

الذكاء الانفعالي وعلاقته بأنماط تعلق الراشدين

لدى طلبة السنة الرابعة علم النفس العيادي بجامعة الجزائر 2.

أ.سهام شايب الذراع

جامعة الجزائر 2

تحت إشراف: أ. خالد نور الدين

ملخص:

حاولنا من خلال هذا البحث فحص العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأنماط التعلق لدى طلبة السنة الرابعة، تخصص علم النفس العيادي بجامعة الجزائر 2. تكونت العينة من (179) طالب وطالبة. لجمع البيانات تم استخدام مقياسين، هما: مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس أنماط التعلق. وللإجابة على أسئلة البحث تم استخدام المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل فريدمان ومعامل ارتباط بيرسون. خلصت النتائج أفراد العينة يتمتعون بذكاء انفعالي مرتفع. وأن أكثر أنماط التعلق شيوعا هو نمط التعلق آمن/ تجنبني، يليه نمط التعلق الآمن، ومن ثم نمط التعلق التجنبي. كما خلصت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين الذكاء الانفعالي ونمط التعلق الآمن، وعلاقة سلبية ضعيفة جدا غير دالة بين الذكاء الانفعالي ونمط التعلق القلق، في حين لا توجد علاقة بين نمط التعلق التجنبي والذكاء الانفعالي.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي، أنماط التعلق، طلبة علم النفس العيادي.

مقدمة:

أدرجت جمعية اللغة الأمريكية الذكاء الانفعالي كأكثر المصطلحات استعمالا في أواخر التسعينات من القرن العشرين في مجال البحث التطبيقي في علم النفس (Hamarta, Deniz, Saltali, 2009, p214). ويعتبر التعريف الذي قدمه روفن بار اون (Reuven Bar-On) عام 1985، عندما اقترح معامل الانفعالية (EQ)، أول تعريف للذكاء الانفعالي، إذ يرى بأنه "القدرة على التعامل بنجاح مع المشاعر الذاتية وكذا مشاعر الآخرين" (الدردير، 2004، ص 20).

ثم عاد واقترح تعريفا آخر عام 1997، أشار فيه إلى أن الذكاء الانفعالي هو "مجموعة منظمة من الكفايات والمهارات غير المعرفية في الجوانب الشخصية والاجتماعية والانفعالية، تؤثر على قدرة الفرد في النجاح في البيئة" (علوان، 2011، ص 126).

كما ظهر مصطلح الذكاء الانفعالي على يد الباحثين جون ماير (John Mayer) وبيتر سالوفي (Peter Salovey) عام 1990، في أول إصدار حول الموضوع، عرّف فيه الذكاء الانفعالي على أنه "شكل من أشكال الذكاء، يتضمن القدرة على رصد المشاعر والانفعالات الذاتية، وكذا مشاعر وانفعالات الآخرين والتمييز بينهما، واستعمال هذه المعلومات لتوجيه الفكر والأفعال".

إلا أنهما راجعا هذا التعريف عام 1997، وعرفا الذكاء الانفعالي على أنه "القدرة على إدراك الانفعال، إدماج الانفعال لتسهيل عملية التفكير، فهم وتنظيم الانفعال لتعزيز الارتقاء الشخصي" (Stys, Brown, 2004, p 1).

قدم جولمان عام 1995 تعريفا ورد في كتابه الأول حول الذكاء الانفعالي، الذي تأثر فيه بأعمال كل من جاردنر وماير وسالوفي، يعرف فيه الذكاء الانفعالي على أنه "مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي يتمتع بها الفرد، واللازمة للنجاح المهني والنجاح في الحياة" (علوان، 2011، ص 126).

استمر جولمان في دراسته للذكاء الانفعالي، فأصدر كتابا ثانيا عام 1998 بعنوان العمل مع الذكاء الانفعالي، عرفه فيه على أنه "القدرة على معرفة مشاعرنا ومشاعر الآخرين، وحفز دافعتنا ومعالجة انفعالاتنا جيدا داخل أنفسنا وفي علاقاتنا مع الآخرين" (أحمد الدردير، 2004، ص 25).

تعكس التعريفات السابقة للذكاء الانفعالي المحاولات لإيجاد نماذج مفسرة، تحلل من خلالها مكونات الذكاء الانفعالي. التي تجسدت من خلال اتجاهين أساسيين؛ يعرف الأول باتجاه القدرة، الذي ينظر إلى الذكاء الانفعالي بأنه قدرة عقلية خالصة مثله مثل أي نوع من أنواع الذكاء. أما الثاني فيعرف بالاتجاه المختلط، ويجمع بين القدرة العقلية والخصائص الشخصية. ويمثل هذين الاتجاهين حاليا أشهر ثلاث نماذج، هي: نموذج

القدرة لماير (Mayer) وسالوفي (Salovey)، ونموذجان مختلطتان، الأول لبار أون (Bar-On)، والثاني لـ جولمان (Goleman).

هذه القدرات تتطور تدريجياً عبر مراحل نمو الفرد، من خلال تفاعله المستمر مع بيئته، إذ يشير بار أون (2006) (Bar-On) وتيتراك (Titrek) (2007) إلى أن خبرات الطفولة المبكرة لها تأثير بالغ الأهمية في تنمية قدرات الذكاء الانفعالي (Hamarta et al, 2009, p216).

ويعد التعلق أحد أشكال هذه الخبرات التي أولاهها علماء النفس قديماً وحديثاً، الاهتمام المكثف محاولين الكشف عن طبيعة هذه العلاقة، ودور كل من الطفل ومقدم الرعاية في تشكيلها، وأشكال هذه العلاقة التي تعززها طبيعة الرعاية المقدمة للطفل. تعتبر نظرية بولي الايثولوجية من أكثر وجهات النظر قبولا في الوقت الحاضر لتفسير للتعلق (أبو غزال، 2006، ص 107-111). ويعرف كل من بولي (Bowlby) وأينسورث (Ainsworth) التعلق على أنه "رابطة انفعالية قوية يشكّلها الطفل مع مقدم الرعاية الأساسي، وتصبح فيما بعد أساساً لتحقيق علاقات الحب المستقبلية" (أبو غزال، جردات، 2009، ص 45).

