب، الممارسة، التقييم، شريطة أن يشتمل أى برنامج للتدريب على فرص للعب وتبادل الأدوار وعلى المناقشات الجماعية. ويشير جينيفر إلى أنه يفضل أن يتم التدريب على تنمية الذكاء الانفعالي فى مجموعات صغيرة لضمان تفاعل الأفراد فيما بينهم والتأكيد على روح الفريق وتبادل الثقة بين الأفراد، وتجديد النشاط والدافعية وروح التعاطف والمرونة والثقة بالنفس والتنافس والرقى.

ويشير كورسنيكا (Korcinka,2000) إلى طبيعة العلاقة بين الوالدين وما تقدمه هذه العلاقة من فرصة تمكن الطرفين من التدريب على التحكم فى الانفعالات وضبطها، وذلك من خلال المشاركة فى مواجهة الصعوبات وإيجاد حلول للمشكلات المختلفة، والتدريب على ضبط الذات والذى يتأتى بالوعى بالذات وفهم أبعادها، ويمهد لعلاقة أبوية راسخة خلال فترة المراهقة وفى عمر الرشد، ويؤكد كورسنيكا على أهمية الاستراتيجيات التى تمكن الأسرة من ممارسة

هذه المهارة باعتبارها واحدة من مهارات الحياة الأساسية ومكونا أساسيا للذكاء الانفعالي وطريقا ممهدا ليكون الفرد توكيديا ناجحا مفاوضا متحديا ولديه درجة عالية من الدافعية والأقدام والرغبة فى الانجاز.

وفى مزيد من التأييد والتشجيع على بذل الجهد لتنمية الذكاء الانفعالي يقول زيبل (Zipple,2000): " لا يوجد خط قاعدى ينبغى تواجده لكى نقول أن الفرد يمتلك الذكاء الانفعالي، بل إنه يمكن تعلم هو التدريب عليه، وكلما زاد تقدره الفرد على الوعى بذات هو الضبط الانفعالي كلمات علم كيف يستخدم انفعالاته بذكاء ويختار عن قصد كيف يسلك وكيف يستجيب فى المواقف المختلفة " .

وفى رأى تشيرنيسو أدلر (Cherniss & Adler,2000) أن الفرد لا يولد ملهما بسلوك مرشد بالحكمة والبصيرة، وقادرا على اتخاذ القرارات الحاسمة، بل إن هولحسن الحظ يمكن تنمية قدرته على ذلك، بشرط أن نكسر أو نتخطى أولا القاعدة البيولوجية التى تفسر لنا كيف أن عاداتنا الجامدة فى التعامل مع الأفكار والإنفعالات والأفعال تصبح هى اختيارنا العقلى الخاطىء فى معظم الأحوال، ويكون على التدريب والتعليم الانفعالي أن يساعد الفرد ويشجعه على التخلى عن سلوك آلى ميكانيكى يحدد استجاباته فى أغلب الأحوال، وهو ما يمثل تحديا أقوى مقارنة بإضافة الجديد إليها.

ويصادق ريدوكلارك (Reed & Clarck,2000) على نفس الرأى ويؤكد على أن الفرد لا يعوزه فقط ذكاء عقلى، ولا يمكنه فقط الاعتماد على سياسات معيارية، ولا على بيانات احصائية، بل إنه يحتاج ودوما إلى التركيز على قوة الانفعالات والمشاعر، ويعمق استبصاره بالتحديات، ويرفع من دافعيته للعمل، ويصنع الحد الفارق فى مجالات عديدة منها التخطيط والتفوق واتخاذ القرار، وكذا الابتكارية والابداع.

ويحدد كوتنر (Kutner, 2000) المهارات التي يجب أن تركز عليها برامج تنمية الذكاء الانفعالي ومنها: تأجيل الاشباعات والتي تعد مهارة أساسية فى التدريب على الصبر، القدرة على التسامح وتقبل الأخطاء، المثابرة وتحدى المهام الصعبة والاعتماد على النفس.

