

هرمون الكورتيزول وعلاقته بالذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة

أ.د. حمدي محمد ياسين

علم النفس - كلية البنات - جامعة عين شمس

د. جمال السيد ماضي

شيماء محمد دल्ली

أمراض البطني والكلى - طب عين شمس كلية التربية - قسم إرشاد نفسي - جامعة
حلب سوريا

الملخص

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني، ومستوى الكورتيزول لدى طلبة الجامعة، ولتحقيق هذا الهدف طبقت أدوات الدراسة (مقياس الذكاء الوجداني، وتحليلات مخبرية لفحص الكورتيزول في البول) على عينة مكونة من (50) طالباً، و(60) طالبة جامعية ممتن تتراوح أعمارهم بين (19-21)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني، ومستوى الكورتيزول، كما توصلت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فيما يخص الذكاء الوجداني، وكذلك توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين الذكاء الوجداني، ومستوى التحصيل، وأخيراً توصلت إلى أن الذكاء الوجداني يرتبط بعدة مكونات يمكن قياسها وتحليلها عاملياً.

المقدمة:

تسعى الدراسات الإنسانية إلى البحث عن ما يحقق السعادة للنفس البشرية، وفي ضوء ما أكدت دراسة كل من: (Mayer & Salvoey, 1990) (Thorndike, 1920) (Izard, 1993), (Golman, 1995, 2000) من أنّ الذكاء العقلي غير كافٍ ليحيا الإنسان حياة سعيدة، لذلك اتّجهت أنظار الباحثين نحو الذكاء الوجداني بكلّ مكوناته لعلّهم يجدون ضالّتهم، وهي تحقيق سعادة الإنسان.

فالنظرة الحديثة للانفعالات تعترف بأنها ليست منفصلة عن عملية التفكير، بل هي عملية متداخلة ومكمّلة لها، فالجانب العقلي يسهم إيجاباً في العملية الانفعالية من خلال تفسير الموقف الانفعالي، وترميزه وتسميته، والإفصاح عنه، كما يمكن أن يسهم سلباً عن طريق التفسير الخاطئ للموقف، ومن جانب آخر يمكن أن يسهم الانفعال في ترشيد التفكير، فالمزاج الإيجابي ينشط الإبداع، ويساعد على حلّ المشكلات، وتصنيف المعلومات وتنظيمها.

وتؤثر الانفعالات على الوظائف النفسية، والجسمية وتتأثر بها، غير أنّ العجز عن إدارتها بصورة بناءة من الممكن أن يؤدي إلى العديد من الاضطرابات الناجمة عن اضطرابات إفراز الغدد والهرمونات.

وفي ضوء ما تقدّم جاءت حتمية الجمع بين الذكاء العقلي، والذكاء الوجداني لأنّ أحدهما ليس بديلاً عن الآخر في كلّ مراحل العمر، وعلى وجه الخصوص مرحلة الدراسة الجامعية خاصة وأنّ الطالب الجامعي بحاجة إلى النّجاح في مدرسة الحياة إضافة إلى النّجاح الأكاديمي كما أنّ معظم المهن تتطلب مهارات اجتماعية ينميها الذكاء الوجداني.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها: الدراسة العلمية تتطلق من الإحساس بالمشكلة، إذ يسعى الباحث نحو تحديدها وبالتالي رسم خطوات حلها، وعنها تنبثق الأهداف وتحدّد الإجراءات ويتمّ إعداد الأدوات في ضوء منهج بحثي محكم.

ومن خلال الاطلاع على التّراث البحثي المتعلّق بالذكاء الوجداني، وهرمون الكورتيزول تبين أنّ العلاقة بين متغيّرات الدراسة لم يتمّ التطرّق إليها في الثقافة العربية وذلك في ضوء علم الباحثين، إضافة إلى وجود تضارب في نتائج الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في الذكاء الوجداني:

(Arla Day & Sara Carroll, 2004), (David Van et al, 2005), (Bastin et al, Rogers et al, 2006), (Carroll, 2004).

وكذلك دراسة كلّ من: (سليمان المصدر، 2007)، (حباب عبد الحي، 2007).

واختلاف نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين الذكاء الوجداني و مستوى التحصيل نذكر منها:

(Swart, 1996), (Drago, 2004), (Golman, 2000), (Coover, 2000), (Tapia, 1998) (Tapia Martha & Marsh George, 2001)

وأيضاً دراسة (فوقيه محمد، 2001)، (عزت كواسية، 2002).

أمّا ما يتعلق بهرمون الكورتيزول فنجد أنّ الدراسات تناولت قياس الكورتيزول، وعلاقته بالذكاء الوجداني على عيّنات لا تشمل الطلبة فضلاً عن أنّها اختلفت في إثبات العلاقة بين الكورتيزول، والذكاء الوجداني مثل دراسة كلّ من:

(Leilani Kuuipo Ordway, 2008), (Mikolajczak, 2006), (Annmarie Samar, 2001), (Rollin Mccarty, 1998), (Lu, 2000).

ويُلاحظ من استعراض الدراسات السابقة قلة الدراسات الأجنبية، وغياب الدراسات العربية_ في حدود علم الباحثين - التي تناولت هذا الهرمون فضلاً عن علاقته بالذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة، وبناءً على ما تقدّم تحدّد مشكلة الدراسة بالتساؤلات الآتية:

1. هل يرتبط الذكاء الوجداني بمستوى الكورتيزول لدى عينة الدراسة؟.
2. هل يختلف الذكاء الوجداني باختلاف المتغيّرات الديموغرافية المتمثلة بالنوع ومستوى التحصيل؟.
3. ما العوامل التي يتكوّن منها الذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة؟.

أولاً: حدود الدراسة: تتحدد الدراسة بعدة مقومات منها:

(أ) تساؤلات الدراسة: وقد سبقت الإشارة إليها.

(ب) أدوات الدراسة: تعتمد الدراسة على الأدوات التشخيصية الآتية:

1- مقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثين).

2- تحليلات مخبرية للبول لقياس مستوى إفراز هرمون الكورتيزول.

(ج) عينة الدراسة: تتحدد نتائج الدراسة في ضوء العينة وخصائصها، وقد اعتمدت

الدراسة على عينة من طلاب الجامعة من الجنسين.

(د) الإطار الزمني: تم تطبيق الدراسة خلال شهري إبريل ومايو من الفصل الدراسي

الثاني من عام 2009-2010 م.

(هـ) الإطار المكاني: تم اختيار عينة الدراسة من طالبات قسم علم النفس من كلية

البنات وجامعة عين شمس.

ثانياً: أهمية الدراسة: تتجلى أهمية الدراسة من خلال عدة اعتبارات يأتي في صدارتها

ما يلي:

1. الأهمية الفلسفية: إن هذه الدراسة تنتمي إلى قضية فلسفية قديمة، وهي ثنائية

النفس الجسد، بدأت مع أرسطو، وانتهت إلى ولادة علوم نفسية جديدة مثل علم

النفس الفسيولوجي، وعلم الصحة، وإن الطرح الجديد لهذا التراث يخلع أهمية

خاصة على هذه الدراسة.

2. الأهمية المهنية: إن هذه الدراسة هي حلقة في سلسلة علاقة النفس بالجسد، يجب

أن تكمل طريقها حتى تصنع كرسياً للاختصاصي النفسي داخل عيادات أطباء

الغدد، وفي ضوء نتائج هذه الدراسة من الممكن استخدام معايير جديدة في اختيار

طلبة العلوم الإنسانية، ومنها اختبارات الذكاء الوجداني.

3. أهمية المتغيرات: تتمثل أهمية هذه الدراسة في ضوء أهمية المتغيرات

المستخدمة، ويمكن توضيحها فيما يلي:

1. أنها تتناول الذكاء الوجداني كأحد متغيرات الدراسة وهو ما أوصى به المؤتمر الخامس عشر لعلم النفس في عام 1999م، من ضرورة الاهتمام بدراسة الظواهر الإيجابية في الحياة الإنسانية كدراسة الذكاء الوجداني.
2. في الوقت الذي تزايدت فيه موجات العنف في المجتمع بما فيه المدرسة، وتردّت فيه أساليب التواصل مع الآخر ضمن معطيات حياتية تعاني من وطأة الضغط، تزايدت الحاجة إلى الاهتمام بنوع آخر من الذكاء، وهو الذكاء العاطفي، إذ أشارت الدراسات (Cummings, 1998) إلى أنه في الوقت الذي لا تتعدى نسبة تنمية الذكاء الأكاديمي عند الشخص المتعلم نسبة 2% مهما تعاضمت الجهود، فإنه يمكن تنمية الذكاء العاطفي إلى مدى أبعد من ذلك بكثير، ومن هنا تبرز أهمية العمل على تنمية هذا الجانب.
3. ويرتبط الذكاء الوجداني بعملية التعلم، وهذا ما يجعل الاهتمام به ضرورة بالنسبة لمراحل التعليم كلّها لاسيما المرحلة الجامعية التي ترتبط بالحياة الاجتماعية، والمهنية، والعاطفية، فالذكاء العاطفي من متطلبات النجاح في الحياة بشكل عام.
4. يوجد اهتمام متزايد بالذكاء الوجداني بوصفه نتاجاً لروح العصر الجديد الذي يعتنق وجهات نظر غير تقليدية بشأن الذكاء، والاعتقاد لدى قطاعات عريضة بأنّ الذكاء الوجداني يحمل وعداً بحل العديد من مشكلات المجتمع الضاغطة، (Pefeiffer & Steven, 2001).
5. أهمية العينة: تستمدّ هذه الدراسة جزءاً من الأهمية في تناولها لفئة طلبة الجامعة، وهي فئة تستحقّ المزيد من الاهتمام كون المرحلة الجامعية هي مرحلة تخصص، وتأهيل الشاب ليخوض الحياة المهنية والاجتماعية.

6. الأهمية السيكومترية: تتمثل في إضافة مقياس جديد إلى التراث السيكلوجي، وهو مقياس الذكاء الوجداني الذي سيتم تفصيله على طلبة الجامعة، وإظهار علاقته بهرمون الكورتيزول.

مفاهيم الدراسة: نستعرض تعريفات المفاهيم التي تناولتها الدراسة على النحو الآتي: أولاً: مفهوم الذكاء الوجداني: تعددت تعريفات هذا المفهوم في ضوء تعقد انتمائه لمجالات متعددة، ومن المفيد أن نستعرض أكثر التعريفات أهمية فيما يلي: الذكاء لغة هو (الذكاء) لهب النار، والجمرة الملتهبة، والقدرة على التحليل والتركيب، والتمييز، والاختيار، وكذلك القدرة على التكيف إزاء المواقف المختلفة، (المعجم الوسيط، ج1، ص 314).

أمّا من المنظور السيكلوجي فقد عرفه جولمان بأنه: قدرتنا على فهم انفعالاتنا وانفعالات الآخرين ومعرفة التعامل مع النفس ومع الآخر، فسيطرنا على انفعالاتنا هي أساس الإرادة وأساس الشخصية، (جولمان، 2000).

ويعرفه كل من بارون وباركر (Bar-On & Parker, 2000) بأنه: قدرة الفرد على فهم ذاته، وفهم الآخرين من حوله، وتقدير مشاعرهم، وتكيفه ومرونته تجاه التغيرات المحيطة به، والتعامل بطرق إيجابية مع المشكلات اليومية بما يمكنه من تحمّل الضغوط النفسية التي يتعرض لها، والتحكّم في مشاعره، وإدارتها بكفاءة وبناءً على ما تقدّم يمكن تحديد مكونات هذا المفهوم بما يلي:

1. الوعي بالمشاعر الذاتية: ويتمثل في فهم الفرد لذاته والآخرين بحيث يكون دائم الاتصال بمشاعره، وبالتالي يستطيع أن يعرف كيف يعبر عنها، وأن يحدّد احتياجاته المرتبطة بها.

2. الكفاية الاجتماعية: وتحدّد في استبصار الفرد بمشاعر الآخرين ودوافعهم، وما يصاحب ذلك من تكوين علاقات حميمة بسهولة.

3. **القابلية للتكيف:** وتظهر في تصرف الفرد المرن، والواقعي مع صور التغير المختلفة، كما تذكر المرونة بأنها مجموعة من الصفات التي توفر للناس القوة، والجلد لمواجهة العقبات التي تواجههم.
4. **مواجهة الضغوط النفسية:** وتعني كفاءة الفرد في إدارة شؤون حياته و ضغوطاتها المختلفة .
5. **الاستقرار المزاجي:** وهو الدافعية الذاتية، وضبط الذات بما يؤدي إلى الإحساس بالأمل في الحياة.
(Bar-On & Parker,2000)
- تصنيفات الذكاء الوجداني: تم تناول هذا المفهوم ومعالجته من عدة منظورات يمكن إمطة اللثام عنها فيما يلي:
- 1- **نموذج Mayer & Salovey:** قسم سالوفي وماير الذكاء الوجداني إلى خمسة مجالات يتفاوت الناس بصدها ويمكن تناول ذلك فيما يلي:
1. **الوعي بالذات:** ويعني تعرف الشخص على مشاعره الخاصة فور حدوثها، واستبصار الفرد، وفهمه لذاته مما يجعله أكثر ثقة في معرفة مشاعره الحقيقية تجاه متغيرات الحياة.
 2. **التحكم في المشاعر:** وهو قدرة الفرد على تهدئة نفسه، والتحكم في غضبه، واستبصاره لذاته ووعيه بها.
 3. **تحفيز الذات:** وهو قدرة المرء على توجيه العواطف لخدمة هدف ما، والسيطرة على النفس وإرجاء إشباع رغباته اللاشعورية من أجل تحقيق إنجاز ما.
 4. **تعرف مشاعر الآخرين (التعاطف):** وتتمثل في إيتارية الفرد، وتعاطفه مع الآخرين من خلال إلمامه بمهارات إدراك الآخر .
 5. **إدارة العلاقات:** وتعني الاستبصار بمشاعر الآخر، وقدرته على قيادته بفاعلية.
(جولمان، 2008، ص76-77).

2- نموذج Montemayor, E. & Spee : أشار مونتيماير وسبي (2004) إلى أن

الذكاء الوجداني يصنف تحت فئتين رئيسيتين:

1. مشاعر الفرد (الوعي والإدارة الانفعالية الذاتية).

2. مشاعر الآخرين (الوعي والإدارة الانفعالية للآخرين).

3- نموذج Wizenger: بنى وايزنجر نموذجاً لثلاث كفايات على المستوى الشخصي:

(الوعي بالذات + إدارة الانفعالات + الدافعية الذاتية) وكفايتين على المستوى

البيشخصي: (الاتصال الجيد + مراقبة الانفعالات).