ويرى بولي أن الطفل عندما يتفاعل مع مقدم الرعاية فإنه يطور نماذج ذهنية عاملة لعلاقاته الاجتماعية اللاحقة، ويقصد بهذه النماذج مجموعة التوقعات المشتقة من الخبرات المبكرة مع مقدم الرعاية، تتضمن مدى وجود مقدم الرعاية واحتمالية تقديمه للدعم أوقات الضيق والتوتر، بحيث تصبح هذه التوقعات موجهات للعلاقات الحميمة مستقبلاً. وتكون هذه النماذج مشحونة انفعالياً، تساعد الفرد على تفسير سلوك الآخرين. ويرى بولي أن هذه النماذج لها جانبين: جانب يتعلق بالذات ويتضمن تقديراً لمدى جدارة الذات بالحب والدعم. وجانب يتعلق بالآخرين، يتضمن تقديراً لمدى استجابتهم والثقة بهم كشركاء اجتماعيين. (أبو غزال، 2006، ص 216).

واهتم كل من بولي واينسورث بالكتابة على نطاق واسع في موضوع تعلق الراشدين، ودعياً إلى أن تتجاوز بحوث التعلق مرحلة الرضاعة وتمتد عبر مراحل العمر الموالية. غير أن

البحوث حول تعلق الراشدين لم تأخذ مكانها المركزي بين البحوث المرتبطة بالتعلق حتى منتصف الثمانينات من القرن الماضي. وقد يعود ذلك إلى التعقيد الذي تنطوي عليه كل من النظرية وأدوات قياس التعلق في مرحلة الرشد. وأشار كل من ريد (Read) وكولين (Collins) ضمن مجالي علم النفس الاجتماعي وعلم نفس النمو، أن هناك اتفاق بشكل عام على أن طبيعة ونوعية العلاقات الوثيقة في مرحلة الرشد تتأثر بشدة بالأحداث العاطفية الناجمة عن العلاقة بين الطفل ومقدم الرعاية في مرحلة الطفولة. ومع ذلك فإن واحدة من الصعوبات الرئيسية التي تواجه البحث في مجال تعلق الراشدين، هي تعدد أنواع العلاقات التعلقية المحتملة في مرحلة الرشد. في حين لا تكاد تتعدى العلاقات القائمة بين الطفل ووالديه في مرحلة الطفولة، والتي تتوسع لتشتمل علاقات مع الأقران في مرحلة المراهقة، وعلاقات حميمية وصدقات وثيقة في مرحلة الرشد، لتصل إلى علاقة الشخص ذاته مع أولاده (Downing, 2008, 24-25).

مما سبق يمكن اعتبار نظرية التعلق نموذج تنظيم انفعالي (Feeney, 1995, Kobak and Sceery, 1988)، وانطلاقاً من وجهة النظر هذه يرى كوباك (Kobak) وسكيري (Sceery) (1988) أن النماذج العاملة الداخلية (Intral working models) للتعلق عبارة عن قواعد توجه ردود أفعال الفرد الانفعالية نحو الوضعيات الضاغطة، أو خصائص إستراتيجية تنظم الانفعالات وتوجه السلوك (Hamarta et al, 2009, p217). بناء على ما تقدم وسعياً لوصف متغيري الذكاء الانفعالي والتعلق من خلال الانتشار والتوزيع، والتحقق من طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأنماط التعلق لدى أفراد العينة، تم طرح التساؤلات التالية:

1. ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى أفراد العينة؟
2. ما هي أنماط التعلق الأكثر انتشاراً بين أفراد العينة؟
3. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي بأبعاده وكل نخط من أنماط التعلق لدى أفراد العينة؟

للإجابة على هذه الأسئلة تم صياغة الفرضيات على النحو التالي:

1. يتمتع أفراد العينة بمستوى ذكاء انفعالي مرتفع.
 2. أكثر الأنماط شيوعاً لدى أفراد العينة هي نمط التعلق الآمن يتبعه نمط التعلق التجني ومن ثم نمط التعلق القلق.
 3. وجود علاقة بين نمط التعلق الآمن والذكاء الانفعالي بأبعاده، وعدم وجود علاقة نمطي التعلق القلق والتجني وبين الذكاء الانفعالي وأبعاده الأربعة.
- للتحقق من صحة الفرضيات قمنا بعدة إجراءات منهجية تجلت في تناولات مختلفة متبنين المنهج الوصفي لتوافقه مع طبيعة بحثنا، عن طريق الوصف والتصوير الكمي وجمع المعلومات وتصنيفها وتحليلها. من أجل ذلك قمنا بإجراء البحث الميداني بقسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا بجامعة الجزائر 2، ببوزريعة. والذي بدأ بالدراسة الإستطلاعية التي امتدت من 07 مارس إلى غاية 05 أبريل، تم فيها اختبار مدى صلاحية أدوات البحث، لئتم بعد ذلك التطبيق النهائي والذي بدأ من 07 إلى غاية 22 أبريل.

مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من جميع طلبة السنة الرابعة، تخصص علم النفس العيادي المتواجدين بقسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا بجامعة الجزائر 2 ببوزريعة. والموزعين على 12 فوج، يتراوح عدد الطلبة في كل فوج بين 25 و 37 طالب.

قمنا باستعمال أسلوب العينة العشوائية البسيطة، فبعد الحصول على جداول توقيت الأفواج الاثني عشر من الإدارة، لتسهيل عملية البحث عن الطلبة، عمدنا إلى تمرير المقاييس في حصص الأعمال الموجهة لضمان تواجد جميع الطلبة، نظراً لأن المحاضرات تشهد غيابات كثيرة. ومرت عملية تمرير المقاييس بالمراحل التالية:

بعد الاتفاق مع أستاذ الحصة وتقديم موضوع البحث وموافقة طلبة الفوج على ملء المقاييس، قمنا بتوزيع قصاصات ورقية على طلبة الفوج تحمل أرقاماً، بعدها تم سحب أرقام عشوائياً من مجموعة القصاصات التي أحتفظ بها والتي تحمل نفس الأرقام الموزعة على الطلبة، وتراوح عدد القصاصات المسحوبة بين 15 و 20.

في مرحلة موالية طلبنا من الطلبة الذين يحملون الأرقام التي قمت بسحبها بالبقاء، واعتذرنا للآخرين بالانصراف. ثم قمنا بتقديم كل مقياس على حدى، مقياس الذكاء الانفعالي أولاً بعد شرح كيفية الإجابة عنه قبل الشروع في توزيعه على الطلبة. فيما بعد قمنا بقراءة بنود المقياس، الواحد تلو الآخر، مع منح الطلبة الوقت الكافي للإجابة، والتأكد من أن كل الطلبة أجابوا على البند المقروء. بعد الانتهاء من مقياس الذكاء الانفعالي وجمع الاستثمارات، مررنا إلى مقياس أنماط التعلق متبعين نفس الخطوات. تم إلغاء 9 منها من أصل 188 استمارة وذلك بسبب عدم صلاحيتها للاستعمال 3 منها لم يتم فيها تعبئة البيانات الشخصية من السن والجنس، و7 منها لم تملأ فيها جميع البنود. في الأخير بلغ عدد الاستثمارات الصالحة للمعالجة الإحصائية 179.