ويقدم جور (Gore, 2000) مشروعاً لتقييم منهج أو برنامج تدريبي لمساعدة الطلاب على تنمية ذكائهم الانفعالي وتوافقهم الاجتماعى، وبخاصة من تنقصهم مهارات التواصل بفاعلية والتعاطف مع الآخرين والعمل التعاونى وتفادى الصراع، وقدم لهم البرنامج حلاً استراتيجياً لتطوير هذه المهارات مع التركيز على مكونات الذكاء الانفعالي الخمسة: التعاون، التواصل، التعبير عن الانفعالات، تفهم التناقضات، وحل الصراعات، وكان كل مكون منها يركز عليه فى جلستين أسبوعياً لمدة أسبوعين ويراجع لمرة واحدة كل أسبوع.

ويلبى مؤلف جلينون (Glennon, 2000) وعنوانه: "مرشد للآباء والمعلمين" احتياجات الآباء فى تقديم التوجيه والارشاد لأطفالهم واشباع احتياجاتهم الانفعالية وذلك من خلال تصحيح مفاهيم الاتجاهات نحو الجنسين، والمعايير المزدوجة وغيرها من مناطق التأثير على الأبناء وتطوير اتجاهات جديدة منها تبني توجه تفاعلى وتدعيم الثقة ونبذ الخلافات والأمانة فى المعاملة، ويتم ذلك من خلال مساعدة الأبناء على التعرف على انفعالاتهم وتعلم لغة الانفعالات واحترامها وتحمل مسؤوليتها، وتجنب نماذج القولية وإيجاد حل للصراع وفتح أبواب الحوار ومجالات النقاش حول نموذج الشخصية المثالى.

ويأتى مؤلف شاييرو (Shapiro, 2001) وعنوانه: كيف تنشئ طفلاً يتمتع بذكاء عاطفى: دليل الآباء للذكاء العاطفى "كسابقه ليؤكد على أن انفعالاتنا الانسانية تتطور وتنمو كنوع من ميكانيكية البقاء، ويقدم مساعدة للآباء الذين يجب

عليهم الاضطلاع بتربية أبنائهم لمواجهة عالم جديد وتدريبهم على مهارات اجتماعية تمكنهم من تكوين صداقات حميمة، فالكتاب يركز على ما يمكن تسميته بالتدريبية العاطفية، أو بدقة أكثر: تعليم الأطفال الطرق التي تمكنهم من السيطرة على أفكارهم وتغيير الكيمياء العضوية لعواطفهم ليكونوا أكثر تكيفا وانضباطا وسعادة. وفي رأى شايبورو أن الحيل والمهارات والألعاب هي الوصفة الطبية لتحقيق قدر كبير من الذكاء العاطفي، وقد تم عرضها باعتبارها طريق سليمة لتعليم مهارات الذكاء العاطفي من خلال منح الأطفال الفرصة للتعلم والمشاركة.

ويضيف شايبورو (٢٠٠١): "تساعد برامج تنمية الذكاء الانفعالي في اكساب الأفراد مهارة التعبير عن أنفسهم وتوصيل أفكارهم وانفعالاتهم بغير قيود، وتنشط الجانب الابداعي، وهناك برامج تركز على تعليم القيم والمثل من خلال خبرات واقعية، فهي برامج تنظر للأمام والخلف في آن واحد"

إننا نحاول رفع قدرة أطفالنا على الاعتزاز بأنفسهم وذلك بامتداحهم والاهتمام بهم، ولكننا في الوقت ذاته نصبح أكثر تساهلا في التعامل معهم، ونتوقع القليل منهم، متناسين أن الضغط العصبي وعدم الراحة جزء كبير من التجربة الانسانية مثل الحب والتربية، وعندما نود أن نتخلص من كل العقبات فإننا نحرم أطفالنا من فرصة تعلم مهارات المحاولة ومواجهة التحديات والاحباطات الحتمية التي تلازم عملية النمو، ولكننا يجب أن نتذكر أننا لا يمكننا تأخير عقارب الساعة، ويجب أن نتعلم الاستفادة من حياة أطفالنا بطرق لا نستطيع تخيلها، والمستقبل سوف يكون مذهلا، وفرصتنا لتنمية ذكاء أطفالنا الانفعالي لا حدود لها، بل هي جديدة ومثيرة ويجب أن نساير التغيرات لمستقبلية لنربي أطفالا ينجحون في القرن الحادي والعشرين، كما أن مهارات الذكاء الانفعالي مترابطة وتعليم أحدها يحدث تغييرا في مجالات أخرى مدرسية

واجتماعية، مما يجعل تنمية الذكاء الانفعالي جهداً له أثره المضاعف ، ومجرد البدء فيه يعنى الكثير على طريق التطور إلى الأفضل.

