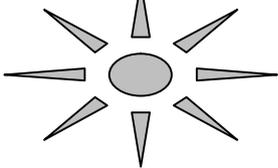


**ورشة عمل (1)**

**قياس وتقييم الذكاء الروحي**



obeykandl.com

## مقدمة في قوة الذكاء الروحي

### Introduction to spiritual intelligence

#### مقدمة:

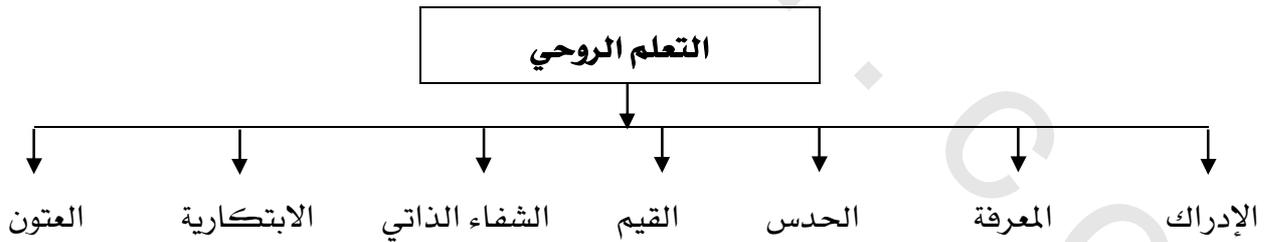
في مقالة عن الذكاء الروحي ناقش العالم (مكمولين McMullen) أهمية الكينونة وكيف يظل ويبقى ويكون الإنسان، وصورة هذه الكينونة ومكوناتها وأهميتها الروحية. وقد أكد على أن الذكاء الروحي لا يتواجد إلا إذا تواجد كلاً من الذكاء العاطفي والذكاء المعرفي معاً. ووفقاً لوجهة نظر (مكمولين) فإن هذا يعني:

الذكاء الروحي = الذكاءات المتعددة + الذكاء العاطفي

وهذه هي قوة جوهر المعادلة الروحانية وقوة الذكاء الروحي.

#### ما هو الذكاء الروحي؟

من الصعب وصف طبيعة الذكاء الروحي، لكن (زوهر ومارشال Zohar & Marshall) بحثوا الذكاء الروحي بحثاً جيداً وأكدوا على أنه يمثل العبقرية التي توجد داخل المخ. كما أكد على أن الذكاء الروحي يتمثل في: الإدراك + المعرفة بالأصوات، كما حددوا مصطلح النسبة الروحية (S.Q).



(\*) Source: [www.careerfocus.bmj.com/cgi/content/fulltext](http://www.careerfocus.bmj.com/cgi/content/fulltext)

## الحدس Intuitive

يعرف قاموس أكسفورد الحدس على أنه استبصار أو قدرة حدسية وإدراك عقلي، فهو يقدم لنا معرفة الشيء سواء كان موجود أو غير موجود. وهو مقابل للمعرفة التجريدية.

### مكونات الحدس:

يتضمن الحدس الخصائص التالية: (البعض أو الكل)

- 1- السرعة والآنية والظهور المفاجئ.
- 2- وجود حالة انفعالية، وتصور مسبق في مستوى ما قبل الشعور.
- 3- الخبرة والتجربة الذاتية والإبداع والتمركز حول الذات.
- 4- الموثوقية والتأكد الذاتي، والتعاطف، والمشاركة، والانفعالية.
- 5- معرفة عامة وكلية ويرتبط بشروط الذهن.
- 6- الإحساس بوجود العلاقات ومعرفتها.
- 7- يعتمد على البيئة، ويتصف بتغير الوضع والتنقل.