النسبة %	التكرار	الجنس
93,85%	168	إناث
6,15%	11	ذكور
100%	179	المجموع

الجدول رقم (1): توزيع أفراد العينة

الأدوات المستخدمة في البحث:

أولاً: مقياس الذكاء الانفعالي:

وهو مقياس طوره أحمد العلوان (2011)، بعد اطلاعه على مقياس الذكاء الانفعالي التي تضمنتها بعض الدراسات المنشورة النبهان وكمالي (2003)، عثمان ورزق (1998)، ماير وسالوفي (Mayer and Salovey) (1990)، نريمانى وبشربور (Narimani and Basharpoor) (2009)، ماير، سالوفي وكاروسو (Mayer, Caruso, and Salovey) (1997). حيث قام بإعداد مقياس يتناسب مع طلبة المرحلة الجامعية، حيث تم تطبيقه على طلبة جامعيين من قبل، وأظهر مستويات

مرضية من الصدق والثبات. وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (41) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد، كما يلي:

— **المعرفة الانفعالية:** وتشير إلى القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث.

— **تنظيم الانفعالات:** ويقصد به القدرة على تحقيق التوازن العاطفي أو القدرة على تهدئة النفس وكبح جماح الإفراط في الانفعال سلباً أو إيجاباً على نحو مناسب

— **التعاطف:** وهو القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً وفهم مشاعرهم والاهتمام بها، والحساسية لانفعالاتهم حتى وإن لم يفصحوا عنها.

— **التواصل الاجتماعي:** ويشير إلى قدرة الفرد على التأثير الإيجابي في الآخرين وذلك من خلال إدراك وفهم انفعالاته ومشاعره ومعرفة متى يقود الآخرين، ومتى يتبعهم ويساندهم ويتصرف معهم بطريقة لائقة حتى لا يظهر عليه آثار الانفعال السلبي كالضيق.

ولكل فقرة من فقرات المقياس سلم إجابات يتكون من خمسة تدريجات، وهي: دائماً وتعطى (5) درجات، وعادة وتعطى (4) درجات، وأحياناً وتعطى (3) درجات، ونادراً وتعطى (2) درجة، وأبداً وتعطى درجة واحدة. وبذلك تكون أعلى درجة نظرية يمكن أن يحصل عليها المستجيب (205) بواقع (41×5)، وأدنى درجة نظرية هي (41) بواقع (1×41). وتحدد الأوساط الحسابية الدالة على الذكاء الانفعالي، وذلك بالأخذ بعين الاعتبار أن درجة كل فقرة تتراوح بين (1-5)، على النحو التالي: (5-3,50) مرتفعة، (2,50-2,49)، متوسطة، (1-2,49) متدنية (أحمد العلوان، 2011، ص 131-132).

ثانياً: مقياس أنماط التعلق:

تم استخدام مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين، الذي طوره أبو غزال وجردات (2009). وقد سبق وأن طبق المقياس على عينات من الطلبة الجامعيين. وأظهر

مستويات مرضية من الصدق والثبات. ويتكون هذا المقياس من 20 فقرة. وتوزع الفقرات على ثلاث أنماط، فيما يلي وصف لها:

— نمط التعلق الآمن: يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي إلى نفسه وإلى الآخرين.

— نمط التعلق القلق: يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل سلبي إلى نفسه وبشكل إيجابي إلى الآخرين.

— نمط التعلق التجني: يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي إلى نفسه وبشكل سلبي إلى الآخرين.

المعالجة الإحصائية:

تمت المعالجة الإحصائية للبيانات عن طريق البرنامج الإحصائي للحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Statystical Package of the Social Sciences. وذلك لاختبار صحة ومدى تحقق فرضيات البحث، حيث قمنا من خلاله باستخدام: النسب المئوية والتكرارات، المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، معامل فريدمان ومعامل ارتباط بيرسون.

تحليل ومناقشة النتائج:

1. مستوى الذكاء الانفعالي لدى أفراد العينة:

نصت الفرضية الأولى على أن أفراد العينة المتمثلون في طلبة السنة الرابعة علم النفس العيادي بجامعة بوزريعة، يتمتعون بمستوى ذكاء انفعالي مرتفع.

ولاختبار صحة الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما هي مبينة في الجدول الموالي:

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدرجة الكلية	عدد البنود	الذكاء الوجداني
13,47	3,83	205	41	المقياس ككل
04,23	4,01	45	09	المعرفة الانفعالية
04,09	3,71	50	10	تنظيم الانفعالات
06,49	3,82	65	13	التعاطف
03,49	3,81	45	09	التواصل الاجتماعي

الجدول رقم (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد

عينة البحث على مقياس الذكاء الانفعالي وأبعاده الأربعة.

من خلال نتائج المعالجة الإحصائية المبينة في الجدول أعلاه يتضح أن متوسط درجات الذكاء الانفعالي لدى طلبة السنة الرابعة تخصص علم النفس العيادي مرتفع، إذ بلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (3,83) وانحراف معياري يقدر بـ (13,47)، وهذا يؤكد صحة الفرضية الأولى. وبما أن مقياس الذكاء الانفعالي متعدد الأبعاد فقد لوحظ أن بعد المعرفة الانفعالية جاء في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي يقدر بـ (4,01) وانحراف معياري يقدر بـ (4,23)، ويليه في المرتبة الثانية بعد التعاطف بمتوسط حسابي يقدر بـ (3,82) وانحراف معياري يقدر بـ (6,49)، ثم في المرتبة الثالثة بعد التواصل الاجتماعي بمتوسط حسابي يقدر بـ (3,81) وانحراف معياري يقدر بـ (3,49)، في حين جاء في المرتبة الأخيرة بعد تنظيم الانفعالات بمتوسط حسابي يقدر بـ (3,71) وانحراف معياري يقدر بـ (4,09).