الآباء إذن إما متغطرسون أو متساهلون أو حازمون، وأبناء الآباء المتغطرسين يميلون إلى العزلة ويعانون من التعاسة ولا يكون من السهل عليهم الثقة فى الآخرين، وتقديرهم الذاتى لأنفسهم أدنى من غيرهم، أما أبناء الآباء المتساهلين فهم غالباً ما يتسمون بالسلبية والعصيان، أما الأبناء الذين يعيشون فى ظل آباء حازمين فهم يعيشون فى بيئة منزلية بناءة تقدم النصح والتوجيه دون ضغط أو تحكم، فهى بيئة تعزز استقلالية الأبناء وترفع شعورهم بالمسئولية إلى أعلى مستوياته، وتشجع على التنافس وتمتدحه، ومن هنا فهم أبناء يتسمون بالذكاء الاجتماعى والانفعالى ، حيث المشاركة الإيجابية الفعالة التى تدعم الخيال وتنمى مهارات الوافق وتدعم الصحة النفسية للأبناء ، وجميع الدراسات تؤكد على أهمية الدور الذى يلعبه الآباء وتأثيره على صحة الأبناء ، حيث كثير من المشكلات واضطرابات السلوك تكون بسبب الحياة فى ظل آباء تعوزهم مهارات أصيلة فى لعب الدور الوالدى، فمن المهم تخصيص مدة زمنية لمشاركة الأبناء وخلق جو تفاعلى يتسم بالهتمام والتواد والحماس مع امتداح الأبناء وتجنب المبالغة فى المديح حتى لا يصبح نوعاً من التملق، وتأسيس قواعد وحدود معينة واستعراض تلميحات وتحذيرات مناسبة لمواقف سوء السلوك ، والجهد فى منع المشكلات قبل وقوعها، وتدعيم قيم الأمانة وفهم الاحتياجات المتغيرة للأطفال والتى تتعلق بحاجتهم إلى الخصوصية، مع الانتباه إلى أن الخجل والذنب ليسا من الشرور العاطفية ، بل إنه يمكن استخدامهما بطريقة ملائمة لتعلم القيم الأخلاقية، وتشجيع التوجه نحو التفكير الواقعى الذى يعد عكس خداع الذات مع عدم اخفاء أى حقيقة عن الأبناء حتى وإن كانت مؤلمة، وانقاذ الأبناء من التشاؤم الذى أصبح

مرتبطا بالاكنتئاب وغيره من أشكال سوء الأداء المدرسى وسوء العلاقات مع الأصدقاء والوقوع فريسة للأمراض الجسمية.

ولا يفوتنا أن نشير إلى اللعب كخبرة مرح وانطلاق ومتعة وبهجة، إضافة إلى ما له من أعراض جادة تجعل منه مجالا فعالا لتطبيقات اجتماعية وتربوية تستهدف تنمية الانفعالات الجمالية وتهدئة النفس والتنفيس عنها وعلاج ما قد يصيبها من اضطرابات، كما أنه الأساس في تكوين بعض العواطف كحب النظام وحب الجمال واحترام القانون ، ودعم الأخلاقيات وتنمية الارادة لصالح قيم الخير والإيثار والواجب والعدالة، ومن هنا يجب أن يحظى اللعب باهتمام الأسرة ، وأن يختفى التصور الضمنى له باعتباره نشاطا ثانويا ومضيعة للوقت، بل يجب أن تعترف الأسرة بمشروعية اللعب وحق الطفل في ممارسته الألعاب المتنوعة حقا لا ينفصل عن استقلالته الذاتية وكرامته الشخصية وحقه في الحرية.

