الشخصية الحسودة وعلاقتها بالوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة

أ.د. خديجة حسين سلمان/ قسم العلوم التربوية والنفسية
كلية التربية/ الجامعة المستنصرية

المستخلص

يهدف البحث الحالي التعرف إلى:

١. الشخصية الحسودة لدى طلبة الجامعة.

٢. الوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة

٣. العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة.

٤. الفروق في العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعًا لمتغير الجنس (ذكور- إناث).

٥. الفروق في العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعًا للتخصص (علميّ- إنساني).

ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس (عبد الامير ٢٠٢١) لقياس الشخصية الحسودة والذي يتكون بصورته النهائية من (٢٣) فقرة ومقياس (رجا ٢٠١٨) لقياس الوعي العاطفي والذي يتكون بصورته النهائية من(٣٠) فقرة. وبعد استخراج الخصائص السيكومترية للمقياسين من صدق وثبات، قامت الباحثة بتطبيق المقياسين على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية/ الجامعة المستنصرية اختيروا بالطريقة العشوائية.

وقد اظهرت النتائج بأن الطلبة لديهم شخصية حسودة مقارنة بالمتوسط النظري على الرغم من انهم يتمتعون بالوعي العاطفي، كما اظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي، في حين لم تظهر فروق في العلاقة بحسب متغيري الجنس والتخصص. وفي ضوء النتائج أعطت الباحثة بعض التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: علم النفس، الشخصية الحسودة، الوعي العاطفي.

Envious personality and its relationship to emotional awareness among university students

Dr. Khadija Hussein Salman/ Department of Educational and Psychological Sciences
College of Education / Mustansiriyah University

Abstract

The current research aims to identify:

1. The envious personality of university students.
2. Emotional awareness among university students
3. The relationship between envious personality and emotional awareness among university students.
4. Differences in the relationship between envious personality and emotional awareness among university students according to the gender variable (male-female).
5. Differences in the relationship between envious personality and emotional awareness among university students according to specialization (scientific - human).

To achieve the objectives of the research, the researcher adopted the (Abdul Amir 2021) scale to measure the envious personality, which in its final form consists of (23) items, and the (Raja 2018) scale to measure emotional awareness, which in its final form consists of (30) items. After extracting the psychometric characteristics of the two scales of validity and reliability, the researcher applied the two scales to a sample of (200) male and female students from the College of Education / Al-Mustansiriya University, who were chosen randomly.

The results showed that the students have an envious personality compared to the theoretical average, although they have emotional awareness. The results also showed that there is an inverse relationship between the envious personality and emotional awareness, while there were no differences in the relationship according to the variables of gender and specialization. In light of the results, the researcher gave some recommendations and suggestions.

Keywords: psychology, envious personality, emotional awareness.

مشكلة البحث:

إنَّ الأحداث التي مر بها المجتمع العراقي وفي ضمنها مقوماته وأوضاعه السياسية والاقتصادية والفكرية والاجتماعية كافة أدت بمجموعها إلى بلورة ظروف ضاغطة شكلت تأثيرًا سلبيًا في المجتمع بصورة عامة، ولطلبة الجامعة بصورة خاصة وجعلتهم الأكثر عرضة للضغوط، والتوتر، والانفعالات النفسية، والاضطرابات الانفعالية كان لها اثراً سلبيا في تكوين الشخصية وتطورها إذ انها تنمو وتتشكل تبعًا لتغير هذه الأوضاع ومتطلباتها (الكبيسي، ١٩٨٧: ٧).

ويعد الوسط الجامعي بيئة خصبة لظهور مشاعر الحسد إذ انها تشجع على المقارنات الاجتماعية السلبية التي توجد فيها منافسة مستمرّة لتحقيق كسب، أو الحفاظ على مستوى اجتماعي نسبي، أو نجاح في شيء معين، وتتأثر شدّة هذه المشاعر في التهديد المدرك لتقدّم ونجاح الفرد؛ فإنَّ التهديدات قد تزيد شدّة الانفعال؛ أي كُلّما زادت التهديدات زادت الحساسيات التي تثيرها الشخصية الحسودة (Veiga et al., 2014: 11).

وإنَّها تؤدي إلى الشعور بالضيق؛ لأنَّ الشخص الحاسد يشعر بأَنَّهُ غير محظوظ بما يكفي لامتلاك شيء مرغوب فيه، أو أَنَّهُ يرى أَنَّ للآخرين شيء قد يحبّ أَنْ تكون لديه؛ فإنَّهُ قد يكون مترددًا في أَنْ ينسب مثل هذه المشاعر إلى الحسد؛ لأَنَّها قد تكون مدمرّة لصورته الذاتية؛ فإنَّ الاعتراف بها أمر صعب للغاية؛ لأَنَّها غير مرغوبة اجتماعيًا(George, 2020: 165).

وفي الحقيقة إنَّ الأفراد غالبًا ما يقومون بإجراء مقارنات اجتماعية مع الآخرين بصورة لا شعورية وهم غير مدركين للقيام بها، إلَّا أَنَّ لذلك آثارًا ملحوظة بالنسبة لظهور الحسد، إذا ما قورنت أحيانًا بصورة سلبية في اللاشعور، ومن ثَمَّ يمكن أَنْ يكونوا غير مدركين لمشاعر الحسد، لكن ما يدركونه أَنَّهم سيؤدون الإرادة السيئة نحو الهدف أو الشخص الآخر(المتفوق)، وعند محاولة تفسير هذه المشاعر السلبية لأنفسهم؛ فإنَّهم قد يضخمون أخطاء صغيرة في هذا الشخص (المتفوق)، أو أَنَّهم يخترعون الأخطاء التي لا وجود لها، وذلك تبريرًا لأنفسهم بأَنَّهم لا يشعرون بالحسد، وعليه، فإنَّ هذه المبررات في الواقع قد تشكل وجهة نظر سلبية أكثر بكثير من الهدف المتفوق (Smith, 2008: 77).

وأشارت دراسة كوهين وكارش ومولر(Cohen-Charash & Mueller, 2007) إلى أَنَّ "الظلم الملحوظ قد يصبح في حدّ ذاته مصدرا للحرمان، ويثير الحسد من شخص لآخر، لأَنَّ الشخص الذي يعاني من معاملة غير عادلة قد يستنتج أَنَّهُ عضو غير مهم في المجتمع (Cohen, et al., 2007: 667).

وأكدّت دراسة سمث وكيم (Smith & Kim, 2007) أَنَّ الحسد يؤدي إلى التعاسة الشخصية (Smith & Kim, 2007: 46)، كما أشارت دراسة (العقيبة، ٢٠٠٩) إلى أَنَّ الأفراد من المتعلّمين وغير المتعلّمين يؤمنون بالحسد وقيامهم بممارسات وطقوس معينة تتفاوت بحسب تنشئتهم الاجتماعية، والأسرية لحماية أنفسهم من الحسد من وجهة نظرهم (العقيبة، ٢٠٠٩: ٦).

ولما كانت المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الفرد والتي تتكون فيها توجهاته المستقبلية وطريقته في ادارة المواقف الحياتية التي يمر بها، لذا فان الطلبة ذو الوعي العاطفي الاعلى لديهم مستوى اكاديمي اعلى ويستطيعون تنظيم عواطفهم وانفعالاتهم بشكل افضل ولديهم تحكم ذاتي يمكنهم من اتخاذ خيارات افضل (Moore, ٢٠٢٠:٤٣).

ان الخبرة الانفعالية تعد جزءا مهما واساسيا في البناء النفسي للإنسان، لذا أكدت البحوث الدراسات على أن المنظومة الانفعالية في تكوين الفرد معقدة وتمتلك ثباتا نسبيا، وهي التي ترسم معالم الشخصية الانسانية منذ الطفولة، فالأفراد الذين يتمكنون من تمييز مشاعرهم وامزجتهم يتمكنون من ادارتها بشكل جيد ويستطيعون تفهم انفسهم وتفهم محيطهم وتكوين علاقات جيدة مع الاشخاص من خلال فهمهم لانفعالات من يتعاملون معهم وبالتالي يتميزون في كل المجالات الاجتماعية والعلمية ويصلون مرحلة الشعور بالرضا التام عن انفسهم، وان الادارة الجيدة للعواطف والانفعالات والوعي بهما تمكن الفرد من ضبط الذات والمقدرة على ضبط الانفعالات وتنظيمها سواء للفرد نفسه او مع الاخرين(عبد الحليم،٢٠١٣:١٤).

وقد تحسست الباحثة عن طريق تواجدها كتدريسية في الجامعة معاناة الطلبة في الوسط الجامعي وجود المقارنات الاجتماعية بين الطلبة والتي قد تؤدي استجابات سلوكية غير مرغوب فيها، وتكون مؤذية، كأَنْ يسيئ الزميل لزميله، أو زميلته، أو محاولة الانتقاص من الآخرين بسبب النجاح والتفوق، أو محاولته للتخريب وتشويه سمعته؛ فإنَّ انفعالات الحسد داخل الجامعة قد تؤدي إلى انعدام الصداقات وانتشار العدوان بين الطلبة وتولدت مشكلة البحث لدى الباحثة من مطالعاتها في أدبيات علم النفس والمتمثلة في الشخصية الحسودة وعلاقتها بالوعي العاطفي؛ إذ وجدت أَنَّ العلاقة بين المتغيرين لم يتم تناولها في أي دراسة عربية ومحلية أو أجنبية في حدود (إطلاع الباحثة)، على الرغم من وجود اتساق نظري يشير إلى وجود هذه العلاقة، فضلًا عن أَنَّ عدم معرفتنا بطبيعة هذه العلاقة تمثل فجوة معرفية وتربوية ينبغي التصدي لها والتحقق منها عن طريق دراسة علميّة وموضوعية.