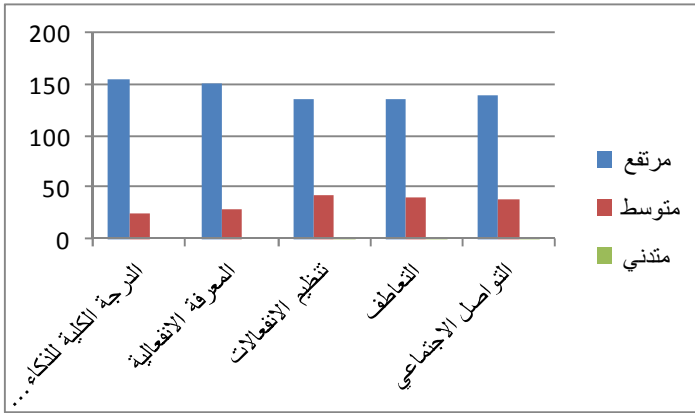
وفيما يلي قمنا بحساب التكرارات لمعرفة توزيع الأفراد حسب مستويات الذكاء الانفعالي (مرتفع، متوسط ومتدني)، والنسب الموافقة لها، والتي توضح النتائج السابقة بشيء من التفصيل.

الذكاء الوجداني	مرتفع	متوسط	متدني	المجموع
المقياس ككل	154 (86%)	25 (13,96%)	0	179 (100%)
المعرفة الانفعالية	151 (84,35%)	28 (15,64%)	0	179 (100%)
تنظيم الانفعالات	136 (75,97%)	42 (23,46%)	1 (0,55%)	179 (100%)
التعاطف	136 (75,97%)	41 (22,90%)	2 (1,11%)	179 (100%)
التواصل الاجتماعي	140 (78%)	38 (21,22%)	1 (0,55%)	179 (100%)

الجدول رقم (3): يوضح توزيع الأفراد حسب مستويات الذكاء الانفعالي

والنسب المئوية الموافقة لها (بين قوسين)

نوضح النتائج المتحصل عليها من خلال الشكل الموالي.



شكل رقم (1): يوضح مستوى الذكاء الانفعالي وأبعاده الأربعة

يتضح من خلال النتائج المبينة في الجدول السابق أن 154 طالب من أفراد العينة، أي ما يعادل (86,03%) يتمتعون بذكاء انفعالي مرتفع، بينما سجل 25 طالب من أفراد العينة مستوى ذكاء انفعالي متوسط، أي ما يعادل (13,96%). وهو ما نجده بالنسبة

لأبعاد الذكاء الانفعالي تقريبا، حيث أن 151 طالب من أفراد العينة، أي ما يعادل (84,35%) سجلوا مستوى مرتفع من المعرفة الانفعالية، و28 منهم أي ما يعادل (15,64%) سجلوا مستوى متوسط. أما بالنسبة لبعد تنظيم الانفعالات فإن 136 طالب من أفراد العينة، أي ما يعادل (75,97%) سجلوا مستوى مرتفع، وهي نفس النسبة المسجلة فيما يخص بعد التعاطف، و42 منهم، أي ما يعادل (23,46%) سجلوا مستوى متوسط من تنظيم الانفعالات، ولم يسجل سوى طالب واحد مستوى متدني في هذا البعد. وقد سجل 140 طالب، أي ما يعادل (78,21%) مستوى مرتفع من التواصل الاجتماعي، في حين سجل 38 طالب مستوى متوسط أي ما يعادل (21,22%) ولم يسجل سوى طالب واحد مستوى متدني في هذا البعد.

تفسير النتائج:

أظهرت نتائج البحث أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة السنة الرابعة، تخصص علم النفس العيادي مرتفع، ويعكس هذا الارتفاع في المستوى العام، ارتفاع في كل الأبعاد الأربعة (المعرفة الانفعالية، التنظيم الانفعالي، التعاطف والتواصل الاجتماعي). ومنه فإن الفرضية الأولى تحققت. وهذا يعني أن أفراد العينة يتمتعون بالقدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية، والتمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث، ويعكس كل ذلك كفاءة المعرفة الانفعالية. بالإضافة إلى أن هذا الارتفاع في مستوى الذكاء الانفعالي يعني أن الأفراد يتمتعون بالقدرة على التنظيم الانفعالي، التي تترجم من خلال التوازن الانفعالي والقدرة على التحكم في التزوع والاندفاعات، والتعبير عنها على النحو المناسب. وكذا القدرة على التعاطف التي تتجسد من خلال الانتباه وإدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعاليا وفهم مشاعرهم والاهتمام بها، والحساسية لها حتى وإن لم يفصحوا عنها. كما يعكس الارتفاع في مستوى الذكاء الانفعالي مهارة التواصل الاجتماعي، التي تشير إلى القدرة على بناء الروابط والاتصال الفعال بالآخرين والتأثير الإيجابي فيهم والقدرة على إدارة الصراع والعمل الجماعي (العلوان، 2011).

تتفق هذه النتائج مع النتائج التي توصل إليها (العلوان، 2011؛ سعداوي، 2010، الدردير، 2004؛ المصدر، 2008 وهمارتا (Hamarta)، 2009؛ كافيتشيوس (Kafetsios)، 2004.

2. أكثر أنماط التعلق شيوعاً:

نصت الفرضية الثانية على أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً لدى أفراد العينة هي نمط التعلق الآمن يتبعه نمط التعلق التجني ومن ثم نمط التعلق القلق.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الرتب لفريدمان، كما هي مبينة في الجدول الموالي:

أنماط التعلق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل فريدمان	الرتبة
آمن	20,61	5,72	2,36	2
قلق	7,31	6,69	1,15	3
تجني	21,96	4,46	2,49	1

الجدول رقم (4): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات فريدمان لأنماط التعلق.

يتضح من الجدول رقم (04) أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً هو نمط التعلق التجني الذي يأتي في المرتبة الأولى بمعامل فريدمان يقدر بـ (2,49)، ومتوسط حسابي يقدر بـ (21,96)، وانحراف معياري يقدر بـ (4,46). يتلوه نمط التعلق الآمن بمعامل فريدمان يقدر بـ (2,36)، ومتوسط حسابي يقدر بـ (20,61)، وانحراف معياري يقدر بـ (5,72). ومن ثم نمط التعلق القلق بمعامل فريدمان يقدر بـ (1,15)، ومتوسط حسابي يقدر بـ (7,31)، وانحراف معياري يقدر بـ (6,69). ومن ثم فإن الفرضية الثانية لم تتحقق.

