

الذكاء الوجداني للوالدين وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة

إعداد

الباحث/ عبد الله ميلاد محمد الرّاط

إشراف

أ.د/ حسين محمد سعد الدين الحسيني

أستاذ علم النفس

كلية الآداب جامعة المنصورة

المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال - جامعة المنصورة

المجلد الثاني- العدد الاول

يوليو ٢٠١٥

الذكاء الوجداني للوالدين وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة

الباحث/ عبد الله ميلاد محمد الزايط

مقدمة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على مدى مستوى التوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة، ومعرفة مستوى الذكاء الوجداني للآباء، كذلك التعرف على الفروق في التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير حجم الأسرة، واستخدمت الدراسة مقياس التوافق النفسي لـ زينب شقير (٢٠٠٣)، ومقياس الذكاء الوجداني لـ فانتن فاروق، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٥٢) طالباً وطالبة من طلبة الفرقة الرابعة كلية التربية قسم الدراسات النفسية والاجتماعية ينتمون لأسر مستقرة، واستخدم الباحث الحزمة الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات.

وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين التوافق النفسي للآباء والذكاء الوجداني للآباء، في جميع أبعاد التوافق النفسي باستثناء بُعد التوافق الجسمي، وأن أكثر أبعاد التوافق النفسي ارتباطاً بالذكاء الوجداني هو بُعد التوافق الاجتماعي، كما أن مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة بشكل عام هو توافق متوسط، وأن بُعد التوافق الأسري هو البعد الوحيد لدى أفراد العينتين الذي يُعدُّ مرتفعاً، في حين أن بقية أبعاد التوافق النفسي الأخرى كان التوافق فيهما متوسطاً.

كما كشفت الدراسة على أن الأوزان النسبية لأبعاد مقياس الذكاء الوجداني تراوحت ما بين ٧٧% إلى ٨٢%، مما يدل على أن عينة الآباء تتمتع بمستوى ذكاء وجداني مرتفع.

وأوضحت الدراسة عن عدم وجود فروق بين أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي تبعاً لمتغير حجم الأسرة.

المقدمة :

يُعد التوافق النفسي ثمرة من ثمرات الصحة النفسية للفرد، فالشخص المتوافق نفسياً هو شخص متزن نفسياً وانفعالياً وذو استقرار وجداني، ولا شك أن للمشاعر دوراً مهماً وأساسياً في تسيير الحياة وما يصاحبها من قرارات شخصية، وبقدر ما تدفعنا مشاعر الحماسة والاستمتاع بما نقوم به من عمل، نحقق العديد من الإنجازات في حياتنا، وهذا ما نعنيه حين نقول إن الذكاء الانفعالي طاقة تؤثر بشدة وبعُمق على كل القدرات الأخرى إيجاباً وسلباً، فالأفراد الذين يتصفون بالذكاء الوجداني المرتفع أكثر اتصافاً بالخصائص النفسية التوافقية، كما يعمل الذكاء الوجداني على خلق توازن للفرد مع البيئة وزيادة فاعليته وإدارته لذاته.

وتبرز أهمية مفهوم الذكاء الوجداني في كونه مهارات وقدرات يمكن أن نتعلمها ونتدرب عليها، كذلك يمكن أن نعلمها لأبنائنا وطلابنا وللآباء والعاملين في جميع المنظمات ويتدربون عليها، كما تظهر أهميته أيضاً في كونه فناً من فنون قيادة الانفعالات وإدارتها ومهارة ناجحة من مهارات المعرفة والكفاءة الوجدانية ومحرك قوي للمشاعر، وخاصة أساسية للإنسان. (مدحت أبو النصر، ٢٠٠٨: ١٤)

وقد نبه يوسف ميخائيل (١٩٩٣) لأهمية التفاعل بين الآباء والأبناء وانعكاسه على ملامح شخصية الطفل في المستقبل، ويرى أن هناك علاقة بين سلوكيات وأساليب المعاملة الوالدية الخاطئة وبين أنماط الشخصية المضطربة للأبناء، كما أكد أيضاً على الدور الذي تقوم بهالنمذجة السلوكية وأساليب التربية في إرساء دعائم شخصية الفرد، وأن مثل هذه السمات المميزة لشخصية الطفل تستمر معه باضطراد.(بتصرف من: يوسف ميخائيل، ١٩٩٣: ٢٧٩ _ ٢٨١)

فلا شك أن أكثر الدروس فاعلية في تعليم الانفعالات والعواطف للأبناء هو ما يتلقوه من آبائهم وأسرهم، فالآباء يغرسون مختلف العادات الانفعالية من خلال توافقهم مع أبنائهم وتدريبهم على النمذجة والمحاكاة. ويعد طلاب الجامعات من أهم القوى البشرية التي لو استثمرت بشكل جيد لعمت الفائدة على الفرد وعلى المجتمع بأكمله وتحققت الأهداف التربوية المنشودة، فالتربية بمفهومها الحديث ما هي إلا ذلك الاستثمار البشري والتنمية الشاملة لجميع جوانب واستعدادات الفرد بما يعود عليه بالنفع والمصلحة الشخصية والعامة ويحقق التوافق النفسي والصحة النفسية.