ومن هنا تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن السؤال الآتي: ما طبيعة العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي؟

أهمية البحث:

تكمن أهمية الدراسة على أَنَّها من الدراسات المهمة التي تنظر إلى الشخصية الحسودة والوعي العاطفي على أَنَّهما عنصران مهمان في حياتنا اليومية، فهما يعدّان من المفاهيم التي رافقت وجود الإنسان على الأرض، فطلبة الجامعة لديهم حاجات وطموحات ورغبات تفوق حاجات المجتمع؛ الأمر الذي يجعل الطالب الجامعي يسعى إلى تحقيق طموحاته وأهدافه؛ محاولًا بذلك بلوغ أفضل مستوى بين محيطه(Smith & Kim, 2007: 46).

فالتقدّم وتحقيق النجاحات في شتى ميادين الحياة غاية من غايات الإنسان؛ فالشخصية الحسودة كان لها دور كبير في العديد من الأحداث التاريخية والدينية، كما في قتل قابيل لأخيه هابيل بدافع الحسد، ويعدّ الدِّين المسيحي الشخصية الحسودة أشبه بخطيئة مميتة مؤذية للحاسد والمحسود، وعلى الرغم من أَنَّ هناك فروقًا للحسد، فضلًا عن ذلك فإنَّ هذه المشاعر والتصورات تقود بالنتيجة إلى رؤية سلبية للمجتمع اتجاه الحسد بوصفها سمة انفعالية، وعاطفية، وإدراكية، ودافعية (Lange & Crusius, 2015: 284).

وقد تزايدت العناية العلميّة بالشخصية الحسودة في الآونة الأخيرة؛ لما لها من أثر بالغ في الفرد والمحيطين به؛ إذ تُعَدُّ الأساس لأغلب المشكلات النفسية والاجتماعية وتؤدي إلى أفعال غير مرغوب بها كالعنف والانتحار؛ فالفرد يواجه كثير من المواقف والحالات غير المرغوب فيها في حياته اليومية وكثير من الأحداث التي تنطوي على مصادر القلق، وعوامل الخطر، والتهديد في جميع مجالات الحياة، وقد تتأثر شخصية الفرد بسبب آثار تلك المواقف (النيال وآخرون، ١٩٩٧: ٨٥).

فالشخصية الحسودة موجودة بكثرة في كُلّ مجتمع، وموجودة بدرجة أقل أو أكثر في كُلّ إنسان؛ فهي عاطفة خطيرة ومدمرّة بصورة خاصة تؤدي إلى العدوان والعنف القادران على تدمير المجتمعات؛ إذ يشعر الإنسان بالتهديد الدائم بالحسد على نفسه وعلى مجتمعه، ويخشى عواقب حسده، وعواقب حسد الآخرين، تؤدي بشعوره إلى القلق وعدم الارتياح (George, 2020: 1).

وقد حظيت الشخصية الحسودة بعناية الفلاسفة وعلماء الاجتماع والانثروبولوجيا؛ فقد أجمعوا الفلاسفة بأَنَّها شعور بالانزعاج للحظ الجيد لشخص آخر، ويرجع هذا الفهم للحسد إلى القرن الرابع قبل الميلاد؛ إذ عرّفها أرسطو (Aristotle, 1954: 350) بأَنَّها: "الألم الناجم عن الحظ السعيد للآخرين، وفي تعريفه لم يضيف أرسطو عنصرًا محددًا للحسد"، ويقول أفلاطون: "لقد عرفنا بأَنَّ الشخصية الحسودة هي الألم الروحي"، ويجادل كانت (Kant, 1997) بأَنَّ مقارنة الذات مع الشخص المتفوق تقع في جوهر الشخصية الحسودة؛ وهكذا لا تكون هي الألم، الذي يحدث عندما يقوم الآخرون بعمل جيد أو ناجح؛ بل بالأحرى هو الألم، الذي ينشأ عندما يحسن الآخرون من أحوالهم، وينعكس هذا في تعريف الحسد لباروت وسمث، الذي يستعمل في كثير من الأحيان في الأدب النفسي الاجتماعي: "وتنشأ الشخصية الحسودة عندما يفتقر الفرد إلى جودة عالية للإنجاز، أو الحيازة للآخر ويرغب بها، الذي افتقر إليها" (Parrott & Smith, 1993: 906).

ويرى سجوك (Schoeck,1966) أَنَّ ديناميات العلاقة الثلاثية للحسد بين الحاسد والمحسود والشيء المرغوب به هي عالمية، ومن المرجح أَنْ تكون مشتركة في الثقافات والمجتمعات جمعيها، ومع ذلك، ما هو غير عام هو قيمة الشيء المحسود، ومن هو الحسود، ومن كونه محسودًا، ويذكر سجوك أَنْ تكون محسودًا وَأَنْ تعتمد على معانٍ مختلفة وتعتمد على السياق الثقافي والاجتماعي المحدد، على سبيل المثال: يصبح النّاس الغربيون فخورين حينما يحسدهم الآخرين؛ لأَنَّ الحسد معترف به اجتماعيًا؛ ولكن في الوقت نفسه يشعرون بالخوف من الحسد، وطرحت العلوم الاجتماعية العديد من النظريات على افتراض أَنَّ الإنسان العادي يسعى إلى أقصى حدّ في الإنتاج والملكية؛ فالبلدان النامية يرغبون في تحقيق أكبر قدر ممكن للتقدّم، وبالمقابل فقد وصفت الشخصية الحسودة بالطابع السلبي؛ لأَنَّهُ يكون شعور الشخص الحاسد برغبته أَنْ يكون لدى الآخرين أقل مِمَّا لديه، أو لا شيء على الإطلاق بدلًا من منح الآخرين الحق في الحصول على المزيد؛ فمن الصعب العثور على دليل على غياب دور الشخصية الحسودة في موقف اجتماعي معين، وفي أحسن الأحوال يمكن للشخص الحسود أَنْ يقمع حسده عن طريق قبول امتياز الشخص الآخر؛ حتّى لا يشعر بحسده، سيكون من المرجح بصورة عامة إخفاء الحقيقة (Schoeck, 1969: 28).

أما عالم الانثروبولوجيا فوستر (Foster,1972) فقد أشار إلى أَنَّ الشخصية الحسودة ظاهرة بشرية موجودة فعلًا وشائعة في أغلب المجتمعات، وتوجد بدرجات متفاوتة بين النّاس، وأَنَّها انفعال خطير ومدمر؛ لأَنَّها تنطوي على العداء، الذي يؤدي إلى العدوان والعنف القادر على تدمير المجتمعات، ويرى فوستر أَنَّهُ من المحتمل أَنْ يكون العداء ناتجًا بسبب العبء، أو الكتم الهائل، الذي يحمله الحسد علينا لدرجة أَنَّنا نعارض في الاعتراف بالحسد أو نكرهه، ومناقشته بصورة صريحة أو علني، إلَّا في حالات خاصة كالتنافس، ونتيجة لذلك يستعمل الأفراد في كُلّ مجتمع أشكالًا ثقافية رمزية تعمل وظيفتها على التواؤم أو السيطرة على الأخطار التي يرونها تنبع من الشخص الحاسد، ولاسيّما الخوف من الحسد (Foster, 1972: 165).

وأشارت الدراسات السابقة لفيثر وسمث وآخرين إلى أَنَّ مشاعر عدم الاستحقاق والشعور بالظلم الذاتي تثير العداء في الحسد؛ إذ إنَّ الحسد الكيدي الذي يؤدي إلى العداء أكثر عرضة للاستفزاز في الحالات غير المستحقة، في حين أَنَّ الحسد البريء أكثر عرضة للاستثارة في الحالات المستحقة (حسين، ٢٠١٩: ١٩).

وأشارت دراسة دافي وآخرون (Duffy et al., 2008) إلى أَنَّ المعاملة التفاضلية لبعض الأفراد قد تعزز المقارنات السلبية التي تقود للحسد (Duffy et al., 2008: 167).

وأشارت دراسة (الحامدي، ٢٠٠٥) إلى جُملة من الأفكار التي تتعلّق بظاهرة العين من منظور علميّ مسلطًا الضوء على كيفية تولد الظاهرة وتوقيت تولدها، وانتهى البحث بتقديم عدد من الخطوات للوقاية من العين والحسد (الحامدي، ٢٠٠٥: ٥).

وأكدت دراسة دافي وشو (Duffy&Shaw,2000) أَنَّ الأشخاص الحسودين قد يعبرون عن مشاعر الحسد عن طريق محاولة إعاقة أداء منافسهم الناجحة عن طريق التخريب والطعن بالظهر (Duffy & Shaw, 2000: 20).

إنَّ الإحباط الذي يشعر به الفرد الناتج من عدم الرضا، والعجز الناجم عن احتمالية تحقيق الهدف كُلّ منهما يؤدي إلى انخفاض قيمة الذات ومشاعر الدونية، ولما كان البشر مندفعين بطبيعتهم برغبة قوية لتقييم ذاتهم أو أنفسهم؛ فيمكن لهذه التقييمات الذاتية أَنْ تشكل توجهاتهم وتعاملهم إلى مواقف الحياة وأحداثها(Quintanilla & Lopiez, 2012: 2).

ان معرفة الفرد بعواطفه وانفعالاته تؤثر في ادائه للأنشطة اليومية من خلال معرفة انفعالات الفرد وجوانب القوة والضعف لديه واحساسه القوي بقيمة الذات والقدرة على تنظيم واستثمار الجهد لتحقيق اعلى اداء، ويرتبط الوعي العاطفي بتنظيم الذات اي ادراك المرء للانفعالات التي يشعر بها مع معرفة الاسباب التي ادت للوصول اليها(ابو جادو، ٢٠٠٠:٣٧).

