



ali_psycho5@yahoo.com

نموذج ومقياس بيكار في الذكاء الانفعالي المتمركز على الذات والآخرين

كيري أ. بيكار - جامعة إيراسموس روتردام.

ترجمة : علي عبد الرحيم صالح - العراق - جامعة القادسية.

اعتمد تقديم الذكاء الانفعالي في الأدبيات النفسية بصورة جزئية على عمل جارندر (1983) ، الذي صنف مفهوم الذكاء في أبعاد متعددة، إذ اقترح "جارندر" على وجه الخصوص أن الجانب الانفعالي في الذكاء يتكون من بعدين: الذكاء الشخصي intrapersonal والذكاء الاجتماعي interpersonal، وفقا لهذا العمل قام سالوفي وماير (1990) Salovey and Mayer بتقييم الجانب الانفعالي في الذات، والجانب الانفعالي لدى الآخرين، فضلا عن تقييم التنظيم الانفعالي في الذات والآخرين؛ ومع أن نموذجهم في الذكاء الانفعالي يتكون من أربعة مجالات، فأنهم قاموا بمراجعة تعريفهم السابق، وأضافوا مكونات نفسية حول كيفية استعمال الأفراد للأنفعالات وطريقة فهمهم لها. وهذا ما أدى الى ظهور فرشة غنية من أبعاد الذكاء الانفعالي، والتمييز بين أبعاده المتمركزة على الذات، والأبعاد المتمركزة على الآخرين، التي ظهرت في الخلفية النظرية (سياق) للبحث النفسي، لأن "كل بعد يمكن أن يكون ذو صلة وثيقة بالحالة الانفعالية الداخلية للفرد والآخرين في الوقت نفسه (Mayer & Salovey, 1997, p. 10).

وبالرغم من أن نموذج الفروع الأربعة Four-Branch كان مؤثرا في الأدب النفسي، فإن هناك مشكلة مفاهيمية تتعلق بمدى تماثل قدرة الفرد على التعامل مع عواطفه الخاصة وقدرته في التعامل مع عواطف الآخرين. (Brasseur et al., 2013; Zeidner et al., 2008)، فضلا عن ذلك قد يؤدي دمج مجالات الذكاء الانفعالي المتمركزة على الذات والآخرين معا إلى اختفاء آثارها الفريدة في السياقات الحياتية المتنوعة عند الوعي بالذات والتعامل مع الآخرين. وفقا لذلك نحن نقترح إعادة التمييز الصريح والهادف بين الذكاء الانفعالي المتمركز على الذات، والذكاء الانفعالي المتمركز على الآخرين، ولتوضيح ذلك، أن هناك بعض الأفراد يكونون أكثر كفاية في تنظيم انفعالاتهم مقابل ضعف قدرتهم على تنظيم انفعالات الآخرين (Niven et al., 2011). نجد من هذه النتيجة أننا إذا لم نقم بتحديد مصدر الانفعالات (ذاتية - الآخرين) في أدوات الذكاء الانفعالي، فأنا سننتقل إلى استنتاجات غير صحيحة، كذلك أن أبعاد الذكاء الانفعالي للذات والآخرين قد لا تتفق أو تتصالح معا بشكل مستمر وبدرجة متساوية، إذ أن المعالجين النفسيين الذين يشاركون انفعالات مرضاهم بشكل مفرط يكونون معرضين لخطر الاحتراق النفسي لأنهم قد يأخذون صعوبات ومشكلات زبائنهم إلى البيت (Lee, Lim, Yang, & Lee, 2011) وبالتالي فإن كفاية الذكاء الانفعالي المتمركز على الآخرين قد تؤثر على إمكانية الذكاء الانفعالي في الذات، والعكس صحيح. كذلك نجد أن الارتباطات الإيجابية للذكاء الانفعالي مع المعايير الصحية (Martins et al. 2010) تنعكس على الذكاء الانفعالي المتمركز على الذات لأنه يعالج بشكل مباشر الحالة المزاجية الخاصة لدى الفرد. على النقيض من ذلك ، نجد أن الارتباطات الإيجابية للذكاء الانفعالي مع المعايير الاجتماعية (Joseph & Newman, 2010; Lopes et al., 2004) تكون