تفسير النتائج:

أظهرت نتائج البحث أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً هو نمط التعلق التجني يتلوه نمط التعلق الآمن ومن ثم التعلق القلق. مما يشير إلى أن الطلبة يميلون أكثر في علاقاتهم الشخصية إلى النظر بشكل إيجابي لأنفسهم وبشكل سلبي للآخرين. كما يتميزون بعدم الشعور بالارتياح لبقائهم بالقرب من الآخرين، ويصعب عليهم الثقة بهم والاعتماد عليهم، ويشعرون بالقلق عندما يقترب منهم شخص ما كثيراً. أما على مستوى التنظيم الانفعالي فهم يميلون إلى عدم الإفصاح عن معاناتهم، وغالباً ما يختارون الدفاع والانسحاب عن الآخرين للتعامل مع المشاعر السلبية. وهي خصائص تتوقع من خلالها مستوى محدود من الذكاء الانفعالي. (Çelik, 2004).

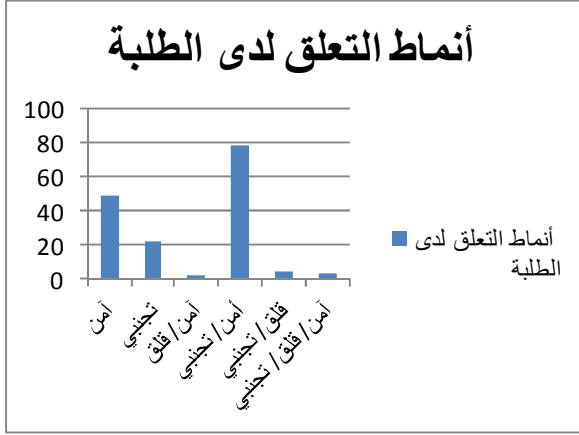
من خلال ما تقدم يبدوا للوهلة الأولى أن هناك تناقض في النتائج المتحصل عليها. فقد خلصت نتائج التحليل الإحصائي للتحقق من الفرضية الأولى إلى أن الطلبة أفراد العينة يتمتعون بمستويات عالية من الذكاء الانفعالي، ومن ثم يفترض أن يكون أكثر أنماط التعلق شيوعاً بين الطلبة هو نمط التعلق الآمن، كون هذا الأخير يعكس قدرات ذكاء انفعالي جيدة، فالأفراد الذين يبدون هذا النمط من التعلق يمتلكون انفعالات أكثر إيجابية في علاقاتهم الاجتماعية مقارنة بالأفراد ذوي نمط التعلق غير الآمن، كما يتمتعون بقدرات جيدة لمعرفة وتنظيم انفعالاتهم (Çelik, 2004; Hamarta, 2009). وفي المقابل انتهت نتائج التحليل الإحصائي للتحقق من الفرضية الثانية إلى أن أكثر أنماط التعلق شيوعاً بين أفراد العينة هو نمط التعلق التجني، الذي لا يتمتع أصحابه بالقدرات السابقة الذكر (Çelik, 2004; Hamarta, 2009)، وهنا يظهر التناقض في النتائج. غير أنه وبالرجوع إلى درجات الطلبة المتحصل عليها نلاحظ أن الكثير منهم تحصلوا على درجات عالية في أكثر من نمط تعلق واحد، أي أن نفس الفرد يمكن أن يظهر أكثر من نمط تعلق واحد. فارتأينا إعادة معالجة البيانات لمعرفة توزيع الأفراد ضمن 7 مجموعات، تعكس النماذج الممكنة لإظهار أنماط تعلق متعددة أو نمط تعلق واحد، كما هو موضح في الجدول الموالي.

النسب المتوية	التكرارات	أنماط التعلق
27,37	49	آمن
0	0	قلق
12,29	22	تجنبى
1,11	2	آمن/ قلق
43,57	78	آمن/ تجنبى
2,23	4	قلق/ تجنبى
1,67	3	آمن/ قلق/ تجنبى
88,26	158	المجموع

جدول رقم (5): جدول يوضح توزيع أفراد العينة، والنسب الموافقة لها

يتضح من الجدول رقم (5) أن 87 طالب من أفراد العينة، أي ما يعادل (48,60%) يبدوون أكثر من نمط تعلق واحد، 78 منهم أي ما يعادل (43,57%) لديهم نمط تعلق آمن وتجنبى، وهو أكثر النماذج شيوعاً بين الطلبة، يليه نمط التعلق الآمن، الذي يديه 49 طالب من أفراد العينة، أي ما يعادل (27,37%)، ومن ثم نمط التعلق التجنبى، يديه 22 طالب، أي ما يعادل (12,29%). غير أن 21 طالب من أفراد العينة لم يبدو أي نمط من أنماط التعلق، إذ كانت درجاتهم ضعيفة جداً في كل نمط من أنماط التعلق التي يتطرق إليها المقياس.

والشكل الموالي يوضح النتائج المتحصل عليها.



شكل رقم (2): مدرج تكراري يوضح مستوى انتشار مختلف أنماط التعلق لدى الطلبة. إذن يمكن القول أن أكثر نماذج التعلق شيوعاً هو ذلك الذي يظهر فيه الأفراد أكثر من نمط تعلق واحد، ويتمثل في هذا البحث في نمط تعلق آمن/ تجنبي. وهذا يتفق مع افتراض بارثولوميو الذي ينص على النظر إلى تعلق الراشدين على أنه متعدد الأنماط. وبالتالي فإن كل فرد يظهر لديه نمط أو أكثر من هذه الأنماط (أبو غزال، جرادات، 2009، ص 48).

غير أن هذا الافتراض يعتبر واحداً من المسائل التي ما تزال محل نقاش الباحثين، والتي تدور حول إمكانية إظهار الفرد مختلف سلوكيات أنماط التعلق والتي تتغير بحسب اختلاف الأفراد الذين يتعامل معهم بالرغم من تأصل نمط التعلق الأساسي الذي تشكل في مراحل الطفولة الأولى. وتشير معظم الدراسات إلى أن أنماط التعلق تبقى ثابتة خلال مرحلة الرضاعة وفترة بداية المشي، غير أن مرحلة المراهقة والرشد تشهد تزايد وتنوع التأثيرات العلائقية، بدءاً بالأصدقاء والمعلمين، كما تتضمن عادة العلاقات الحميمة، مما يفتح المجال إلى تطوير أنماط تعلقية أخرى.

على الرغم من وجود عدد قليل من الدراسات التي ركزت على الاستقرار النسبي لأنماط التعلق في مرحلة الرشد، إلا أن هذه الدراسات خلصت إلى النتائج التالية:

— أن نمط التعلق يحتوي على عناصر الاستقرار والمرونة، إذ يؤكد زهانغ ولابوفي-فيف (2004) (Zhang, Labouvie-Vief) عقب دراسة أجريت على مدى ستة سنوات، أن نمط التعلق مستقر نسبيا لكن درجة الاستقرار ما تزال محل نقاش.