ان الوعي العاطفي والانفعالات لها الدور الفعال في تفسير الشخصية الانسانية كما اكد Bandura ان للاتزان الانفعالي دور كبير في قدرة الفرد على اداء المهام والانشطة بشكل اكثر كفاءة، فالأفراد يمكنهم معرفة انفسهم وادراك افكارهم من خلال حالتهم الانفعالية التي كونها الافراد لأنفسهم(Bandura،١٢١:١٩٩٣).

ان ضرورة اهتمام البحوث النفسية بمتغير الوعي العاطفي لأنه يعتبر احد المتغيرات المسؤولة عن تنظيم السلوكيات الوجدانية والانفعالية خاصة في مجال تنظيم الذات وتكوين المواقف والاتجاهات ذات الطابع الانفعالي لتبدو منطقية وقابلة للتطبيق الميداني والتعامل السهل للاستجابات السلوكية على نحو صحيح (Papoutis& Athanasios, 2018:45).

لذا ان الاهداف النفسية التي تستند على مهارة الوعي العاطفي ضرورية في تنمية الوعي لدى الافراد وخاصة فئة طلبة الجامعة والتي تقوم على قدرة تحمل الفرد للمسؤولية تجاه تصرفاته المرتبطة بالانفعال والمشاعر والتعامل معها سواء كان التعامل سلبي او ايجابي لتحقيق جودة الحياة وتكيف اعلى في المجتمع (Nscdc,2004:89).

إذ تُعَدُّ الجامعة مؤسسة تعليمية ثقافية تقوم بتلبية حاجات المجتمع الضرورية عن طريق إعداد الملاكات المتخصصة، فضلًا عن أنّها تلبي احتياجات المجتمع ومطالبه وتحقق أهدافه بترسيخ قيمه ومثله العليا عن طريق إعداد جيل تتوافر فيه صفات شخصية مرغوبة، قادرة على التغلب على التحديات والصعوبات، أو الأزمات، أو المواقف التي تواجهه في حياته(Feather, 1994: 26).

اما جولمان يرى ان الفرد الذي يعي انفعالاته وبإمكانه ضبطها يستطيع تحقيق الامن النفسي والاستقرار والتوافق مع المجتمع وبالتالي ينعكس هذا الاستقرار على الشخص نفسه وتحقيقه لأهدافه وتقديره لذاته (جولمان،٢٠٠٥: ٥٩).

لذا فأن الوعي العاطفي عملية تتضمن الكثير من الدوافع الداخلية وذلك لأنه احد اهم مخرجات القرارات التي يتخذها الفرد في حياته والتي تنعكس على تعزيز ثقته بنفسه ويحقق المسؤولية الكاملة في تأثير النشاطات عليه بشكل كامل وتفصيلي (Seibert et al، 2011:981-1003).

ويمكن تلخيص أهمية هذا البحث في كونه يدرس شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم طلبة الجامعة بالاضافة الى انه يسلط الضوء على متغيرين لهما اثر كبير في بناء العلاقات الانسانية بين الناس عامة وطلبة الجامعة وهما سمة الحسد بوصفها ظاهرة سلبية وشعور سيء ينشر في المجتمع مشاعر الاستياء والعداء نتيجة الاحساس بعدم المساواة، والوعي العاطفي الذي قد يكون له تأثير في الحد من المشاعر السلبية والتي تؤدي الى الحسد وهذا بذاته يعد إضافة جديدة ومن الموضوعات المهمة للمكتبات العلميّة والتربوية في العراق يُفاد منها الباحثين والطلبة. كونه لا توجد دراسة تناولت هذين المتغيرين مع بعضهما على حد علم الباحثة.

أهداف البحث:

يستهدف هذا البحث التعرف إلى:

١. الشخصية الحسودة لدى طلبة الجامعة.
٢. الوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة
٣. العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة.
٤. الفروق في العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعًا لمتغير الجنس (ذكور- إناث).
٥. الفروق في العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعًا للتخصص (علميّ- إنساني).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بدراسة الشخصية الحسودة وعلاقتها بالوعي العاطفي لدى طلبة كلية التربية/ الجامعة المستنصرية الدراسة الصباحية ولكلا الجنسين في التخصصين العلمي والإنساني للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢).

تحديد المصطلحات:

أَوّلًا: الشخصية الحسودة (The Envious Personality)

١. سمث (Smith, 1996):

"تجربة عاطفية غير سارة يحملها الشخص؛ لأَنَّهُ يفتقر إلى ما يمتلكه الآخرون من إنجازات وتفوق: (Smith, 1996:158-168).

٢. فرانك (Frank, 2010):

"هي إحدى الصفات التي يتصف بها الفرد المتمثلة بسلسلة من الدوافع، والعواطف، والإدراكات، والاحتياجات، والرغبات التي لم يتم تلبيتها، بحيث تضغط على الوعي، وتعزز مشاعر الحسد، وتؤدي إلى أفعال يمكن أَنْ تقود الصحة النفسية إلى الخطر" (Frank, 2010: 1).

التعريف النظري:

تبنت الباحثة تعريف فرانك (Frank, 2010) للشخصية الحسودة وذلك كونها اعتمدت مقياس (عبد الامير ٢٠٢١) المعتمد على نظرية فرانك في بنائه.

التعريف الإجرائي: نظاق سلوكي يقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الشخصية الحسودة المعتمد في هذا البحث.

ثانيا:الوعي العاطفي Emotional Awareness

عرفه **Golman** (١٩٩٨) هو التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين، وعلى تحفيز ذاتنا وإدارة انفعالاتنا وعلاقتنا مع الآخرين بشكل فعال (Golman،9:2005).

التعريف النظري: بما ان الباحثة قد تبنت مقياس (رجا) والذي تم بنائه اعتماداً على انموذج جولمان **(Golman)** في الوعي العاطفي لذا فقد اعتمدت تعريفه.

التعريف الاجرائي: هو نطاق سلوكي يقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن طريق اجابته على مقياس الوعي العاطفي المعتمد في هذا البحث.

الشخصية الحسودة

مقدمة في الشخصية الحسودة:

إنَّ بناء الإنسان يبدأ من مفهوم أصلي، أَلا وهو السيطرة على النوازع النفسية والسيادة على الذات، والانفعالات، والتميز، والغايات وتحقيق الأهداف، وما وجد لتحقيق نفسه؛ لذا فإنَّ الإنسان في ظل الأوضاع المختلفة يبذل الجهود لتحقيق ذاته وإثبات قدراته؛ لكن البشر غير متساوين في تحقيق هذه الدوافع، فعلى الرغم من تشابهها، إلَّا أنَّها مختلفة في درجتها وشدتها (يونس، ٢٠٠٧: ٤١٩).

وإنَّ لدى الإنسان رغبة فطرية قوية في الحصول على مكانة اجتماعية، تتطلب حاجة متزايدة إلى الإعجاب والتقدير والسلطة، أو الهيبة (Kenrick & et al., 2010)؛ إذ أشارت الأبحاث إلى أنَّ تحقيق المكانة والهيبة يعزز تقدير الذات، ويخفض الاكتئاب، ويرفع مستوى الرفاهية الذاتية ويزيد من إدراك الآخرين لكفاءة الفرد، وفي ضوء هذه الفوائد، تثير التهديدات للمكانة الشخصية للفرد استجابة انفعالية شديدة، ومن ثمَّ فإنَّ مصادفة الفرد ذو المكانة العالية قد تثير دافعًا يهدف للوصول إلى مكانته أو التقليل من قيمة نجاحه، وهو ما يعرف بدافع الشخصية الحسودة (Lange & Crusius, 2015:540).

جذبت الشخصية الحسودة انتباه العديد من المنظرين في مختلف العلوم الاجتماعية؛ إذ ترجع بدايات دراسة الشخصية الحسودة إلى الفلاسفة، الذين قاموا بتحليلها بمختلف الجوانب، فقد قدّم أرسطو المقارنات الاجتماعية؛ لأنَّها جوهر الحسد؛ فمن دون المقارنات لا يمكن أَنْ ينشأ الحسد، وقد شدد أرسطو على أهمية المقارنات الاجتماعية في ظهور العديد من الانفعالات (مثل المنافسة، والحسد، والشفقة). وتُعَدُّ المقارنات الاجتماعية جزءًا من الطبيعة البشرية، وذكر أرسطو من المتوقع أَنْ تؤدي كُلّ مقارنة إلى مشاعر الحسد؛ إذ إنَّ المقارنات الاجتماعية يمكن أَنْ تؤدي إلى نتائج مختلفة، الأولى: يمكن أَنْ تكشف عن تفوق المرء نفسه عندما يكون أداؤه أفضل من غيره، أو عندما يكون الأفضل بين الآخرين، الثانية:، يمكن أَنْ تعطي مؤشرًا لوجود نقص المرء نفسه عندما يكون أداؤه أسوأ من الآخرين، أو عندما يكون أدنى بين الآخرين، في هذه الحالة تكون نتيجة المقارنة سلبية وتولد الألم؛ إذ يحدد أرسطو أَنَّ المقارنات الاجتماعية السلبية يمكن أَنْ تولد الحسد، وهنا أدخل أرسطو عنصرًا أساسيًا في تعريف الحسد: وهي الدونية؛ فقد كتب أرسطو "الشخصية الحسودة هي ألم مزعج يثار نتيجة لرخاء ورفاهية الآخرين"، فيركز الحاسد على وضعية المحسود، الذي يمتلك شيء، أو سمة، أو حاجة يفتقر إليها الحاسد؛ إذ إنَّ امتلاك السمة المرغوبة يمنح المحسود تكون ميزة يتفوق بها على وضع الحاسد؛ إذ تكون تلك الميزة كصورة تذكر الحاسد بهذا النقص، وتكون مؤلمة ومؤذية بالنسبة له، وهي مصدر الحسد؛ فقد ذكر أرسطو: "نحن نحسد الآخرين، الذين يمتلكون شيء مرغوب، أو من ينجحون في مجال معين وهذا الشيء يكون بمنزلة تأنيب، أو لوم" (Aristotle, 1941:1886- 1388).