(سعاد سعيد، 2004، ص14-17)

4- نموذج Golman: بسط جولمان مفهوم الذكاء الوجداني للعامّة فأصبح الذكاء

الوجداني هو التأليف بين عدّة مكونات رئيسية وفرعية وهي:

1- الوعي بالذات (التقييم الدقيق للذات، والثقة بها).

2- تنظيم الذات (ضبط النفس، والجدارة، وبقطة الضمير، والابتكارية).

3- الدافعية (الدافع للإنجاز، الالتزام، المبادرة، التفاوض).

4- التعاطف (فهم الآخرين وتطويرهم، والميل للخدمة، الوعي السياسي).

5- المهارات الاجتماعية (التأثير، التواصل، إدارة الصراع، القيادة، بناء

الصّلات، التعاون، العمل مع الفريق. (سحر علام، 2001).

ويرى جولمان أن الانسيابية: هي إحدى قدرات الذكاء العاطفي في أفضل حالاته،

وتعني تسخير المشاعر في خدمة مستوى التّعلم والأداء، حيث لا تكون المشاعر فقط

في قمّتها من حيث التّأجج، وإنّما تكون منسّقة تمام الاتّساق مع المهمة التي يؤدّيها

الشّخص (أي حالة تركيز مرتفعة) مثالها: الجراح الذي لم يلحظ سقوط جزء من سقف

غرفة العمليات بينما كان يجري العمليّة من شدّة إحساسه بالانسيابية مع أداء الجراحة،

ومن شروط الدّخول في حالة الانسيابية.

1- أن تحبّ العمل الذي تقوم به.

- 2- أن تقوم بالعمل وهو بالنسبة لك تحدّ، وليس تهديداً.
- 3- لتركيز مطلب للدخول في الانسياب، وهو إراديّ بدايةً، ثمّ يصبح مع الاندماج لا إراديّاً.
- 4- يحدث الانسياب في مرحلة متوسطة بين عمل سهل مملّ، وآخر صعب مرهق .
(سعاد سعيد، 2008، ص133).
- 5- نموذج بار أون Bar-on: قدّم بار أون في عام 1997 نموذجاً للذكاء الوجداني، والذي عرفه بأنه نسق من القدرات، والمؤهلات، والكفايات، والمهارات غير المعرفيّة التي تؤثر في قدرة المرء ليكون ناجحاً في مواجهة متطلبات البيئة وضغوطها، واحتوى نمودجه عن الذكاء الوجداني على خمسة مكونات رئيسة تضمّ خمسة عشر مكوناً فرعياً، هي:
- 1- الذكاء الوجداني البيّنذاتي (الوعي الانفعالي بالذات، التوكيديّة، احترام الذات، تحقيق الذات، الاستقلاليّة).
- 2- الذكاء الوجداني البيّنشخصي (التعاطف، العلاقات البيّنشخصيّة، المسؤوليّة الاجتماعيّة).
- 3- إدارة الضغوط (حلّ المشكلات، اختبار الواقع، المرونة).
- 4- التكيفيّة (تحمل الضغط، التحكم بالاندفاع).
- 5- الحالة المزاجيّة العامّة (السعادة، التّفاؤل).
- 6- نموذج الغندور: حدّد الغندور الذكاء الوجداني بثلاث مجموعات من القدرات التي تميّز الشخص الفعّال:
- أ- النّضج الوجداني: ويشتمل على:
1. وعي وجداني ذاتي دقيق وموضوعي (إدراك الفرد لمشاعره الذاتيّة، وتأثيراتها بدقّة وموضوعيّة).
2. ضبط النفس (إخضاع الانفعالات، والنزوات الهدامة للتحكّم).

3. ضمير إيجابي (المحافظة على مستويات رفيعة من المصادقية والنزاهة).
 4. بصيرة صائبة (استفادة من العلم النافع، وفتح المجال للمشاعر للمشاركة في القرار).
 5. دافعية ذاتية للإنجاز (سعي دؤوب لتحسين أدائهم، وتحقيق التميز).
- ب- التواصل الوجداني: ويشتمل على:
1. تفهم لوجدان الآخرين وتقدير لرؤيتهم: الإحساس بمشاعر الآخرين، وتقدير وجهة نظرهم، والاهتمام بمساعدتهم.
 2. فن التعبير، وإظهار العناية بالإصغاء المتفاعل.
 3. تعاطف ومشاركة وجدانية: الإحساس بمشاعر الآخر، وإظهارها وبيان مدى تفهمه للمشاعر والمحتوى.
 4. كياسة في الاستجابات للآخرين: توقع وإظهار الاهتمام بالآخرين ومقابلة حاجاتهم وتوقعاتهم بكياسة.
- ج- التأثير الوجداني: ويشتمل على:
1. حجة قوية في الإقناع (امتلاك مداخل قوية لإحداث تأثير في قناعات الآخرين).
 2. حسم إيجابي للصراع (التفاوض، وحل النزاعات، وتعارض المصالح).
 3. قدوة في القيادة الميدانية الملزمة بالأهداف (مصدر لحماس وتوجيه الأشخاص وفرق العمل نحو الهدف).
 4. أخذ زمام المبادرة بالتغيير، وإدارته لتحقيق الهدف.
 5. إعداد آليات التفاهم وتدعيم روح الفريق، ورعاية العلاقات بين الجماعة لصالح العمل. (www.draref.com).
- 7- نموذج منهج علم معرفة النفس: ظهر في الآونة الأخيرة منهج علم معرفة النفس، والذي أصبح نموذجاً لتدريس الذكاء العاطفي، فمحتويات هذا المنهج تتفق تمام الاتفاق مع مكونات الذكاء العاطفي ومهاراته الأساسية، ويتضمن منهج علم معرفة النفس

:الإدراك الذاتي، واتخاذ القرارات الشخصية، والتحكم في المشاعر، والتصدي للضغوط، والتعاطف، والتواصل، ومصارحة النفس، وامتلاك رؤية، وتقبل الذات، والمسؤولية الشخصية، والحزم، وديناميكيات الجماعة، وحسم الصراع. (جولمان، 2008، ص375)

الذكاء الوجداني والصحة النفسية: يسهم الذكاء الوجداني كعامل وسيط في فهم العلاقة بين الضغوط والصحة الجسمية والنفسية إذ ترتبط الضغوط بارتفاع مستويات القلق والاكتئاب والشعور باليأس لدى الأفراد منخفضي القدرة على إدارة انفعالاتهم وانفعالات الآخرين بالمقارنة بأقرانهم مرتفعي هذه القدرة الذين يخبرون مستويات منخفضة من هذه الانفعالات السلبية. (Saklofesk et al , 2003,p711)

ويلعب الذكاء الوجداني دوراً هاماً في تنمية القدرة على تحمل الضغوط والوقاية من الاحتراق النفسي والنتائج السلبية للضغوط في بيئة العمل. (Joanne Cipriano,2002,p2616) أما مهارة إدارة الانفعالات فإنها ترتبط بالنزعة للاحتفاظ بالوجدان الإيجابي، لأن مرتفعي هذه القدرة يتوافر لديهم درجة كبيرة من المساندة الاجتماعية من الآخرين وهذه المساندة الاجتماعية يمكن أن تقي الأفراد من المشاعر السلبية المرتبطة بالضغوط النفسية. (Joseph Ciarrochi .et al ,2002,p197-200)

ثانياً: هرمون الكورتيزول: ونعني به ما تفرزه غدة الأدرنالين أو الغدة الكظرية بجوار الكلى، لتقليل أعراض الإجهاد، ويزيد إفراز الكورتيزول في الدم في أثناء الصيام، أو الحمية الغذائية والأكل، والنشاطات الاعتيادية والإجهاد البدني. ويساعد بدوره في معدلات الأيض أو البناء الغذائي للبروتين والكاربوهيدرات والدهون، وأثناء الإجهاد يقوم الكورتيزول باستحداث الدهون بالخروج من مخازنها بالخلايا وكذا يقوم بتكسير البروتين لمعادلة سكر الدم، بالإضافة إلى أنه يقوم بإخراج الدهون من مخازنها بالبطن (الكرش)، وبالتالي شعور الإعياء أو الإجهاد المصاحب للحمية أو جوع الحمية يكون من زيادة إفراز الكورتيزول بالجسم. (Journal Clinical Endocrinology,2007)

ويعتبر هرمون الكورتيزول عاملاً مهماً كمركبّ مضاد للحساسية في الجسم، ويعتبر قياس مستوى الكورتيزول مفتاحاً لتقييم اضطرابات الغدة الكظرية المتوقعة، فضلاً عن ذلك يقوم الكورتيزول بتنشيط وتنظيم ضغط الدم ووظيفة القلب الوعائية وجهاز المناعة، كما يسيطر على استعمال الجسم للبروتين، والكربوهيدرات، والدهون. آلية إفراز الكورتيزول: إنّ قشرة الغدة الكظرية، مثل النخاع، تستجيب للضغط لكنها تستجيب لإشارات الغدد الصماء أكثر من استجابتها للمدخلات العصبية، ومحفز الضغط يجعل غدة تحت السرير البصري عاملاً محرراً، وهذا بدوره يحفز الفص الأمامي للغدة النخامية لإفراز هرمون ACTH، وعندما يصل هدفه عن طريق الدم يحفز خلايا قشرة الغدة الكظرية لتصنيع عائلة من الستيرويدات تسمى ستيرويدات قشرة الغدة الكظرية (corticosteroids) منها هرمون الكورتيزول. وفي حالة أخرى للتغذية الرجعة السالبة فإنّ المستويات المرتفعة لستيرويدات قشرة الكظر في الدم يوقف إفراز ACTH. (عايدة عبد الهادي، 2001، ص426)

أسباب ارتفاع هرمون الكورتيزول: يرتفع هرمون الكورتيزول في الحالات الآتية : فرط نشاط الغدة الكظرية الأولى، فرط نشاط الغدة الكظرية الثانوي، قصور الغدة الدرقية، فشل الكبد أثناء الحمل أو أثناء تعاطي مضادات الحمل (الأستروجين، الالتهابات الحادة (التهاب الدماغ، احتشاء القلب الاحتقاني، تعاطي الكحول بكميات كبيرة في غير المدمنين)، وإنّ المستويات العالية من الكورتيزول يمكن أن توجد لدى أشخاص عاديّين بسبب التوتر النفسي. (Vingerhoede et al , 1995) ونتيجة لزيادة الضغوط سواء البدنية - مثل المرض، أو الصدمة، أو ارتفاع درجة الحرارة، أو الجراحة أو الضغوط النفسية، ويزيد إنتاج هرمون الكورتيزول كرد طبيعي وضروري في الجسم، وإذا بقيت مستويات التوتر عالية لفترة زمنية طويلة، فقد تسبب نتائج عكسية للصحة، وفي حالة زيادة إفراز هذا الهرمون تظهر أمراض نفسية عديدة منها الهوس، والاكتئاب، وفصام الشخصية، ومتلازمة كوشينغ، مع

ظهور الغضب والاهتياج والثورة، وأحياناً ظهور أعراض ذهانية مزاجية، وبرودة جنسية، وانقطاع العادة الشهرية، وظهور عدم التوازن العاطفي والمزاجي.

(محمد بني يونس، 2008، ص 272-273)

أسباب انخفاض مستوى هرمون الكورتيزول: ينخفض هرمون الكورتيزول في الحالات الآتية:

أولاً: مرض أديسون (Addison's Disease) نسبة إلى الطبيب أديسون الذي كان أول من اكتشفه عام 1855، ويتميز هذا المرض بأعراض مثل:

1. فقدان الشهية، والهزال، وسرعة التعب.
2. ظهور متلازمة نوراستانيا، وقلق وأحياناً مظاهر ذهانية، وخبل وغيوبة، وتلون الجلد بلون بني غامق.
3. انخفاض تركيز السكر في الدم، وضغط الدم.
4. ضعف العضلات.
5. ظهور غثيان وتقيؤ.
6. عادة ما يؤدي هذا المرض إلى وفاة المريض، ويعالج باستخدام هرمونات قشرة الغدة الكظرية التي توقفه.

ثانياً: قصور الغدة الكظرية الناتج من قصور الغدة النخامية.

ثالثاً: أثناء تعاطي الأستيرويدات. (المرجع السابق، 2008، ص 273)

مستوى الهرمون في الدم: يتعرض مستوى الكورتيزول في الدم للتغير طوال اليوم، إذ يكون في أعلى تركيز له في الصباح، ويقل تدريجياً حتى يصل إلى أقل تركيز عند منتصف الليل، و يتراوح مستوى هرمون الكورتيزول في الصباح ما بين (165 - 744 نانومول / لتر)، ويتراوح مستوى هرمون الكورتيزول في المساء ما بين (83 - 358 نانومول / لتر)، أما مستوى الهرمون الطبيعي في البول فهو يتراوح بين 3.7-19.4 ويتم قياس هذه المستويات عن طريق فحص مخبري للبول. <http://www.marefa.org>

الوظائف الفسيولوجية لهرمون قشرة الكظر الكورتيزول: يمكن إجمال الوظائف الفسيولوجية لهذا الهرمون فيما يلي:

1. تدعى هرمونات corticosteroids بالهرمونات المضادة للالتهابات، أي أنها تعمل على كبح تطوّر الالتهابات في الجسم.
 2. تعمل على زيادة الاستثارة في الجهاز العصبي المركزي، وتغيير الانعكاسية الشرطية في الجسم.
 3. تفيد في علاج الروماتيزم العضلي، وإيقاف نزيف الدّم النّاجم عن الجروح والعمليات الجراحية، ومساعدة كبار السنّ على الشّفاء من بعض الأمراض البسيطة والالتهابات.
 4. تعمل على تنظيم المواد الكربوهيدراتية والدهون والبروتينات (أي عمليات الهدم والبناء) فهي تعمل على زيادة تركيز السكر في الدّم، وزيادة ضغط الدّم.
 5. عند انخفاض هذه الهرمونات تنخفض كمية السكر في الدم والجلايكوجين في الكبد كما يُلاحظ ضعف المناعة للمثيرات الضّارة كالميكروبات والبرد وضعف قدرة الجهاز العضلي عن العمل. (محمد بني بونس ، 2008، ص 272)
- وبالتالي يلعب الكورتيزول دوراً مهماً في وظيفة كل جزء من أجزاء الجسم تقريباً، علماً بأنّ الوقوع تحت التوتر أو الضّغط العصبي الشّديد يرفع مستوياته، فيؤثّر بصورة سلبية على الصّحة العامّة للجسم، وهكذا فإننا نستطيع القول إنّ هرمون الكورتيزول مؤشّر أساسي في قياس الضّغط النفسي الذي يتعرّض له الشّخص أثناء مواجهته لموقف مشكل يتضمّن عقبات تحتاج إلى حلّ، ويعتبر ما يدور في ذهن الفرد من معتقدات أثناء مواجهته لمهمة أو صعوبة أيضاً مؤشراً أساسياً ومحدّداً لسلوك الفرد داخل الموقف، ومن هنا انطلقت الدّراسة من الرّبط ما بين هرمون الكورتيزول والذكاء الوجداني.