— أن أنماط التعلق يمكن أن تتغير من غير آمن إلى آمن، أو العكس، لكنها لا تميل إلى التغير من غير الآمن إلى آخر غير آمن.

— أن الراشدين في متوسط العمر يميلون إلى مستوى أقل من السلوكيات التعلقية القلقة (Shemmings, 2006, p181).

بالإضافة إلى أن الفرد يشهد تغيرات مستمرة على جميع الأصعدة عبر مراحل نموه، فابتداء من مرحلة المراهقة تتطور قدرات التفكير المنطقي والمجرد، والقدرة على التفريق بين الذات والآخر، مما يسمح بالانفتاح والموضوعية والمرونة في إعادة تقييم خصائص العلاقات التعلقية السابقة، مما يتيح فرصة إعادة تشكيل نظام تعلقي آمن في مرحلة المراهقة والرشد (Çelik, 2004, p 18).

ومن ثم يجب الأخذ بعين الاعتبار أبعاد نمط التعلق من جهة وأبعاد العلاقات الآمنة الحالية من جهة أخرى في تطوير والحفاظ على الكفاءات الانفعالية والتنظيم الانفعالي (Diamond, Hicks, 2005, p503).

من خلال هذا العرض الوارد في التراث الأدبيات حول مدى استقرار أنماط التعلق، نستنتج أن نمط التعلق يبقى مفتوحا أمام الخبرات الجديدة.

مما تقدم يمكن القول أن أغلب أفراد العينة يتأرجحون في علاقاتهم بين نمطي التعلق الآمن والتجنبي، ويشترك أصحاب هذين النمطين من التعلق في النظرة الإيجابية للذات، التي قد يعزى إليها احتلال بعد المعرفة الانفعالية المرتبة الأولى في ترتيب قدرات الذكاء الانفعالي. غير أن التجنبيين يميلون إلى النظرة السلبية للآخرين.

ولعل ما يفسر ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لدى أفراد العينة هو طبيعة البيئة الجامعية، فالوسط الجامعي مثلما هو مكان تعليمي أكاديمي هو أيضا موقع اجتماعي، يفتح المجال أمام الطلبة لربط العلاقات والتفاعل مع الآخرين في مختلف الوضعيات وممارسة العديد من

النشاطات الاجتماعية والثقافية. وبطبيعة الحال فإن المجتمع في الجامعة متنوع من أشخاص إيجابيين معبرين عن انفعالاتهم، وآخرون سلبيين يتميزون ببرودة انفعالاتهم. وحسب جولمان (2000) Golman فإن الأفراد يميلون إلى تقليد الانفعالات التي يرونها أمامهم بدون وعي، مثل الإيماءات وعلامات انفعالية أخرى غير منطوقة. ومن خلال هذه المحاكاة ينقل الأفراد الحالة المزاجية للشخص الآخر إلى داخلهم.

وقد لاحظ جون كاسيوبو (Jhon Casioppo) مختص في علم النفس الفزيولوجي، بجامعة أوهايو أن مجرد رؤية شخص يعبر عن شعور ما يمكن أن يثير لدى الآخر الحالة النفسية نفسها. وبما أن الأفراد المسيطرين يتميزون بالطلاقة اللفظية والتعبير عن انفعالاتهم، وبالتالي فهم أكثر تأثيرا (جولمان، 2000). ونجد هذه النماذج من الأشخاص في الوسط الجامعي بكثرة، كونه وسط يعج بالشخصيات المثقفة التي تتمتع بالجادبية والتأثير في الآخرين، سواء أكانوا طلبة أو أساتذة. وبالتالي فإن الأفراد الإيجابيين يكونون أكثر تأثيرا من الآخرين، فيتيح بذلك الوسط الجامعي الفرصة أمام الطلبة لتعلم مهارات الذكاء الانفعالي من تواصل اجتماعي فعال وتعاطف.

بالإضافة إلى ما سبق فإن الحياة الجامعية الأكاديمية تتطلب على مدار سنوات التكوين إنجاز مهام دراسية من بحوث وتقارير، تضع الطلبة في كثير من الأحيان ضمن مجموعات يسودها التواصل وتبادل الأفكار، مما ينمي القدرة على اكتشاف مشاعر وانفعالات الآخرين، ومعرفة اهتماماتهم ودوافعهم، والسعي إلى اتخاذ حلول وسطية ترضي أغلب الأعراف، مما يعزز القدرة على التعاطف. وكلما كانت المجموعات منسجمة ويتخللها عناصر مميزين يمتلكون هذه القدرات كلما كانت الفرصة في تنمية مهارات الذكاء الانفعالي أكبر. كما أن الطلبة الجامعيين معرضين إلى معاشية ضغوط تتزامن مع فترات الامتحانات وغيرها، تجعلهم يكتسبون تدريجيا مهارات التنظيم الانفعالي، وإدارة الانفعالات السلبية.

وقد يعزى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي أيضا إلى توقعات المجتمع من هذه الفئة من الجامعيين قد تدفعهم إلى التصرف بما يتناسب وهذه التوقعات، فالجتماع يتوقع من طلبة الجامعة التعامل الجيد والمتعاطف مع مختلف الأفراد في مختلف المواقف. إذ يمثل الطلبة

الجامعين الشريحة الواعية والثقافة، التي يفترض أن تكون قادرة على مواجهة مشكلات الحياة وحلها وتنظيم الانفعالات، نتيجة تمتعهم بمرونة عقلية تجعل علاقاتهم وتصرفاتهم مقبولة ومنظمة للوصول إلى الرضا عن أنفسهم وعن حياتهم من خلال معرفتهم بطرق تنظيم الانفعالات لتحقيق أهدافهم.

كما قد يعزى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي إلى طبيعة تخصص أفراد العينة المتمثل في علم النفس العيادي، والذي استمر لمدة أربع سنوات، وصل من خلالها الطلبة إلى مستوى معين من النضج. ويعتبر هذا التخصص بمثابة تكوين، خاصة وأنهم طلبة في مستوى نهائي، ينمي من خلاله الطلبة مهارات التأمل النفسي والوعي بالذات والمراقبة الذاتية، من خلال إدراك الحالة النفسية والوعي بالأفكار وعملية التفكير، والقدرة على التعرف على الانفعالات والتمييز بينها. هذا الوعي ينمي بدوره قدرة المعرفة الانفعالية، التي تعتبر الخطوة الأولى للتنظيم والإدارة الانفعالية، وإعادة تقييم الخبرات الحياتية السلبية التي قد تعود جذورها إلى الطفولة. كما قد يدفعهم إلى إقامة علاقات أكثر أمناً من سابقاتها، تعزز هي الأخرى تنمية هذه القدرات. ولعل الفضل في ذلك يعود إلى طبيعة محتوى المواضيع والوحدات المتناولة في هذا التخصص، من علم نفس النمو، الذي يتطرق بدوره إلى النمو الانفعالي، علم النفس الفيسيولوجي، الذي يتناول هو الآخر التغيرات الفيسيولوجية وما يصاحبها من تغيرات انفعالية وكذا التأثير المتبادل بين الحالة النفسية والجسدية، وعلم النفس المرضي والاضطرابات النفسية، الذي يساعد في فهم الذات أكثر، والعلاجات النفسية التي يستفيد منها الطلبة في تنظيم، ضبط، تسيير وإدارة الضغوط والانفعالات السلبية.