وأكد هيوم أهمية المقارنات الاجتماعية الموجودة في الطبيعة البشرية، والدور الرئيس الذي تؤديه في تقييم الذات وتقديرها، ويذكر أَنَّ "المقارنة الاجتماعية هي طريقة مؤكدة لزيادة تقييمنا لأي شيء"؛ أي المقارنات الاجتماعية التي تؤدي إلى تقييم إيجابي لها تأثير إيجابي في تقدير الذات، في حين أَنَّ المقارنات الاجتماعية التي تؤدي إلى التقييم السلبي لها عواقب سلبية على تقدير الذات؛ فتلك الحالة الأخيرة هي التي تكون مولدة للحسد (Hume, 1991: 217).

صفات الشخص الحاسد:

١. شخصية الحاسد تكون ظاهرة وباطنة؛ لكن مهما حاول إخفاءها فله علامات تبيّن ذلك، بتغير لونه، وتخوص عينه، وإخفاء سلامه، والإقبال على غيرك، والإعراض عنك، والاستثقال لحديثك، والخلاف لرأيك.

٢. الشخص الحاسد يكون بخيلًا بما ليس عنده، فهو يحقد على الفرد إذا أفاد غيره، ويتمنى أَنْ يرجع له، ولا يرزق أحدًا سواه، ومن صفاته النفاق والحقد.

٣. الشخص الحاسد يفقد حريته، ويصبح عبدًا مملوكًا لحسده، ولا يستطيع ضبطه وكتمانه حتّى يتمرد عليه بظهوره (سلامي، ٢٠١٦: ٢٥-٢٦).

النظرية المعتمدة في تفسير الشخصية الحسودة:

نظرية فرانك (Frank, 2010):

فسّر فرانك (Frank) الشخصية الحسودة في نظريته على أَنَّها استكشاف مفاهيمي للفرضيات والتخمينات حول التركيب المعرفي والعاطفي الأساسي للعقل (بنيته التحتية وإمكاناته التنموية)، وإبراز معنى الشخصية الحسودة والحسد بصورة عامة؛ لذا تُعَدُّ هذه الشخصية ضعيفة الفعالية في مجالات الحياة كافة، ولا يرى صاحبها السعادة والرضا بالنفس؛ لأَنَّهُ أساس السعادة هي رضا الفرد بما تتوافر لديه، ولا يحقق النجاحات بسبب رغبته ومحاولته في إفساد نجاحات الآخرين وتخريبها؛ أي إنَّها تكون مملوءة بالانتقام والعدوان اتجاه الأشخاص المحسودين، وفي أكثر الأحيان تكشف هذه الشخصية بسهولة عندما لا يستطيع الشخص الحاسد أَنْ ينفذ، أو يحصل على ما يريده ويتمناه عن طريق آرائه وكلماته على الآخرين، وعندما تصل الشخصية الحسودة عند مستويات عالية تُعَدُّ شخصية مريضة وضارة في حدّ ذاتها، حتّى وإنْ لم تظهر وتكشف؛ لأَنَّ هذه الصفة قد تنعكس سلبًا في أساليب حياة صاحبها في البيت والمؤسسة، أو أي وسط اجتماعي، أو اقتصادي، أو ثقافي... وغيرها (Etchegoyen, 2003: 45-58).

لذا فالشخصية الحسودة هي إحدى الصفات التي يتصف بها الفرد المتمثلة بسلسلة من الدوافع، والعواطف، والإدراكات، والاحتياجات، والرغبات التي لم يتم تلبيتها، حتّى تضغط على الوعي، وتعزز مشاعر الحسد، وتؤدي إلى أفعال يمكن أَنْ تقود الصحة النفسية إلى الخطر، وقد حدد فرانك ثلاثة أبعاد عن طريق تعريفه للشخصية الحسودة:

الأولى: الدوافع تتجسد عن طريق الانتقاء، الذي ينبه الفرد على الموارد ذات الصلة التي يتمتع بها الآخرون، التي تحفز لديه السلوكيات للحصول على تلك الموارد.

الثانية: إنَّ العواطف إحساس سلبي يشعر به الفرد، الذي يفتقر للحصول على مكاسب أو ميزات فرد آخر مرغوبة شخصيًا.

الثَّالثة: الإدراكات فهي تنبع من الوعي والتوق الشديد لوجود شيء، أو سمة مطلوبة اجتماعيًا يمتلكها فرد آخر (Frank, 2010: 55)؛ حتّى يقاوم النّاس الاعتراف بحسدهم ورُبَّما أكثر من أي عاطفة أخرى؛ لأَنَّها تُعَدُّ صفة ذميمة وغير مرغوب بها اجتماعيًا ونفسيًا؛ لأَنَّ الاعتراف بالحسد هو الإعلان عن شعور المرء بالدونية والعداء فهو أمر مخجل، فهي تُعَدُّ من خطايا السبع المميتة تعلّم النّاس أَنْ يبتهجوا بثروات الآخرين الجيدة، وتقدّم تهديدًا كبيرًا للنفس، وعلى الرغم من أَنَّ أَوّل آلام للعاطفة ممكن أَنْ يكون سببها الحسد؛ لأَنَّهُ يسبب تهديد للذات أو للنفس؛ فالشخصية الحسودة عادةً ما تكون مخادعة؛ أي يمكن أَنْ يستطيع الشخص الحاسد يخفي حسده، أو تحويله إلى مشاعر أخرى مقبولة اجتماعيًا؛ أي يمكن أَنْ ينجذب الشخص الحسود للأشخاص الناجحين، أو يقوم بتهنئتهم؛ حتّى يخدع المراقبين والنفس على حدّ سواء، أو عادةً ما يجدون طرائقًا لتبرير عدائهم عن طريق النظر إلى الميزة على أَنَّها غير جيدة؛ أي تصبح هذه الميزة منخفضة القيمة في نظرهم، أو الشخص المحسود معيب أخلاقيًا، ويشعرون بالسخط والغضب منه (Frankel, 1977: 275).

فالشخصية الحسودة يمكن أَنْ تكون حميدة هي أضعف الأنواع نسبيًا فهي التعبير السلبي من عاطفة الإعجاب، وتكون خالية من العداء وذو طبيعة غير خبيثة وهي مرغوبة اجتماعيًا، فهي تسمح للأشخاص الحسودين بتقديم أنفسهم بصورة إيجابية عن طريق مدح الآخرين بحيث تشير إلى دافع تحسين الذات، ففي هذه النسخة المطهرة من الشخصية الحسودة يمكن عَدّ الحسد كقوّة محفزة تلهم دافعية المحاكاة التنافسية على مستوى الفرد، وهذا يعني أَنَّ الشخصية الحسودة الحميدة غير مؤذية؛ ولكن محاولة (مواكبة الآخرين) يمكن أَنْ تؤدي إلى آثار مؤذية لا يجب إغفالها (Neubauer, 1982: 24).

ويمكن أَنْ تكون الشخصية الحسودة خبيثة، وتكون الجانب الأكثر ظلمة للحسد؛ إذ إِنَّ الحاسد لا يطمح فقط إلى أَنْ يصل إلى مستوى المحسود نفسه؛ ولكنه يأمل أَنْ يفشل، وترتبط الشخصية الحسودة الخبيثة أكثر بعواطف الاستياء، وتحتوي على عنصر العدائية الموجهة نحو المحسود؛ لذا قد تتحول مشاعر العدائية إلى نوايا وأفعال سيئة (Parrott, 2000: 319).

فالشخص الحاسد يكون لا واعيًا بحسده، وهذا الحسد يكون إحساسًا بدائيًا؛ فتختلط عنده مشاعر الدونية والحرمان والعجز والضيق العدائي المقترن بالرغبة في السرقة والإفساد المزايا الموجودة عند الآخرين، ويمكن أَنْ يكون الشخص الحاسد واعيًا عن طريق قوّة في الرغبة على امتلاك موارد كبيرة، والرغبة في السلطة، والسيطرة، والقدرة على التصرف، فالاحتياجات غير المبالاة والرغبات اللاواعية التي تضغط على الوعي وتعزز مشاعر الحسد ؛ فيمكن أَنْ تقود الصحة النفسية إلى الخطر (Roth, 2008: 90).

فالشخص الحسود تخرج منه قوّة (عين الشر)، أو (النحس) تسمى بالطاقة الكهرومغناطيسية، أو موجات تتوجه نحو الشخص المحسود، أو تكون موجهة إلى شيء معين؛ فهذه الطاقة يمكن أَنْ تقوم بتدمير الشخص المحسود وإفساد الشيء وتخريبه؛ أي ممكن أَنْ تسهم هذه الطاقة في إحداث التغيير وتحقيق النتائج، ويمكن تعريف هذه القوّة بأَنَّها: القدرة على التحكم والتأثير، أو الإكراه على الآخرين والبيئات عن طريق التلاعب بالموارد، ويكون سبب توليد الحسد لدى الشخص هو نشاط الإجهاد البيئي، الذي يتعرّض له (Frank, 2010: 5).

وقد تبنت الباحثة هذه النظرية؛ لأَنَّها من أنسب النظريات التي يمكن الاعتماد عليها في تفسير مفهوم الشخصية الحسودة، وفي تفسير النتائج التي ستتوصل إليها الباحثة، كونها فسرت الشخصية الحسودة بصورة مفصلة وواسعة عن طريق تعريف وأبعاد الشخصية الحسودة، كما انها تُعَدُّ نظرية حديثة نسبيا.

