



تعزيز الذكاء العاطفي لتطوير النضج الاجتماعي بين الطلبة الموهوبين

اسم الكاتب

الدكتورة مشاعل بنت سليمان الحبس

أستاذ التربية الخاصة المساعد، تربية موهوبين، جامعة الملك سعود

تم نشره بواسطة

مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة والإبداع "موهبة"

© 2025 مؤسسة موهبة. جميع الحقوق محفوظة.

للاقتباس من هذه المقالة يمكن نسخ التالي:

الحبس، مشاعل (2024، أكتوبر). تعزيز الذكاء العاطفي لتطوير النضج الاجتماعي بين الطلبة الموهوبين. مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة والإبداع (موهبة). تم الاسترجاع من:

<https://www.mawhiba.sa/qualitative-knowledge/digital-library/articles>

موهبة.. حيث تنتمي.

تعزيز الذكاء العاطفي لتطوير النضج الاجتماعي بين الطلبة الموهوبين

أستاذ التربية الخاصة المساعد، تربية موهوبين، جامعة الملك سعود

المقدمة

الكثير منا يعرف أشخاص لديهم قدرة كبيرة على فهم عواطفهم وعواطف الآخرين وإدارتها بطرق إيجابية. غالبًا هؤلاء الأشخاص يتمتعون بدرجة عالية من الذكاء العاطفي، وهو نوع من أنواع الذكاءات المتعددة الذي لقي اهتمامًا كبيرًا من قبل الباحثين والتربويين في السنوات الأخيرة (اليحيى، 2024). ويعرف الذكاء العاطفي بأنه القدرة على الفهم والتحكم بالمشاعر والعواطف الشخصية وفهم مشاعر وعواطف الآخرين على نحو إيجابي للتقليل من الشعور بالتوتر، والتواصل الفعال، والتعاطف مع الآخرين، ومواجهة التحديات والتغلب عليها. يساعد الذكاء العاطفي على بناء علاقات أقوى مع الآخرين، والنجاح في الدراسة والعمل، وتحقيق الأهداف المهنية والشخصية (Goleman, 1995).

يتكون الذكاء العاطفي من خمسة عناصر كما قسمها عالم النفس والكاتب "دانيال جولمان"، وهو أول من قدّم فكرة الذكاء العاطفي المكوّن من عناصر متعددة (Goleman, 1995) التي تتمثل في:

1. الوعي الذاتي: يشير إلى قدرة الشخص على تحديد مشاعره ومشاعر الآخرين وفهمها، ومعرفة مدى تأثيرها على سلوكه. كما يشمل متابعة المشاعر وملاحظة ردود الفعل العاطفية المختلفة، بالإضافة إلى القدرة على تحديدها تحديدًا صحيحًا. أيضًا يتضمن الوعي الذاتي إدراك العلاقة بين مشاعرنا وسلوكنا، ومعرفة نقاط قوتنا ونقاط ضعفنا، والانفتاح على التجارب والأفكار الجديدة والتعلّم من التفاعلات الاجتماعية.
2. التحكم الذاتي: يعرف التحكم الذاتي بالتعبير عن المشاعر بطريقة مناسبة، والتحكم بالمرونة، والتعامل مع التغييرات، والتحكم بالنزاع. كما يتضمن القدرة على التحكم في المواقف العسيرة وملاحظة مدى تأثير سلوك الفرد على الآخرين وكيفية التحكم في الأمور والظروف المحيطة لتسخيرها في مصلحته.
3. التحفيز الذاتي: هو أن يعتمد الشخص على تحفيز ذاته بذاته، ويطور نفسه، ويجعل نجاحاته حافزًا له بدلًا من يعتمد على الآخرين في التحفيز، وتتوقف حياته إذا توقف التحفيز الخارجي.
4. المهارات الاجتماعية: تشير المهارات الاجتماعية إلى التفاعل الفعال مع الآخرين. عندما ينجح الفرد في النقاط الثلاثة الأولى (الوعي الذاتي والتحكم بمشاعره وعواطفه وتحفيزه لذاته) فإنه في الغالب

ينجح في تكوين علاقات قوية مع الآخرين لأنه وصل لمرحلة جعلته مرتاحًا وسعيدًا مع ذاته وبالتالي أصبح مستعدًا للتعامل بنجاح مع الآخرين. وتشمل المهارات الاجتماعية المختلفة الإصغاء الفعّال، ومهارات التواصل اللفظي والتواصل غير اللفظي، والقيادة، وتطوير العلاقات.