مشكلة الدراسة:

يُعدّ الذكاء الوجداني مهارة عامة يتم التعبير عنها من خلال مجموعة مهارات فرعية، تدفع الفرد لصياغة أهدافه الخاصة بعيدة المدى في ضوء تقديره لذاته وإمكانياته الحالية، ويدرك ذاته بشكل مختلف ويبدل الجهد في مواجهة الفشل، وتزيد الخبرات الانفعالية من الوعي الذاتي للفرد، فيكون قادراً على التحكم في الأحداث التي يتعرض لها ويدرك ويتفهم حياته بشكل أوسع.

كما أن استقرار الآباء انفعالياً وامتلاكهم قدر من الذكاء الوجداني يؤدي إلى نمو شخصية الأبناء على نحو سوي ومتوافق نفسياً. وتشير أدبيات الدراسة إلى أن ضعف مستوى الذكاء الوجداني لدى المعلمين والآباء يجعل انفعالات الأبناء حادة وسلوكياتهم عدوانية ويكونون أكثر عرضة للإحباط والاكتئاب وسوء التوافق النفسي.

ومن هنا تحددت مشكلة الدراسة في معرفة العلاقة بين الذكاء الوجداني للآباء والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة.

تساؤلات الدراسة:

١. ما مدى مستوى التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة؟
٢. ما هو مستوى الذكاء الوجداني لآباء أفراد عينة الدراسة (طلبة الجامعة)؟
٣. هل توجد فروق في التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير حجم الأسرة؟
٤. هل هناك علاقة بين الذكاء الوجداني للآباء والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة؟

أهمية الدراسة:

لقد ازدادت أهمية دراسة الذكاء الوجداني من قبل المختصين في علم النفس نظراً لتعدد تطبيقاته في مختلف مجالات الحياة، إذ يعد هذا المفهوم بجانب القدرات العقلية الأخرى أحد الركائز الأساسية في تقديم حلول متنوعة للعديد من المشكلات الحياتية، كما تتضح أهمية هذا المفهوم من خلال مساهمته في تحقيق التواصل والتوافق مع الآخرين من خلال فهم مشاعرهم والتعاطف معهم وقد نبّه جولمان (١٩٩٥) إلى أن النجاح في الحياة يتطلب (٨٠%) من الذكاء الوجداني و(٢٠%) من الذكاء العام حيث يقوم أصحاب الذكاء المرتفع إلى استخدام

المدخلات الوجدانية في الحكم واتخاذ القرارات والتميز بدقة بين الانفعالات والقدرة الكبيرة على الاتصال الوجداني بالآخرين، كما يُسهم الذكاء الوجداني في عملية التواصل والتوافق والفهم والتعاطف مع الآخرين، وتتجلى أهمية الذكاء الوجداني في التفاعل مع الآخرين والنجاح الاجتماعي للفرد. (دانيال جولمان، ٢٠٠٠: ٥٥)

كما تأتي أهمية هذه الدراسة في كون التوافق النفسي عاملاً مهماً في حياة الناس عامة والطلاب من الشباب خاصة، كونهم في مرحلة بناء شخصياتهم ومستقبلهم وهي مرحلة انتقالية ذات أثر فعال في تحقيق طموحاتهم لاحقاً.

وتكتسب الدراسة الحالية أهمية إضافية لكونها تجرى على شباب الجامعة وتبرز هذه الأهمية من ناحيتين؛ الأولى هي المرحلة العمرية التي يمر بها طلبة الجامعة وهي مرحلة الشباب وما لهذه المرحلة من أهمية في حياة المجتمع حيث يمتلكون طاقات وقدرات غير محدودة في العطاء والبناء والتضحية، والقدرات التي تؤهلهم نحو المواقع المتقدمة في المجالات كافة، والناحية الثانية تتمثل في أهمية الجامعة نفسها كمصدر للإشعاع المعرفي ودورها في خدمة ورقي المجتمع.

وتحدد أهمية الدراسة الحالية في النقاط التالية:

- يُعد مفهوم الذكاء الوجداني من الموضوعات الحديثة نسبياً في التراث النفسي ويتطلب ذلك من الباحثين تكثيف جهودهم للتعرف على أهميته في حياة الأفراد وإسهاماته في مجالات حياتهم.

- تمثل الدراسة إضافة نظرية لمجموع الدراسات التي تناولت موضوع الذكاء الوجداني للوالدين والتوافق النفسي للطلاب الجامعي في البيئة العربية.
- الإسهام في كشف العلاقة بين الذكاء الوجداني للوالدين ومستوى التوافق النفسي للأبناء.
- ما يسفر عن هذه الدراسة من نتائج يمكن من خلاله توجيه الآباء نحو الأسلوب الأمثل في معاملة الأبناء الذي يؤدي بدوره إلى تحسين توافقهم النفسي وزيادة فاعليتهم وكفاءتهم الشخصية.