### مصطلحات هامة في دراسة الحدس:

1- Sudden appearance	(الظهور المفاجئ)
2- Emotional	(العاطفية / الانفعال / المشاعر)
3- Preconscious process	(القصور المسبق)
4- Analytic and logic thought	(التفكير التحليلي المنطقي)
5- Creativity	(الابتكارية - الإبداع)
6- Ego centrality	(التمركز حول الذات)
7- Global	(عالمي)
8- Relations	(علاقات)
9- Incomplete	(معرفة غير مكتملة)
10- Transfer	(التنقل)

ويؤكد قطامي على أن الذكاء الحدسي يرادفه الذكاء الإلهامي، حيث يصل الفرد (أو الطفل) لهذا التفكير عن طريق القفز التدريجي للخطوات والمراحل للوصول إلى حل المشكلة التي تعرض له في موقف تعليمي أو موقف حياتي عادي.

كما يعني الحدس التبصر والذي له أربع شروط يحدث من خلالها، حيث أكد (واطسون) أن: خبرة التعلم بطريق التبصر المفاجئ لموقف معقد أو مشكل يحدث حين:

- 1- يكون هناك خلفية كاملة للموقف.
- 2- الانتباه مركزاً على إدراك العلاقات القائمة بين عناصر الموقف وأجزائه.
- 3- تكون المهمة ذات مغزى بالنسبة للشخص، مع تمييزه بقدرات كبيرة.
- 4- إعادة التنظيم المعرفي.



لاحظ العلاقات بين هذه الأنواع من الذكاءات المتعددة. أدرس العلاقات جيداً وافرقت جيداً بين كل نوع وآخر.

- 1- الذكاء الوجودي (Existential).
- 2- الذكاء الروحي (Spiritual).
- 3- الذكاء الحدسي (Intuitive).
- 4- ذكاء الحكمة (Wisdom).
- 5- الذكاء العاطفي (Emotional).
- 6- الذكاء الشخصي (الذاتي) (Intrapersonal).
- 7- الذكاء الأخلاقي (Moral).

- ذكاء الحدس يشجع التخمين ويصل إليه الإنسان بواسطة التخمينات الذكية.
- تتساوى تخمينات الصواب وتخمينات الخطأ في قيمتها من حيث تهيئة الظروف التي تسمح بتشجيع الحدس.
- الحاجة لعمليات عقلية متطورة (الإدراك، الفهم، الانتباه، معالجة المعلومات، الترميز، التنظيم، الاسترجاع.

- 1- تنظيم وبناء المنهج الدراسي تنظيم يقوم على التنظيم البنائي المعرفي ومترابطة لدى الأطفال، يزيد من استخدام الذكاء الحدسي.
- 2- استخدام أسلوب التدريس الاستكشافي يساهم في تدريب الأطفال على الذكاء الحدسي.
- 3- يسبق الذكاء الحدسي - بفترة ليست بالقصيرة - الوصول إلى دليل وبرهان على صحة ما يتم التوصل إليه أو خطأه ذلك (محمد قاسم، محمد أبو راسين، دار الفكر، عمان، 2005).

يقول ألبرت أينشتاين: إن الذكاء الحدسي هو السبيل والطريق الأمثل إلى الموهبة والتميز والإبداع

(\*) Source:  
- www.spiritualityhealth.com  
- www.bhma.org

## ستة أنواع ذكاءات أساسية بينهما علاقات تبادلية:

الذكاء العاطفي	الذكاءات المتعددة
الذكاء الروحي	ذكاء الحكمة
الذكاء الأخلاقي	ذكاء الحدس

### فكر معي:

س: أشرح العلاقة بين الذكاءات الستة السابقة. إن كل موضوع ما يربطه علاقة بموضوع آخر. وكل نوع له علاقة بموضوع أو نوع آخر من الذكاءات. أشرح بالتفصيل كلما أمكن ذلك. أبحث في هذا المشروع الكبير.

س: ما هو دور العالم الكبير الراحل محيي الدين ابن عربي في وضع الأسس العلمية لنظرية الذكاء الروحي؟

### (\*) References:

- 1- Zohar D., Marshalli, SQ-The ultimate intelligence. London: Bloomsbury, 2001.
- 2- Braun r. (2000). The formal and the intuitive in science and medicine, in the intuitive practitioner, eds. Atkinson & Claxton (Buckingham: Oxford University Press), pp. 150-163.