بذلك تتضح أهمية ما يبذل من جهد لتنمية الذكاء الانفعالي وما يترتب عليه من تطوير لشعور الثقة بالنفس والمكانة الجيدة ، وتحديد الأهداف والعمل على بلوغها، وتطوير المهارات وزيادة الطاقة الإبداعية، والتأسيس للاستقلالية الشخصية، وكذلك فهم الآخرين وتحسين العلاقات بهم، واستعمال العقل في التصدى لحل المشكلات واتخاذ القرارات واكتساب التجارب والخبرات ، وتتضح أيضا أهمية دور التعليم في تنمية الانفعالات وبخاصة مع اضطراب الحس الحضارى وفقدان الشعور بالأمان وانتشار مظاهر العنف والعدوان .

وفي الدراسات والأطر البحثية أمثلة عدة على محاولات عدة لتنمية

الذكاء الانفعالي وإعداد برامج لهذا الغرض، نعرض منها ما يلي:

- دراسة روكويل (Rockwell, 1998):

والتي استهدفت الكشف عن فاعلية استخدام فنون الأدب في محو الأمية الانفعالية، حيث تمت تطبيق برنامج اشتمل على نشاطا تأديبية وفنية مستهدفا

زيادة تقدير الذات، والمقدرة على التعبير عن الذات، والشعور بالثقة وتقبل الآخرين، وطبق البرنامج على عينة تجريبية دون الضابطة من تلاميذ الصف السادس بولاية فيرجينيا، ووجد أن أفراد المجموعة التجريبية قد أظهروا فروق ادالة فى مهارات الوعى بالذات وتقبل الذات والقدرة على اتخاذ القرارات.

دراسة إيرما (Erma, 1999):

وقد ركزت الدراسة على دور الذكاء الانفعالى باعتباره جانبا يعتمد عليه فى التنبؤ بالنجاح الأكاديمى بدرجة تزيد عن الذكاء المعرفى، وتلقى الضوء على اضطراب الجوانب الانفعالية لطلاب المدارس، وما لذلك من تضمينات على علاقاتهما لشخصية وانجازتهما لعملية وتشير الدراسة إلى إمكانية استخدام الكتابات والنصوص الأدبية فى تنمية الذكاء الانفعالى من خلال ما تنطوى عليه من خبرات وتفاعلات انفعالية تحفز الأفراد إلى التعاطف وتعميق الاستبصار والفهم للسلوك الانسانى، كما تلعب دورا فى إثراء مفردات الأفراد واكسابهم تركيبات تعبيرية حساسة من خلال إثراء اللغة ومهارات استخدامها.

دراسة بلووم (Bloom, 1999):

والتي استهدفت دراسة تأثير تدريس الذكاء الانفعالى على التدريب على اتخاذ القرارات، وذلك بمساعدة المعلمين على تقليل مشاعر الاحباط لدى تلاميذهم، وجعل فصولهم أكثر انتاجية، وتقليل المشكلات والاضطرابات السلوكية من خلال التدريب على اتخاذ قرارات استقلالية إيجابية فيما يتعلق بجوانب حياتهم الشخصية والاجتماعية. وقدمت الدراسة للمعلمين برنامجا يشتمل على فنيات محددة لتنمية خمسة قدرات انفعالية هى: الوعى بالذات، التحكم فى الانفعالات، ضبط الذات، التعاطف، وإدارة العلاقات مع الآخرين، ويتم تطبيق البرنامج على أجزاء ثلاثة تركز فى كل جزء على واحدة من المهارات الحياتية الأساسية وهى: أنت شعر على نحو إيجابى، أن تفكر بحكمة، وأنت سلك فى مراعاة للآخرين، كما

يشتمل البرنامج على أنشطة مفصلة فى خطواتها تستهدف تنمية الذكاء الانفعالي.

دراسة هينلى ولونج (Henley & Long, 1999):