الدراسات السابقة: إنّ الاطلاع على الدراسات السابقة من شأنه أن يحدّد للباحث أبعاد المشكلة ومجالاتها، ويزوّد بالكثير من الأفكار فيما يتعلّق بالأدوات، والإجراءات والمقاييس، وكذلك يساعده في طرح فروض الدراسة واستكمال النقصات وتجنّب المزالق التي وقع فيها الآخرون، ولقد حظيت متغيّرات هذه الدراسة بكثير من الدراسات التي يمكن استعراض عيّنة منها في ضوء المحاور الآتية:

أولاً: المتغيّرات النفسية وهرمون الكورتيزول: حظي هذا المتغيّر بالعديد من الدراسات والتي نستعرض عيّنة منها على النحو الآتي:

قام كلّ من Nina Knoll, Yagnaseni Sarkar, Aleksandra Luszczynska سنة (2009) ببحث حول الدّعم الاجتماعي المقدم، وفاعليّة الذات، وفوائد المرض كمنبئات للوظيفة الجسميّة، والامتثال للعلاج المضاد للفيروسات الرجعيّة، وجمعت البيانات من 104 مريض بالإيدز في الهند، وتضمّنت المقاييس كلاً من مقياس فاعليّة الذات العامّة، ومقاييس الدّعم الاجتماعي، وأسئلة حول أخذ الجرعات الدوائية، وأسفرت نتائجها عن أنّ فاعليّة الذات ترتبط بعلاقة مباشرة مع الامتثال للعلاج، والنشاط الفسيولوجي لدى مرضى الإيدز، وخاصّة هرمون الكورتيزول كما أنّ الدّعم الاجتماعي ساهم بتحمّل العلاج، وتخفيض القلق.

في السّنة ذاتها أجرى (J.Landsman-Dijkstra , R.van Wijck & J.Groothoff) دراسة حول الأثر البعيد لبرنامج الوعي بالجسم على فاعليّة الذات، والتعبير الانفعالي، ونوعيّة الحياة لدى من يعانون من أعراض سيكوسوماتيّة محدّدة، وقد أثبتت الدراسة قدرة إدارة الذات من خلال زيادة وعي الجسم وفاعليّة الذات على التكيّف مع التوتّر والأعراض السيكوسوماتيّة.

وفيما يتعلّق باضطرابات الأكل أجريت دراسة (Erin Putterman, 2003) حاولت أن تشرح طبيعة العلاقة بين اتباع الحمية الغذائيّة والضغط النفسي، والتحقّق فيما إذا كان الأكل يتعلّق بإفراز الكورتيزول وإدراك الضغوط، وقد طبّقت هذه الدراسة على عيّنة

من طالبات الجامعة عددها (170) طالبة، وتمّ قياس معتقداتهنّ حول تحمّل الحمية، وحول الرضا عن شكل أجسامهنّ، والضغوط النفسية التي يتعرّضن لها، وكذلك فاعليّة الذات، أخذت من الطالبات عيّنتان من لعابهن، الأولى جمعت في البيت بعد نصف ساعة من الاستيقاظ، والثانية بعد 6-8 ساعات، وأشارت النتائج إلى أنّ النساء اللواتي لديهنّ معتقدات قويّة حول أهميّة مظهرهنّ ومستويات منخفضة من فاعليّة الذات الخاصة بتحمّل الحمية، ومشاعر سلبية تتعلّق بصورة الجسد، أبدين مستويات أعلى من الكورتيزول، وهذه البناءات المتعلّقة بصورة الجسد ترافقت مع مستويات أعلى من إدراك الضغوط.

وحول علاقة الكورتيزول ببعض المتغيّرات الإيجابية أشارت دراسة (Samuel Standard, 2004) حول تأثير العفو عن الآخرين على مستويات الكورتيزول، وإفرازات الغدّة الكظرية، ومتغيّرات نفسية أخرى، بحثت الدراسة في مدى فاعليّة التدرّب على العفو عن الآخرين، وأثاره على بعض المتغيّرات النفسية والفسولوجية والروحية تمّ قياسها لدى شابات لا يعانين من أمراض بلغ عددهنّ (63)، ومتوسّط أعمارهنّ (38.6)، وركّزت عمليّات التدخل العلاجي على قدرة أفراد العينة على العفو عن الآخرين الذين سبّبوا لهم أذىً شخصياً، وتمّ أخذ عينات من الكورتيزول اللعابي، وتطبيق مقاييس الغضب والاكتئاب والأمل بهدف قياس فاعليّة التدرّب على العفو عن الآخرين في التأثير على هذه المتغيّرات النفسية، وأظهرت النتائج تراجعاً ذا دلالة في مستويات الكورتيزول لدى العينة التجريبية مقابل العينة الضابطة التي لم تبد أيّ تغيير، لكن لم تتجح فاعليّة الذات الخاصة بالقدرة على العفو عن الآخرين في التنبؤ بمستوى إفراز الكورتيزول وبناتج المتغيّرات النفسية الأخرى.

وفي منحى آخر حول الاضطرابات النفسية، وعلاقتها بالاستجابة الكورتيزولية تناولت دراسة (Marlyn R.Roberts, 2001) أسلوب التنشئة الوالدية وعلاقته بالاكتئاب والقلق والاستجابة الكورتيزولية للضغوط النفسية والعوامل الشخصية المتمثلة بفاعليّة الذات

الخاصة بمواجهة الضغوط والدعم الاجتماعي، وتضمن أسلوب التنشئة الوالدية (العناية والحماية)، أما أسلوب مواجهة الضغوط فكان (الأسلوب العاطفي والتجنب) وشملت الضغوط (أحداث الحياة الضاغطة والإزعاجات اليومية)، بعد أخذ تقارير ذاتية من أفراد العينة، والتي بلغ عددها (18) مشاركاً، تم قياس مستوى الكورتيزول وبعد عمل التحليلات الإحصائية أظهرت النتائج ما يلي:

1. _ أن فاعلية الذات لم تتجج بالتنبؤ بأعراض القلق والاكتئاب.
2. _ اختلاف الأفراد في مستويات الكورتيزول تبعاً لأسلوب التنشئة الوالدية ارتبط بضعف الاهتمام من الوالدين، وكذلك الحماية الزائدة في مستويات مرتفعة من هرمون الكورتيزول.

3. _ كان لفاعلية الذات تأثير مباشر وغير مباشر على الصحة النفسية والعمليات العاطفية، وكذلك على مستوى إفراز هرمون الكورتيزول.

وحول مواجهة الضغوط بطريقة عاطفية وفاعلية الذات والأمل والدعم الاجتماعي كمنبئات بالتكيف النفسي والنظام الغددي العصبي لدى نساء مصابات بسرطان الثدي، هدفت دراسة (Carrisa Ann Low, 2008) إلى توضيح العوامل التي تعيق أو تسهل التكيف النفسي لدى المصابات بسرطان الثدي، وتمت الدراسة التجريبية خلال ثلاثة أشهر على عينة عددها (90) امرأة مصابة بسرطان الثدي، وأخذت منهن تقارير ذاتية عبر المقاييس الآتية:

التعبير العاطفي، الدعم الاجتماعي، فاعلية الذات الخاصة بالتعامل مع الضغوط، والأمل، والتكيف السلبي والإيجابي الخاص بالسرطان والعام الذي ينطبق على مواقف الحياة ككل.

كما أخذت عينات لقياس الكورتيزول اللعابي وقياس ضغط الدم، وتشير التحليلات الإحصائية إلى أن المواجهة العاطفية للضغوط النفسية ترتبط بزيادة أعراض الاكتئاب والأفكار التجنبية وأعراض السرطان بشكل خاص لدى النسوة اللواتي يعانين من

مستويات منخفضة من الدّعم الاجتماعي، وفاعليّة الذات الخاصّة بمواجهة السّرطان، وتبيّن أنّ انخفاض فاعليّة الذات يمكن أن تسهم في زيادة أعراض الخلل في النّظام الغددي العصبي والعكس صحيح إذ إنّ ارتفاع مستوى فاعليّة الذات يمكن أن يخفّف من أعراض الاكتئاب والأفكار الخاصّة بالسّرطان.

أمّا دراسة (JC Prussner & C Kirschbaum, 2007) فكانت حول الاستجابة الكورتيزوليّة للضغوط النفسيّة المتكرّرة لدى مجموعة من الرّجال الأصحاء، تمّ اختيار الفرض مؤداه أنّ بعض الأشخاص لا يبدوون أي استجابة كورتيزوليّة إذا ما تعرّضوا للضغوط ذاتها بشكل متكرّر، وكان ذلك على (20) من الرجال الأصحاء بدنيّاً من خلال تعريضهم لضغط نفسيّ خمس مرات في اليوم، وأخذت بعد كلّ مرّة عينات من اللّعاب واستمرّت التجربة خمسة أيام، لوحظ تراجع في الاستجابة الكورتيزوليّة من اليوم الأوّل إلى اليوم الثّاني ولكن لم تسجّل أيّة تغييرات في الأيام التّالية، تمّ تقسيم العشرين رجلاً إلى مجموعتين:

الأولى: مجموعة منخفضة الاستجابة، والثانية: مجموعة مرتفعة الاستجابة. المجموعة الأولى وعددها (13)، لوحظت الاستجابة في اليوم الأوّل فقط، أمّا الأيام من 2-5 فلم يُسجّل فيها تغيير ملحوظ، في المقابل المجموعة الثانية أبدت زيادة كبيرة في أيّام التجربة جميعها من 1-5 إضافة إلى نقصان ذي دلالة في الاستجابة بين اليوم الأوّل والخامس، وأوصت الدّراسة بتسليط مزيد من الضوء على التّأثير المحتمل للاستجابة الكورتيزوليّة في حالتي الصّحة والمرض.

وحول فاعليّة الذات كمصدر صحيّ وقائيّ عند المعلّمين، قام كلّ من (Schwerdfeger A, Konerman I schonhofen k, 2008)، أكّدت نتائجها أنّ فاعليّة الذات كانت بمثابة عامل وقائيّ للصّحة النفسيّة، وذلك بعد ضبط المتغيّرات الأخرى، وأنّ فاعليّة الذات ارتبطت بمعدّل نبض قلبيّ مرتفع أثناء وجود المعلّمين في المدرسة،

وأشارت الدراسة إلى أنّ المعلمين ذوو الفاعلية الذاتية المرتفعة أظهروا استجابة منخفضة في نشاط الكورتيزول، وكذلك في المشكلات المتعلقة بالقلب. وحول النزعة إلى الكمال Perfectionism، والاستجابة الكورتيزولية للضغط النفسي لدى الرجال، قام (Petra H. Wirtz, 2007) بدراسة أظهرت ترابطاً كبيراً بين زيادة الرغبة نحو الكمال، والزيادة في AUCi من الكورتيزول، ولذلك اعتبر الكورتيزول معياراً رئيسياً كمنبئ بالقلق، والعصبية، واستنفاد الحيوية، والطاقة، والاكتئاب، وبعد عمل تحليل الانحدار تبين أنّ النزعة للكمال تتبأت بالاستجابة الكورتيزولية، وانتهت الدراسة إلى أنّ السعي إلى الصورة النموذجية الكاملة، وما يرافقها من مشاعر، يبدو أنّها تسهم بصورة مستقلة في استجابات الجسم الناجمة عن الإجهاد رداً على الضغوط النفسية.

أمّا عن أثر الضغوط الشديدة لدى الشباب على مستويات الكورتيزول الصباحية، فقد قامت (Gray R. Germa) بدراسة سنة 2008 بهدف تقديم دليل على أنّ التعرض إلى الضغط المزمن يصاحبه مستويات غير نموذجية في الكورتيزول، وانتهت الدراسة إلى أنه توجد علاقة إيجابية بين أحداث الحياة الضاغطة، ومستويات الكورتيزول. وفي دراسة أخرى طويلة تتبعية قام بها (Kevin Daniel Tessner, 2008) عن تأثير الضغوط النفسية، ومستوى الكورتيزول على البالغين يعانون من اضطراب الشخصية الفصامية، أسفرت نتائجها عن أنّ الكورتيزول يرتبط بالأعراض الشديدة للشخصية الفصامية.

وفيما يتعلّق ببعض المتغيرات المعرفية قام (Kalehzan , Sund ,et .al, 2001) بدراسة حول النشاط الكورتيزولي والتغيرات المعرفية لدى مرضى الاكتئاب الأساسي، وقد تناولت الدراسة ثلاث مجموعات: الأولى تعاني من اكتئاب ذهاني، والثانية لديها اكتئاب لا ذهاني، والثالثة مجموعة من المتطوعين الأصحاء، وتمت مقارنة المجموعات الثلاث في الذاكرة اللفظية وفي مستويات الكورتيزول، وأسفرت دراسته

عن مجموعة من النتائج منها: أنّ مجموعة الاكثتاب الذهاني أظهرت مستويات مرتفعة أعلى من المجموعة الثانية والثالثة، بل إنّ الزيادة في مستوى الهرمون كانت مستمرة خلال النهار إلى المساء، وهذا يعني أنّ مرضى الاكثتاب الذهاني يعانون من خلل هرموني واضح، كذلك تغيّرات في الذاكرة والوظائف المعرفية.

وفي دراسة عن الذاكرة عند المسنين والتي أجراها (Teresa. E. Seeman, 1997) وآخرون ارتبطت المستويات المرتفعة لهرمون الكورتيزول بانخفاض في أداء اختبارات الذاكرة، وأظهرت النسوة المسنّات استجابة لتحسين أداء الذاكرة وخفض هرمون الكورتيزول، وكان الأمر خلاف ذلك عند المسنين الذكور.

وعن أثر الدعم الاجتماعي في الحياة النفسية، والسيولوجية للإنسان قام (Petra H. Wirtz, 2006) وآخرون ببحث عن ترابط الدعم الاجتماعي الضعيف، وضعف التنظيم العاطفي، وانخفاض ضغط الدم بزيادة هرمون الكورتيزول المصاحب للتوتر النفسي، واستخدمت الدراسة مجموعتين الأولى تفتقر إلى الدعم الاجتماعي، والثانية مرضى انخفاض ضغط الدم، وأظهرت النتائج أنّ فقدان الدعم الاجتماعي، وانخفاض ضغط الدم ترابطاً مع نشاط في إفراز هرمون التوتر النفسي (الكورتيزول).