الوعي العاطفي Emotional Awareness

مفهوم الوعي العاطفي

لقد اولى الباحثين والعلماء عناية كبيرةَ بالخبرات الانفعالية وكيفية نموها لدى الفرد، وهذا الاهتمام مهّد الطريق أمام استحداث مفهوم الوعي العاطفي وتوظيفه في البحوث النفسية. وبدأت البحوث والدراسات تسعى لمعرفة الفرد وانفعالاته ومقدار وعيه بهذه الانفعالات على يد علماء النمو، وكانت أولى الدراسات على يد عالم نفس النمو(Harris،1993) في البحث عن مفهوم الاطفال للانفعالات وتفسيرهم للحالات الانفعالية، وتأثير الانفعالات على حياتهم النفسية، وفهمهم لكيفية التعبير عن المشاعر، على سبيل المثال: القدرة على ترميز وفهم تعابير الوجه (De Rosnay& Harris, 2002: 39).

وقد قدم مصطلح الوعي العاطفي على يد الباحثين(لين ريتشارد RichardLane وزميله شوارتز Schwartz،) العاملين في مجال الأمراض العقلية والعلوم السلوكية في مدرسة شيكاغو الطبية، وذلك في عام ١٩٨٧، عبر مجلة الجمعية الأمريكية في الطب النفسي، ان الهدف من هذا المفهوم، هو ايجاد نظرية إدراكية تطورية في وعي الإفراد لانفعالاتهم وانفعالات الاشخاص المحيطين بهم، لإيجاد نقطة التقاء بين الحالات الانفعالية الطبيعية والشاذة، وكانت فرضيتهم الأساسية (أن الوعي العاطفي هو نوع من المعالجة المعرفية، تمر بخمسة مستويات من بُنى تحولية على طول سلسلة تطورية معرفية، تعود اصولها الى نظرية (بياجيه Piaget) في النمو المعرفي. و يقترح العلماء في تطبيق هذا الإنموذج، أن يكشف لهم عن مدى النمو العاطفي للأطفال والراشدين، والكشف عن مشكلاتهم النفسية أثناء البحث والعلاج النفسي(Lane & Schwartz،133 :1990).

ويرى (لين، ٢٠٠٠) أن الوعي العاطفي يعد أهم مهارات الذكاء الانفعالي الآن، والمتمثل بالقدرة على تقويم الانفعالات والاستجابة لها والتمكن من التفكير الدقيق فيها (Lane،174 :2000).

وقد لاحظ الباحثون من خلال ابحاث ودراسات واسعه تضمنت عشرات الالاف من الاشخاص ان نجاح الفرد وسعادته في الحياة لا تتوقف فقط على التحصيل الدراسي ومستواه، وانما يحتاجان الى نوع آخر من الذكاء سموه الذكاء الوجداني قدم (بيتر سالوفي وجون ماير) (Peter salovey & John mayer) أنموذجا للذكاء العاطفي او الذكاء الانفعالي في كتابهما: الخيال، والمعرفة، والشخصية (cognition & personality،Imagination). وكان احد مكونات الذكاء العاطفي أو الذكاء الوجداني هو الوعي الانفعالي (السمادوني،٢٠٠٧: ٩٨).

يعد سالوفي ومايز رائدا دراسات الادراك والوعي العاطفي والتي كان قد بدأها مع مجموعة اخرى من الباحثين منذ عام ١٩٨٥ حيث عرفا الانفعال بأنه قدرة الفرد على رصد مشاعره وانفعالاته الخاصة ومشاعر الآخرين وانفعالاتهم، وان يميز الفرد بينهم وان يستخدم هذه المعلومات في توجيه سلوكه وانفعالاته (عبد الحليم،٢٠١٣: ١٤).

إن الوعي العاطفي يتضمن معرفة الفرد بانفعالاته وعواطفه، فهو قدرة الفرد على أدراك ووصف الانفعالات التي تحدث داخله ويشعر بها والانفعالات الخاصة بالمحيطين به، إذ من خلال هذه القدرة يكون لدى الفرد قدراً من العمق وأتساع المعرفة في فهم حالاته الداخلية الانفعالية، والتعبير عنها كالغضب والخوف والسعادة (Barchard et al،13 :2008).

لهذا فإن ما يميز العواطف في حياة الفرد أنها تشمل مقدرته على تميز مشاعره وفهمها، وفي ذات الوقت فهم مشاعر المحيطين به، اذ أن الانفعالات ليست مفيدة ولا تطور في الفرد إذا كان لا يتمكن من فهم عواطف ومشاعر الاخرين في مواقف الحياة، وإذا لم يستوعب الحالات الانفعالية الداخلية في حياة الأشخاص الذين يتفاعل معهم، لأن وعي الفرد ونظرته إلى انفعالاته وانفعالات الآخرين هو أساس نموه وتعاطفه واستمراره (Harris،36 :1999).

ان تنمية الوعي العاطفي لدى الأفراد يمكن أن يؤدي الى:

١. فهم الفرد لنفسه وللمحيطين به يجعله يصل الى مرحلة متقدمة من الوعي العاطفي وتمكنه من ادراك وتسمية وفهم مشاعره ومعرفة اسبابها والتمييز بين المشاعر السلبية والايجابية.

٢. تقبل الفرد لنفسه وتقبله للأخرين وتكوين الاواصر والمشاعر الايجابية تجاه نفسه او تجاه المحيطين به ليحقق التفاهم والتعاطف مع محيطة سواء الأسرة او الرفاق.

٣. يتمكن من تحمل المسؤولية الذاتية من خلال تحكمه من ادارة انفعالاته وعواطفه وكيفية التعبير عنها بشكل يسمح له بالانسجام مع المجتمع.

٤. مقدرة الفرد على ايجاد هويته الشخصية في المجتمع بمعنى ان الفرد الذي يمتلك مستوى عالٍ من الوعي العاطفي يساعده على تحليل وادراك علاقته مع الاخرين وامكانيته في حل المشكلات في العلاقات وتعزيز الروابط والعلاقات مع الاخرين (Doty، 2007: 41)

لذلك جذبت هذه القدرة اهتمام علماء النفس، لتوفير بيئة انفعالية آمنة، وتطوير مهارات الأفراد وتعليمهم استراتيجيات تجعلهم يوظفون قدراتهم ومهاراتهم، من أجل تحقيق افضل انسجام نفسي مع أنفسهم ومع الآخرين، وإدراك وفهم وإدارة انفعالاتهم وعواطفهم في تلبية احتياجاتهم (البيولوجية والاجتماعية) (Denham،1998:93).

أنواع الوعي العاطفي:

ينقسم الوعي العاطفي الى نوعين، هما:

١.الوعي الانفعالي الذاتي: هي قدرة الفرد على قراءة انفعالاته والتعرف عليها، أي الانتباه إلى الحالات الداخلية التي يشعر بها، من قبيل الحزن أو السعادة أو الغضب وقت حدوثها. (جولمان، ١٩٩٥)، ويتضمن هذا النوع من الوعي ما يأتي:

- المقدرة على تمييز الانفعالات و تحديدها.
- إدراك اسباب الانفعالات ولماذا تحدث؟
- ما الذي ينبغي أن نفعله تجاه الانفعالات ؟ (دويتي، ٢٠٠٧:٥٢)

ويبدأ ظهور الوعي الذاتي العاطفي في نهاية السنة الثانية من حياة الافراد عندما يصل الأفراد إلى حدث معرفي مهم وهو الاهتمام بأنفسهم، والنظر إليهم على أنهم موضوعات، مع فهم واضح أنهم كذلك منفصلون عن الآخرين، وهذا ما يمكّن الأفراد بين نهاية السنة الثانية وفي بداية السنة الثالثة من تجربة مشاعر الوعي الذاتي، من قبيل التعاطف والخجل. (Lewis،136 :2002)

وبمرور الزمن، يطور الأفراد معرفة بمشاعرهم، ويصبحون قادرين على فهم المعلومات الانفعالية المعقدة وتمييزها وفقًا للمواقف الانفعالية التي يواجهونها في حياتهم ومواقفهم اليومية. وقد يكون لديهم أيضًا القدرة نتيجة لنمو الوعي الذاتي على استعمال معالجات المعلومات الانفعالية هذه لدعم العمليات الانفعالية على مستوى أكثر من قبيل التعاطف، وإدارة انفعالات الآخرين، وإدراك المواقف الانفعاليـة المعقدة (Barchard et.al،147 :2008)

٢. الوعي بإنفعالات الآخرين: وهو القدرة على التعرف على مشاعر الآخرين، وكيف يمكن أن يشعر الشخص بمشاعر الشخص الآخر وهذه القدرة تتيح للفرد معرفة انفعالات أفراد أسرته وأصدقائه وأبناء جيرانه، واكتشاف انفعالاتهم والاستجابة لها سواء كانت هذه الحالات الانفعالية سعادة أو حزنا أو خوفا من أشياء مخيفة؛ لذا يتركز هذا القسم من الوعي الانفعالي بإدراك الفرد أن الناس الآخرين يمكن أن يكونوا مختلفين عنه، وذلك يساعد الفرد في التواصل انفعاليا واجتماعياً مع الافراد الآخرين، من خلال مشاركتهم مشكلاتهم وأفراحهم ومساعدتهم في تجنب الظروف الصعبة (Saarni،16 :1999).

النظرية المعتمدة في تفسير الوعي العاطفي

نظرية جولمان – ١٩٩٥

جولمان له انموذج في الذكاء العاطفي قدم مبادئه النظرية في كتاب اسماه الذكاء العاطفي قدم فيه خمس مكونات للذكاء العاطفي وهي خلفية معرفية لأسس الذكاء العاطفي التعاطف مع الآخرين وضبط الذات والوعي بالذات وفن الاستماع وادارة الانفعالات، جولمان اعطى اهمية لوعي الذات واعتبره مكون اساسي للذكاء العاطفي، جولمان يرى أن كل الانفعالات في جوهرها هي دوافع لأفعالنا وهي الخطط الفورية للتعامل مع الحياة التي وجدت من خلال التطور في كياننا الإنساني (جولمان،١٩٩٨: ٦٧).