وجاءت بمثابة مسحل برامج تنمية الذكاء الانفعالي، وبدأت بالإشارة إلى دراسة هينلى (١٩٩٤) التى قدمت برنامج التنمية الذكاء الانفعالي ركز على إكساب مهارات ضبط الذات والتى لخصت إلى ٢٠ مهارة اجتماعية محددة، واشتمل البرنامج على اجراءات تقييمية واستراتيجيات لضبط السلوك، وأنشطة متمركزة حول التلاميذ، وتحددت أهداف البرنامج كما يلي: التحكم فى الدوافع، حلا لمشكلات الاجتماعية، التعامل معا لضغوط، التوافق معاً نظمة المدرسة، التعامل مع لأقران . أما دراسة هينلى (١٩٩٦) فاشتملت على برنامج لتنمية إمكانات ضبط الذات، بدأ بالتعرف على المفهوم نظريا، وجمع معلومات التلاميذ عنه، بحيث يعبر كل تلميذ عن نفسه بصورة تلقائية، ويحدث نوع من استشارة الأفكار والعصف الذهنى، ثم قدما لبرنامج نشاطات تدريبية على التعاطف والمشاركة الاجتماعية، مستهدفا التعامل مع مشكلات التلاميذ السلوكية من خلال تكتيك التدخل فى أزمة الحياة وضبط الذات، كما أشارت الدراسة إلى برنامج مشروع تنمية الطفل (*child development (cdp)*) وبرنامج كون *Khon* (١٩٩٢) القائم على التدريب على التعاطف والمسئولية ومراعاة مشاعر الآخرين، كما ورد بدراسة ديتز *Dietz*، ودراسة ماثيوس *Mathews* (١٩٩٥) التى قدمت برنامجا قائما على استشارة الأقران (ارشاد الأقران)، ودراسة وودولونج *Wood & Long* (١٩٩١) التى ركزت على تنمية الشعور بالمسئولية الشخصية، وتنمية التعاطف والإمباتئية، والتدريب على الطاعة ولين العريكة، معتبرة أن التلاميذ يحملون بذور التغيير فى داخلهم، لأن النجاح فى حقيقته يحمل روح المغامرة وكلما يحتاجه هؤلاء التلاميذ هو غرس روح النظام .

وتخلص الدراسة إلى أن برامج تنمية الذكاء الانفعالي تكون ناجحة إذا اعتمدت على المصادر الشخصية للتلاميذ وأسهمت بنشاطاتها في اندماجهم في مواقف اتخاذ القرار حول ما يتعلمونه وما يكتسبونه، فالأفراد يتعلمون المسؤولية من خلال منحهم المسؤولية.

دراسة سارا (Sara, 1999):

استهدفت الدراسة التركيز على تنمية الذكاء الانفعالي وإثراء مفردات الطفل الانفعالية واختبار حساسيته تجاه الآخرين ، وتدريبه على مهارات تنظيم الذات وإجادة فنيات التحكم في الوقت وتنظيمه .

وحددت الدراسة عددا من التساؤلات للإجابة عنها :

- هل يتعامل طفلك بذكاء مع رفاقه ؟
 - هل يبدي توادا أو تعاطفا مع مشاعر الآخرين ؟
 - هل يعرف كيف يسيطر على مشاعره عندما يصاب بالإحباط ؟
 - ما هي درجة وعى طفلك بمشاعره ؟
 - هل بإمكان طفلك عندما يواجه صعوبة في أداء واجبه أو عندما يتشاجر مع أحد اقرانه أن يعبر عن مشاعره بالكلمات ؟
 - هل يستطيع التمييز بين مشاعر القلق، الإثارة، الإحباط، وهل بإمكانه السيطرة عليها و التحكم في الأفعال المترتبة عليها ؟
- وحددت الدراسة خطوات تنمية الذكاء الانفعالي كما يلي:

- إثراء مشاعر الطفل الانفعالية .
- اكساب الطفل مهارات العمل الجماعي ومنها أن يتعلم كيف يسمع ، كيف يشارك، كيف يسامح ،كيف يتوافق، كيف يلتمس الأعذار، كيف يتبادل الأدوار، وكيف يعبر عن آرائه بوضوح .
- التركيز على أن يكون الوالدان نموذجا وقدوة طيبة، ويظهران الاحترام

لأبنائهما، والتعاطف والود، ويعاملونهم كما يحبون أن يعاملهم الآخرون. وكان من توصيات الدراسة التأكيد على أهمية الاستمرارية فى تنمية مهارات الذكاء الانفعالي سواء بالأسرة أو بالمدرسة وبطرائق مختلفة، هذا إلى جانب تغذية عقله بالمعارف والمعلومات، فليسهما فقط أن يكون الإنجاز الأكاديمي مرضيا، وإنما المهم أيضا أن يكون الطفل مشاركا ومسئولا، وكلما تعلم ذلك باكرا كلما كان ذلك أفضل و أيسر.