وحول العلاقة بين الطفل ومعلمه، ومدى تأثيرها في مستويات هرمون الإجهاد الكورتيزول (هرمون التوتر في البشر)، أجريت دراسة (Jared A. Lisonbee, 2005) وزملائه في جامعة ولاية واشنطن وجامعة ولاية بنسلفانيا على مجموعة من الأطفال بلغ عددهم (101)، أكدت أنّ هرمون الكورتيزول يصل إلى أعلى المستويات عند الأطفال في ساعات الصباح الأولى، ويبدأ بالانخفاض تدريجياً خلال اليوم لذلك فالأطفال الذين لديهم علاقة جيّدة مع معلمهم تنخفض عندهم نسبة هرمون الكورتيزول تدريجياً من الصباح إلى بعد الظهر، في حين أنّ الأطفال الذين لديهم علاقات غير جيّدة مع معلمهم يزداد هرمون الكورتيزول لديهم خلال اليوم، وأكدت الدراسة أنّ هذه الزيادة غير العادية في مستويات هرمون الكورتيزول من المحتمل أن تسبب القلق

على المدى الطويل، وأنّ الارتفاعات المتكررة لهذا الهرمون يمكن أن يكون لها عواقب سلبية بسبب زيادات في ضغط الدم والسكر في الدم.

أما عن استجابة الأطفال الأدرينوكورتيكالية (ACTH) للنشاطات الصفية، والامتحانات في المدرسة الابتدائية قامت كل من (Katherine Tennes, Ma & Maria Kreye, 1985) ببحث قارنتا فيه بين إفراز هرمون الكورتيزول لدى الأطفال في الأيام العادية في ساعات الصباح الأولى بمستويات الكورتيزول في أيام الامتحانات، ووجدتا أنّها أعلى من الطبيعي في أيام الامتحانات، وهذا يعزى برأي الباحثين إلى قلق الامتحان الذي يشعر به الأولاد، وكان من نتائج البحث ضرورة قياس إفراز هرمون الكورتيزول لقياس مدى التوتر النفسي الذي يعيشه الأطفال في المدرسة.

وفي دراسة (سهيرة لاري، 2007) حول الضغط النفسي، والهرمونات وعلاقتها بسرطان الثدي الذي يعتبر من أكثر السرطانات شيوعاً، وقد ثبتت علاقته بالتوتر النفسي والإحساس بالكآبة، فضلاً عن الانقسام الخلوي الذي يحدثه ارتفاع مستوى نشاط بعض الهرمونات، وأبرزها هرمون الكورتيزول.

ثانياً: دراسات الذكاء الوجداني وهرمون الكورتيزول:

قامت (Leilani Kuuipo Ordway, 2008) بدراسة الذكاء الوجداني، ومستوى الكورتيزول وحالة المزاج أثناء التعرض لضغط حاد، افترضت هذه الدراسة أنّ زيادة الذكاء الوجداني ترتبط بانخفاض هرمون الكورتيزول، والتفاعلات السلبية بسبب زيادة الوعي الذاتي والقدرة على التحكم بالانفعالات ولتحقيق الهدف طبقت أدوات الدراسة على عينة من الذكور (ن=157) تتراوح أعمارهم بين 16-20 سنة، واستخدمت اختبار بار أون لقياس الذكاء الوجداني، واختبار الضغط الاجتماعي لتراير، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أنّ الذكاء الوجداني يتحكم بمستوى الكورتيزول، ولكن لم تثبت علاقة عكسية بينهما إذ إنّ الزيادة في مستويات الكورتيزول لم ترتبط بانخفاض مستوى الذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة.

وفي دراسة مشابهة لـ (Mikolajczak M, 2006, et.al) حول أثر الذكاء الوجداني في استجابة هرمون الكورتيزول للضغط النفسي، وهدفت الدراسة اختبار قدرة الذكاء الوجداني على التحكم بالاستجابة البيولوجية للضغط النفسي، وتمثل بإفراز الكورتيزول، وطبقت الأدوات على عينة (ن=56) من الجنسين الذين تم تعريفهم إلى ضغط نفسي كالتحدث أمام جمهور كبير، وبعدها تم قياس مستوى الكورتيزول اللعابي، وأشارت النتائج إلى أن الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الذكاء الوجداني أبدوا استجابات أقل في إفراز الكورتيزول، وأظهرت التحليلات الإحصائية أن الذكاء الوجداني يساعدنا على التنبؤ بالاستجابة للضغوط وإفراز هرمون الكورتيزول.

وفي علاقة الذكاء الوجداني بالكورتيزول اللعابي لدى أشخاص من النمط أ، قامت (Annmarie Samar, 2001) بدراسة أوضحت نتائجها وجود علاقة سلبية بين الذكاء الوجداني وهرمون الكورتيزول، فضلاً عن أن تدريبات إدارة الذات كان لها أثر على مستويات الكورتيزول، وقد أوصت الباحثة بضرورة الاهتمام بالذكاء الوجداني لتفسير مفهوم الذات البشرية وكيفية فهمها.

وفي دراسة حول أثر برنامج لإدارة الذات، والانفعالات على الضغط النفسي، والعواطف، ومعدل ضربات القلب، والكورتيزول قام بها (Rollin Mccarty, 1998) وآخرون حيث اشتملت الدراسة على بعض التقنيات والتدريبات التي استطاعت تخفيض التوتر، والانفعال السلبي، وبالتالي التحكم بإفراز الكورتيزول، وزيادة المشاعر الإيجابية خلال شهر واحد، ويرى الباحثون أنه بتدخلات غير مكلفة يمكن أن تسهم بشكل كبير في التأثير على صحة الأفراد.

أما عن أهمية الذكاء الوجداني في مرحلة المراهقة، فقد أكدت دراسة (Kostiuk Lynne, 2002) أن الذكاء الوجداني مهم في فهم العواطف، وتنظيم الانفعال عند المراهقات، وأن دراسة العواطف بشكل كمي ضروري في تحديد أسباب مشاكل

السلوك مثل الضَّغط، والقلق، والاكتئاب.

وفي سنة (1997) تطَّلع Lepage-Less إلى تحديد أثر الذكاء الوجداني في التَّغلب على الضَّغوط لدى 21 سيِّدة من النَّاجحات أكاديمياً، ولكن كُنَّ يعانين من ضغوط أثناء مرحلة الطَّفولة، فوجد أنَّ هؤلاء السيِّدات كُنَّ مرتفعات الذكاء الوجداني ممَّا ساعدهنَّ على التَّغلب على هذه الضَّغوط.

وحول الهدف ذاته، ومن منظور فسيولوجي، تناولت دراسة لو (Lu,2000) الذِّكاء الوجداني، وعلاقته بالضَّغوط، والنَّشاط الداخلي النَّاتج عن هذه الضَّغوط، أوضحت النَّتائج أنَّ الذكاء الوجداني يرتبط بالنَّشاط الفسيولوجي للشَّخص، وأنَّ الأعلى ذكاءً وجدانياً هو أقلَّ تعرّضاً للأمراض، نظراً لقدرتهم على مواجهة الضَّغوط.

تحليل الدِّراسات السابقة: من خلال تحليل الدِّراسات السابقة نستخلص عدَّة قراءات نجملها فيما يلي:

2- أنَّ العلاقة بين الذِّكاء الوجداني وهرمون الكورتيزول (هرمون التَّوتر والجهد) هي علاقة عكسيَّة، فزيادة أحدهما تعطينا إشارة عن انخفاض الآخر.

3- أنَّ الذِّكاء الوجداني يلعب دور المنبئ بالنَّشاط الفسيولوجي، وخاصَّة ذلك النَّشاط الذي يعبر عن حالة التَّوتر النفسي.

4- في ظلِّ الحديث عن اتِّجاهات قويَّة نحو علم نفس إيجابيٍّ، يمكن القول إنَّ تنمية سمات شخصيَّة معرفيَّة مثل الذكاء الوجداني، يمكن أن يقوم بدور وقائيٍّ للصِّحة النفسيَّة، وما يصاحبها من توازن فسيولوجي.

5- يمكن الحديث عن مفهوم نفسيٍّ مثل الذكاء الوجداني يعمل ككابح لنشاط فسيولوجي بحث، وبالتالي فإنَّ برامج تنمية الذكاء الوجداني حقَّقت نتائج إيجابيّة على المستوى الصِّحي.

6- يلاحظ أنَّ التدرّيبات الرِّياضية من شأنها أن تضبط إفراز هرمون الكورتيزول.

7- اختلفت الدراسات في إثبات الفروق بين الجنسين فيما يخصّ الذكاء الوجداني، وأغفلت قضية الفروق بين الجنسين فيما يتعلّق بمستوى الكورتيزول فضلاً عن إغفال التطرّق للموضوع برمته.

الجديد الذي تضيفه هذه الدراسة: من مبررات هذه الدراسة أنه لا توجد دراسة عربية (وذلك حسب حدود علم الباحثين) تناولت مفهوم الذكاء الوجداني في ضوء انعكاساته الفسيولوجية، وخاصة هرمون الكورتيزول (هرمون الضّغط النفسي)، حتى أنّ الدراسات الأجنبية التي ربطت بين الذكاء الوجداني، والنشاط الكورتيزولي كانت محدودة، كما أنّ عيّنة هذه الدراسة (وهي طلبة الجامعة) غير مطروقة من قبل فيما يخصّ الذكاء الوجداني وهرمون الكورتيزول، بالإضافة إلى بناء مقياس جديد للذكاء الوجداني الذي يمكن استخدامه في تحديد درجة الذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة، وهذا يحمل في مضمونه إثراء للمكتبة السيكولوجية العربية.

فروض الدراسة: من خلال الإطار النظري للدراسة يمكن استخلاص الفروض الآتية:

1. يرتبط الذكاء الوجداني بمستوى الكورتيزول لدى عيّنة الدراسة.
2. يختلف الذكاء الوجداني باختلاف المتغيّرات الديموغرافية (النوع ومستوى التّحصيل).

3. يرتبط الذكاء الوجداني بعدة عوامل يمكن تحليلها عاملياً.

منهج الدراسة و إجراءاتها:

1. منهج الدراسة: تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة، والإجابة عن تساؤلاتها والتحقّق من فروضها من خلال الأساليب الإحصائية التي تناسب حجم العيّنة، وطبيعة الفروض المطروحة والأدوات المستخدمة.
2. عيّنة الدراسة (خصائصها ومنطق اختيارها): تشمل عيّنة الدراسة طلبة الجامعة من الجنسين، بمتوسّط عمر (19-22)، من كليات الآداب عين شمس، ولهذا الاختيار ما يبرره، فلقد أصبحت العناية بطلبة الجامعة ودراساتهم، ومعرفة

خصائصهم ومشكلاتهم وحاجاتهم، وظروف تنشئتهم من الاهتمامات الجوهرية في المجتمعات النامية، ناهيك عن المجتمعات المتقدمة، ويأتي هذا الاهتمام من منطلق أنها تشكل رأس مال غالٍ وثمين، فهذه الفئة هي التي تقود الحضارة والتطور.

تم سحب العينة وفق المراحل التالية:

أ- تم تطبيق مقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثين) على عينة استطلاعية من طلبة الجامعة (ن=66) بهدف التحقق من خصائص المقياس السيكومترية.

ب- تم تطبيق مقياس الذكاء الوجداني (إعداد الباحثين) على عينة من طلاب الجامعة بلغ عددها الكلي (ن=119) ذكوراً (ن=55)، إناثاً (ن=64)، وذلك لتحقيق أهداف الدراسة، والتحقق من فروضها، علماً بأن معظم الدراسات التي تناولت هرمون الكورتيزول كانت على عينات متوسطة الحجم.

ج- تم اختيار الطلبة الواقعين في الرباعي الأدنى، حيث يمثلن فئة الأقل ذكاء وجدانياً، وذلك من منطلق ما أسفر عنه الإطار النظري للدراسة، من أن الذكاء الوجداني يرتبط بهرمون الكورتيزول بعلاقة عكسية، أي أن المستويات المنخفضة من الذكاء الوجداني ترتبط بالتالي مع ارتفاع في مستوى إفراز هرمون الكورتيزول، وهذا ما أكدت عليه دراسة كل من:

(Leilani Kuuipo Ordway,2008) ، (Mikolajczak M ،(Annmarie,2001) .et .al, 2000)، (Rollin Mccarty, 1998). (Kostiuk Lynne, 2002)،

د- تم أخذ عينات من بول (10) من المنخفضين ذكاءً من الجنسين ليتم فحص مستوى هرمون الكورتيزول لديهم، على اعتبار أنه يمكن قياس إفراز الكورتيزول من خلال البول (E Canalis, GE Reardon,1982)، ولأنه يناسب ظروف الدراسة، وخصائص العينة.

3. أدوات الدراسة: تعتمد هذه الدراسة على مقياس الذكاء الوجداني، وقد تم إعداد هذا المقياس بهدف تشخيص الذكاء الوجداني، وعلى الرغم من توفر المقاييس

السابقة إلا أنَّ ثمة حقيقة تبرر بناء مقياس جديد، وهي أن الظواهر السلوكية دائمة التغيُّر، ويصعب ضبطها بدقة، فما يناسب تشخيص ظاهرة في وقت سابق، لا يضبطها بشكل كامل في وقت لاحق فضلاً عن أنَّه بناء مقاييس جديدة يثري المكتبة السيكمترية بمقاييس متخصصة لقياس الذكاء الوجداني، وهذا لا ينفي كون المقاييس السابقة مصدراً هاماً من مصادر بناء المقياس، وهذا ما سيتمُّ توضيحه في الحديث عن مراحل إعداد مقياس الدراسة.

مراحل بناء المقياس: مرَّ هذا المقياس بعدة خطوات نوضَّحها فيما يلي:
الدراسة الاستطلاعية: تتضمَّن الدراسة الاستطلاعية مصادر المعرفة المرتبطة بالمقياس جميعها و تمثلُّ بالتالي:

1- دراسة النظريات والبحوث السابقة وتحليلها: من المسلم به أنَّ القياس النفسي يعتمد على نظريات تفسِّره، وبحوث ميدانية تختبر صلاحيته، وكفاءته، ومن ثمَّ جاءت ضرورة تحليل النظريات والبحوث المرتبطة بالذكاء الوجداني، وذلك بهدف معرفة وجهات النظر المختلفة في تفسير هذا المفهوم، مما يساعد على استخلاص مجالات ومكونات الظاهرة وتحديد التعريف الإجرائي، ويعدُّ ذلك خطوة أساسية لبناء المقياس وتحديد مكوناته.