أهداف الدراسة:

١. التعرف على مدى مستوى التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة.
٢. معرفة مستوى الذكاء الوجداني لآباء أفراد عينة الدراسة.
٣. التعرف على الفروق في التوافق النفسي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير حجم الأسرة.
٤. الوقوف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني للآباء والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة.

مصطلحات الدراسة:

الذكاء الوجداني: Emotional Intelligenc

هو القدرة على التعرف على معاني المشاعر في علاقتها بالآخرين ومبرراتها المنطقية وحل المشكلات المختلفة على هذه الأسس، والذكاء الوجداني يشمل القدرة على إدراك الوجدان ومضمونه وعلاقته بالمشاعر وفهم المعلومات الخاصة بالوجدان مع القدرة على إدارة هذه البنية المعرفية الوجدانية في ذات الآخرين. (Mayer, & Salvoes, 1995:3)

التوافق النفسي Psychological adjustment:

يُعرفه حامد زهران (١٩٩٨) بأنه "الشعور بالسعادة مع النفس، والرضا عنها وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفسولوجية والثانوية والمكتسبة، وبذلك يُعبّر التوافق عن سلم داخلي حيث لا صراع فيه من ناحية، ويتلاءم لمطالب النمو في مراحل المتابعة من ناحية أخرى" (حامد زهران، ١٩٩٨: ٣٠)

الإطار النظري للدراسة:**أولاً: الذكاء الوجداني:**

يُعد مفهوم الذكاء الوجداني من المفاهيم التي حظيت باهتمام علماء النفس، منذ ظهوره في تسعينيات القرن الماضي على يد سالوفيو ماير Salovey. Mayer (١٩٩٠) فقد شغل هذا المفهوم أذهان كثير من الباحثين النفسيين، إلا أن فضل انتشار هذا المفهوم (الذكاء الوجداني) يرجع إلى دانيال جولمان D. Goleman (١٩٩٥) حيث قدّم تعديله لبعض النماذج الموجودة وأوضح الوسائل التي يمكن أن تؤثر بها المهارات الوجدانية للفرد على نجاحه في الحياة والآثار المترتبة على ما أسماه جولمان الأمية الوجدانية.

ونظراً للدور الأساسي الذي تقوم به الانفعالات في تسيير الحياة ومتطلباتها وما يصاحب هذه الانفعالات من قرارات شخصية فقد جذب مفهوم الذكاء الوجداني انتباه الباحثين من علماء النفس خلال السنوات الماضية (منى العبيدان، ٢٠٠٨: ١٣)، فبالرغم من حداثة مصطلح الذكاء الوجداني إلا أن موضوعاته موجودة ومطروحة منذ القدم، باعتباره يهتم بمختلف الجوانب الحياتية والوجدانية والشخصية والاجتماعية.

تعريفات الذكاء الوجداني:

يذكر فاروق عثمان، محمد عبدالسميع (١٩٩٨) أن مفهوم الذكاء الوجداني مفهوم حديث على الساحة السيكلوجية، لذلك فإنه مازال يكتنفه الغموض وهذا قد انعكس على تعريفاته.

وباستعراض التعريفات التالية كما سنرى يمكن تصنيفها إلى قسمين: الأول الذكاء الوجداني كمتغير شخصي في حد ذاته ويتبع هذا القسم جملة من العلماء والباحثين منهم سالوفيو ماير Salovey. Mayer، أما القسم الثاني فينظر إلى الذكاء الوجداني في ضوء مترتيباته وآثاره في السلوك الصادر عن الفرد، وهو أكثر تحريراً وشمولية في تعريف الذكاء الوجداني ومن علمائه جولمان Goleman. (أشرف عبدالفتاح محمد، ٢٠٠٥: ٢٧)

حيث يشير سالوفي وآخرون (٢٠٠٢) Salovey, et al إلى أن الذكاء لوجداني يميز الأفراد الذين يحاولون التحكم في مشاعرهم ومراقبة مشاعر الآخرين وتنظيم انفعالاتهم وفهمها، ويمكنهم من استخدام إستراتيجيات سلوكية للتحكم الذاتي بالمشاعر والانفعالات، وأن مرتفعي الذكاء الوجداني يُرجَّح أن يكون لديهم القدرة على مراقبة انفعالاتهم ومشاعرهم والتحكم فيها والحساسية لحل وتنظيم تلك الانفعالات وفق انفعالات ومشاعر الآخرين. (Salovey, et al., 2002: 615)

ويوضح جولمان المكونات والعناصر التي يتشكل منها الذكاء الوجداني والتي تتمثل في ضبط الذات Self-Control والدافعية Motivation والتعاطف Empathy والمهارة الاجتماعية Sociaal Skill والوعي الذاتي Self-Awareness. (Goleman, 1998:23).