ويرى جولمان ان الوعي العاطفي هو قدرة الفرد على فهم انفعالاته ومعرفة التمييز بين انواعها وقدرته على ضبط الانفعالات والتعامل معها بشكل ايجابي، ولقد تحددت ملامح نظريته بشكل اوضح عندما تركزت في ان الوعي العاطفي يشير الى القدرات الكامنة لدى

الفرد والتي تمكنه من السيطرة على مهارات الوعي بالذات وادارة الذات والوعي الاجتماعي وأدراة علاقات الفرد مع الاخرين من محيطه وهذا مبني على كفاءة الفرد ذاته، فالوعي العاطفي يطور الفرد للوصول الى مستوى النجاح من خلال تطوير افكاره ومهاراته (Cherniss & Goleman,2001:22).

واشار جولمان من اننا للوهلة الأولى نعتقد أن مشاعرنا واضحة... ولكن قدرا أكبر من التفكير والتأمل يذكرنا بأننا جميعا غافلون عما شعرنا به تجاه شيء ما في الحقيقة أو يوقظ فينا هذه المشاعر فيما بعد. وقد استخدم علماء النفس مصطلحا ثقيلا اسمه (ما وراء المعرفة) « إشارة إلى الوعي بعملية التفكير واستخدموا مصطلح » ما بعد الانفعال ليشير إلى تأمل الإنسان لانفعالاته.

لقد فضل جولمان مصطلح الوعي بالذات Self awareness عن الانتباه إلى الحالات الداخلية التي يعيشها الإنسان. وبهذا الوعي التأملي للنفس يقوم العقل بملاحظة ودراسة الخبرة نفسها بما فيها من انفعالات. إن خاصية الوعي هذه تماثل ما وصفه فرويد بـ(الانتباه الموزع) والذي أوصى به المحللون النفسيون. هذا الانتباه يستوعب ما يمر على الوعي بنزاهة وتجرد بوصفه شاهدا مهتما لكنه غير فاعل بعد، ويسمي بعض علماء النفس هذه العملية بمراقبة الذات أي قدرة الوعي الذاتي الذي يتيح للعالم النفسي أن يرصد ردود أفعاله هو على أقوال المريض والكيفية التي تتولد بها التداعيات الحرة لدى المريض النفسي. ويبدو أن مثل هذا الوعي بالذات يتطلب تحفيز قشرة المخ الجديدة وخاصة الأجزاء المتخصصة في اللغة التي تنتبه لتحديد وتسمية الانفعالات المثارة. والوعي بالذات ليس انتباها يؤدي إلى الانجراف بالعواطف والمبالغة في رد الفعل وتضخيم ما ندركه حسيا بل هو طريقة محايدة تحافظ على تأمل الذات حتى في أثناء العواطف المتهيجة. إذ اكد على أن الوعي بأنفسنا أمر جوهري للبصيرة النفسية أي القدرة الذهنية التي تعززها معظم عمليات العلاج النفسي (جولمان،١٩٩٨: ٨٥-٨٧).

كما استشهد جولمان في راي لأرسطو في كتابه الفلسفي: (الأخلاق إلى نيقوماخوس) الذي تناول فيه الفضيلة والشخصية والحياة الطيبة يمثل التحدي الرئيسي في دعوته إلى إدارة حياتنا العاطفية بذكاء فعواطفنا إذا مورست ممارسة جيدة ستحوز الحكمة وعواطفنا هي التي تقود تفكيرنا وقيمنا وبقائنا،غير أنها يمكن أن تخفق بسهولة وهذا ما يحدث كثيرا. إن المشكلة في رأي أرسطو ليست في الحالة العاطفية ذاتها ولكن في سلامة هذه العاطفة وكيفية التعبير عنها، ومن ثم فالسؤال هو: كيف نسبغ الذكاء على عواطفنا والتحضر على شوارعنا والاهتمام والتعاطف على حياتنا المجتمعية. (جولمان،١٩٩٨: ١٤).

إذ يعتقد جولمان ان الوعي بالانفعال هو قدرة انفعالية مهمة تُبنى على أساسها قدرات أخرى مثل السيطرة الذاتية على الانفعال.هكذا يعني الوعي الذاتي بإيجاز أن نكون مدرك. لحالتنا النفسية وتفكيرنا بالنسبة لهذه الحالة المزاجية نفسها(جولمان،١٩٩٨: ٨٨).

منهجية البحث وإجراءاته

منهجدية البحث:

تم اعتماد المنهج الوصفي في الدراسات الارتباطية لملائمته مع اهداف البحث فالمنهج الوصفي يهدف الى دراسة الوضع الحالي للظاهرة أو الخاصية المراد دراستهاعن طريق جمع البيانات المطلوبة تمهيداً للاجابة عن تساؤلات محددة بدقة تتعلق بالظاهرة أو الخاصية موضع الدراسة وذلك باستخدام أدوات مناسبة (الآغا، ٢٠٠٢: ص٤٣).

مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة كلية التربية الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢) للدراسة الصباحية ولكافة المراحل ولكلا الجنسين وقد بلغ حجم المجتمع (٤٦٢٨) طالباً وطالبة موزعين على (٩) اقسام (٣) علمية (٦) انسانية كما موضح في الجدول (١).

الجدول (١)

توزيع افراد مجتمع البحث حسب الجنس والتخصص

القسم	ذكور	اناث	المجموع
التاريخ	٢٣٦	٢٣٢	٤٦٨
الجغرافية	٢٥٧	٢١١	٤٦٨
الفيزياء	٣٩٤	٢٦٠	٦٥٤
الرياضيات	٤٩٠	٣١٩	٨٠٩
الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	١٦٣	٨٧	٢٤٠
علوم الحاسبات	٢٩٥	٢٠٥	٥٠٠
العلوم التربوية والنفسية	١٣٢	٨٠	٢١٢
اللغة العربية	٣٢٠	٥٥٢	٨٧٢
علوم القرآن	٢٢٧	١٧٨	٤٠٥
المجموع	٢٥٠٤	٢١٢٤	٤٦٢٨

(قسم التخطيط والاحصاء)

ثانياً: عينة البحث:

من الخطوات المهمة في البحوث التربوية والنفسية هي اختيار افراد العينة التي ينبغي أن تكون ممثلة للمجتمع الأصلي على النحو الصحيح (عودة وملكاوي، ١٩٩٢، ص٢٢٥). وقد اختيرت عينة البحث الحالي بالطريقة العشوائية البسيطة حيث بلغ حجم العينة (٢٠٠) طالب وطالبة موزعين على كافة الاقسام والمراحل ولكلا الجنسين كما موضح بالجدول (٢).

جدول (٢)

يوضح توزيع افراد عينة البحث

القسم	ذكور	اناث	المجموع
التاريخ	١١	١١	٢٢
الجغرافية	١١	١١	٢٢
الفيزياء	١٢	١٢	٢٤
الرياضيات	١٢	١٢	٢٤
الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	١١	١١	٢٢
علوم الحاسبات	١٢	١٢	٢٤
العلوم التربوية والنفسية	١٠	١٠	٢٠
اللغة العربية	١٠	١٠	٢٠
علوم قرآن	١١	١١	٢٢
المجموع	١٠٠	١٠٠	٢٠٠

ثالثا: أداتا البحث

لما كان البحث الحالي يهدف الى قياس الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لغرض معرفة العلاقة بينهما فانه من الضروري ان تستخدم الباحثة مقياسين احدهما لقياس الشخصية الحسودة والآخر لقياس الوعي العاطفي. وبعد اطلاع الباحثة على الدراسات والمقاييس السابقة التي تناولت متغيري البحث فقد تبنت مقياس (عبد الامير ٢٠٢١) لقياس الشخصية الحسودة والذي يتكون بصورته النهائية من (٢٣) فقرة أمام كل واحدة منها تدرج إجابة خماسي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابدا)، فتكون اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب هي (١١٥) واقل درجة (٢٣) وبمتوسط فرضي (٦٩). أما بالنسبة للوعي العاطفي فقد قامت الباحثة بتبني مقياس (رجا ٢٠١٨) والذي يتكون بصورته النهائية من (٣٠) أمام كل واحدة منها تدرج إجابة خماسي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابدا)، فتكون اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب هي (١٥٠) واقل درجة (٣٠) وبمتوسط فرضي (٩٠) وقد قامت الباحثة بالإجراءات الآتية للتحقق من الخصائص السايكومترية للمقياسين وكالآتي:

١. **تحليل الفقرات Items Analysis**

تحليل الفقرات هو عملية فحص أو اختبار استجابات الأفراد عن كل فقرة من فقرات الاختبار وتضم هذه العملية الكشف عن مستوى صعوبة الفقرة وقوة تمييزها. ويقصد بتمييز الفقرة قدرة الفقرة على تمييز الفروق الفردية بين الأفراد الذين يملكون الصفة من الذين لا يملكونها (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١، ص٧٤). ومن اجل تحقيق ذلك قامت الباحثة باستخراج القوة التميزية عن طريق (أسلوب المجموعتين المتطرفتين) Extreme Groups Method للمقياسين وكالآتي:

١- رتبت الدرجات التي حصلت عليها العينة من أعلى درجة إلى أوطأ درجة.

٢- اختيرت نسبة الـ (٢٧%) العليا والدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين، وقد تكونت عينة التحليل من(٢٠٠) طالب وطالبة، اذ يشير نناللي الى إن نسبة عدد افراد العينة الى عدد الفقرات ينبغي ان تكون بنسبة (١:٥) لعلاقة ذلك بتقليل خطأ الصدفة في عملية التحليل الاحصائي(Nunnally, 1978, 262) وأشارت (انستازي) الى ان افضل حجم لعينة تحليل الفقرات لحساب قوتها التمييزية عند استخدام المجموعتين المتطرفتين بنسبة (٢٧%) في كل مجموعة وبذلك يكون حجم عينة تحليل الفقرات (١٠٨) وبعد تطبيق الاختبار التائي (T- Test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة ظهر أن الفقرات جميعها مميزة.