5. التعاطف: هو القدرة على فهم عواطف الغير والتعامل معهم بناءً على هذا الفهم. ويعد التعاطف مهما في الكثير من جوانب الحياة؛ فهو ضروري لفهم الثقافات الجديدة وبيئات العمل، وتجنب الصراع وسوء الفهم..

الذكاء العاطفي والموهوبين

الذكاء العاطفي له تأثير كبير في الحياة العلمية والمهنية للموهوبين. فهو يساعد على تحسين العلاقات الاجتماعية (الغرابية، 2011). فعندما يكون الطالب الموهوب على درجة عالية من الذكاء العاطفي فإن ذلك يساعده على بناء علاقات إيجابية مع الزملاء والمعلمين كما أن التواصل الفعّال وفهم مشاعر الآخرين يعززان التعاون، يقللان من الصراعات. أيضًا الذكاء العاطفي يساعد الطلاب الموهوبين على إدارة الضغوط. الطلاب الموهوبين قد يواجهون ضغوطا أكبر لتحقيق النجاح والذكاء العاطفي يمكنهم من إدارة هذه الضغوط من خلال التعرف على المشاعر وإدارتها، وهذا يؤثر في وجه إيجابي على الأداء الأكاديمي. إضافة إلى ذلك، الذكاء العاطفي يعزز التفكير النقدي لدى الموهوبين. حيث إنّ فهم أساسيات الآخرين قد يعزز من القدرة على التفكير النقدي واتخاذ القرارات، مما يساعد في حل المشكلات الأكاديمية والشخصية على نحو أكثر فعالية. علاوة على ذلك فالذكاء العاطفي يساهم في تطوير المهارات القيادية لدى الطلاب الموهوبين مما يؤدي إلى تحقيق أهدافهم الأكاديمية والمهنية. أخيرًا الذكاء العاطفي يساعد الطلاب الموهوبين على التكيف مع المتغيرات. فالقدرة على التعرف على العواطف وفهمها والتكيف معها تجعل الطلاب أكثر مرونة في مواجهة التحديات الأكاديمية والمهنية. بالمجمل، يمكن القول إن الذكاء العاطفي يعزز من نجاح الطلاب الموهوبين أكاديميًا واجتماعيًا ومهنيًا في المستقبل (الغرابية، 2011).

هناك بعض الحقائق المهمة حول الذكاء العاطفي لدى الطلاب الموهوبين. الذكاء العاطفي يساهم في تحسين الأداء الأكاديمي والمهني للموهوبين، حيث يمكنهم إدارة مشاعرهم بشكل أفضل (2021 Casino-García et al.,) أيضًا هناك ارتباط بين الذكاء العاطفي والإبداع، حيث يساعد في استكشاف الأفكار الجديدة والتعبير عنها بطرق مبتكرة (Rosa & Buzzai, 2022) علاوة على ذلك، فإن الموهوبين الذين يمتلكون مستوى عالٍ من الذكاء العاطفي يكونون أكثر تعاطفًا وفهمًا لوجهات نظر الآخرين، مما يسهل عليهم العمل. ثم إنّ الذكاء العاطفي يساعد الموهوبين على التكيف مع التغيرات في بيئاتهم،

سواء كانت أكاديمية أو مهنية لذلك إن تنمية الذكاء العاطفي يمكن أن يكون له تأثير كبير في نجاح الموهوبين في مجالاتهم المختلفة .

توجيهات تربوية لتعزيز الذكاء العاطفي لدى الطلاب الموهوبين

تنمية الذكاء العاطفي لدى الطلاب الموهوبين يتطلب مجموعة من التوجيهات التربوية التي من الممكن أن تساعدهم في تطوير مهاراتهم الأكاديمية والاجتماعية والعاطفية. هذه بعض أبرز هذه التوجيهات (Goleman, 1995):

- 1) تعليم مهارات التعرف على المشاعر: يمكن للمعلمين استخدام أنشطة تساعد الطلاب على التعرف على عواطفهم وعواطف الآخرين على سبيل المثال تطبيق استراتيجية لعب الأدوار أو استخدام قصص تعبيرية.
- 2) تنمية مهارات التواصل: تشجيع الطلاب على التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم بشكل واضح وصريح، وتعليمهم كيفية استخدام طرق أخرى للتواصل غير التواصل اللفظي مثل استخدام لغة الجسد والتواصل غير اللفظي.
- 3) تطوير مهارات التعاطف: من الممكن تطبيق أنشطة جماعية تتطلب التعاون والتفاهم بين الطلاب، مثل العروض و المشاريع المشتركة أو الأنشطة الخدمية.
- 4) تقديم استراتيجيات إدارة الضغوط: تعليم الطلاب الموهوبين على آلية تطبيق تقنيات إدارة الضغوط مثل التنفس العميق، التأمل، والتمارين البدنية للمساعدة في إدارة التوتر.
- 5) تنمية التفكير النقدي: تشجيع الطلاب الموهوبين على تحليل المواقف العاطفية والانفعالية واستخلاص الدروس منها، مما يساعدهم على فهم أفضل لردود أفعالهم.
- 6) تعزيز العلاقات الاجتماعية: توفير بيئة مدرسية تدعم العلاقات الإيجابية بين الطلاب وتشجيعهم على التعاون والدعم المتبادل.