ووفقاً لذلك فإن الذكاء الوجداني بهذا المعنى يقابل الذكاء الذاتي والذكاء الاجتماعي عند جاردنر Gardner (1999) أو ذكاء العلاقات المتبادلة بين الأشخاص والذي يشمل عدداً من القدرات، أهمها: القدرة على إدراك المشاعر الإنسانية، والدوافع، والحالة المزاجية للآخرين_ القدرة على بناء العلاقات الناجحة مع الآخرين، وعلى فاعلية العمل مع الآخرين_ القدرة على التعاطف مع الآخرين.

مكونات الذكاء الوجداني:

يُعتبر عالم النفس بيتر سالوفي Peter Salovey (1990) أول من عرض بالتفصيل كيفية إضفاء صفة الذكاء على المشاعر، بعد أن اتجه العلماء إلى محاولة ربط المشاعر بالذكاء بدلاً من رؤيتهما كشيئين مختلفين، وتوصلوا إلى ما توصل إليه جاردنر Gardner الذي يرى أن اختبارات الذكاء التقليدية تقتصر على الجوانب اللغوية والرياضية وأن الحصول على معدلات ذكاء مرتفعة في مقاييس الذكاء التقليدية لا يعني سوى التفوق الدراسي ولكنه لا يعني النجاح في النواحي الأخرى غير الأكاديمية في الحياة. (سليمان إبراهيم، 2010: 230-231)

كثير من هؤلاء العلماء أمثال سالوفي Salovey نظروا إلى الذكاء نظرة أوسع محاولين إعادة تفسيره على أنه القدرة على النجاح في الحياة مما أدى إلى تأكيد أهمية الذكاء الوجداني.

وقد توصل الباحثون إلى أن الذكاء الوجداني خاصية مركبة من خمسة مكونات أساسية نذكرها فيما يلي:

١ - الوعي بالذات Self Awareness:

وهو الركيزة الأساسية للذكاء الوجداني، ويتمثل في القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها، والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث.

٢ - إدارة الانفعالات Management emotions:

وتشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، وهزيمة القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة بفاعلية.

٣ - تنظيم الانفعالات Regulating emotions:

ويعني القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق، واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات، وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى.

٤ - التفهم Empathy:

يشير هذا المكون إلى القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً وفهم مشاعرهم والتعاطف معهم والاتصال بهم دون أن يكون السلوك محملاً بالانفعالات الشخصية.

٥ - التواصل Communication:

يشير هذا المكون إلى الجانب الإيجابي والقوي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم ومعرفة متى تقود ومتى تتبع الآخرين وتساندهم والتصرف معهم بطريقة لائقة. (سامية خليل، ٢٠١٠: ٣٠ - ٤١)

٦ - الذكاء الوجداني والمناخ الأسري:

تعتبر الأسرة الجماعة الأولية التي تُكسب النشء الخصائص الاجتماعية والنفسية والخلقية، فهي المكان الطبيعي للتنشئة الاجتماعية، فعن طريق الأسرة يكتسب الطفل المعايير العامة الخلقية والاجتماعية التي تتمثل في أنماط الثقافة السائدة للمجتمع، ويكتسب أيضاً المعايير الخاصة بالأسرة التي تفرضها

عليه، وبذلك تصبح الأسرة وسيلة المجتمع للحفاظ على المعايير والأنساق القيمية.

وتُعد الأسرة المدرسة الأولى لتعلم المعارف والمهارات الانفعالية والخلقية، كما تكون أكثر السياقات أهمية التي يتم فيها صهر الكفاءات الوجدانية، ويُعتبر الوالدان القوة الأساسية في الأسرة والمسئولان عن تعليم تلك الكفاءات، ولذلك فإن أحد المهام الرئيسية للتربية الناجحة للأبناء هي تشكيل تلك الكفاءات الوجدانية على أسس سليمة في جو آمن خال من التهديد والعنف.

ينظر للأسرة على أنها وعاء الحضارة والثقافة في المجتمع، حيث إنها تحافظ على قيم المجتمع وعاداته واتجاهاته وتساعد أبناءه على التعبير عن الأفكار والانفعالات بالطرق المقبولة اجتماعياً، واكتساب أنماط سلوكية تميزهم عن غيرهم من المجتمعات، ويوصي علماء النفس الآباء على مساعدة أبنائهم في التعبير عن انفعالاتهم وأفكارهم ومشاعرهم في جو آمن خال من التهديد ليتمكنوا من فهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين والقيام بالأدوار الاجتماعية المناطة بشكل سليم ومتوافق نفسياً واجتماعياً وخلقياً.

وقد توصلت الدراسات التي أجريت على تنشئة الأطفال إلى أن للأسرة الدور الكبير والرائد في تعليم الأطفال كيفية حل المشكلات التي قد تعترضهم في الحياة، فأساليب تربية الآباء للأبناء وممارساتها ترتبط بنمو المهارات الوجدانية والعاطفية لدى الطفل.