مقياس تقييم الذكاء الروحي Spiritual intelligence assessment :

القسم الأول:

أحياناً	غالباً	دائماً	أبداً	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1- متى وكيف في الغالب تذهب إلى السرير لتنام ليلاً؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2- هل تجد قلق أو ضغط بخصوص رسائل المعلومات التي تتعامل معها؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3- هل تعتبر نفسك إنسان مريض بسبب خطأ ما ارتكبته مع نفسك أو مع الآخرين؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4- هل أنت متفاءل؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	5- قبل أن تقدم ملحوظة للآخرين، هل تفكر فيها وفي أبعادها؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6- هل تشعر بالإجهاد أو الإنهاك لقواك؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	7- هل تحب أن تكون عبقرى بالنسبة للآخرين؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	8- هل تشعر بالحرية تجاه الأفكار الليبرالية أو العالمية أو الثقافات الأخرى العالمية؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	9- هل تفضل أن تحظي بتشجيع الآخرين لكي تأتي بأفضل النتائج؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	10- هل تشعر بالغضب تجاه الآخرين وتحاول الرد عليهم إذا أغضبوك بقوة؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	11- هل تشعر أحياناً أن الناس أو بعضهم عصبي تجاهك أو عدواني نحوك؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	12- هل تشعر بالقلق تجاه مخرجات خططك التي خططتها لكي تسير في الحياة على هداها؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	13- هل تشعر بمعنى لحياتك؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	14- هل تشعر بمعنى لحياتك؟ هل الناس في البيت أو العمل يناقشون مشكلاتك أو مشكلاتهم معك بحرية؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	15- هل تشعر أنك في حاجة لأن تكتسب معنى للنجاح في حياتك أو معنى الحياة الناجحة.
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	16- هل تلاحظ الجماعات المحيطة بك بشكل ديناميكي (متحرك)؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	17- هل تجد سهولة في السيطرة على مشاعرك؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	18- هل أنت قلق؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	19- هل تعتقد أن العالم يسير من حولك مثل سيمفونية لها اوركسترا؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	20- هل تشعر بالحب تجاه محبوبية ما لديك؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	21- هل تجد نفسك ثقيل في علاقاتك الشخصية مع الآخرين؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	22- هل تناقش القضايا والسياسات والمشكلات العامة مع الآخرين؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	23- هل أن مرناً في مواقف المشاكل والأزمات التي تواجهك أو تمر بها؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	24- هل تطبق مناهج أو مداخل خاصة في حياتك؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	25- هل تصدق كل ما يقال لك؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	26- هل تكتب تعليقات أو ملاحظات على المواقف التي تقابلك في حياتك؟ وهل تدون سيرتك الذاتية وقصة حياتك؟

## القسم الثاني

لا	نعم	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1- هل تعتقد في العلاقة بين مدخلات تفكيرك ومخرجات هذا التفكير؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2- هل تستطيع تحديد ماذا تريد في الحياة؟ وما الذي تقدر أن تفعله؟ وما الذي لا تقدر عليه؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3- هل تعتقد أن لديك قدرات من نوع خاص يجب أن تزيدها وأن تهتم بها؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4- هل تعتقد أن لديك عقلية علمية - عالمية؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	5- هل تخطط للنجاح في حياتك في ضوء خطط مكتوبة وواضحة تساعدك على النجاح الشخصي؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6- هل لديك أسباب تدعوك دوماً لمساعدة الآخرين من الأفراد والجماعات والأصدقاء أو الجيران؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	7- هل تعتقد أو تصدق من أن عقولنا مصممة لاستقبال المعلومات من العالم الطبيعي؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	8- هل تراجع الآخرين دائماً في أفكارهم؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	9- هل تعتقد أن ما تفعله في حياتك سوف تحاسب عليه في الآخرة يوم القيامة؟