دراسة ريد وكلارك (Reed & Clark, 2000) :

وقد تضمنت الدراسة برنامجا اشتمل على عدد من الخطوات فى سبيل الوصول إلى مستوى مطلوب من الذكاء الانفعالي، تركزت جميعها على تشجيع التعبير عن المشاعر والانفعالات واستثمارها على أفضل نحو، وكانت كالتالى :

تحديد مستوى الذكاء الانفعالي حاليا، وذلك من خلال رصد تفاعلات الأقران، وكيف يسلكون تجاه بعضهم البعض، ومظاهر الارتياح فى هذا التفاعل، وكيف يواجهون مشكلاتهم ويصلون إلى حلولها فيما بينهم وبين بعضهم البعض، تطوير الذكاء الانفعالي انطلاقا من حقيقة أنه خاصية فطرية يمكن تنميتها وتطويرها من خلال تطوير السلوكيات التى تنمى الشعور بالثقة والأمانة، والتقدير والاحترام، وبحرية التعبير عن المشاعر، وأهمية أن يكون الفرد ذاته قدوة ونموذجا لمن يريد أن ينمى لديهم الذكاء الانفعالي، وأن يكون منفتحا بالقدر الذى يمكن الآخرين من إدراك كيفية التحكم فى المشاعر والسيطرة على ردود الأفعال والانفعالات السالبة، تقديم نموذج (قدوة) للذكاء الانفعالي وذلك بالاستماع إلى الآخرين ومنحهم الثقة، والتغلب على مواقف الخلاف فيما بينهم، وبذلك تتولد طاقة تتفجر فى مواجهة الضغوط، ويعملا لا لها مواليا على تدعيم روح الفريق، مكافأة الذكاء الانفعالي وذلك باستثمار الانفعالات الجيدة وتقديرها حقا لتقدير

داخل الفرد ولدى الآخرين .

دراسة جلينون (Glennon, 2000) :

تركز الدراسة على احتياجات الأبناء الانفعالية وأهمية تلبيتها في التأثير على الصحة النفسية ، وتقترح ما يقارب مائتي طريقة لتنمية الذكاء الانفعالي ، قدمت في صورة دليل مرشد للآباء والمعلمين وغيرهم من التربويين، وذلك مع التركيز على مشكلات تتعلق بازواجية المعايير وأدوار الجنسين، وعلى تدعيم اتجاهات التفاؤل وبناء الثقة والاحترام والتعاطف، وتحمل المسؤولية والسيطرة على الغضب، وأساليب مواجهة الصراعات، واستخدمت أساليب الحوار والمناقشة ولعب الدور والنمذجة.

دراسة دوتي (Doty, 2001):

تختبر الدراسة فاعلية برنامج قائم على أنشطة استراتيجية بسيطة يستخدمها معلم والمدارس الابتدائية والإعدادية لتنمية الذكاء الانفعالي لدى طلابهم . ويشتمل البرنامج على ألعاب ونشاطات ومشاريع تستهدف تنمية القدرة على تنظيم الوعي والادراك للانفعالات الشخصية وانفعالات الآخرين، تنمية الشعور بالمسؤولية، القدرة على اكتشاف الذات وما تتصف به من معان وأخلاقيات وأمانة، ومن أهداف هذا البرنامج أيضا إرشاد المعلمين إلى كيفية دمج هذه النشاطات في ممارسات العمل الصفى واللصفي الدراسي اليومي.

دراسة مايريت وآخرين (Mayeret ,etal., 2001) :

استهدفت الدراسة مناقشة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والطرائق الفعلية التي يتوافق بها الأفراد مع المواقف الإجتماعية التي تمثل تحديا لهم، وكانت عينة الدراسة مجموعة من المراهقين ممن طبق عليهم مقياس القدرة على الإدراك الانفعالي، وذلك للكشف عن عمليات الفهم والتحكم والسيطرة، هذا إضافة إلى