وتأكيداً على ما سبق فإن الحياة الأسرية هي أول مدرسة لتعلم المشاعر والعواطف، ففيها يتعلم الفرد كيف يُكوّن شعوره نحو نفسه ونحو الآخرين، وكيف ينظر إلى هذه المشاعر، وكيف تكون ردود الأفعال وكيف يتم التعبير عن القلق والمخاوف.

ثانياً: التوافق النفسي:

يحاول الإنسان دائماً أن يكون متوافقاً نفسياً واجتماعياً مع نفسه ومع بيئته التي يعيش فيها، وهو يسعى لإيجاد أفضل الطرق الممكنة والمتاحة لحل المشكلات التي تواجهه في حياته اليومية، وذلك من خلال القيام بعمليات معرفية عقلية منظمة تعمل على توظيف الخبرات السابقة والإفادة من المعارف الجديدة إلى جانب ما يبتكره الفرد من حلول لمواجهة المستجدات المختلفة.

مفهوم التوافق النفسي:

يعني التوافق لغوياً الانسجام والمؤازرة، والمشاركة والتضامن وهذه كلها تقارب المصطلح الإنجليزي (Conformity)، ويعني التألف واجتماع الكلمة، فهي نقيض التخالف والتنافر والتصادم وهي غير الاتفاق الذي يعني المطابقة التامة. (مصطفى فهمي، ٥٥٢٠٠٠)

يُعرّف حامد زهران "التوافق بأنه" الشعور بالسعادة مع النفس، والرضا عنها وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والفسولوجية والثانوية والمكتسبة، وبذلك يعبر التوافق عن سلم داخلي حيث لا صراع فيه من ناحية، ويتلاءم لمطالب النمو في مراحل المتابعة من ناحية أخرى" (حامد زهران، ٢٠٠٥: ٢٧)

ويُعرّف الباحث التوافق النفسي إجرائياً: بأنه قدرة الفرد على حل صراعاته و توتراته الداخلية حلاً ملائماً حتى تحدث حالة من التوازن بين الوظائف الشخصية المختلفة، و تتضمن القدرة على ضبط النفس و الإيجابية ، وإشباع حاجات الفرد بما لا يتعارض معقيم المجتمع فيشعر الفرد بالأمان و السعادة والثقة بالنفس.

الاتجاهات النظرية المفسرة للتوافق:

تعددت الاتجاهات المفسرة للتوافق بتعدد النظريات و المدارس الفكرية في علم النفس ، وتناولت العديد من النظريات مفهوم التوافق، و فيما يلي عرض لمفهوم التوافق النفسي من وجهة نظر بعض مدارسو نظريات علم النفس:

١- مدرسة التحليل النفسي School of Psychoanalysis

يعترف أصحاب مدرسة التحليل النفسي بالحياة الشعورية للفرد ، ولكنهم يعطون أهمية كبيرة لما يسمونه بالحياة اللاشعورية. ويرى أصحاب هذه المدرسة أن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراع اتيعق بها إشباكات أو إحباطات. فالفرد يعيش في حالة صراع بين دوافع الحياة أو البقاء (الدوافع الجنسية) وبين دوافع الموت (الدوافع العدوانية)، وحالة النشاط بين هذين الدافعيه المحددة لحالة الاتزاناً و التوافق.(عثمان أميمن، ٢٠٠٤: ٩٨)

ويرى "فرويد" Freud أن عملية التوافق الشخصي غالباً ما تكون لاشعورية، أي أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياته ، فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعياً. ويرى "فرويد" أن العصاب أو الذه انماهي إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التوافق. ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة و المتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث سمات هي: قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب.(مدحت عبداللطيف، ١٩٩٣: ٣٦)

ويمكن القول إن الاتجاه التحليلي ينظر إلى التوافق على أنه قدرة الفرد على القيام بعمليات عقلية ونفسية و اجتماعية مختلفة و الشعور بالرضا

والارتياح تجاه تلك العمليات، فلا يكون الفرد خاضعاً فيه الرغبات الهو أو لصرامة الأنا الأعلى، ويتم ذلك بوجود أنا قوي يستطيع الموازنة بين متطلبات و رغبات الهو وتحذيرات الأنا الأعلى ومتطلبات الواقع ، وبذلك يتحقق التوافق النفسي للفرد.

٢ – النظرية السلوكية Theory : Behavioral

يرى أتباع المدرسة السلوكية أن السلوك التوافقي يشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة ، التي تقابل بالتعزيز أو التدعيم ، حيث يكتسب الفرد العادات المناسبة الفعالة التي سبقاً نتعلمها ، وأدت إلى خفض توتره ، أو أشبعت دوافع هو حاجاته ، و أصبحت فيما بعد سلوكاً توافقياً يستدعي هذا السلوك كلما وقف الفرد في ذات الموقف نتيجة التدعيم.