٢. صدق مقياسي الشخصية الحسودة والوعي العاطفي:

الصدق Validity من الخصائص الأساسية في بناء المقاييس النفسية، ويشير إلى مدى صلاحية استخدام درجات المقياس في القيام بتفسيرات معينة (أبو علام، ١٩٨٩، ص١٤٤). والاختبار الصادق هو الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع لأجلها (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١، ص٣٩). وقد قامت الباحثة باستخراج الصدق الظاهري Face Validity ويشير هذا النوع من الصدق إلى مدى ما يبدو أن الاختبار يقيسه، بمعنى ان الاختبار يضم فقرات يبدو أنها على صلة بالمتغير الذي ُيقاس، وان مضمون الاختبار متفق مع الغرض منه. ويتحقق هذا النوع من الصدق بقيام عدد من الخبراء والمختصين بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للصفة المراد قياسها(الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص١٣٠). وقد تحقق ذلك في عرض مقياسي الشخصية الحسودة والوعي العاطفي على نخبة من الخبراء والمختصين (الملحق رقم ١)، واخذ آرائهم حول مدى صلاحية كل فقرة من فقرات المقياسين لقياس الصفة المراد قياسها ومدى ملاءمتها لمجتمع البحث. وقد حصلت جميع فقرات المقياسين على نسبة اتفاق اكثر من (٨٠%).

٣. ثبات مقياسي الشخصية الحسودة والوعي العاطفي:

الثبات Reliability من المفاهيم الأساسية في القياس يجب توافره في المقياس لكي يكون صالحاً للاستخدام. يمكن القول أن كل اختبار صادق هو ثابت بالضرورة، في حين لا يمكن القول أن كل اختبار ثابت هو صادق بالضرورة، ذلك لان الاختبار الصادق الذي يقيس فعلا ما أُعد لقياسه تكون درجته معبرة عن الأداء الحقيقي أو القدرة الفعلية للفرد. ومادامت الدرجة على المقياس الصادق تعبّر عن هذه الوظيفة بدقة، فإنها تكون ثابتة في الوقت نفسه (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص١٤٣- ١٤٤). وقد قامت الباحثة باستخراج الثبات للمقياسين بطريقتين وكالآتي:

أ. طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: (Test,Retest Method): وهي طريقة تستعمل للحصول على معامل ثبات، وذلك عن طريق تطبيق المقياس مرتين على العينة نفسها بفاصل زمني مناسب؛ ليتم التأكد من استقرار المقياس عبر الزمن (Anastasi,1976:110)، وقد طبقت الباحثة المقياسين على عينة مكونة من (٥٠) طالب وطالبة من قسمي (العلوم التربوية والنفسية والفيزياء)، وبعد مرور (١٤) يومًا قامت الباحثة بالتطبيق الثاني، وبعد الانتهاء من التطبيقين حللت الإجابات، واحتسبت الدرجات، وقد استعملت الباحثة معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين الأوّل والثَّاني؛ فكان معامل الارتباط بالنسبة لمقياس الشخصية الحسودة (٠,٧٦)، أما بالنسبة لمقياس الوعي العاطفي فكانت (٠,٧٨) وتُعَدُّ قيمة معامل الثبات جيدة؛ إذ أشار (عبدالرحمن، ١٩٨٥) إلى أَنَّ معامل الثبات إذا كان أعلى من (٠,٧٠) فإنَّ ذلك يعد مؤشرًا جيدًا على ثبات المقياس (عبدالرحمن، ١٩٨٥: ٥٨).

أ- طريقة التجانس الداخلي

اختارت الباحثة طريقة معامل الفا كرونباخ. تستند فكرة هذه الطريقة، التي تمتاز بتناسقها وامكانية الوثوق بنتائجها، الى حساب الارتباطات بين درجات جميع فقرات المقياس على اعتبار ان الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته، ويؤشر معامل اتساق أداء الفرد، أي التجانس بين فقرات المقياس (الإمام وآخرون، ١٩٩٠، ص١٥٩). ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة الفا كرونباخ على درجات افراد العينة، فكانت قيمة معامل ثبات مقياس الشخصية الحسودة (٨١,٥%)، أما قيمة معامل ثبات مقياس الوعي العاطفي فكانت (٨٨,٣%) وهو مؤشر اضافي على ان معامل ثبات المقياسين جيد.

رابعاً: الوسائل الإحصائية Statistical Devices

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences) (SPSS) في إجراءات تبني المقياسين وفي تحليل النتائج للبحث باستخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

١- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T- Test لاستخراج تمييز فقرات المقياسين.

٢- معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation

استخدمت هذه الوسيلة الإحصائية في المواضع الآتية:

أ. استخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار لكلا المقياسين.

ب. استخراج العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي.

٣- معادلة سبيرمان –بروان التصحيحية.

٤- معادلة الفا كرونباخ لاستخراج ثبات المقياسين.

٥- الاختبار التائي لعيّنة واحدة للتعرف على الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى عينة البحث.

٦- الاختبار الزائي لمعرفة دلالة الفروق في العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي على وفق متغيري الجنس والتخصص.

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول: تعرف الشخصية الحسودة لدى طلبة كلية التربية:

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الشخصية الحسودة بلغ (٨٥,٦٨٥) درجة بانحراف معياري قدرهُ (١٢,٨٥٢) درجة، وعند مقارنة الوسط الحسابي مع المتوسط النظري للمقياس البالغ (٦٩) درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (١٨,٣٥٩) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) أي إنها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩)، والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

يبين نتائج الاختبار التائي لإجابات العينة ككل على مقياس الشخصية الحسودة

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٢٠٠	٨٥,٦٨٥	١٢,٨٥٢	٦٩	١٩٩	١٨,٣٥٩	١,٩٦	٠,٠٥ غير دالة

وتؤشر هذه النتيجة ان طلبة كلية التربية إلى أَنَّ عينة البحث لديهم شخصية حسودة بشكل عالٍ قياسًا بالمتوسط الفرضي للمقياس، وهذا يدل إلى أَنَّ طلبة الجامعة يتصفون بشخصية حسودة، وقد فسّر (Frank, 2010) ذلك إلى طبيعة المقارنات الاجتماعية؛ لأَنَّها جوهر الشخصية الحسودة، ولاسِيَّمَا أَنَّ الجامعة تضم ثقافات مختلفة؛ فالحسد هو من إحدى المواقف التي يتعرّض لها الطالب الجامعي في أثناء تفاعلاته اليومية؛ فمثلًا عندما يتحدث الطالب عن درجة حصل عليها، أو ما حققه من نجاح؛ فيثير رغبة الطلاب الآخرين في امتلاك هذه الأشياء. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (العقيبة، ٢٠٠٩: ٦) ودراسة (عبد الامير٢٠٢١).

الهدف الثاني: تعرف الوعي العاطفي لدى طلبة كلية التربية

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الوعي العاطفي بلغ(١١٢,٧١) درجة بانحراف معياري قدرهُ (١٥,٧٩٤) درجة، وعند مقارنة المتوسط المحسوب مع المتوسط النظري لمقياس الوعي العاطفي البالغ (٩٠) درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٢٨,٧٦٠) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩)، والجدول (٤) يوضح ذلك.

الجدول (٤)

يبين نتائج الاختبار التائي لإجابات العينة ككل على مقياس الوعي العاطفي

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة	
					المحسوبة	الجدولية		
٢٠٠	١١٢,٧١	١٥,٧٩٤	٩٠	١٩٩	٢٨,٧٦٠	١,٩٦	٠,٠٥	دالة

وتشير النتيجة المعروضة الى وجود وعي عاطفي عند طلبة الجامعة، وذلك لأَنَّ القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة الجدولية، وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء ما جاءت به نظرية (جولمان) يرى أن كل الانفعالات في جوهرها هي دوافع لأفعالنا وهي الخطط الفورية للتعامل مع الحياة التي وجدت من خلال التطور في كياننا الإنساني (جولمان،١٩٩٨:٩٥) وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة الياسري (٢٠٢٢).

الهدف الثالث: تعرف العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة كلية التربية:

ولتحديد طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون، فأظهرت النتائج الموضحة بالجدول (٥).

الجدول(٥)

يوضح قيمة معامل الارتباط بين المتغيرات ومستوى الدلالة

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الشخصية الحسودة والوعي العاطفي	٢٠٠	٠,٤٦٧-	٠,٠٥ دال

تشير هذه النتيجة الى وجود علاقة سلبية (عكسية) بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي وتفسر الباحثة هذه النتيجة على وفق نظرية جولمان ان الافراد يطورن بمرور الزمن معرفتهم بمشاعرهم، ويصبحون قادرين على فهم المعلومات الانفعالية المعقدة وتمييزها وفقًا للمواقف الانفعالية التي يواجهونها في حياتهم ومواقفهم اليومية. وقد يكون لديهم أيضًا القدرة نتيجة لنمو الوعي الذاتي على استعمال معالجات المعلومات الانفعالية هذه لدعم العمليات الانفعالية على مستوى أكثر من قبيل التعاطف، وإدارة انفعالات الآخرين، وإدراك المواقف الانفعالية المعقدة.

الهدف الرابع: تعرف الفروق في العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي بحسب متغير الجنس

ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بمعالجة البيانات إحصائياً وذلك باختبار الفروق بين معاملات الارتباط من خلال استخدام الاختبار الزائي، وكما موضح في الجدول (٦).