اقترح "جارندر" على وجه الخصوص أن الجانب الانفعالي في الذكاء يتكون من بعدين: الذكاء الشخصي intrapersonal والذكاء الاجتماعي interpersonal

وبالرغم من أن نموذج الفروع الأربعة Four-Branch كان مؤثرا في الأدب النفسي، فإن هناك مشكلة مفاهيمية تتعلق بمدى تماثل قدرة الفرد على التعامل مع عواطفه الخاصة وقدرته في التعامل مع عواطف الآخرين

نقترح إعادة التمييز الصريح والهادف بين الذكاء الانفعالي المتمركز على الذات، والذكاء الانفعالي المتمركز على الآخرين

هناك بعض الأفراد يكونون أكثر كفاية في تنظيم انفعالاتهم مقابل ضعف

قدرتهم على تنظيم انفعالات الآخرين

إذا لم نقم بتحديد مصدر الانفعالات (ذاتية – الآخرين) فهي أحداث الذكاء الانفعالي، فإننا سنتوصل إلى استنتاجات غير صحيحة

أن المعالجين النفسيين الذين يشاركون انفعالات مرضاهم بشكل مفرط يكونون معرضين لخطر الاحتراق النفسي لأنهم قد يأخذون صعوبات ومشكلات زبائنهم إلى البيت

أن كفاية الذكاء الانفعالي المتمركز على الآخرين قد تؤثر على إمكانية الذكاء الانفعالي في الذات، والعكس صحيح

يتكون المقياس من أربعة أبعاد متميزة، تتعلق بتقييم وتنظيم الانفعالات لدى الذات والآخرين

هذه الأبعاد تعمل كاستراتيجيات تحسن من طريقة توافقنا مع البيئة الاجتماعية والوظيفية، وتنظم دوافعنا وتسهل عمليات ظهور السلوك الاجتماعي الايجابي، والابتعاد عن السلوكيات المعادية للمجتمع اعتمادا على الاهتمام بمشاعر الآخرين.

أكثر انعكاسا على الذكاء الانفعالي المتمركز على الآخرين لأنه يعالج بشكل مباشر الحالة المزاجية للآخرين.

– أبعاد بنية المقياس:

يتكون المقياس من أربعة أبعاد متميزة، تتعلق بتقييم وتنظيم الانفعالات لدى الذات والآخرين، وتعرف هذه الأبعاد كالآتي:

1. تقييم الانفعالات المتمركزة على الذات: مدى إدراك الأفراد لمشاعرهم وفهمها.
 2. تقييم الانفعالات المتمركزة على الآخرين: مدى إدراك الأفراد لمشاعر الآخرين وفهمهم لها.
 3. تنظيم الانفعالات المتمركزة على الذات: مدى قدرة الأفراد على تنظيم انفعالاتهم من أجل الوصول إلى أهدافهم.
 4. تنظيم الانفعالات المتمركزة على الآخرين: مدى قدرة الأفراد على تنظيم مشاعر الآخرين من أجل تحقيق أهدافهم.
- ووجد أن هذه الأبعاد تعمل كاستراتيجيات تحسن من طريقة توافقنا مع البيئة الاجتماعية والوظيفية، وتنظم دوافعنا وتسهل عمليات ظهور السلوك الاجتماعي الايجابي، والابتعاد عن السلوكيات المعادية للمجتمع اعتمادا على الاهتمام بمشاعر الآخرين.
- (cf. Niven et al., 2011) و (Côté, DeCelles, McCarthy, Van Kleef, & Hideg, 2011).
- (Gray, 1987) و (2011).

– طريقة تصحيح المقياس:

يتم تصحيح هذا المقياس وفق طريقة ليكرت في الأجابة، إذ أنه يتكون من خمسة بدائل تتمثل بـ: موافق تماما، موافق، محايد، ارفض، ارفض تماما. وتصحح هذه البدائل باعطاء خمس درجات للبدائل موافق تماما، ودرجة واحدة للبدائل ارفض تماما.