## القسم الثالث:

اليوم	حالياً	مدة معينة	أبداً	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1- متى تشعر برغبة في التوقف عن العمل؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2- متى تشعر بالرغبة في التجول حول العالم؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3- متى تأتيك الأفكار وتشعر برغبة في الإفصاح عنها؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4- ماذا إذا أردت مقابلة صديق لتتحدث معه؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	5- متى تشعر بالرغبة في العمل الجماعي المشترك؟

## القسم الرابع:

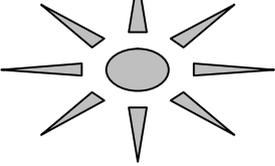
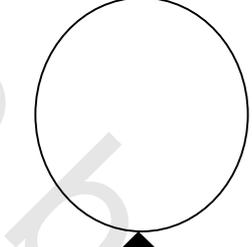
من زمام	منذ أيام	اليوم	أبداً	
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1- متى شعرت برغبة في عدم العمل؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2- ما الذي تحب أن تفعله شهرياً؟
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3- هل لازلت على علاقة بمن تحبهم

(\*) Source: [www.mindmark.co.za/spiritual-intelligence.php](http://www.mindmark.co.za/spiritual-intelligence.php).

## ورشة عمل (2)

النموذج الرباعي لمكونات الذكاء الروحي

21 مهارة في 4 مكونات



obeykandl.com

## الذكاء الروحي (S.I):

يشير الذكاء الروحي إلى المهارات والقدرات والمسئوليات التي:

- 1- تنمي العلاقات بين الإنسان ونفسه وبينه وبين الآخرين.
- 2- تجعل لدى الإنسان قيمة ومعتقدات واتجاهات صالحة في الحياة الإنسانية.
- 3- نشعرنا بالمعاني والقيم داخل شخصيتنا الإنسانية وعلاقاتنا مع الناس.

## المكونات:

يتكون الذكاء الروحي من مجموعة من المكونات الآتية:

- 1- حكمة الحدس.
- 2- الفهم والاستدلال.
- 3- المعرفة، والانتباه، والإرادة.
- 4- الحب.
- 5- الحكم الرشيد والقوة والتركيز.
- 6- المعتقدات وإعطاء الآخرين (العطاء).
- 7- المعيشة مع الآخرين (التعايش الآمن)
- 8- التعاطف مع الآخرين وظروفهم واحتياجاتهم
- 9- التواصل المبتكر، والسعادة، وقوة الصلة بالله عز وجل.
- 10- الإبداع وخدمة الآخرين<sup>(1)</sup>.

## مقياس قياس وتقييم الذكاء الروحي Spiritual intelligence assessment<sup>(2)</sup>؛

استخدم الموازين التالية:

- 1- أوقات عديدة في اليوم.
- 2- كل يوم.
- 3- معظم الأيام.
- 4- بعض الأيام.
- 5- في بعض الأوقات.
- 6- أبداً على طول.

(1) يتضمن خدمة الآخرين مفاهيم مهنة الخدمة الاجتماعية؛ مثل: التطوع، العمل الاجتماعي، رعاية الشباب، التنمية الاجتماعية، الدفاع الاجتماعي، تنظيم المجتمع، خدمة الفرد والجماعة، التخطيط الاجتماعي، التنمية الاجتماعية والمحلية.

(2) [www.spiritualintelligence.com/spiritual\\_assessment.htm](http://www.spiritualintelligence.com/spiritual_assessment.htm)