2- الاطلاع على المقاييس والاختبارات السابقة: تمَّ الاطلاع على المقاييس السابقة التي رصدت الذكاء الوجداني بهدف الاستفادة منها في تحديد مكونات المقياس، والتعرُّف بصورة عملية على كيفية كتابة بنود المقياس، ويمكن أن نقسِّم مقاييس الذكاء الوجداني إلى قسمين:

أولاً : الاختبارات الأدائية للذكاء الوجداني: ينضوي تحت هذا النوع من الاختبارات:

1. مقياس الذكاء الوجداني متعدد العوامل (Mayer & Salovey, 2000)
Performance measures of emotional intelligence mess
2. مقياس تحديد مستوى الوعي الانفعالي (1999) (lan & Calleague).
Level Of Emoyional Awarness Scale (leas)

3. مقياس مهارة التعبير الإفعالي (و هو على طريقتين) (Friedman & (Miller,1991) Measuring Emotion Expression Skill)
4. مقياس الذكاء الوجداني للطفل (مجموعة من الدراسات) (Barth & Bastiani ,) Measuring Emotional Intelligence In children 1997
ثانياً: اختبارات التقرير الذاتي: elf-Report Tests: وهي مجموعة من الاختبارات تعتمد على تقرير المفحوص حول ذاته، ومن أشهرها المقاييس التالية:
- 1- مقياس الذكاء الوجداني لجولمان 1995، ترجمه صفاء الأعسر، وعلاء الدين كفاقي 2000 وقد وضع على شكل تساؤل: ما هي نسبة ذكائك الوجداني؟
- 2- اختبار بار-أون 1997 لتحديد النسبة الوجدانية: وترجمه إلى العربية عبد العال عوجة 2003.
- 3- مقياس إدراك الوجدان لبارينت: Bernet Perception Of Affect Scale:
- 4- اختبار خريطة الذكاء الوجداني لكوبر وصوآف EQMAP Test.
- 5- مقياس تورانتو للتبدُّد العاطفي Toranto Alexithymia Scale.
- 6- مقياس مؤسسة الصحة والطاقة الإنسانية: من إعداد Waren Bennis
- 7- اختبار الذكاء الوجداني Q Test-Anger Love Test.
- 8- مقياس الذكاء الوجداني للمتدربين لدوليز و هيجز Dulewicz &Higgs 1998.
- 9- مقياس الذكاء الوجداني لسكوت و آخرين (Schutte et al (1998).
- 10- مقياس الذكاء الوجداني للمعلم للسمادونى 2000.
- 11- مقياس الذكاء الوجداني للمراهقين من إعداد إبراهيم السمدونى.
- 12- مقياس حسَّان المالح.
- 13- أسئلة تقييم الذكاء العاطفي من إعداد نزار المحلاوي (مركز الإبداع للتنمية البشرية).
- 14- مقياس يوسف خاطر (مركز مهارات الحياة للتدريب، الدمام السعودية).
- 15- مقياس عبد الستار إبراهيم للذكاء العاطفي.

- 3- الاستفادة من خبراء علم النفس: من خلال طرح استبانته مفتوحة تتضمن سؤالاً واحداً طُبِّقَ على عيّنة من الخبراء والمتخصصين في علم النفس والإرشاد النفسي (ن=6)* ، وكان مضمون السؤال: برأيك. ما هي الصفات الشخصية والمهارات الاجتماعية والوجدانية التي تميّز الشخص الذكي وجدانياً أو عاطفياً؟
- 4- الاستبانة المفتوحة: من خلال طرح السؤال التالي على مجموعة متجانسة وعيّنة الدراسة في المتغيرات الديموغرافية، وكان السؤال على الشكل التالي:
- يعرّف الذكاء الوجداني بأنه عبارة عن مجموعة من الصفات الشخصية والمهارات الاجتماعية والوجدانية التي تمكن الشخص من تفهّم مشاعر وانفعالات الآخرين، ومن ثمّ يكون أكثر قدرة على ترشيد حياته النفسية والاجتماعية. انطلاقاً من هذه المهارات يمكننا أن نعرف أنّ فلاناً شخص ذكي وجدانياً أو عاطفياً لأنه يتّصف بـ...؟ من فضلك اذكر بعض هذه الصفات.
- 5- تكوين المفردات: تمّ تحديد المفهوم الإجرائي لكلّ مكون من مكونات الذكاء الوجداني على النحو التالي:
- (1) الوعي بالذات Self Awareness: انتباه الفرد لحالاته الوجدانية الداخلية.
 - (2) ضبط المشاعر Self Control : التحكم بالانفعالات بما يناسب الموقف.
 - (3) تحفيز الذات Self Stimulation: توجيه المشاعر لتحقيق هدف معين.
 - (4) التعاطف Empathy: مهارات فهم و تحليل مشاعر الآخرين.
 - (5) إدارة العلاقات Relationship Management: التعامل مع مشاعر الآخرين بإيجابية.
 - (6) التفاؤل Optimism: التوقّع الإيجابي لنتائج سلوك ما.
 - (7) الانسيابية the Engulfed: تسخير المشاعر لخدمة الأداء (حالة تركيز مرتفعة).
 - (8) تقبّل النقد Accept Criticism: التعامل مع آراء الآخرين السلبية بشكل مناسب.

* رَهف قوجا - إيمان أفرع - هنادي شعبان - عبد الرحمن شحود - إيمان سرميني - نسرين درويش .

(9) الثقة بالنفس Self Confidence: إيمان الفرد بقدرته الذاتية على النجاح فيما يؤديه.
6- صياغة عبارات المقياس: تمّ صياغة مفردات المقياس في ضوء مصادر المعرفة السابقة، وبناءً على التعريفات الخاصة بكل مكون، وقد بلغ المقياس في صورته الأولى (95) مفردة، صيغت عبارات المقياس بلغة عربية سهلة وواضحة غير موحية أو مزدوجة في المعنى.

الصورة النهائية للمقياس: في ضوء تجريب المقياس أصبح يتكوّن في صورته النهائية من (83) عبارة موزعة على تسعة مكونات فرعية تتعلق بالذكاء الوجداني، على النحو التالي: الوعي بالذات (10)، ضبط المشاعر (11)، تحفيز الذات (10)، التعاطف (9)، إدارة العلاقات (10)، التفاؤل (8)، الإنسيابية (9)، تقبل النقد (7)، الثقة بالنفس (9)، منها (18) عبارة سلبية، يوجد أمام كل منها خمسة اختيارات، هي (تنطبق بشدة، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق إلى حد ما، لا تنطبق كثيراً، لا تنطبق مطلقاً) تحصل العبارات الإيجابية منها على الدرجات (1-2-3-4-5) على التوالي، أمّا السلبية منها فتتبع عكس هذا التدرج، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (83) كحد أدنى، و(415) كحد أعلى، تدلّ الدرجة المرتفعة على معدّل مرتفع من الذكاء الوجداني، والعكس صحيح، ولا يوجد وقت محدد للإجابة عن هذا المقياس.

7- ثبات المقياس: تمّ حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس على عيّنة مكونة من (66) طالب و طالبة جامعية، وقد تبين أنّ المقياس يتمتّع بمعدلات مرتفعة من الثبات، حيث بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرومباخ (0.934)، وبطريقة التجزئة النصفية (0.879)، وهي جميعاً دالة عند مستوى 0.01، وتمّ حساب الثبات أيضاً عن طريق حساب الاتساق الداخلي من خلال معامل الارتباط بين مكونات المقياس التسعة، وكذلك بين مكونات المقياس والدرجة الكلية للذكاء الوجداني، ويوضّح الجدول التالي نتائج ذلك:

جدول (1) الاتساق الداخلي بين البنود وبين الدرجة الكلية للذكاء الوجداني

الدرجة الكلية	تحفيز الذات	الوعي بالذات	التحكم بالمشاعر	التعاطف	العلاقات إدارة	الانسيابية	التفؤل	تقبل النقد	الثقة بالنفس	أبعاد المقياس
									-	الثقة بالنفس
								-	.635(**)	تقبل النقد
							-	.716(**)	.623(**)	التفؤل
						-	.418(**)	.425(**)	.646(**)	الانسيابية
					-	.434(**)	.580(**)	.622(**)	.543(**)	إدارة العلاقات
				-	.732(**)	.560(**)	.498(**)	.576(**)	.615(**)	التعاطف
			-	.588(**)	.598(**)	.679(**)	.499(**)	.502(**)	.608(**)	التحكم بالمشاعر
		-	.751(**)	.528(**)	.542(**)	.647(**)	.501(**)	.522(**)	.639(**)	الوعي بالذات
	-	.706(**)	.962(**)	.554(**)	.587(**)	.621(**)	.514(**)	.520(**)	.595(**)	تحفيز الذات
-	.855(**)	.816(**)	.873(**)	.790(**)	.787(**)	.762(**)	.730(**)	.754(**)	.811(**)	الدرجة الكلية

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ونلاحظ أن مكونات المقياس جميعها تتمتع بارتباطات ذات دلالة مع بعضها بعضاً، وكذلك مع الدرجة الكلية للمقياس.

9- صدق المقياس: تمّ حساب الصدق بطريقتين هما:

(أ) صدق المحكمين: حيث عرض المقياس على (ن=3) من المختصين والخبراء في مجال علم النفس، وقد أخذت آراءهم بالحسبان، فقد كان يتكوّن من (95) مفردة، وبعد العرض على المحكمين تمّ حذف (12) مفردة في ضوء ما أكّدت عليه ملاحظات المحكمين، فأصبح عدد مفرداته (83) مفردة.

(ب) الصدق العاملي: وتمّ حساب الصدق أيضاً عن طريق التحليل العاملي لبنود المقياس، وسيرد تفصيل ذلك في الفرض الرابع.

نتائج الدراسة: ويتضمن معالجة الفروض، ومناقشة نتائجها في ضوء نتائج الدراسات السابقة، وكذلك السياقات الاجتماعية والثقافية والنفسية، ويتم عرض ذلك على النحو التالي:

الفرض الأول ونصّه: يرتبط الذكاء الوجداني بمستوى الكورتيزول لدى عينة الدراسة. للتحقق من صحة هذا الفرض، تمت معالجة استجابات العينة وفق معامل الارتباط بيرسون لحساب الارتباط بين مستوى الكورتيزول والذكاء الوجداني ومكوناته التسعة، والجدول (2) يبين النتائج الإحصائية:

جدول (2) ارتباط الذكاء الوجداني ومكوناته بمستوى الكورتيزول

الذكاء الوجداني	الثقة بالنفس	تقبل النقد	التعاون	الاستجابة	التعاطف	إدارة العلاقات	الوقت	المشاعر	الوعي بالذات	مستوى الكورتيزول
-0.951(**)	-0.821(**)	0.865(**)	-0.632(*)	-0.798(**)	0.895(**)	-0.920(**)	0.718(*)	0.950(**)	-0.732(*)	

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

من خلال قراءة الجدول السابق تبين وجود ارتباط ذي دلالة بين مستوى الكورتيزول والذكاء الوجداني، حيث بلغ معامل بيرسون (-0.951)، وقد اتفقت نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة كل من (Mikolajczak, 2006) التي أشارت النتائج إلى أن الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الذكاء الوجداني أبدوا استجابات أقل في إفراز الكورتيزول، و (Annmarie Samar, 2001) التي أكدت نتائج دراستها وجود علاقة سلبية بين الذكاء الوجداني وهرمون الكورتيزول، وأن تدريبات إدارة الذات لها أثر مستويات الكورتيزول، ودراسة (Lu, 2000) التي أكدت أن الذكاء الوجداني يرتبط بالنشاط الفسيولوجي للشخص، وأن الأعلى ذكاءً وجدانياً هو أقل تعرضاً للأمراض نظراً لقدرتهم على مواجهة الضغوط، ودراسة (Rollin Mccarty, 1998) التي أكدت على قدرة بعض التدريبات غير المكلفة في مجال الذكاء الوجداني على التأثير في نشاط الكورتيزول بفاعلية.

وفي المقابل فإنّ ثمة دراسات كان لها رأي مخالف ، فنجد دراسة (Leilani Kuuipo Ordway,2008) التي لم تؤكّد وجود ارتباط بين الذكاء الوجداني والكورتيزول، ولكنها مع ذلك أكّدت على الدور الوسيط الذي يلعبه الذكاء الوجداني التحكّم بمستوى الكورتيزول عند تعريض العيّنة لأحداث ضاغطة حادة.

ونلاحظ من خلال قراءة الارتباطات بين هرمون الكورتيزول ومكونات الذكاء الوجداني، أنّ مستوى الكورتيزول يرتبط مع كل من الوعي بالذات، فقد بلغت قيمة (ر) (-.732)، والثقة بالنفس (-.821)، وفي الحقيقة إنّ التراث النظري الذي تستند إليه الدراسة يدعم هذه النتيجة، حيث يذهب (McCraty ,Borrios ,et al ,1998) إلى أنّ العواطف السلبية يمكن أن تثير إفراز مستويات مرتفعة من الكورتيزول، وبمرور الوقت يمكن أن يسبّب الاكتئاب والأمراض العضوية، وأنّه من خلال وعي الفرد بذاته يمكن كبح الاستجابة الكورتيزولية أثناء التعرّض للضغط النفسي، ويرى جولمان (2008) أنّ تعرّف الشخص على مشاعره الخاصة فور حدوثها يلعب دوراً هاماً في التبصّر النفسي وفهمه لذاته، وهذا التبصّر يسهّل لديه القدرة على ضبط انفعالاته والسيطرة عليها، وأنّ الذي يملك فهماً جيداً لمشاعره سوف يكون قائداً أفضل لحياته، وخاصة تجاه قراراته المصيرية (وهي ما يمكن أن تمثل موقفاً ضاغطاً).

(جولمان، 2000، ص77)

وبناء على ما تقدّم نستنتج أنّه بزيادة وعي الفرد لمشاعره الذاتية، ومشاعر الآخرين، وحسن تقديره للمواقف، وتنظيم ردود أفعاله، إضافة إلى الثقة بالنفس، والنظرة الإيجابية للحياة يؤدّي إلى خلق التوازن في إفراز هذا الهرمون الذي ينطلق في الجسم نتيجة تعرّض الفرد للضغط، والتوتر النفسي، هذه النتيجة تؤكّد حقيقة تأثير بعض البناءات النفسية الإيجابية في عمليات الجسم الداخليّة، وخاصة المباشرة منها مثل عمل الغدد.