– المقياس:

يتكون المقياس من (28) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد مستقلة، بواقع (7) فقرات لكل بعد، التي تتمثل بالآتي:

أولا. بعد تقييم الانفعالات المتمركزة على الذات:

1. اعرف دائما ما أشعر به.
2. يمكنني أن أميز انفعالاتي الخاصة بشكل جيد.
3. أنا واع لانفعالاتي الداخلية.
4. أفهم لماذا شعرت بهذه الطريقة؟
5. أعرف الانفعالات التي خبرتها.
6. في الغالب ، أستطيع أن أفسر بالضبط ما أشعر به.
7. يمكنني أن أحكم على مشاعري بدرجة جيدة إذا ما حركة الأحداث حالتني الانفعالية.

ثانيا. بعد تقييم الانفعالات المتمركزة على الآخرين:

8. أنا واع لانفعالات الناس من حولي.
9. أعرف الانفعالات التي يشعر بها الآخرين.
10. عندما أنظر إلى الناس، يمكنني أن أرى كيف يشعرون.
11. أستطيع أن أتعاطف مع الناس من حولي.
12. أفهم لماذا يشعر الآخرون بهذه الطريقة.

يتم تصحيح هذا المقياس وفق طريقة ليكرت في الأجوبة، إذ أنه يتكون من خمسة بدائل تتمثل ب: موافق تماماً، موافق، محايد، ارفض، ارفض تماماً

يتكون المقياس من (28) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد مستقلة، بواقع (7) فقرات لكل بعد

أولاً. بعد تقييم الانفعالات المتمركزة على الذات:

ثانياً. بعد تقييم

الانفعالات المتمركزة على الآخرين:

ثالثاً. تنظيم الانفعالات المتمركزة على الذات:

يمتاز هذا المقياس بتحقيق درجات مرتفعة من الثبات بطريقة الفاكرونباخ

13. يمكنني أن أميز بصورة جيدة بين مشاعر الآخرين.
14. يمكنني أن أحكم بصورة جيدة على الأحداث التي تحرك مشاعر الآخرين.

ثالثاً. تنظيم الانفعالات المتمركزة على الذات:

15. أتحكم بانفعالاتي الداخلية.
16. يمكنني كبت انفعالاتي بسهولة.
17. لا أدع انفعالاتي تتحكم بي.
18. أظهر انفعالاتي فقط عندما يكون ذلك مناسباً.
19. حتى عندما أكون غاضباً ، فأنة يمكنني أن أحافظ على هدوئي.
20. إذا أردت التعبير عن انفعالاتي السلبية ، فأنة يمكنني الحفاظ على تعابير وجهي.
21. أقوم بتعديل مشاعري عند الضرورة.

رابعاً. تنظيم الانفعالات المتمركز على الآخرين.

22. يمكنني أن أجعل شخصا آخر يشعر بشكل مختلف.
23. يمكنني تغيير الحالة الانفعالية لدى شخص آخر.
24. يمكنني تعزيز أو تعديل مشاعر الآخرين.
25. لدي تأثير كبير على ما يشعر به الآخرين.
26. أعرف ماذا أفعل لتحسين مزاج الناس.
27. أعرف كيف أؤثر على الناس.
28. لدي القدرة على تهدئة الآخرين.

-الثبات:

يمتاز هذا المقياس بتحقيق درجات مرتفعة من الثبات بطريقة الفاكرونباخ، إذ بلغ ثبات بعد تقييم الانفعالات المتمركزة على الذات (0.82) درجة، وبلغ ثبات بعد تقييم الانفعالات المتمركزة على الآخرين (0.85) درجة، كما بلغ ثبات بعد تنظيم الانفعالات المتمركزة على الذات (0.80) درجة، في حين بلغت درجة ثبات تنظيم الانفعالات المتمركزة على الآخرين (0.82) درجة.

إرتباط كامل النص:

<http://www.arabpsynet.com/Documents/DocAliPsycho-PicardsModel&ScaleEmotIntell.pdf>

*** **

شبكة العلوم النفسية العربية

نحن تعاون محربي رقياً بعلوم وطب النفس

الموقع العلمي

<http://www.arabpsynet.com/>

المتجر الإلكتروني

<http://www.arabpsyfound.com>

الكتاب السنوي 2020 1 " شبكة العلوم النفسية العربية " (الاصدار السادس)

الشبكة تطفئ شمعتها التاسعة عشرة وتدخل عامها العشرون من التأسيس

19 عاماً من الضحى... 17 عاماً من التواضع

<http://www.arabpsynet.com/Documents/eBArabpsynet.pdf>