- (1) أشعر بأهمية الإبداع والابتكار في حياتي اليومية.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (2) أشعر بأهمية التقدير من أجل استمرارية الحياة الإنسانية.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (3) أعيش داخل سيمفونية قيم عميقة داخلية وإحساس بمعنى الحياة.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (4) أشعر بأهمية الإحساس والإدراك في العالم اليوم.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (5) أشعر بأهمية حب الله لي، على طول، أو من خلال الآخرين.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (6) أختبر التواصل مع كافة مصادر الحياة  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (7) أفضل التعامل بحب في علاقاتي مع الآخرين وتواصلهم معهم.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (8) أدير عواطفني ومشاعري وسلوكياتي دائماً.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (9) أعيش بكل شرف وكرامة وحماس في حياتي الإنسانية.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (10) أحب أن يستعدني ويدعمني المجتمع روحياً.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (11) أشعر بسعادة وأنا أصلي وأؤد الفروض اليومية.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (12) أختبر تفكيري، والكلمات، والأحداث، وأتبع برنامج لتحسين الذات.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (13) أتبع مبادئ القواعد الأخلاقية مع رؤسائي وزملائي.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥
- (14) أستخدم كل مصادر وبنائات القوة في مجتمعي وفقاً لنظام حتمي محكم عندي.  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥

## قدرات الذكاء الروحي:

(2) المقدسات	(1) الحدس والوعي وقوة العقل
(4) القيم	(3) الإحساس بمعاني الحياة
(6) التعاطف، والحماس	(5) الحب والتبؤ بالسعادة
(8) الابتكارية	(7) الحكمة
(10) الشعر بالامتنان والرضا الداخلي	(9) العطاء والسخاء والسلام الداخلي

## رعاية الروحانيات Spiritual Mentoring

س : ما هي رعاية الروحانيات؟

س : ما هي معتقداتك بخصوص الرعاية الروحية؟

س : كيف يعمل نظام الرعاية الروحية؟

س : كيف أبدأً

## أهمية رعاية الروحانيات:

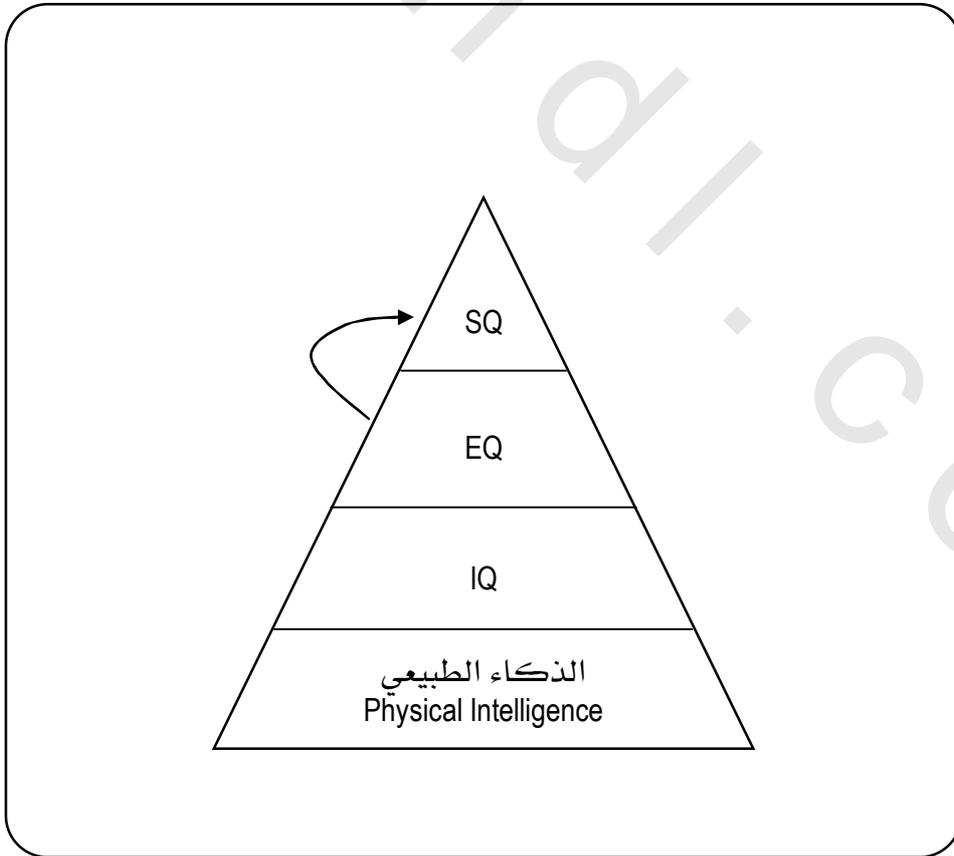
القيم والأخلاقيات	معاني وأهداف الحياة
العلاقات مع كل البشر والناس أجمعين	الاعتقادات والعلاقات