الفرض الثاني ونصّه: يختلف الذكاء الوجداني باختلاف المتغيّرات الديموجرافية (النوع ومستوى التحصيل):

للتحقّق من صحة هذا الفرض تمّ حساب الفروق بين مستويات التحصيل (مقبول - جيد - جيد جداً) على مقياس الذكاء الوجداني بأبعاده التسعة وفق اختبار One-Way ANOVA، وبيّن الجدول (3) القيم الإحصائية للتباين:

جدول (3) ANOVA بين الذكاء الوجداني ومستويات التحصيل

الدلالة	ف	التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	
.005	5.519	139.584	2	279.169	بين المجموعات	الوعي بالذات
		25.290	116	2933.621	داخل المجموعات	
.000	9.402	201.770	2	403.540	بين المجموعات	التحكّم بالمشاعر
		21.460	116	2489.334	داخل المجموعات	
.000	11.602	389.515	2	779.031	بين المجموعات	تحفيز الذات
		33.574	116	3894.549	داخل المجموعات	
.028	3.691	106.795	2	213.591	بين المجموعات	إدارة العلاقات
		28.930	116	3355.905	داخل المجموعات	
.033	3.512	100.665	2	201.331	بين المجموعات	التعاطف
		28.660	116	3324.518	داخل المجموعات	
.077	2.625	79.012	2	158.025	بين المجموعات	الانسيابية
		30.097	116	3491.253	داخل المجموعات	
.029	3.633	73.179	2	146.357	بين المجموعات	التفاؤل
		20.145	116	2336.819	داخل المجموعات	
.040	3.310	66.653	2	133.306	بين المجموعات	تقبل النقد
		20.138	116	2335.988	داخل المجموعات	
.033	3.505	64.486	2	128.972	بين المجموعات	الثقة بالنفس
		18.397	116	2134.020	داخل المجموعات	
.001	7.588	9442.472	2	18884.945	بين المجموعات	الذكاء الوجداني
		1244.430	116	144353.845	داخل المجموعات	

وبمراجعة الجدول السابق يتضح أنّ الذكاء الوجداني يختلف باختلاف مستوى التحصيل، وذلك بصدد الدرجة الكلية للذكاء الوجداني ويلاحظ أنّ أعلى قيمة تباين كانت بصدد تحفيز الذات يليها التحكّم بالمشاعر، ثم الدرجة الكلية للذكاء الوجداني، ثم الوعي بالذات، ثم إدارة

العلاقات، والتفاؤل، والثقة بالنفس، وتقبل النقد، وأخيراً الإنسيابية التي لم تكن ذات دلالة بالنسبة لمستويات التحصيل. وقد يرجع ذلك إلى اختلاف طبيعة الموضوعات التي يشعر الطالب بالانسيابية والتركيز، فالطالب ذو التحصيل العلمي المرتفع ينسى نفسه أحياناً في الوقت الذي يقضيه في المذاكرة، وقد ينسى الأكل من شدة تسخيره لحواسه في استيعاب ما يدرس، بينما نجد مثل هذه الحالة لدى طالب منخفض التحصيل، ولكن أثناء مشاهدة فيلم أو ممارسة هواية، وبالتالي لم تكن الفروق ذات دلالة بين مستويات التحصيل فيما يخص الإنسيابية.

ولمعرفة اتجاهات الفروق في درجة الذكاء الوجداني، ومكوناته تبعاً لاختلاف مستويات التحصيل بين (مقبول - جيد - جيد جداً) تمّ حساب اختبار Tukey HSD، والجدول (4) يبيّن نتيجة الاختبار:

جدول (4) اختبار Tukey HSD لمعرفة اتجاهات الفروق بين مستويات التحصيل

مستويات التحصيل	المتوسط	مقبول	جيد	جيد جداً
الوعي بالذات	مقبول	-	-2.310	4.819(*)
	جيد	2.310	-	-2.510
	جيد جداً	4.819(*)	2.510	-
التحكّم بالمشاعر	مقبول	-	-3.009(*)	-5.466(*)
	جيد	3.009(*)	-	-2.457
	جيد جداً	5.466(*)	2.457	-
تحفيز الذات	مقبول	-	-4.560(*)	-6.899(*)
	جيد	4.560(*)	-	-2.338
	جيد جداً	6.899(*)	2.338	-
إدارة العلاقات	مقبول	-	-2.794(*)	-2.227
	جيد	2.794(*)	-	.567
	جيد جداً	2.227	-567	-
التعاطف	مقبول	-	-1.687	-4.387(*)
	جيد	1.687	-	-2.700
	جيد جداً	4.387(*)	2.700	-
الانسيابية	مقبول	-	-1.552	-3.833
	جيد	1.552	-	-2.281
	جيد جداً	3.833	2.281	-
التفاؤل	مقبول	-	-2.186(*)	-2.428
	جيد	2.186(*)	-	-243

-	.243	2.428	31.10	جيد جداً	
-1.804	-2.200(*)	-	22.90	مقبول	تقبل النقد
.395	-	2.200(*)	25.10	جيد	
-	-.395	1.804	24.70	جيد جداً	
-3.254	-1.587	-	27.75	مقبول	الثقة بالنفس
-1.667	-	1.587	29.33	جيد	
-	1.667	3.254	31.00	جيد جداً	
-35.116(*)	-21.883(*)	-	260.28	مقبول	الذكاء الوجداني
-13.233	-	21.883(*)	282.17	جيد	
-	13.233	35.116(*)	295.40	جيد جداً	
-					

وبقراءة النتائج الإحصائية السابقة يتبين لنا أن الفروق بين المتوسطات في درجة الذكاء الوجداني في اتجاه مستوى التحصيل المرتفع، وهو جيد جداً بما يساوي 295.40، وهذا ينطبق أيضاً على مكونات الذكاء الوجداني جميعها، وفي الحقيقة تتفق هذه النتيجة مع نتائج مجموعة من الدراسات التي أثبتت علاقة موجبة طردية بين الذكاء الوجداني ومستوى التحصيل، والنجاح الأكاديمي منها: دراسة Swart (1996)، وتشير نتائجها إلى قدرة الذكاء العاطفي التنبؤية، كما تقيسه مقاييس بار-أون بالنجاح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، ودراسة Tapia Martha & Marsh George (2001)، والتي بينت أن الطلبة الأكثر تفوقاً في التحصيل العلمي هم أكثر قدرة على ضبط النفس، وإقامة العلاقات الاجتماعية، وهذا ما أكدته دراسات كل من (Tapia, 2001) (Golman, 2000)، (كواسنة، 2002)، (Drago, 2004)، ودراسة (Coover, 2000) التي بحثت العلاقة بين الهوية الذاتية والمثابرة والإنجاز الأكاديمي، وتشير النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي، ودراسة (فوقيه محمد، 2001) التي أشارت نتائجها إلى وجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني في التحصيل الدراسي لصالح مرتفعي الذكاء الوجداني، وكذلك دراسة (إيمان رجب قنديل، 2005) حيث أشارت إلى أن ارتفاع مستويات التحصيل الدراسي والذكاء الوجداني للطلبة يدل على تمتعهم بمستوى طموح مرتفع ونظرة مستقبلية لأهمية

العمل بعد التخرج، وأن طلبة الجامعة ذوي التحصيل المرتفع لديهم قدرات أكبر لتكوين علاقات اجتماعية، والتعاطف مع الآخرين، وإدراك الذات وإدارة الانفعالات.

بينما لم تتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة (Raymond O. Connor & Little, 2003) التي أشارت إلى عدم وجود ارتباط بين الإنجاز الأكاديمي والذكاء الوجداني، وكذلك دراسة (Tapia, 2001)، والتي تؤكد نتائجها أن الارتباط بين مستوى التحصيل والذكاء الوجداني ضعيف.

يلاحظ أن العلاقة بين الذكاء الوجداني ومستوى التحصيل كانت موضع خلاف بين الباحثين، ولكن وفقاً للتعريف الإجرائي الذي تبنته الدراسة الحالية، فإن الذكاء الوجداني يعني التنظيم، والثقة بالنفس، وإدراك متطلبات الموقف، والإمكانيات المتاحة، وهذا من شأنه أن ينطبق على تعامل الطالب الجامعي مع مواد اختصاصه، مما يدفعه إلى بذل المزيد من الجهد والعمل، مما يعني رفع مستوى تحصيله.

أما عن الشق الثاني من الفرض، فهو ما يتعلق باختلاف الذكاء الوجداني تبعاً للنوع (نكر/أنثى)، فقد تم حساب قيمة ت بين متوسط الذكور والإناث في درجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني، والجدول (4) يبين النتيجة الإحصائية:

جدول (5) قيمة (ت) لدلالة الفروق بالنسبة للنوع بصدد الذكاء الوجداني

المتغيرات والقيم الإحصائية	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للذكاء الوجداني	ذكر	54	268.30	39.942	0.282	غير دالة
	أنثى	65	273.17	34.907		
	المجموع	119	270.96	37.194		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) 0.282، بمتوسط 268.30، وانحراف معياري 39.942 للذكور و0.485، ومتوسط 273.17 وانحراف معياري 34.907 للإناث، وهذه القيمة تعني عدم وجود فروق، حيث لم تصل قيمة (ت) لمستوى الدلالة المطلوب.

ويلاحظ أن هذه النتيجة تخالف نتائج دراسة (Arla Day & Sara Carroll, 2004) التي أجريت على طلبة الجامعة، وأسفرت عن تفوق الإناث في الدرجة الكلية للذكاء

الوجداني على الذكور، ودراسة (حباب عبد الحي، 2007) التي أثبتت أن الفروق في اتجاه الإناث، بينما تشير دراسة (سليمان المصدر، 2007) إلى أن الذكور أكثر تفوقاً من الإناث في مجال الذكاء الوجداني.

بينما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (David Van et al, 2005) حول الفروق الجماعية في الذكاء الوجداني التي لم تثبت وجود فروق دالة بين الجنس والذكاء الوجداني، وكذلك دراسة كل من (Rogers et al, 2006)، و (Van et al, 2005) التي لم تؤكد على الفروق بين الذكور والإناث في الذكاء الانفعالي، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (إيمان رجب قنديل، 2007)، والتي ذهبت إلى عدم وجود أثر لمتغير الجنس على مجموع الذكاء الوجداني والأبعاد الفرعية له ما عدا بعد " التعاطف"، حيث وجدت فروق ذات دلالة إحصائية لسنوات الخبرة أكثر من الجنس على المجموع الكلي.

الفرض الثالث ونصه: يرتبط الذكاء الوجداني بعدة عوامل يمكن قياسها وتحليلها عملياً.

تمّ التحليل العاملي لمدخلات بلغ قوامها (83) متغيراً على عينة (ن=66)، وجرى تحليل المفردات عملياً على مستويين، إذ تمّ إجراء التحليل العاملي الاستكشافي من الدرجة الأولى باستخدام طريقة المكونات (Principle Component) الرئيسية من متبوعة بتدوير المحاور المتعامدة بطريقة (Varimax)، وأظهر التحليل العاملي من الدرجة الأولى وجود تسعة عوامل، بلغ الجذر الكامن لها أكثر من {1}، إذ فسّر العامل الأول ما نسبته 21.067% من التباين الكلي، وفسّرت العوامل التسعة مجتمعة 54.522%، وقد تمّ حساب التشبع بما يزيد عن 0.35، وفي ضوء ذلك تشكلت مجموعات من العوامل يمكن تناولها في الجدول الآتي:

جدول (6) العوامل المستخرجة بعد التدوير بطريقة Varimax Rotation

رقم البند	1	2	3	4	5	6	7
6	.637	.052	.044	.095	.051	-.003	.114
31	.543	.176	.205	.160	-.164	.131	.335
46	.542	-.137	-.028	.193	.023	-.286	-.266

.004	-.135	.031	.088	-.145	-.048	.542	16
.327	-.096	-.118	-.058	.363	.227	.530	39
-.099	.414	-.037	-.150	-.030	.373	.528	22
.170	-.034	-.269	.097	-.190	-.096	-.526	67
-.070	.037	.166	.247	-.150	.249	.522	70
-.075	-.081	.118	-.101	.016	.435	.516	69
.090	.072	.067	.443	.256	.064	.500	25
.172	-.063	.050	-.051	.358	-.080	.491	23
-.159	.334	.342	.147	.070	.196	.470	65
-.286	.348	.370	.252	.161	.334	.464	66
.183	.424	.110	.097	-.257	-.006	.464	29
.088	.174	.251	.391	.021	.312	.423	26
-.018	.022	.276	.283	.250	.064	.417	7
.333	.107	.407	.333	-.019	.106	.417	5
.414	.058	.110	.223	.178	.255	.415	30
-.233	.039	-.253	.020	.152	.001	.349	47
-.030	.151	.030	-.083	.200	.716	.161	35
-.111	.176	.213	.221	.080	.648	.193	42
.138	.037	.071	.208	.222	.626	.151	40
.139	.109	.219	.078	-.228	.623	-.231	18
-.055	.159	.059	.172	.338	.612	.231	50
.038	-.031	.028	.293	.266	.587	-.024	27
-.379	.086	.093	.359	.040	.552	.162	49
.496	-.239	-.082	.308	.003	.498	-.013	21
.050	.137	.113	.121	.235	.491	.322	38
-.160	.348	.018	-.027	.096	.490	.043	33
.014	-.130	.065	.401	.208	.430	.287	48
-.130	.176	.243	.187	.383	.424	-.038	68
.090	.039	-.121	-.022	.280	.393	.319	32
.015	-.292	.236	.096	.354	.359	.229	74
.132	.062	-.136	.056	.202	.263	-.197	19
.172	-.103	.256	.008	.655	.244	.009	63
.051	.055	.063	.140	.625	.210	-.079	45
-.114	.043	-.061	.337	.603	-.011	.188	41
-.110	.060	.076	.044	.592	.238	.012	10
.119	.164	-.028	-.087	.543	.122	.403	61
-.152	.111	.148	.029	.543	.121	-.184	81