مقياس للذكاء العام، وسؤال مفتوح عن كيفية التعامل مع موقف ضاغط أو تحد اجتماعي، وكشفت نتائج الدراسة أن الأفراد الأعلى في الذكاء الانفعالي أعلى قدرة على تحديد انفعالاتهم وانفعالات الآخرين في المواقف المختلفة، وأقدر على استخدام المعارف والمعلومات المتاحة في التعامل مع ومقاومة ضغوط الرفاق. دراسة والكر (Walker, 2001):

الدراسة اختبار كمي كيفي لفاعلية استخدام مداخل علم النفس المعرفي وسيكولوجيا العقل، التفاؤل والحماس في تنمية وزيادة نسبة الذكاء الانفعالي وتقدير الذات في إطار برنامج مدته ثلاثون يوما، طبقت الدراسة على عينة بلغت اثنا عشر معلما وباستخدام مقاييس واختبارات وتقارير ذاتية وقياس قبلي وآخر بعدى أشارت نتائج الدراسة إلى امكانية تنمية معدل الذكاء الانفعالي وتقدير الذات وإلى فاعلية البرنامج في دفع المعلمين إلى مناقشة وإعادة تقدير التوجهات والفلسفات والطرائق التي يستخدمونها في عملهم.

دراسة كولب وهانلي (Kolb & Hanley, 2003):

والتي استهدفت استطلاع آراء الوالدين حول نقصا لمهارات الاجتماعية التي يلزم توافرها لدى الأبناء من المراهقين من ذوي الاضطرابات السلوكية وصعوبات التعلم، والذين يعانون غالبا من نقص تقدير الذات ويفتقرون إلى المهارات الاجتماعية، وقد أشار الآباء إلى أن الذكاء الانفعالي يلعب دورا أساسيا في النمو الانفعالي لدى أبنائهم وفي إكساب هؤلاء الأبناء مهارات التعاطف والإصرار والدافعية، والفهم والتمييز والتواصل وغيرها من الإمكانيات التي تؤهلهم للتوافق النفسي والاجتماعي.

دراسة (منال عبد الخالق، ٢٠٠٤):

والتي استهدفت اختبار فاعلية برنامج لتنمية الذكاء الانفعالي لدى عينة من ذوي الميول الاندفاعية العدوانية، وطبقت الدراسة مقياس الذكاء الانفعالي

وقائمة الميول الاندفاعية العدوانية على عينة من الطلاب والطالبات بلغ عددها (١٢٠) طالبا وطالبة، تتراوح أعمارهم بين (١٥-١٨)، وقامت الباحثة بتحديد عينة الدراسة التي ستشترك في البرنامج والذين بلغ عددهم (٤٠) طالبا وطالبة من ذوى الميول الاندفاعية العدوانية، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة، وبعد تطبيق البرنامج أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج فى تنمية الذكاء الانفعالي، وأوصت بالتركيز على التأكيد على العلاقة الدينامية بين الأسرة والمدرسة لما تبذلانه من جهد فى تنمية الذكاء الانفعالي، وعلى توعية الوالدين بأهمية الذكاء الانفعالي والتي لا تقل أهمية عن الذكاء المعرفى، مع التركيز على فئة المضطربين سلوكيا والاهتمام بإعداد برامج إرشادية تنموية تخفف من وطأة اضطراباتهم وتقدم لهم خدمات نفسية تنمى جوانب شخصياتهم المختلفة.

تنمية الذكاء الانفعالي إذن هو خط الدفاع الأساسى لمجابهة المخاطر التي تعترض حياة الأفراد، وهدفها إثراء الحياة الانفعالية وتجنب تقلبات تقدير الذات ودعم الشعور بالمسئولية والقدرة على الفهم وتعلم فنون الاستماع واحترام وجهات نظرا الآخرين والاصرار على الحق والتعاون على حل الصراع.

وتنمية الذكاء الانفعالي مسئولية كل قائم بالتربية والتعليم، ومسئولية الوالدين من قبل ذلك لأنهما الطرفان الأولى بتأسيس امكانات الذكاء الانفعالي، ثم تأتي مهمة المدرسة التي تبرز هذه الإمكانيات بإسهام من المعلمين والرفاق إلى جانب الوالدين، وبذلك تترسخ أسس سليمة لتنمية الذكاء الانفعالي فى مراحل النمو المختلفة.