## تنمية الذكاء الروحي :Developing spiritual intelligence

- 1- صف حياتك (رياض الأطفال، الابتدائي، الإعدادي، الثانوي، الجامعة ....) في كل مرحلة بماذا تميزت حياتك؟ هل واجهتك عقبات أو مشكلات؟، بماذا تشعر؟، وبماذا تفتخر؟، وما هي الشيء الذي تخجل منه؟ وما الذي أعطيته إلى الآخرين؟
- 2- ما هي القيم أو المعتقدات التي تعطي لحياتك معنى؟
- 3- ما هي العلاقات الموسمية بالنسبة لك؟ (الأخوة، الصداقة، الحب .....).
- 4- ما الذي تحب أن تحصل عليه خلال حياتك التي تعيشها؟
- 5- ما الوضع الذي تتمنى أن تتغير وتنتقل إليه؟
- 6- ما هي الأفكار التي تسيطر عليك بخصوص فكرة (الموت، الوفاة)؟
- 7- ما هي الأشياء التي تجعلك أكثر إنسان سعيداً في هذه الحياة؟ وما هي مقومات السعادة من وجهة نظرك؟

## مهارات وقدرات الذكاء الروحي:

- 1- ما هي معتقدات الناس على الذكاء الروحي؟
- 2- ما هي السلوكيات والمهارات الواجب توافرها فيمن يمتلكون الذكاء؟
- 3- هل يمكن أن نحدد وأن نضف كل مهارة كما وصفها وحددها الخبراء؟



## مكونات ومهارات الذكاء الروحي:

- 1- مستويات وخطوط تنموية روحية.
- 2- اتجاهات الإنسان نحو نفسه.
- 3- خبرات متعددة ومتنوعة وكثيفة.

## مفهوم الذكاء الروحي:

### النموذج الرباعي لمكونات الذكاء الروحي

21 مهارة في 4 مكونات

### مكونات النموذج الرباعي المتكامل

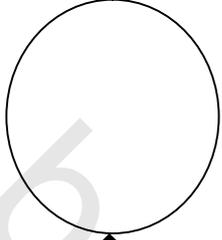
تأليف

(سندي ويجلسورث) Cindy Wigglesworth

الوعي العالي للذات	التمييز العالي للذات
1- الوعي العالي بوجهات النظر عن العالم المحيط.	12- النمو الروحي.
2- الوعي بأهداف الحياة.	13- الحفاظ على التغيير الروحي للذات.
3- الوعي بالقيم والمبادئ.	14- معايشة قيمك وأهدافك.
4- التفكير الداخلي المعقد.	15- مواجهة الواقع وحقائق الحياة.
5- الوعي بالذات، والذات العليا.	16- البحث عن الخطوط الإرشادية الروحية.
الوعي العالي	الإدراك والوعي الروحي الاجتماعي المميز
6- الوعي بالارتباط الداخلي بالحياة.	17- الوعي بأهمية تدريس المبادئ الروحية.
7- الوعي بوجهات نظر الآخرين.	18- القيادة الفعالة للأحداث والمتغيرات والتغيرات.
8- إدراك الوقت (الزمن) والمكان والفراغ والفضاء.	19- القدرة على اتخاذ القرارات.
9- الوعي بقوة الإدراكات الإنسانية.	20- التعاطف مع الآخرين.
10- الوعي بالمبادئ الروحية.	21- حب المعيشة والحياة.
11- الخبرة الذاتية (بالذات والآخرين).	

(\*) Source: www.innerworkspublishing.com.