أثر الذكاء العاطفي على النضج الاجتماعي للموهوب

يلعب الذكاء العاطفي دورًا مهمًا في العديد من الجوانب المرتبطة بالنضج الاجتماعي لدى الطلاب الموهوبين (Gross, 2015). أولاً، كما ذكرنا سابقًا الذكاء العاطفي ينمي القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتعامل معهم على هذا النحو، مما يساعد الموهوبين على بناء علاقات إيجابية. ثانيًا، يساعد الذكاء العاطفي على إدارة المشاعر مما يؤدي إلى زيادة النضج الاجتماعي لدى الطلاب الموهوبين. القدرة على التحكم في المشاعر من الممكن أن تساعد الموهوبين في التعامل مع الضغوط والتحديات الاجتماعية، مما يؤدي إلى استجابات أكثر نضجًا. ثالثًا، الذكاء العاطفي يعزز قدرة الموهوبين على

التعاطف الأمر الذي يساعد على رفع مستوى النضج الاجتماعي لديهم. غالبًا الموهوبون الذين يمتلكون مستوى مرتفع من الذكاء العاطفي يمكنهم تطوير تعاطف أكبر، مما يعزز قدرتهم على التواصل الفعال وفهم وجهات نظر الآخرين. إضافة إلى ذلك، الذكاء العاطفي يساهم في تطوير مهارات حل النزاعات، حيث يمكن للطلاب الموهوبين استخدام ذكائهم العاطفي للوصول إلى حلول وسطى في المواقف الصعبة. أخيرًا، الذكاء العاطفي يزيد من قدرة الموهوبين على التعاون مما يعزز النضج الاجتماعي لديهم. حيث أن الأشخاص الذين يتمتعون بذكاء عاطفي مرتفع يميلون إلى التعاون بشكل أفضل مع الآخرين، مما يعزز العمل الجماعي ويزيد من فاعلية الإنجازات المشتركة (Gross, 2015).

الاستراتيجيات العلمية لتعزيز الذكاء العاطفي لدى الطالب الموهوب

من الممكن تعزيز الذكاء العاطفي لدى الموهوبين من خلال تطبيق استراتيجيات متنوعة تركز على تطوير الوعي الذاتي، والقدرة على التعامل مع المشاعر، وبناء العلاقات. فيما يلي بعض هذه الاستراتيجيات (Drigas et al., 2021; Zeidner & Matthews, 2017):

- 1) تعليم الوعي الذات: يمكن تطبيق نشاطات التأملية مثل ممارسة التأمل أو اليوغا لتعزيز الوعي الذاتي لدى الطلاب الموهوبين. كما أن كتابة المشاعر والتجار اليومية تساعد الطلاب الموهوبين على التعرف على أنماط مشاعرهم.
- 2) تطوير المهارات الاجتماعية: تشجيع الطلاب الموهوبين على المشاركة في الأنشطة الجماعية وتعزيز التواصل وبناء العلاقات مما يؤدي إلى تنمية المهارات الاجتماعية لديهم. أيضا إشراك الموهوبين في ورش عمل أو أنشطة جماعية تتطلب العمل مع الآخرين قد يساهم في تطوير المهارات الاجتماعية.
- 3) تعليم إدارة المشاعر: يمكن تدريب الموهوبين على إدارة المشاعر من خلال تطبيق استراتيجيات التعامل مع الضغوط كتقديم تقنيات مثل التنفس العميق أو الاسترخاء لتجاوز المواقف الصعبة. كذلك تقديم الدعم النفسي والمشورة يعزز القدرة على فهم وإدارة المشاعر.
- 4) تحفيز التعاطف: هناك بعض الاستراتيجيات من الممكن تطبيقها لتنمية التعاطف لدى الطلاب الموهوبين مثل أنشطة التطوع كالمشاركة في الأعمال الخيرية حيث تساعد الموهوبين على فهم مشاعر الآخرين. استراتيجية أخرى هي قراءة روايات أو قصص تعكس تجارب إنسانية متنوعة التي يمكن أن تعزز التعاطف.
- 5) توفير بيئة داعمة: إن توفير ملاحظات إيجابية وبناءة تعزز من ثقة الموهوبين بأنفسهم مما يساهم في توفير بيئة دراسية داعمة. كما يمكن للمرشدين أو معلمين دعم وتعزيز الطلاب الموهوبين عاطفيًا ونفسيًا.