لعل من أهم الدروس التي يتعلمها الطلبة في علم النفس العيادي ما يسمى بالصورة المنعكسة (Mirroring)، في إطار العلاقة أخصائي-مفحوص، وهي إحدى الخصائص التي يجب أن يتمتع بها الأخصائي النفسي. ينمي من خلالها الطلبة القدرة على قراءة المشاعر والتعبيرات غير المنطوقة، التي تزيد وتسهل عملية التأثير والفعالية في العلاقات البينشخصية. ويمكن ترجمتها في إطار مفهوم الذكاء الانفعالي، عن طريق بعد التعاطف الذي يعتبر واحداً من أهم الأبعاد.

2- العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأنماط التعلق:

تنص الفرضية الثالثة على وجود علاقة بين نمط التعلق الآمن والذكاء الانفعالي بأبعاده الأربعة، وعدم وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي بأبعاده الأربعة ونمطي التعلق القلق والتجنبي. للتحقق من طبيعة هذه العلاقة قمنا بحساب معامل ارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول الموالي:

العينية الكلية 179			
أنماط التعلق			المتغيرات
مستوى الدلالة	تجنبي	قلق	آمن
0,01	0,058	0,12-	**0,43

جدول رقم (6): يبين معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي

وأنماط التعلق.

يتضح من الجدول رقم (6) أن هناك علاقة إيجابية دالة بين الذكاء الانفعالي ونمط التعلق الآمن عند مستوى دلالة (0,01)، إذ قدر معامل ارتباط بيرسون بـ (0,43)، وعلاقة سلبية ضعيفة جدا غير دالة بين الذكاء الانفعالي ونمط التعلق القلق، قدر فيها معامل ارتباط بيرسون بـ (0,12-)، في حين لا توجد علاقة بين نمط التعلق التجنبي والذكاء الانفعالي. وفيما جدول يوضح نتائج حساب معاملات الارتباط بين أبعاد الذكاء الانفعالي وأنماط التعلق.

أبعاد الذكاء الانفعالي	التعلق الآمن	التعلق القلق	التعلق التجنبي
المعرفة الانفعالية	**0,31	0,13-	0,03
تنظيم الانفعالات	*0,19	**0,23-	0,14
التعاطف	**0,39	0,04-	0,04
التواصل الاجتماعي	**0,32	0,02	0,06-

الجدول رقم (7): تلتج معاملات الارتباط بين أبعاد الذكاء الانفعالي الأربعة وأنماط التعلق.

يتضح من الجدول رقم (7) أن هناك علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين المعرفة الانفعالية، التعاطف، التواصل الاجتماعي ونمط التعلق الآمن عند مستوى دلالة (0,01)، وعلاقة إيجابية ضعيفة دالة إحصائياً بين تنظيم الانفعالات ونمط التعلق الآمن عند مستوى دلالة (0,05). في حين توجد علاقة سلبية دالة بين تنظيم الانفعالات ونمط التعلق القلق عند مستوى دلالة (0,01)، وعلاقة سلبية ضعيفة غير دالة بين الذكاء الانفعالي ونمط التعلق القلق، ولا توجد علاقة بين التعاطف والتواصل الاجتماعي ونمط التعلق القلق. أما بالنسبة لنمط التعلق التجني فتوجد بينه وبين تنظيم الانفعالات علاقة ضعيفة جداً، في حين لا توجد علاقة بينه وبين أبعاد الذكاء الانفعالي الأخرى.

وبهذه النتيجة يمكن التحقق من صحة الفرضية الثالثة التي تنص على وجود علاقة بين نمط التعلق الآمن والذكاء الانفعالي بأبعاده الأربعة، وعدم وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي وأبعاده الأربعة. أي كلما كان التعلق آمناً كلما ارتفع مستوى الذكاء الانفعالي.

تفسير النتائج:

تشير النتائج المتحصل عليها إلى وجود علاقة إرتباطية إيجابية بين نمط التعلق الآمن والذكاء الانفعالي، كما تشير إلى عدم وجود علاقة بين الذكاء الانفعالي وأنماط التعلق غير الآمن (التجني والقلق). ومن ثم يمكن القول أن الأشخاص ذوي التعلق الآمن يتمتعون بمستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي على عكس نمطي التعلق القلق والتجني.

ويمكن تفسير النتيجة المتعلقة بوجود علاقة بين نمط التعلق الآمن والذكاء الانفعالي بأن نمط التعلق الآمن يسهل على أفراد هذا النمط الاقتراب من الآخرين والثقة بهم وإمكانية الاعتماد عليهم في الكثير من الأمور، ويشعرون بالارتياح لأن الآخرين يثقون بهم، كما يتفاعلون مع الآخرين بمرونة، ويتقبلونهم ويتعاونون معهم. بالإضافة إلى أنه لدى الأفراد ذوي نمط التعلق الآمن نظرة إيجابية نحو أنفسهم ونحو الآخرين، وهذا يمكنهم من تأسيس علاقات اجتماعية مع الآخرين بسهولة، ويعد بناء وتأسيس العلاقات الاجتماعية وسهولة التفاعل مع الآخرين أبعاداً رئيسية للذكاء الانفعالي. كما أن الأفراد ذوي التعلق الآمن أكثر ضبطاً انفعالياً مناسباً نحو الآخرين (العلوان، 2011). ويميلون إلى

التعبير والإفصاح عن انفعالاتهم ومعاناتهم بسهولة للآخرين، بحثا منهم عن الدعم العاطفي والتخلص من الانفعالات السلبية. وقد تكون هذه واحدة من الخصائص الرئيسية للتنظيم الانفعالي، التي تقلل من الضغط وتركز على الانفعالات الإيجابية (Kafetsios, 2004 ; Hamarta, 2009 ; Çelik, 2004).