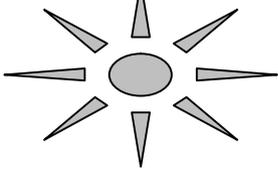
obeykandl.com



**دورة تدريبية**

**دورة قوة ذكاء الحواس**

**دورة تدريبية مكثفة بنظام اليوم الواحد**



obeykandl.com

## دورة قوة ذكاء الحدس

### Intuitive intelligence

#### دورة تدريبية مكثفة بنظام اليوم الواحد

دار العلوم للنشر والتوزيع

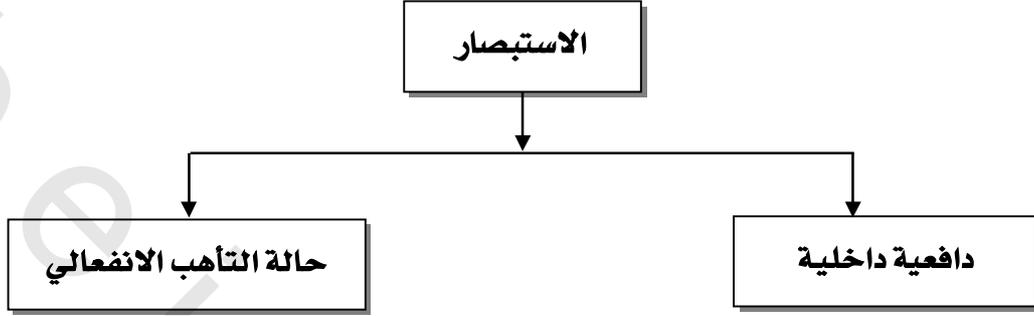
2008

#### تمرين (1) المقارنة بين ذكاء الحدس، والذكاء التحليلي؛

الذكاء التحليلي	ذكاء الحدس
<ul style="list-style-type: none"><li>• خالي من الانفعالات ... بارد. الاعتماد على الخبرة الشخصية.</li><li>• مستقل عن البيئة الحالية، والموقف الخالي. يتكون شعورياً.</li><li>• يسير خطوة - خطوة.</li><li>• يستخدم عنصر أو عنصرين فتوا في لحظة واحدة حيث يعالج أي موضوع ما.</li><li>• استدلال عقلي محض ولا يظهر بشكل مستقل.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• يتضمن العنصر الانفعالي الاعتماد على الخبرات السابقة.</li><li>• يعتمد على الموقف الحالي للشخص تحت مستوى الشعور أو ما قبل الشعور.</li><li>• يحدث فجأة (قفزة) غير خطي (يظهر بشكل مستقل).</li><li>• يستخدم عناصر الموقف كاملة ويعتمد على معالجة متوازية للمجال الإدراكي الكامل.</li><li>• يعتمد على الوظائف العضوية (للغريزة والانفعالات).</li></ul>

## تمرين (2) العناصر والمكونات العاطفية في ذكاء الحدس:

- 1- دقة الحدس.
- 2- الثقة بالحدس.
- 3- المشاعر الحارة التي يشعر بها ذو الذكاء الحدسي عندما يكون على صواب.



## تمرين (3) خطوات العملية الحدسية:

- 1- التوحد الأولي مع المشكلة.
- 2- استخدام السلوكيات المتعلمة أو الحدسية ليتم الوصول للحل، وهذا يرتبط بما يسمى (حفظ الذات).
- 3- يمثل الوصول للحل الصحيح التغذية الرجعية السليمة والصحيحة.

## تمرين (4) المشاعر المرتبطة بالحدس:

- التعرف الحدسي (Recognition).
- الموافقة (التقبل) الحدسية (Acceptance).
- الأحكام والتقييمات الحدسية (Judgments).
- الاسترجاع الحدسي (Memories).
- العلاقات (الارتباطات) الحدسية (Association).
- المتشابهات الحدسية (Analogies).
- التركيز الحدسي وإعادة الصياغة (Recentring).
- التعلم الحدسي (Learning).