كما يرى بافلوف "Pavlov أنا لاضطراب النفسي ينجم من اضطراب بين استجابة الكفو الاستثارة ، و هي استجابة تعتمد على تكوين الفرد ، و تنشأ الأمراض النفسية من أفعال منعكسة خاطئة تتكون بتأثير تفاعل عاملي البيئة و الوراثة. (آسيابركات، ٢٠٠٨ : ١)

وسوء التوافق عند السلوكيين يتمثل في عدم قدرة الفرد على ملاحظة النتائج غير المرغوبة التي تتبع لى سلوك معين ، كما يتضمن صعوبة ضبط الذات ، وهذه القدرات في جميع الأحوال مهارات أو سلوكيات متعلمة ، وهي قابلة للتغيير في أي وقت من عمر الإنسان. (سامي منصور، ٢٠٠٦ : ٨٠)

٣ – النظرية المعرفية Cognitive Theory

يرى "لازاروس و فولكمان" Lazarus and Folkman أن تقييم الفرد الأولي للموقف يحدد أساليب هفي التوافق ، حيث يتم تقييم الفرد للأحداث المسببة للضغط النفسي على أنها مرهقة وتفق قدرته وتعرضه للخطر في إطار علاقته

بالبيئة و تقييمه المعرفي للضغط ، و تتولد نتيجة لذلك استجابات مختلفة تجاه الحدث الضاغط.

ويرى "بياجيه" أن التفكير و السلوك ينشأ من فئة بيولوجية معينة وهي فئة تمتد بسرعة تبعاً لعملية شبيهة بالنمو الحركي و تتركز إلى حد ما مع النمو البيولوجي أو النضج ، و محور هذه العملية وظيفتان هما التنظيم والتكيف وهما يقودان النمو السلوكي الكلي للإنسان، وعلى ذلك فإن كل ما يعرفه الإنسان و يستطيع عمله في كل مراحل النمو يميل إلى أن يكون على درجة كبيرة من التنظيم و التكامل ، ويتألف من وحدات معرفية مترابطة متكاملة ، بالإضافة إلى أنما يتعلمها لفرد يرجع في جوهره إلى التكيف مع الظروف البيئية المحيطة، والتكيف هو التعبير البنائي أو الوظيفي الذي يحقق للكائن الحي بقاءه ، وهكذا يربط "بياجيه" ربطاً وثيقاً بين العمليات النفسية و البيولوجية.(أم الصادق، فؤاد أبو حطب، ٢٠٠٠: ٤٨٩-٤٩٠)

٤ - النظرية الإنسانية Theoreticalhumanity

يرى أنصار النظرية الإنسانية أن الإنسان يتميز عن باقي الكائنات الحية بالإبداع والتفاعل والتواصل و الحرية، وهم يرون أن التوافق يرتبط بتحقيق المرء لذاته، وإذا استطاع الإنسان أن يشبع الحاجات الأولية و الفسيولوجية، يفسح المجال له للوصول للمستوى الذي يليه حتى يصل إلى أعلى مستويات الإشباعاً لا و هي تحقيقاً لذات.(مرفت مقبل، ٢٠١٠: ١٧)

ويرى "ماسلو" Maslow أن الشخص المتوافق يتصف بالتلقائية ، و تقبل الذات و تقبل الآخرين و الإدراك الدقيق للواقع و الاستقلال، و القدرة على إقامة علاقات طيبة مع المحيطين به. وأن تحقيق الذات فينظر "ماسلو" يعد أرقى

الدوافع الإنسانية و أن الأشخاص المحققين لذواتهم يمثلون الشخصية المتوافقة و السوية. (عثمان أمين، ٢٠٠٧: ٢٠٩)

ويمكن القول إن الشخصية المتوافقة من وجهة نظر الاتجاه الإنساني، هي تلك الشخصية التي تتمتع بالتوازن بين الفرد وذاته منجهة وبين مجتمعه من جهة أخرى، وعلى درجة عالية من تقبل الذات و الرضا الاجتماعي ، فهي تهتم بالإنسان ككل، وتعطي أهمية كبرى للخبرات الشخصية للفرد وطاقاته الإبداعية ونموه النفسي.

الدراسات السابقة:

دراسة عبده الحميري (٢٠٠١) التي تهدف إلى التعرف على الذكاء الوجداني و علاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة ومعرفة طبيعة الفروق في الذكاء الوجداني والصحة النفسية بين الذكور و الإناث ، وطبق مقياس الذكاء الوجداني الذي أعده (فاروق عثمان ، محمد عبد السميع)، ومقياس كولديديغ للصحة النفسية على عينة حجمها (٦٥٣) فرداً بواقع (٣٧٢) طالباً و(٢٨١) طالبة.

وأوضحت الدراسة عد موجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور و الإناث في الدرجة الكلية في مكونات الذكاء الوجداني و الصحة النفسية ، كما أفادت الدراسة بأن الذكاء الوجداني يعد مُنبأ جيداً للصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.