.352	-.103	.077	.074	.534	-.100	.106	24
-.215	.159	.160	.449	.529	.180	.196	36
.274	-.116	.030	.048	.496	-.115	.265	15
-.109	-.010	.110	.426	.459	.176	.180	37
.108	-.239	.397	.184	.454	.208	.131	72
.036	-.159	.082	-.013	.418	.314	.067	34
-.133	-.192	.161	.334	.398	.038	.207	9
-.051	-.371	.344	.001	.395	.132	.324	73
.052	.179	.117	.598	.220	.180	.070	51
-.053	.225	.045	.591	.154	-.036	.021	1
.084	.104	.220	.556	.127	.285	.455	75
.163	-.024	-.245	.508	.351	.083	.025	20
-.125	.185	.218	.505	-.017	.099	.344	56
-.037	.203	.041	.495	-.003	.428	.269	82
-5.88E-005	-.008	.237	.492	-.199	-.054	-.026	55
-.191	.234	.136	.453	-.044	.340	.298	43
.315	-.025	-.232	.408	-.046	-.032	-.241	11
.099	-.201	-.044	.354	.118	.020	-.019	77
.166	.041	.247	.352	-.054	.175	.019	2
.087	-.056	.174	.329	.100	.249	.321	8
-.007	-.019	.752	.039	.003	.121	.114	78
-.165	.208	.691	.077	.250	.125	.130	59
-.220	.025	.686	.244	.092	.174	.213	71
-.215	.027	.595	.177	.269	.036	-.117	60
.220	.012	.522	.171	.215	.002	.360	13
.407	.366	.425	.004	.147	-.188	.050	83
.203	.108	.380	.342	.115	.031	.351	80
.080	.703	-.003	.111	-.112	-.040	.047	53
.048	.617	-.057	.311	-.034	.142	-.094	3
-.146	.546	.128	-.086	-.040	.315	-.108	79
.051	.543	.234	.384	.073	.099	.391	52
-.051	.479	.236	.397	.286	.149	.334	28
.067	.476	.281	.453	.145	.240	.274	57
.193	-.452	.386	-.261	.276	.142	-.019	62
.066	.441	.094	-.107	-.267	.367	-.056	44
-.054	.437	.054	-.119	.201	.330	-.073	54
-.018	.425	.329	.297	.391	.029	.366	58

.199	.282	-.232	.121	.139	.180	-.088	46
.627	.023	-.014	.070	.072	.203	.103	12
.466	-.155	-.385	-.147	-.169	-.155	.121	14
-.443	.011	.072	.117	-.204	.248	.084	17
.403	.100	-.129	.065	-.351	-.046	.028	4
-.380	-.096	-.063	-.192	.273	.309	.032	76

يتضح من الجدول السابق أنّ التحليل العاملي للذكاء الوجداني أسفر عن سبعة عوامل، وقد تراوح الجذر الكامن بين 637 للعامل الأول، و 627. للعامل السابع، ويمكن تفسير هذه العوامل على النحو التالي:

تفسير العامل الأول: تضمّن العامل الأول تسعة عشر متغيراً، تراوحت تشبّعاتها بين 0.637 (أفهم ما يدور في داخلي من أحاسيس) وبين 0.349 (لو اختلف أبي و أمي على شيء ما أطرح عليهما حلاً وسطاً)، ولذلك فتشبعات هذا العامل مرتفعة، كما أنّه يتضمّن 19 مفردة فهو قوي، ويمكن استعراض تشبعات هذا العامل مرتبة في الجدول التالي:

جدول (7) العامل الأول بعد التدوير

رقم البند	نص البند	التشبع
6	أفهم ما يدور في داخلي من أحاسيس	.637
31	أنفذ الخطة التي أضعها للحصول على درجات أعلى	.543
46	أنسى مواعيد هامة بالنسبة لأصدقائي.	.542
16	أمنع نفسي من الضحك في موقف جدي .	.542
39	أشارك أخوتي الصغار ألعابهم مع أنّها لا تستهويني .	.530
22	إنّ مجرد تخيلي للحظة النجاح يدفعني إلى مزيد من الجهد	.528
67	أفقد إحساسي بالزمن عندما أركز .	-.526
70	أسيطر على أعصابي إذا ما انتقدني مدرسي.	.522
69	أعترف بأخطائي أمام الآخرين .	.516
25	أعرف كيف أشجّع نفسي على الاستنكار .	.500
23	أحرم نفسي من بعض المتع لكي أحقق هدفاً كبيراً	.491
65	أنسجم مع العمل الذي أسعى لإنجازه.	.470
66	قد أصل إلى درجة شديدة من التركيز في العمل	.464
29	أنسى الجهد بمجرد أن أتذكر هدفي.	.464
26	أستغل الأوقات التي أشعر فيها بالنشاط في إنجاز عمل ما .	.423
7	أعرف كيف يؤثر كلامي في الآخرين	.417
5	أفصل بين ما هو مهم و غير مهم في حياتي.	.417
30	أهين نفسي جواً للاستنكار قبل الامتحان .	.415
47	لو اختلف أبي و أمي على شيء ما أطرح عليهما حلاً وسطاً.	.349

يلاحظ من مكونات العامل الأول أنّ هناك تداخلاً وتربطاً بين هذه المكونات، حيث نجد أنّ المفردات تدور معظمها حول فهم الإنسان لعواطفه ومشاعره الداخلية واستبصار حالته النفسية، وما يرتبط بها من أفكار، وما يؤدي إليها من مسببات، وهو ما يمكن أن نطلق عليه وفقاً لتشبعات البنود، وتحليل الإطار النظري للمقياس بـ الوعي الذاتي.

تفسير العامل الثاني: تضمّن العامل الثاني خمسة عشر متغيّراً، تراوحت تشبعاتها بين 0.716 (أسعى إلى تقديم المساعدة للآخرين.)، وبين 0.263 (يصعب عليّ قول كلمة "أحبك")، ويلاحظ أنّ هذا العامل ذو تشبعات مرتفعة أيضاً، وبما أنّه يتضمن 15 مفردة فهو أيضاً عامل قوي، ويمكن استعراض تشبعات هذا العامل مرتبة في الجدول التالي:

جدول (8) العامل الثاني بعد التدوير

رقم البند	نص البند	التشبع
35	أسعى إلى تقديم المساعدة للآخرين.	.716
42	أحرص على إسعاد الآخرين من حولي	.648
40	يصفني الآخرون بأنّي متعاطف معهم.	.626
18	أثفوه بكلمات مؤنية بحق أصدقائي	.623
50	أتحدث مع الآخرين بما يتلاءم مع تفكيرهم.	.612
27	أعتني بمظهري بشكل يحدث انطباعاً جيداً لدى الآخرين	.587
49	يأتمنني الأصدقاء على أسرارهم.	.552
21	أنا إنسان سهل الاستثارة (الغضب).	.498
38	أشارك الآخرين في أفراحهم أحزانهم.	.491
33	أستمع بأحاديث كبار السن.	.490
48	يلجأ إليّ الآخرون لمساعدتهم في حلّ مشكلاتهم.	.430
68	أسعد بتعليقات زملائي.	.424
32	أشارك في حلّ مشكلات أسرتي.	.393
74	نجاحي هو بفضل الانتقادات البناءة من مدرسي .	.359
19	يصعب عليّ قول كلمة "أحبك"	.263

مما تقدم يلاحظ من مكونات العامل الثاني أنّ هناك تربطاً بين هذه المكونات، فأغلبها يدور حول استبصار الإنسان لنفسه، وقراءته لمشاعر الآخرين، مستندلاً ليس من مجرد أقوالهم بل من لغة الجسد التي ربما تكون أبلغ من لغة اللسان، مما يجعل الفرد قادراً على استشفاف الآخر، وتوقع ردود فعله، وبالتالي يسهّل عليه التواصل معهم، وهو ما يمكن أن نطلق عليه وفقاً لتشبعات البنود، وتحليل الإطار النظري للمقياس بـ الوعي بانفعالات الآخرين.

تفسير العامل الثالث: تضمّن العامل الثالث أربعة عشر متغيّراً، تراوحت تشبعاتها بين 0.655 (أسعى أشعر بنشوة أثناء ممارستي لهوايتي الخاصة.)، وبين 0.395 (أفكر في تقييم المدرس لي بعقلانية.)، ويلاحظ أنّ هذا العامل ذو تشبعات مرتفعة، فضلاً عن أنّه يتضمّن 14 مفردة فهو أيضاً عامل قوي، ويمكن استعراض تشبعات. هذا العامل مرتبة في الجدول التالي:

جدول (9) العامل الثالث بعد التدوير

رقم البند	نص البند	التشبع
63	أشعر بنشوة أثناء ممارستي لهوايتي الخاصة.	.655
45	أكون صدقات قوية بسهولة.	.625
41	شخصيتي قيادية.	.603
10	أستطيع أن أخبر الآخرين بأسباب انزعاجي منهم.	.592
61	رغم أن دراستي صعبة لكني أحبها.	.543
81	أنا عند حسن ظنّ الآخرين.	.543
24	أبحث عن الأعمال التي تشعرني بالسعادة و الرضا.	.534
36	أستطيع معرفة مشاعر الآخرين من خلال نبرات أصواتهم .	.529
15	عندما أشعر بالغضب ألجأ إلى ممارسة هواياتي	.496
37	أفهم ما يريدّه الآخر دون أن يتكلم .	.459
72	أتلقي النقد بصدق رحب .	.454
34	أستمع لحديث الآخر حتى و إن كنت أعرف ما سيقول .	.418
9	أراجع مشاعري و أعدّل فيها .	.398
73	أفكر في تقييم المدرس لي بعقلانية .	.395

وبقراءة مكوتات هذا العامل نلاحظ أنّ هناك تداخلاً، حيث نجد أنّ المفردات تدور حول توجيه الذات لتحقيق هدف ما، واستخدام الانفعالات لحشد الطاقة، وبذل الجهد لبلوغ الغاية، وصوغ الأمور بعقلانية وحكمة للحفاظ على توازن الذات نفسياً، وهو ما يمكن أن نطلق عليه وفقاً لتشبعات البنود وتحليل الإطار النظري للمقياس بـ تحفيز الذات.

تفسير العامل الرابع: يتضمّن العامل الثالث اثنا عشر متغيّراً تراوحت تشبعاتها بين 0.598 (أتوقع أنّ أموراً جيدة سوف تحدث.)، وبين 0.329 (أفهم الطريقة التي تتغيّر

فيها عواطفية تجاه الأمور). ومن ثمّ فإنّ تشبّعات هذا العامل مرتفعة، أيضاً فضلاً عن أنّه عامل قوي، ويمكن إجمال تشبّعات هذا العامل مرتبة في الجدول التالي:

جدول (10) العامل الرابع بعد التدوير

رقم البند	نص البند	النشّج
51	أتوقّع أن أموراً جيدة سوف تحدث.	.598
1	أستطيع أن أحدد الشيء الذي يزعجني.	.591
75	أثق بنفسي.	.556
20	يصعب عليّ قول "لا"	.508
56	أتوقّع النجاح فيما أخطئ له.	.505
82	أحبّ أداء الأعمال الصعبة.	.495
55	التفوق هو مجرد بذل جهد إضافي.	.492
43	أستطيع إيجاد حلول مرضية لأطراف متخاصمة	.453
11	أنخرط في البكاء لدرجة تصعب السيطرة عليها	.408
77	أحتاج لدعم حتى أتمكن من النجاح.	.354
2	أعجز عن التعبير عن مشاعري.	.352
8	أفهم الطريقة التي تتغيّر فيها عواطفية تجاه الأمور.	.329

يلاحظ من قراءة هذا العامل أنّ مفرداته مرتبطة معاً، وأنّها تدور حول إحساس الفرد أنّه يتعامل مع نفسه والآخرين بواقعية، وأنّه قادر على التعامل بإيمان نحو صروف القدر دون أن ينخرط بحزن مستمر أو أحلام المستقبل البعيد، فهو يخطّط لحياته بعد قراءة إمكاناته، والنجاح ليس إلاّ جهداً إضافياً مما يجعله واضحاً مع ذاته يعرف ما يريد، وما يشعر، وهو ما يمكن أن نطلق عليه وفقاً لتشبّعات البنود، ولتحليل الإطار النظري للمقياس بـ الواقعية.

تفسير العامل الخامس: يتضمن العامل الخامس 7 متغيّرات تراوحت تشبّعاتها بين 0.752 (أنا سعيد بشكل جسّمي.)، وبين 0.380 (لا يمكن للمصائب أن تتال من ثقّتي بنفسي.)، فتشبيحاته مرتفعة وقوية، ويمكن إجمال تشبّعات هذا العامل مرتبة في الجدول التالي:

جدول (11) العامل الخامس بعد التدوير

رقم البند	نص البند	التشيع
78	أنا سعيد بشكل جسيمي .	.752
59	أكون في معايشة كاملة لما أقرأ .	.691
71	أميز بين النقد البناء و النقد الذي يقصد منه الإهانة .	.686
60	أركز عند مشاهدة فيلم .	.595
13	أحافظ على هدوني عندما أكون تحت ضغط	.522
83	أحتاج دائماً لتأييد الناس حتى أرضى عن أي عمل أفعله .	.425
80	لا يمكن للمصائب أن تتال من تقني بنفسي .	.380

وفي ضوء ما سبق، نلاحظ أنّ مكونات هذا العامل مترابطة، وأنّها تدور في فلك إحساس الفرد أنّه مسيطر على شؤونه الخاصة، وأنه يدير حياته النفسية بنجاح، فلا يحمل بمعطفه ما يمكن أن يقلل من شأنه، أو يشعره بالدونية، وهو ما يمكن أن نطلق عليه وفقاً لتشبعات البنود وللإطار النظري للمقياس بـ الثقة بالنفس.

تفسير العامل السادس: يتضمن العامل السادس بعد التدوير سبعة متغيرات، تراوحت تشبعاتها بين 0.703 (حياتي مليئة بالتوترات.)، وبين 0.425 (أنظر إلى النصف المملوء من الكأس.)، ومن ثمّ يمكن القول إنّ تشبعات العامل مرتفعة، وأيضاً قوية، ويمكن إجمال تشبعات هذا العامل مرتبة في الجدول التالي:

جدول (12) العامل السادس بعد التدوير

رقم البند	نص البند	التشيع
53	حياتي مليئة بالتوترات .	.703
3	لست سعيداً لأسباب أجهلها .	.617
79	أشعر باحتقار الآخرين لي .	.546
52	أشعر أنّ مستقبلتي جميل .	.543
28	أبحث عن الأعمال التي تشعرني بالسعادة و الرضا .	.479
57	أنا متفائل.	.476
62	أتقمص أدوار شخصيات الفيلم الذي أتابعه .	.452
44	أشارك في تداول النكات التي تجرح الآخرين .	.441
54	أخاف من التفكير في المستقبل .	.437
58	أنظر إلى النصف المملوء من الكأس .	.425

يلاحظ من مكونات العامل الخامس أن ما يربط بين هذه المكونات هو إحساس الفرد أن حياته تسير بنحو جيد، وأن المستقبل يحمل له الأفضل فهو يتوقع دوماً مصائر الأمور بإيجابية بعيداً عن التشاؤم والتعاسة، وهو ما يمكن أن نطلق عليه وفقاً لتشبعات البنود و للإطار النظري للمقياس بـ التفاؤل.