على النقيض من ذلك فإن الأفراد ذوي التعلق غير الآمن يستخدمون تنظيم انفعالي يركز على الانفعالات السلبية. إذ نجد أن التجنبون يميلون إلى تحاشي الآخرين ويميلون إلى النظر بشكل إيجابي لأنفسهم وبشكل سلبي للآخرين. كما يتميزون بعدم الشعور بالارتياح لبقائهم بالقرب من الآخرين، ويصعب عليهم الثقة بهم والاعتماد عليهم، ويشعرون بالقلق عندما يقترب منهم شخص ما كثيرا. أما على مستوى التنظيم الانفعالي فهم يميلون إلى عدم الإفصاح عن معاناتهم، وغالبا ما يختارون الدفاع والانسحاب عن الآخرين للتعامل مع المشاعر والسلبية، كما يميلون إلى قمع الخبرات الانفعالية

أما ذوي نمط التعلق القلق فينظرون بشكل سلبي إلى أنفسهم وبشكل إيجابي إلى الآخرين. إذ يرون أن الآخرين يرفضون الاقتراب منهم، ويشعرون بالقلق لأنهم لا يهتمون بهم، على الرغم من أن لديهم الرغبة بأن يكونوا قريبين جدا منهم، ويتميز اتصالهم بالآخرين بالحذر عند شعورهم بالارتياح أو الاستياء منهم. ويستعمل هؤلاء الأفراد استراتيجيات تنظيم انفعالي تركز على الانفعالات السلبية، ويعيشون مختلف الأوضاع على نحو أكثر ضغطا. (Kafetsios, 2004; Çelik, 2004).

وتشير ماجاي وآخرون (Magai et al) (1995)، إلى أن ذوي التعلق الآمن لديهم القدرة على التعرف على التعبيرات الوجهية الدقيقة السلبية، في حين أن التجنبون لديهم مستوى أقل في التعرف على الانفعالات الدقيقة (خاصة الفرح). وهذا يوضح تدخل نمط التعلق في بعد التعاطف، الذي يميل إلى أن يتمتع به أصحاب التعلق الآمن، على حساب أصحاب التعلق غير الآمن الذين يفتقرون له (Magai et al, 1995).

وتوصلت العديد من الدراسات إلى أن التجنبين يولون اهتماما أقل بالعواطف والانفعالات مقارنة بنمطي التعلق الآمن والقلق. وفي دراسات أكثر حداثة وجدت أن

التجنيين لا يولون اهتماما بالأحداث العاطفية. وعلى العكس من ذلك يولي القلقون اهتماما أكبر بالانفعالات السلبية. كما يميل التجنيون إلى الإنكار بشدة الشعور بالضيق، لكن على المستوى الفيسيولوجي يبدو مستوى مرتفع من الضغط والحصر لدى تذكر الأحداث العائلية الضاغطة (Kafetsios, 2004, p132).

ومنه فإن الأفراد ذوي التعلق الآمن يتمتعون بقدرات ذكاء انفعالي جيدة، على عكس من ذلك يفتقر الأفراد ذوي التعلق غير الآمن (التجني والقلق) إلى هذه القدرات، وهذا ما يفسر وجود ارتباط بين الذكاء الانفعالي ونمط التعلق الآمن، وعدم وجود ارتباط بين الذكاء الانفعالي ونمط التعلق التجني والقلق. وبما أن أغلب الأفراد لديهم إما نمط تعلق واحد أو متعدد يتمثل في نمط آمن/ تجني، فإنه بالنسبة لهذا الأخير يمكن أن يعزى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لدى هؤلاء الأفراد للنمط الآمن لديهم.

وتتفق هذه النتائج مع النتائج التي توصل إليها كل من (Hamarta, 2009 ; Kafetsios, 2004 ; Kim, 2005 ; McCarthy, Moller, and Fouladi, 2009 ; Narimani and Basharpoor, 2001 والعنوان، 2011).

المراجع:

- أبو غزال، معاوية محمود. (2006). نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوية (ط1). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو غزال، معاوية وجردات، عبد الكريم. (2009). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 1(5)، 45-57.
- الدردير، عبد المنعم أحمد. (2004). دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي. القاهرة: عالم الكتب.
- العنوان، أحمد. (2011). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطلاب. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 2(7)، 125-144.
- المصدر، عبد العظيم سليمان. (2008). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة". *مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)*، 1(16)، 587-632.
- جولمان، دانيال. (2000). الذكاء العاطفي (ترجمة، ليلي الجبالي). الكويت: عالم المعرفة.
- سعداوي، أسماء. (2010). علاقة الذكاء الانفعالي باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الجزائر2، الجزائر.

-Çelik, Ş. (2004). *The effects of an attachment-oriented-psychoeducational-group-training on improving the preoccupied attachment styles of university students* (partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of philosophy in Educational Sciences). Middle East Technical University, Ankara.

-Downing, V. L. (2008). *Attachment style, relationship satisfaction, intimacy, loneliness, gender, role beliefs, and the expression of authentic self in romantic relationships* (Dissertation submitted of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy). University of Maryland, College Park, Washington.

-Diamond, L. M. & Hicks, A. M. (2005). Attachment style, current relationship security, and negative emotions: The mediating role of physiological regulation. *Journal of Social and Personal Relationship*, 22(4), 499-518.

-Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Batman Books.

-Kim, Y. (2005). Emotional and cognitive consequences of adult attachment: The mediating effect of the self. *Personality and Individual Differences*, 39, 913-923.

-Kafetsios, K. (2004). Attachment and emotional intelligence abilities across the life course. *Personality and Individual Differences*, 37, 129-145.

-Magai, C., Distel, N. and Liker, R. (1995). Emotion socialisation, attachment and patterns of adult emotional traits. *Cognition and Emotion*, 9 (5), 461-481.

-McCarthy, C. J., Moller, N. P. & Fouladi, R. T. (2001). Continued attachment to parents; its relationship to affect regulation and perceived stress among college students. *Measurement and Evaluation in Conseling and Development*, 33, 198-213.

-Narimani, M., & Basharpour, S. (2009). Comparison of attachment styles emotional intelligence between athlete women and non – athlete women. *Research Journal of Biological Science*, 4 (2), 216– 221.

-Shemmings, D. (2006). “Using adult attachment theory to differentiate adult children’s internal working models of later life filial relationship”. *Journal of Aging Studies*, 20, 177-191.

-Stys, Y. and Brown, S.L. (2004). A Review of the Emotional Intelligence Literature and Implications for corrections, Research Branch Correctional Service of Canada, R-150.