الجدول (٦)

دلالة الفروق في معاملات الارتباط بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي بحسب متغير الجنس

المتغير	المجموعة	العدد	معامل الارتباط	معامل فيشر	القيمة الزائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الشخصية الحسودة والوعي العاطفي	إناث	١٠٠	٠,٠١٣ -	٠,٠١٥	٠,٠٧	١,٩٦	٠,٠٥ غير دالة
	ذكور	١٠٠	٠,٠٦٩ -	٠,٠٧			

وتدل النتائج المعروضة في الجدول أعلاه على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين معاملات الارتباط القائمة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي بحسب متغير الجنس مما يعني ان الفروق في العلاقة الارتباطية لا تتأثر بالجنس.

الهدف الخامس: تعرف الفروق في العلاقة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي لدى طلبة الجامعة تبعًا للتخصص (علميّ- إنساني).

ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بمعالجة البيانات إحصائياً وذلك باختبار الفروق بين معاملات الارتباط من خلال استخدام الاختبار الزائي، وكما موضح في الجدول (٧).

الجدول (٧)

دلالة الفروق في معاملات الارتباط بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي بحسب متغير التخصص

المتغير	المجموعة	العدد	معامل الارتباط	معامل فيشر	القيمة الزائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الشخصية الحسودة والوعي العاطفي	علمي	١٠٠	٠,٠٢٦ -	٠,٠٣٠	٠,١٥	١,٩٦	٠,٠٥ غير دالة
	انساني	١٠٠	٠,٠٣٢ -	٠,٠٣٥			

وتشير النتائج المعروضة في الجدول أعلاه على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين معاملات الارتباط القائمة بين الشخصية الحسودة والوعي العاطفي بحسب متغير التخصص مما يعني ان الفروق في العلاقة الارتباطية لا تتأثر بالتخصص(علمي- انساني) وقد يعود ذلك كون طلبة الجامعة من كلا التخصصين يتعرضون لنفس المؤثرات النفسية والانفعالية وظروفهم تكاد تكون متشابهة وخصوصاً في البيئة الجامعية.

رابعاً: التوصيات:

واستكمالاً للفائدة المتوخاة من البحث، فإن الباحثة تقدم التوصيات الآتية:

١. على التربويين والتدريسيين نشر المحبة والتعاون بين الطلاب، عن طريق عقد ندوات ومؤتمرات في الجامعات، والتركيز على أَنَّ الحسد هي صفة مذمومة ويكون صاحبه دنيء مهين النفس.

٢. على المؤسسات الإعلامية نشر معلومات دينية في الإذاعة والتلفزيون حول مفهوم الحسد، ولاسِيَّمَا في ظل الظروف التي نتعرّض لها في الوقت الراهن.

٣. الاهتمام وتسليط الضوء على أهمية الانشطة الطلابية التي تسهم في نشر الوعي واقامة علاقات متوازنة بين الطلبة.

٤. الاهتمام بتهذيب طرق التعبير عن الانفعالات لدى الطلبة وتشجيع الانشطة التي تساهم في رفع الوعي العاطفي لديهم كالاعمال التطوعية والمبادرات الانسانية.

المقترحات:

١. اجراء دراسات مشابهة للبحث الحالي على شرائح اجتماعية مختلفة ومقارنتها بنتائج البحث الحالي.
٢. اجراء دراسات اخرى تتناول الشخصية الحسودة مع متغيرات اخرى.
٣. اجراء دراسات اخرى تتناول الوعي العاطفي مع متغيرات اخرى.

المصادر

- الاغا، احسان (٢٠٠٢). **البحث التربوي وعناصره، مناهجه وادواته، ط٣**، الجامعة الاسلامية، غزة.
- أبو جادو، صالح محمد علي (٢٠٠٠): **علم النفس التربوي**، ط ٢، دار المسيرة للنشر، عمان.
- ابو علام، رجاء محمود، ١٩٨٩، **مدخل الى مناهج البحث التربوي**، الكويت، مكتبة الفلاح،ط١.
- الإمام، مصطفى وعبد الرحمن، انور حسين والعجيلي، صباح حسين(١٩٩٠)، **القياس والتقويم**، بغداد، جامعة بغداد.
- جولمان، دانيال (٢٠٠٥): **الذكاء الانفعالي**، الطبعة الثانية، ترجمة د. هشام الحناوي، هلا للنشر والتوزيع، الجيزة، جمهورية مصر العربية.
- ـ (١٩٩٥): **الذكاء العاطفي**، ترجمة: ليلى الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، العدد ٢٦٢
- الحامدي، محمد فيض الله (٢٠٠٥): **الحسد والعين بين الموروث الاجتماعي والتفسير العلميّ**، مجلة المعرفة، الجمهورية العربيّة السورية.
- حسين، دنيا عبّاس (٢٠١٩): **الحسد على وفق مستويات المقارنة الاجتماعية**، كليّة التربية، الجامعة المستنصرية.
- دوتي، جوين (٢٠٠٧)، **تنمية الذكاء العاطفي من الروضة الى الصف الثامن**، ترجمة مهى قرعان، مركز القطان للبحث والتطوير التربوي، رام الله.
- رجا، قيس سلمان.(٢٠١٨). **الذكاء المنظومي والوعي الانفعالي وعلاقتهما بنسق المعتقدات لدى التدريسيين في الجامعة**، اطروحة دكتوراه، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد.
- الزوبعي، عبد الجليل، واخرون، ١٩٨١، **الاختبارات والمقاييس النفسية**، مطابع دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- السمادوني، السيد إبراهيم (٢٠٠٧): **الذكاء الوجداني، أسسه، تطبيقاته، تنميته**، الطبعة الأولى، دار الفكر، الأردن – عمان.
- عبد الحليم، علي رحيم (٢٠١٣): **المزاج وعلاقته بإدارة الانفعال لدى النازحين في مدينة بغداد"** بحث منشور، كلية الآداب جامعة بغداد.
- عبدالرحمن، عيسوي (١٩٨٥): **القياس والتجريب في علم النفس والتربية**، دار المعارف الجامعية، بيروت.
- العقيبة، هند سحر (٢٠٠٩): **السحر رموزه، دلالاته ووظائفه دراسة انثروبولوجية اجتماعية لمدينة بانياس**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كليّة الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة دمشق.
- النيال، مياسة أحمد وعبدالله وهشام إبراهيم (١٩٩٧): **أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها ببعض الاضطرابات الانفعالية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة قطر**، المؤتمر الدولي الرابع لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- يونس، محمد محمود (٢٠٠٧): **سيكولوجيا الدافعية والانفعالات**، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمّان.
- Anastasia A. (1976): **Psychological Testing**, New York, Macmillian Publishing Inc.
- Bandura, A.(1993). **Perceived Self-Efficacy in Cognitive Development and Functioning. Educational Psychologist**, 28, 117-148.
- Barchard.et, al, (2008**). Emotional Awareness: Computer and Hand Scoring of an Open-Ended Test**. Report presented at the American Psychological Association convention, San Diego, CA.
- Cheriness,C & Goleman,D.(2001):**the emotional Intelligent work** place Journal.8(1) p,912.

- Cohen-Charash Y., & Mueller, J, S. (2007): **Does Perceived Unfairness Exacerbate Or Mitigate Interpersonal Counterproductive Work Behaviours Related To Envy?**, Journal of Applied Psychology, 92: p.667
- Denhams، S (1998): **Emotional development in young children.** California: Augmentative communication، Monterey. Inc.
- DeRosnay & Harris،(2002), (1991): **Are conceptualization of effect of under nutrition on children's biological، psychological، and behavior development**. Social Policy Report the Society for Research in child Development، Vol (10)، No 5.
- Doty، G (2007): **Fostering Emotional intelligence in K – 8 student.** Crowin press: Sage Publication، INC.
- Duffy, M, K., & Shaw, J, D. (2000): **The Salieri Syndrome: Consequences of Envy In Groups**, Small Group Research, 31: p.20.
- Etchegoyen, R.H., and C.R. Nemas.2003.**Salieris Dilemma: A Counterpoint Between Envy and Appreciation**. Int. J. Psychoanal: pp.84-85.
- Frank, (2010), **Envy Theory,** Perspctives on The Psychology of Envy, pp.1-55.
- Frankel, S., Andi.Sherick. (1977): **Observations on The Development of Normal Envy. Psychoanalytic Study of The Child**: p.275.
- Harris، P(1999): **Children and Emotion: The Development of Psychological Understanding**. Oxford: Blakwell.
- Hume, D. (1991). A Treatise of Human Nature. London and New York: J.M. Dent & Sons; E.P. Dutton. In Celse, J. (2010): **Sketching Envy: From Philosophy To Psychology,** LAMETA, University of Montpellier: p.217.
- Lane., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., & Walker, P. A. (1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion**. Journal of Personality Assessment,** Vol 55، No(1–2).
- Lane, R. D. (2000). **Levels of emotional awareness: Neurobiological, psychological and social perspectives**. Psychosomatic Medicine، Vol. 60، No2.
- M, K., Shaw, J, D., & Schaubroeck, J, M. (2008): **Envy In Organizational Life**. In Smith, R, H. (2008): Envy Theory and Research, Oxford University Press: p.176
- Lange, J., & Crusius, J. (2015a): Dispositional Envy Revisited: **Unraveling The Motivational Dynamics of Benign and Malicious Envy, Personality and Social Psychology Bulletin**, 41 (2): p.540.
- Lewis، M (2002): **The emergence of human emotions Handbook of emotions (3rd.ed)**. New York: Guilford
- Moore, C. (2020, January 9). **Teaching Emotional Intelligence to Teens and Students**.https://positivepsychology.com/teaching-emotional-intelligence/.
- NSCDC (2004): **Children's Emotional Development is Built into the Architecture of their Brain**: Working Reporting to National Scientific Council on the Developing Child. No. 2.

Saarni،C (1999): **The development of emotional competence**. new York: Guilford.