كما أجرت سحر علام (٢٠٠١) دراسة بعنوان "تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة". و هدفت الدراسة إلى تقييم مدى فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة و كشفت الدراسة على جملة من النتائج أهمها: وجود فروق دالة

إحصائياً بين أفراد المجموعة الضابطة و المجموعة التجريبية على مقياس الذكاء الوجداني في الدرجة الكلية لصالح المجموعة التجريبية ، و كذلك أبانت الدراسة وجود ارتباط دال إحصائياً بين مستوى النمو في الذكاء الوجداني وانخفاض معدل الضغوط اليومية و زيادة القدرة على التوافق ونمو المهارات الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية.

وتوصلت دراسة عبد العال عوجة (٢٠٠٢) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني و الذكاء المعرفي ، و التحصيل الدراسي ، و التوافق النفسي لدى طلاب الجامعة ، و تكونت عينة الدراسة من (٦٤) طالباً، (١٩٤) طالبة. وتوصلت الدراسة إلى عد موجود فروق بين الذكاء الوجداني و الجنس (ذكور/إناث)، و وجود علاقة دالة بين الذكاء الوجداني و التوافق النفسي و التحصيل الدراسي، كما أظهرت النتائج عد موجود فروق بين الذكور و الإناث على مقاييس الذكاء الوجداني الثلاثة ، و عد موجود فروق بين ذوي التخصصات العلمية و الأدبية على مقاييس الذكاء الوجداني.

وقام أحمد رفعت عبد الواحد (٢٠٠٢) بدراسة بعنوان "نوعية الحياة و الذكاء الوجداني و مستوى التوافق النفسي لدى عينة من ذوي التوجه الديني (الجوهري و الظاهري). و هدفت الدراسة إلى الكشف عن الدور الذي يقوم به التدين فيتوجيه سلوك الفرد و تحديد خصائصه الشخصية ، و أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد العينة في الدرجة الكلية على مقياس التوافق النفسي و الذكاء الوجداني و نوعية الحياة لصالح ذوي التوجه الديني الجوهري، و وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاتجاه الديني و الدرجة الكلية لنوعية الحياة و التوافق و الذكاء الوجداني.

كما أجرت ثريا السيد عطا أحمد (٢٠٠٣) دراسة هدفت إلى تحديد مدى ارتباط الذكاء الوجداني بالتوافق النفسي والتحكم الذاتي ، و تحديد أثر اختلاف متغيرات السن ، المستوى التعليمي ، العمل ، محل الإقامة ، دخل الأسرة ، عدد الأولاد ، على الذكاء الوجداني والتوافق النفسي والتحكم الذاتي ، كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن البناء العملي لمتغيرات الدراسة لدى أفراد العينة. تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) سيدة متزوجة ، (١٠٠) سيدة عاملة ، (١٠٠) سيدة غير عاملة ، و قد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: وجود فروق دالة إحصائياً بين العائلات و غير العائلات في الذكاء الوجداني و التوافق النفسي ، بينما لم توجد فروق بين المجموعتين في التحكم الذاتي. كما أبانت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العائلات وغير العائلات على أبعاد مقياس الذكاء الوجداني والتوافق النفسي، كما تبين وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والتوافق النفسي والتحكم الذاتي ، و قد أسفر التحليل العملي عن وجود سبعة عوامل هي التوافق النفسي ، مستوى التعليم ، الذكاء الوجداني، التوافق الانفعالي ، محل الإقامة ، دخل الأسرة ، متغيرات ديمغرافية.

وأجرى عريف ٢٠٠٤، Ryff، دراسة هدفت إلى توضيح طبيعة و أهمية الانفعالات في إحداث التوافق النفسي والاجتماعي الجيد ، و أهميته لصحة الفرد النفسية و الجسمية و ذلك على عين تين من الأفراد ، الأولى تتسم بالذكاء الوجداني و الصحة النفسية الجيدة ، و العينة الثانية تتكون من أفراد يعانون من مشكلات عصبية و نفسية و جسمية كثيرة ، و قد أبانت النتائج أن العينة التي أتسمت بالذكاء الوجداني كانت أقدر على ضبط انفعالاتها و تكوين علاقات

ناضجة مع الآخرين ، و كانوا يتصفون بالحب والتسامح والتحمل والنضج والتوافق النفسي والاجتماعي. (أمل حسونة، ٢٠٠٦: ٩٠)

كما أجرى الجمال (٢٠٠٧) دراسة بعنوان الذكاء الوجداني للأمهات وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لأبنائهن. وهدفت الدراسة إلى تقدير الكفاءة الاجتماعية للأطفال والتعرف على الأمهات اللاتي لديهن ذكاء وجداني مرتفع، وتقدير شكل العلاقة بين الأمهات ذوات الذكاء الوجداني المرتفع ومستوى الكفاءة الاجتماعية لأطفالهن. وأسفرت الدراسة عن أن الأمهات اللاتي يتمتعن بذكاء وجداني مرتفع يكون أطفالهن على قدر من الكفاءة الاجتماعية بنسبة ٨٨,٢% مقارنة باللاتي لا يتمتعن بذكاء وجداني.