تفسير العامل السابع: يتضمّن العامل السابع خمسة متغيرات، تراوحت تشبعاتها بين 0.627 (أغضب لأقل سبب) وبين -0.380 (أشعر بالقلق الشديد قبل الامتحان)، فهو عامل مرتفع في تشبعاته وقوي في ارتباطاته، ونوضح هذه التشبعات مرتبة في الجدول الآتي:

جدول (13) العامل السابع بعد التدوير

رقم البند	نص البند	التشبع
12	أغضب لأقل سبب.	.627
14	أُتأثر بالتفاصيل الصغيرة في حياتي.	.466
17	أعاني من تأنيب الضمير.	-.443
4	يصفني بعضهم أنني متقلب المزاج.	.403
76	أشعر بالقلق الشديد قبل الامتحان.	-.380

يلاحظ من مكونات العامل السابع - وهي قليلة نسبياً - أن ما يربط بينها هو درجة حساسية الفرد للمثيرات المحيطة، ويلاحظ أن البنود جميعها سلبية، وبالتالي فإن الإجابة عنها بالنفي تعطي مؤشراً على درجة من الأتزان النفسي والانفعالي والقدرة على التقليل من التأثير السيئ للضغوط على الصحة الجسميّة والنفسية، وهو ما يمكن أن نطلق عليه وفقاً لتشبعات البنود و للإطار النظري للمقياس بـ الصلابة النفسية.

مستخلص العوامل: يلاحظ أن نتائج التحليل العاملي أسفرت عن أن مكونات الذكاء الوجداني، بيد أن مفرداتها بلغ قوامها (83) متغيراً إلا أنها تمحورت حول سبعة عوامل تمثلت في:

1) الوعي الذاتي (2) فهم انفعالات الآخرين (3) تحفيز الذات (4) الواقعية (5) الثقة بالنفس (6) التفاؤل (7) الصلابة النفسية.

ويلاحظ أنّ هناك تداخلاً وترابطاً بين مكونات المقياس، ممّا يؤكّد على أنّها تقيس في مجملها ظاهرة واحدة يساعدنا التّظهير على تسميتها بالذكاء الوجداني، وهذا ما أكّدت عليه مجموعة الدراسات السابقة.

التوصيات: في ضوء ما توصّلت إليه هذه الدّراسة من نتائج يمكن أن نخلص إلى مجموعة من التوصيات كما يلي:

1- ضرورة توجيه الاهتمام ببرامج تنمية الذكاء الوجداني لدى الجنسين، وخاصّة طلبة الجامعة، لما يحمله هذا المفهوم من وعود لتحقيق تواصل أمثل مع الذات والواقع المحيط.

2- عقد ورش العمل والمسابقات، وإقامة الأنشطة المختلفة خلال العام الدراسي في الجامعة، ممّا يحقّق للطلبة زيادة مهاراتهم الاجتماعية والمعرفية.

3- إعداد اختبارات مقنّنة لقياس الذكاء الوجداني، بما يتناسب ومتطلبات الحياة، وخصائص البيئة العربية.

4- تدريب طلبة الجامعة على الأساليب الفعّالة في مواجهة الضغوط النفسيّة كالرياضة، وحلّ المشكلات،

والسعي نحو طلب المساندة الاجتماعية، وفي المقابل شنّ حملات توعية للشباب حول الأساليب غير التكيفية كالتجنّب، أو الاكتئاب، أو تعاطي الأدوية، أو الإفراط في الأكل، أو التدخين.

المراجع العربية

1. إبراهيم مصطفى - المعجم الوسيط (2+1)، دار الدعوة، تحقيق: مجمع اللغة العربية.
2. ابتسام محمود سلطان. (2009). النشر و التوزيع ، عمان ، الأردن .
3. إبراهيم السمانوني. (2007). الذكاء الوجداني وأسسه تطبيقاته تنميتها، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان، الأردن .
4. إيمان رجب قنديل. (2005). الذكاء الوجداني والتوافق المهني لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، رسالة ماجستير، جامعة بنها .
5. حسين أبو رياش وآخرون. (2006). الدافعية والذكاء العاطفي، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان، الأردن .
6. دانيال جولمان. (2008). الذكاء العاطفي وسبب كونه أكثر أهمية من حاصل الذكاء، مكتبة جريب، الكويت، الطبعة الأولى.
7. سامي محمد هاشم. (2004). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية، دراسات عربية في علم النفس، المجلد الثالث العدد (3) يوليو 2004
8. سحر علام. (2001). تقييم فعالية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.
9. سعاد جبر سعيد. (2008). الذكاء الانفعالي وسيكولوجية الطاقة اللا محدودة، الطبعة الأولى، عالم الكتب الحديث ، إربد ، الأردن .
10. صالح العساف. (1995). دليل الباحث في العلوم السلوكية، مكتبة العبيكان، الطبعة الثانية، المجلد الثاني، السعودية، الرياض
11. عادل محمد هريدي. (2002). الفروق الفردية في الذكاء الوجداني، دراسات عربية في علم النفس، المجلد الثاني العدد (2) يوليو 2002 .
12. عائدة عبد الهادي. (2001). فسيولوجيا جسم الإنسان، الطبعة الأولى، دار الشروق، عمان، الأردن.
13. عبد المنعم عبد الله حسيب السيد. (2007). أبعاد الذكاء الوجداني وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، عدد(21)
14. فوقية محمد. (2001). أثر سوء معاملة وإهمال الوالدين على الذكاء (المعرفي، والانفعالي، والاجتماعي) للأطفال. المجلة المصرية للدراسات النفسية. مج (12)، ع (36)، ص ص 27-87.
15. محمد بني يونس. (2008). الأسس الفسيولوجية للسلوك، الطبعة الأولى، دار الشروق، عمان، الأردن .
16. محمد عبد الهادي حسين. (2007). الذكاء العاطفي وديناميات قوة التعلم الاجتماعي، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة .

المراجع الأجنبية

- .17 Bar-On & Parker. 2005. **The emotional intelligence on subjective well-being** . perspectives in education .23(2),41-62
- .18 Annmarie Samar. 2001. **The relationship among emotional intelligence, self-management and glycemic control in individuals with type 1 diabetes** . Electronic Doctoral Dissertations for UMass Amherst. Paper AAI3012180.
- .19 Arla Day & Sara Carroll. 2004. **Using an ability-based measure of emotional intelligence to predict individual performance, group performance, and group citizenship behaviours**. Personality and Individual Differences Volume 36, Issue 6, April 2004, Pages 1443-1458
- .20 Bruno, K., England, E., & Chambliss, C. 2002. **Social and emotional learning program for elementary school students**. Retrieved June 10, 2005, from Eric database (ED463097).
- .21 C Kirschbaum, JC Prussner. 2007. **Persistent high cortisol responses to repeated psychological stress in a subpopulation of healthy men** , Psychosomatic Medicine, Vol 57, Issue 5 468-474, Copyright © 1995 by American Psychosomatic Society
- .22 Carrisa Ann Low , et. Al. 2008. **Benefit Finding in Response to BRCA1/2 Testing** , Annals of Behavioral Medicine Volume 35, Number 1, 61-69, DOI: 10.1007/s12160-007-9004-9
- .23 Ciarrochi, J., Chan, A., & Caputi, P. 2000. **A critical evaluation of the emotional intelligence construct**. Personality and Individual Differences, 28, 539-561.
- .24 Ciarrochi, J; Forgas, P & Mayer. 2001. **The Emotional Intelligence In Every Day Life**. NC ,Printed By Edwards Brothers .
- .25 Cooper, R.K., & Sawaf, A. 1997. **Executive EQ: Emotion intelligence in leadership and organizations**. New York: Grosset/Putnam.
- .26 Drago .J.M. 2004. **Relationship between Emotional Intelligence and Academic Achievement** , Consortium for research on emotional Intelligence in Organisation U.S.A

- .27 E Canalis, GE Reardon. 1982. **Clinical Chemistry**, Vol 28, 2418-2420, Copyright © 1982 by American Association for Clinical Chemistry
- .28 Erin Putterman. 2003. **Cognitive dietary restraint and cortisol: Importance of pervasive concerns with appearance** ,Appetite , Volume 47, Issue 1, July 2006, Pages 64-76
- .29 Gray R. Germo. 2008. **Effects of early adversity and current stressors on adolescents' and young adults' morning cortisol levels: The moderating role of attachment style** , UNIVERSITY OF CALIFORNIA, IRVINE, 2008, 126 pages; 3328077
- .30 Jared A. Lisonbee. 2005. **Children's Cortisol and the Quality of Teacher-Child Relationships in Child Care** , Teacher-Child Relationships and Cortisol , Pennsylvania State University
- .31 Joseph Ciarrochi et al. 2002. **Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health**, Personality and Individual Differences, 32, 197-209.
- .32 Katherine Tennes, Ma & Maria Kreye. 1985. **Children's Adrenocortical Responses to Classroom Activities and Tests in Elementary School** , Psychosomatic Medicine Vol. 47, No. 5 (Sept./Oct. 1985)
- .33 Kevin Daniel Tessner. 2008. **Longitudinal study of the influence of psychosocial stress and cortisol on symptoms in adolescents with schizotypal personality disorder** , EMORY UNIVERSITY, 2008, 123 pages; 3332337
- .34 Kostiuk Lynne, 2002. **Understanding of Emotions and Emotion Regulation in Adolescent Females with Conduct Problems: A Qualitative Analysis** The Qualitative Report, Volume 7, Number 1 March, 2002
- .35 L . L . Cummings. 1989. **The expression of emotion in organizational life**, Research in organizational behavior .Vol. 11. Greenwich, CT: JAI Press, p1-42

- .36 Landsman-Dijkstra JJ, van Wijck R, Groothoff JW. 2006. **The long-term lasting effectiveness on self-efficacy, attribution style, expression of emotions and quality of life of a body awareness program for chronic a-specific psychosomatic symptoms.** Patient Educ Couns 60: 66-79
- .37 LaPage-Lees, P. 1997. **Exploring patterns of achievement and intellectual development among academically successful women from disadvantaged backgrounds.** Journal of College Student Development, 38, 468-478
- .38 Leilani Kuuipo Ordway. 2008. **Emotional intelligence as a moderator of cortisol reactivity and mood state in response to an active stressor,** ALLIANT INTERNATIONAL UNIVERSITY, SAN FRANCISCO BAY, 2008, 154 pages; 332684
- .39 Marlyn R. Roberts. 2001. **RISK FACTORS FOR DEPRESSION AND ANXIETY: PARENTING. PERSONALITY AND COPING** Acadia University
- .40 Mayer & Salovey. 1990. **Perceiving the Affective content in Ambiguous Visual Stimuli.** Journal of personality assessment , 50(spc.Issue) ,772-781.
- .41 Mayer, J. D., & Salovey, P. 1997. **What is emotional intelligence?** In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. New York: Basic Books
- .42 Michelle Kalehzan, & Brenda Sund. 2001. **Cortisol Activity and Cognitive Changes in Psychotic Major Depression .** (Am J Psychiatry 2001; 158:1612-1616)
- .43 Mikolajczak . M. 2006. **The moderating impact of emotional intelligence on free cortisol responses to stress .** Psychoneuroendocrinology (2007) 32, 1000-1012
- .44 Monte mayor, E. & Spee, J. 2004. **The Dimension\ns of Emotional Intelligence Construct Validation using Manager and Self-Rating.** Academy of Management Best Conference Paper.

- .45 Nina Knoll, Silke Burkert, Jürgen Kramer, Jan Roigas, Oliver Gralla. 2009. **Relationship Satisfaction and Erectile Functions in Men Receiving Laparoscopic Radical Prostatectomy: Effects of Provision and Receipt of Spousal Social Support**, The Journal of Sexual Medicine, Volume 6, Issue 5, pages 1438–1450, May 200
- .46 Pefeiffer & Steven. 2001. **Emotional Intelligence: Popular but Elusiv Construct**. Roeper Review. vol.23(3)pp133-142.
- .47 Petra H. Wirtz. 2006. **Low Social Support and Poor Emotional Regulation Are Associated with Increased Stress Hormone Reactivity to Mental Stress in Systemic Hypertension**. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism Vol. 91, No. 10 3857-3865
- .48 Petra H. Wirtz. 2007. **Perfectionism and the Cortisol Response to Psychosocial Stress in Men**. <http://www.psychosomaticmedicine.org/cgi/content/abstract/69/3/249>
- .49 Petrides .et. al. 2004. **The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school**. Personality and Individual Differences 36 (2004) 277–293
- .50 Raymond O. Connor & Little. 2003. **Revisiting the predictive validity of emotional intelligence: self-report versus ability-based measures**. Personality and Individual Differences, Volume 35, Issue 8, December 2003, Pages 1893-1902
- .51 Rogers, P., Qualter, P. Phelps, G., & Gardner., K.J. 2006. Belief in the Paranormal, Coping and Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*, 41, 1089-1105
- .52 Rollin Mccarty. 1998. **The impact of a new emotional selfmanagement program on stress, emotions, heart rate variability, DHEA and cortisol**. Integrative Physiological and Behavioral Science 33(2), 151-170.
- .53 Saklofske, D. H., Austin, E. J., and Minski, P. S. 2003. **Factor structure and validity of a trait emotional intelligence measure**. Personality and Individual Differences, 34, 707-721.

- .54 Sam Standard. 2004. **Effects of a Group Forgiveness Intervention on Forgiveness, Perceived Stress, and Trait-Anger .**
- .55 Schwerdfeger A, Konerman I chonhofen k, 2008. **Self-Efficacy As a Health-Protective Resource in Teachers? A Biopsychological Approach .** Health Psychology ,Volume 27, Issue 3, May 2008, Pages 358-368
- .56 Swart .A. 1996. **The Relationship Between Well-being and Academic Performance .** Unpublished Master Thesis , University of Pretoria , South Africa 31
- .57 Tapia Martha & Marsh George. 2001. **A Validation of the Emotional Intelligence Inventory.** Paper presented at the Annual Meeting of the Mid-South Educational Research Association (Biloxii, MS, November 5-7, 2003).
- .58 Teresa. E. Seeman. 1997. **Increase in Urinary Cortisol Excretion and Memory Declines: MacArthur Studies of Successful Aging .** The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism Vol. 82, No. 8 2458-2465
- .59 Van Rooy, D. L., Alonso, A., & Viswesvaran, C. 2005 . **Group differences in emotional intelligence test scores: Theoretical and practical implications.** Personality and Individual Differences, 38, 689-700.
- .60 Vingerhoede. A, Chrousos GP, Brandon D, Eil C, Pugeat M, De Vroede M, Loriaux DL, Lipsett MB. 1995 . **Primary cortisol resistance in man. A glucocorticoid receptor-mediated disease.** J Clin Invest.;69:1261-1269.
- .61 Weisinger ,H. 2004. **Emotional intelligent Broker Can Close Deal .** Broker Magazine , 6(4),70-72.

تاريخ ورود البحث إلى مجلة جامعة دمشق 2010/12/16