إضافة إلى هذه الاستراتيجيات فإن هناك بعض المقترحات التي من شأنها تعزيز الذكاء العاطفي لدى الطلاب الموهوبين مثل دمج موضوعات تتعلق بالعواطف في المناهج الدراسية، مثل الأدب الذي يتناول المشاعر والعلاقات الإنسانية. أيضا من الممكن عمل دورات تركز على تطوير مهارات مثل التعاطف، والذكاء الاجتماعي، والتواصل الفعّال. كما يمكن استخدام نماذج من الشخصيات العامة أو الأدب تعكس مهارات الذكاء العاطفي، مما يساعد الطلاب على فهم كيفية تطبيقها في حياتهم (Cherniss, 2010). إضافة إلى ذلك، فإن تقديم تغذية راجعة تعزز الوعي الذاتي وتساعد الطلاب في التعرف على نقاط القوة والضعف العاطفية لديهم مما يساهم في تنمية الذكاء العاطفي لديهم. من خلال هذه الاستراتيجيات و المقترحات، يمكن تعزيز الذكاء العاطفي لدى الطلاب الموهوبين، مما يساهم في تطوير قدراتهم الأكاديمية والاجتماعية.

الخاتمة

في الختام، يُظهر تلاقي الموهبة والذكاء العاطفي أهمية كبيرة في تطوير الأفراد الناجحين والمتميزين. فبينما تُعتبر الموهبة عنصراً أساسياً في الابتكار والإبداع، يُساهم الذكاء العاطفي في فهم الذات، و تعزيز العلاقات الإنسانية، وتحقيق التواصل الفعّال، وإدارة الضغوط. لذلك، يجب أن نهتم بتطوير الذكاء العاطفي لدى الموهوبين، حيث يُمكن أن يساعد ذلك في تحسين أدائهم وتحقيق إمكاناتهم الكاملة. كما يؤدي الذكاء العاطفي إلى تنمية قدراتهم وإمكانياتهم وتمكينهم من التأثير الإيجابي في مجتمعاتهم. إن دمج الذكاء العقلي والذكاء العاطفي يساهم في خلق أفراد بارزين وقادرين على مواجهة التحديات. فمن خلال هذا التكامل، نضمن أن يكون الموهوبون ليس فقط مبتكرين، بل أيضاً قادة مبدعين قادرين على التأثير الإيجابي في مجتمعاتهم.

المراجع

المراجع العربية

- الغرايبة، سالم علي سالم. (2011). الذكاء العاطفي لدى الموهوبين والعاديين من طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة القصيم : دراسة مقارنة. *مجلة الجامعة الإسلامية: سلسلة الدراسات الإنسانية*, 19(1), 567-596
- اليحيى، هـ. (2024). العالقة بين مستوى الذكاء العاطفي وأساليب مواجهة ضغوط البيئة الأكاديمية دراسة ميدانية على عينة من طالب وطالبات العالقات العامة. *مجلة جامعة الملك عبدالعزيز*, 1(1), 119-157

المراجع الأجنبية

- Casino-García, A. M., Llopis-Bueno, M. J., & Llinares-Insa, L. I. (2021). Emotional intelligence profiles and self-esteem/self-concept: An analysis of relationships in gifted students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 106 -120
- Cherniss, C. (2010). Emotional intelligence: Key to a successful and rewarding career. *The Journal of Leadership Studies*, 4(3), 78-83
- Drigas, A., Papoutsis, C., & Skianis, C. (2021). Metacognitive and metaemotional training strategies through the nine-layer pyramid model of emotional intelligence. *International Journal of Recent Contributions from Engineering, Science & IT (iJES)*, 9(4), 58-76.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Rosa, A. F., & Buzzai, C. (2022). Creativity, emotional intelligence and coping style in intellectually gifted adults: Research and reviews. *Current Psychology*, 41(3), 1191-1197. doi:<https://doi.org/10.1007/s12144-020-00651-1>
- Zeidner, M., & Matthews, G. (2017). Emotional intelligence in gifted students. *Gifted Education International*, 33(2), 163-182.