التوصيات والمقترحات

أولاً: التوصيات

١. خلق فرص للمساندة النفسية والاجتماعية داخل الجامعات تساعد الطلاب وتدريبهم على تنمية مهارات ضبط النفس والتحكم في الانفعالات.
٢. إيلاء الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي أهمية في الكليات لتعزيز التوافق النفسي والصحة النفسية.
٣. توعية الآباء بأهمية أساليب التنشئة السليمة، ودور الانفعالات في نمو شخصيات الأبناء، من خلال وسائل التثقيف والإعلام المختلفة.
٤. تفعيل دور أخصائي الأسرة، وتكون مهمته زيارة الأسر التي يعاني طلابها من بعض المشكلات النفسية والانفعالية، ووضع آلية لحل هذه المشاكل.

ثانياً: المقترحات.

١. إجراء دراسة على عينة أكبر من الشباب الجامعي تشمل تخصصات العلوم التطبيقية والعلوم الإنسانية، ومعرفة الفروق الفردية في هذه التخصصات بين الذكور والإناث.
٢. إجراء دراسة مماثلة على عينة من شباب الجامعة ينتمون للأسر مضطربة، واستخدام قياس سيكومتري كلينيكي.
٣. إجراء دراسة للذكاء الوجداني للآباء وعلاقته بالمناخ الأسري والتحصيل الدراسي للأطفال في الأسرة المضطربة دراسة سيكومترية كلينيكية.

المراجع

- أمل حسونة، منى أبوناشي (٢٠٠٦): الذكاء الوجداني، القاهرة: الدار العالمية للنشر والتوزيع.
- ثريا السيد عطا (٢٠٠٣): الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق النفسي والتحكم الذاتي، مجلة المنهج العلمي والسلوك، الجزء الثاني، العدد الثاني، يناير، ص ٣٧٣ - ٥٣٢.
- حامد عبدالسلام زهران (٢٠٠٥): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٤، القاهرة: عالم الكتب.
- دانيال جولمان (٢٠٠٠): الذكاء العاطفي. ترجمة: ليلي الجبالي، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب - سلسلة عالم المعرفة، العدد ٢٦٢.
- زينب محمود شقير (٢٠٠٢): الشخصية السوية والمضطربة، ط٢، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- زينب محمود شقير (٢٠٠٣): مقياس التوافق النفسي، كلية التربية، طنطا.

- سامية خليل (٢٠١٠): الذكاء الوجداني مفاهيم ونماذج وتطبيقات. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- سحر فاروق علام (٢٠٠١): تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، القاهرة، جامعة عين شمس.
- سامي منصور (٢٠٠٦): التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية القاطنين في المناطق الساخنة بمحافظة رفح وعلاقته بسمات الشخصية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الصحة العامة، جامعة القدس، غزة.
- سليمان عبد الواحد إبراهيم (٢٠١٠): المخ الإنساني والذكاء الوجداني. الإسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
- صالح حسن الداھري (٢٠٠٥): مبادئ الصحة النفسية، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع.
- عبده فرحان الحميري، وعبدالكریم إسماعيل (٢٠٠١): الذكاء الوجداني وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة في اليمن، مجلة ذمار للدراسات والبحوث الإنسانية، العدد الثالث عشر، يناير، صص ١٨ - ٥٠.
- عبدالعال عجوة (٢٠٠٢): الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من الذكاء المعرفي والعمر والتحصيل الدراسي والتوافق النفسي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية - جامعة الإسكندرية، المجلد الثالث عشر، العدد (١)، صص ٢٥٠ - ٣٤٤.
- عثمان علي أميم (٢٠٠٤): في الصحة النفسية، الخمس ليبيا: الدار العالمية للطباعة الحديثة.

- علا عبد الباقي (٢٠١٤): الصحة النفسية وتنمية الإنسان، القاهرة: عالم الكتب.
- فاروق السيد عثمان، محمد عبد السميع رزق (٢٠١١): الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد (٥٨)، ص ٢٤ _ ٧٦.
- محمد السيد الهابط (١٩٨٥): التكيف والصحة النفسية، الأمراض النفسية- الأمراض العقلية- مشكلات الأطفال وعلاجها، كيف يحافظ الفرد على صحته النفسية، ط٢، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- مدحت أبو النصر (٢٠٠٨): تنمية الذكاء العاطفي الوجداني مدخل للتميز في العمل والنجاح في الحياة. القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.
- معجم اللغة العربية (١٩٨٤): معجم علم النفس والتربية، الجزء الأول، القاهرة: الهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية.
- مرفق عبد ربه مقبل (٢٠١٠): التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية غزة.
- يوسف ميخائيل أسعد (١٩٩٣) الشخصية المتكاملة، القاهرة: نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع.