

## الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي من طلاب الجامعة

رانيا محمد محمد سالم  
مدرس بقسم علم النفس التربوي  
كلية التربية - جامعة بنها

### ملخص الدراسة:

يهدف البحث إلى الكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية والابعاد) والضغط النفسي، والكشف عن طبيعة العلاقة بين الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها): التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية) والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة، لدي عينة قوامها (٢٠٠) طالبًا وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية جامعة بنها للعام الجامعي (٢٠١٤-٢٠١٥)، طبق عليهم مقياس للابتكارية الانفعالية، استبيان للضغط النفسي، وتم الاعتماد على درجاتهم في نهاية العام الدراسي بعد تحويلها إلى نسبة مئوية لتصنيف الطلاب إلى مرتفعي ومنخفضي التحصيل، وتم استخدام معامل الارتباط، واختبار (ت)، وقد أسفرت النتائج عن:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها): التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية) لصالح مرتفعي التحصيل الدراسي.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي لصالح مرتفعي التحصيل الدراسي.

٣- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها): التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية) والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة.

**الكلمات المفتاحية:** الابتكارية الانفعالية - الضغط النفسي.

## Emotional Creativity and Psychological Stress among High and Low University Students Achievers

### Summary:

The study aimed at the detection of differences between high and low achievers in emotional creativity (total degree and its dimensions) and psychological stress, and revealing the nature of the relationship between emotional creativity (total degree and its dimensions: emotional readiness, emotional fluency, emotional flexibility, emotional originality) and psychological stress among university students for a sample of 200 students from the third year of the Faculty of Education at Benha University, who received the application of the emotional creativity scale, the Psychological stress Scale. The classification of students to high and low achievement relied on the students' at the end of the academic year after its conversion to a percentage, and data was processed using the correlation coefficient, test (T), and the results have shown the following:

1. There are statistically significant differences at the level of 0.01 in the averages of high and low academic achievement levels in emotional creativity (total degree and dimensions: emotional readiness, emotional fluency, emotional flexibility, emotional originality) for the benefit of those with high achievement.
2. There are differences of statistical significance at the level of 0.01 in the average grades of students high and the average grades of low achievers in the psychological stress for the benefit of those with high achievement.
3. There is a statistically indicative positive correlation at the level 0.01 between the emotional creativity (total score and its dimensions: emotional readiness, emotional fluency, emotional flexibility, emotional originality) and psychological stress among university students.

**Key Words:** Emotional creativity- Psychological stress.

## مقدمة:

تعد مخرجات التعلم هي المنتج النهائي للمؤسسة التعليمية، والذي يظهر في صورة متعلمين يملكون قدرًا من المعارف، والمهارات، والاتجاهات، والقيم، ويسلكون سلوكًا معينًا؛ بناء على مرورهم بخبرة تربوية معينة أو دراستهم لمنهج معين، ومما لا شك فيه أن التحصيل الدراسي هو جانب معرفي هام لنواتج التعلم، فيحدده (لمعان الجلاي، ٢٠١٠: ٢٥) من خلال مستوى الأداء الفعلي للفرد في المجال الأكاديمي الناتج عن عملية النشاط العقلي المعرفي للطالب ويستدل عليه من خلال اجاباته على مجموعة اختبارات تحصيلية نظرية او عملية او شفوية تقدم للمتعم نهاية العام الدراسي او في صورة اختبارات تحصيلية مقننة. وبعد التحصيل الدراسي أحد اهم المخرجات التربوية في المجال المعرفي حيث يعكس إنجازات المتعلم وخبراته المعرفية الناتجة عن البرنامج التعليمي الذي مر به. وتعتبر الابتكارية الانفعالية الميكانيزم الأساسي للتحصيل المعرفي واكتساب القدرة على تكوين بنية معرفية كافية للارتقاء بالمهارات المعرفية التي تدعم القدرة على حل المشكلات والتخطيط واتخاذ القرار، ويساعد الابتكار الانفعالي الشباب الجامعي على التخيل والتفكير التباعدي والثراء المعرفي الذي ينم عن حب الاستطلاع والقراءة والبحث عن المعلومات حتى يصل إلى المستوى المهارى المطلوب في الجانب المعرفي الذي يؤدي دورًا فعالًا في تهيئة العقل للابتكار؛ لأن العملية الابتكارية لا تتم إلا من خلال عقل مهيا لها معرفيًا ووجدانيًا وسلوكيًا، كما يقلل الابتكار الانفعالي من ضغوط التقييم الخارجي القائم على أنظمة المكافأة والمنافسات فلا يشعر الفرد المبتكر انفعاليا بالحاجة إلى التقييم من أجل تقويم جودة الناتج الإبداعي وفاعليته من وجهة نظر الآخرين من ذوي الخبرة في نفس المجال، بل يشعر بالحاجة إلى عوامل داخلية مثل حسن الأداء في العمل الابتكاري من أجل تحقيق الذات وإثبات وجودية الفرد في كونه يتصف بالتميز والأصالة في العمل الابتكاري. (عواطف صالح، ٢٠٠٧)

وتؤدي الابتكارية الانفعالية دورًا هامًا في تحقيق نجاح الفرد في مختلف جوانب حياته، فتساعد الفرد على إدراك انفعالاته وانفعالات الآخرين، وتمكنه من التعبير عن انفعالاته الاصلية المتفردة ذات الفاعلية بسهولة ودقة تمنع سوء فهم الآخرين له، وتكسب الفرد القدرة على تنظيم انفعالاته لتحفيز نموه العقلي والانفعالي، وتؤدي دورًا فعالًا في خفض نسبة الاكسيثيما Alexithymia، كما تحدد رقي مستوى التعامل الانفعالي بين الافراد فتقل قدر الإمكان الحساسية النفسية في المواقف المختلفة، وتزود الفرد بالقدرة على

التعلم من انفعالاته من خلال الخبرات المباشرة التي يمر بها في حياته، فتجعل استجابته الانفعالية جيدة بشكل مستمر، وتدفعه للتفكير بطريقة إيجابية أثناء التعامل مع المواقف الانفعالية المختلفة أو تدفعه لإنتاج بعض الأعمال الأدبية أو العلمية أو الفنية التي تعتمد على امتلاك الفرد للاستعدادات الإبداعية. (كريماني عويضة، ٢٠٠٢؛ ناصر العسوسي ومحمد المغربي، ٢٠٠٩؛ شرين سوقي، ٢٠١٠) (Gutbezahl & Averill, 1996; Fuch, Kumar & Porter, 2007)

كما للابتكارية الانفعالية تأثيرها الواضح على شخصية الفرد، فيميل الفرد ذو الابتكارية الانفعالية إلى تبني الأسلوب الشخصي المنفتح في التعامل مع الآخرين، بالإضافة إلى إكسابه الانفتاح على الخبرة والانساقية والقبول الاجتماعي والضمير الحي، فيسعى الفرد إلى الاهتمام والتواصل بالآخر وإقامة علاقات جيدة فعالة معه، بالإضافة إلى قدرته على الحكم الذاتي الاجتماعي، كما تسهم في رفع مستوى تقدير الذات وفعاليتها لدى الفرد. (أبو زيد الشويقي، ٢٠٠٨) (Lim, 1995; Averill, 1999)

وتساعد الابتكارية الانفعالية الأفراد على حل المشكلات وتبسيطها والتوجه إلى المصدر الأساسي للمشكلة أو البحث عن مصادر المشكلة الخارجية، كما تمكنهم من تغيير اتجاهاتهم الانفعالية عند مواجهة المواقف الضاغطة وتغيير الانفعال ليكون إيجابياً، وبذلك تعمل على توظيف الجانب الانفعالي والمشاعر لعلاج العديد من القضايا التي تهم الفرد والأسرة والمجتمع. (سعيد سرور وعادل المشاوي، ٢٠١٠؛ محمد البحيري، ٢٠١٢؛ ريهام غان، ٢٠١٢) بالإضافة إلى التنبؤ بالسوك الابتكاري للفرد. (Ivcevic, Brachett & Mayer, 2007)

ويحتاج الفرد إلى درجة من الضغط لتكون لديه الدافعية للقيام بعمل معين أو تحقيق إنجاز لنفسه حيث يؤدي غياب الضغط إلى تحول سلوك الفرد من السلوك الإيجابي إلى سلوك يتسم باللامبالاة (علي عسكر، ٢٠٠٠: ٢٤)، فلا يمكن أن نغفل حقيقة هامة مؤداها أن انعدام مصادر الضغط لدى الإنسان قد تجعله عرضة لنفس أعراض حالات الضغط الشديدة، فإن الضغط ظاهرة طبيعية ولا يمكن تجنبها (ديفيد فونتانا، ١٩٩٤: ١٦)، وللحفاظ على الصحة البدنية والنفسية للفرد لابد من معرفة درجة وجود الضغط النفسي لديه ومدى تأثيره عليه سواء نفسياً أو بدنياً.

إن الضغوط والحياة تسيران جنباً إلى جنب لأن الحياة لا تسير على وتيرة واحدة، فغالباً ما تتعرض لمواقف وظروف لها متطلبات تفوق طاقتنا وإمكاناتنا سواء من حيث الواقع أو نتيجة لإدراكنا الشخصي، فالضغط النفسي لا يحدث من فراغ ولكن له مصادره وأسبابه وهذه المصادر بدورها لها جانبين: جانب إيجابي وجانب سلبي، وبينهم نقطة تمثل

المستوي المطلوب من الصحة البدنية والنفسية، ويمثل الجانب الإيجابي قدرة الكائن الحي على التحكم في مصادر الضغط وبذلك تدفعه إلى العمل بشكل منتج، بينما يمثل الضغط بصورته السلبية نوعًا من التوتر أو الشدة على الفرد (علي عسكر، ٢٠٠٠: ٢٤-٢٥)، وهنا يصبح الضغط النفسي سلاح ذو حدين إما أن يكون مصدر دفع وقوة تدفع الفرد للقيام بالعمل وانجازه بشكل جيد أو قد يكون مصدر للعديد من المشكلات الصحية والبدنية والنفسية الضارة على الفرد.

ويتضمن الحياة الجامعية خبرات جديدة تختلف إلى حد ما عما كان يتعاملون معها في السابق، ومنها نظام التعليم الجامعي بما فيه أسلوب المحاضرات والتسجيل ورصد العلامات، كما يواجه الطلاب خبرة الانتقال من وإلى الجامعة واستخدام وسائل المواصلات، بالإضافة إلى المبالغ المادية المترتبة على الالتحاق بالجامعة سواء رسوم التسجيل أو الكتب أو المصروف الشخصي، وجميع هذه الخبرات والاحداث ينجم عنها معاناة الطلاب من مستويات مختلفة من الضغط النفسي قد يسهم في الكثير من المشكلات النفسية والصحية والاجتماعية. (انتصار الصمادي، ٢٠١٥)

وفي هذا الإطار تحاول الدراسة الحالية بحث الفروق في الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي في ضوء تباين مستوى التحصيل الدراسي لطلاب الجامعة.

وفي إطار العلاقة بين الابتكارية الانفعالية والتحصيل الدراسي وقد وجد علاقة ارتباطية موجبة بين الابتكارية الانفعالية والتحصيل الدراسي، وذلك وفقًا لنتائج دراسات كلاً من: (محمد علي مصطفى، ٢٠٠٣؛ حجاج غانم علي، ٢٠١٧؛ طارق نور الدين عبد الرحيم وإيمان خلف فؤاد، ٢٠١٨) (Averill& Thomas-Knowles, 1991; Zareie, 2014; Tarabakina, Llaltdinova, Lebedeva, Shabanova& Fomina, 2015; Oriol, Amutio, Mendoza, Costa& Miranda, 2016; Ajam, Badnava, Abdellah& Momeni-mahmouei, 2017) فالطلاب مرتفعي مستوى الابتكارية الانفعالية قادرين على تحقيق النجاح والتفوق الدراسي بصورة أفضل من الطلاب منخفضي الابتكارية الانفعالية.

أما عن العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي، فقد وجد تباين في طبيعة هذه العلاقة حيث:

• وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين الضغط النفسي والتحصيل

الدراسي، وذلك وفقًا لنتائج بعض الدراسات: (Gardner, 2004; Tse&

Bond, 2019; Budu, Abalo, Bam, Budu& Peprah, 2019)

- وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي، وذلك وفقاً لنتائج بعض الدراسات: (Rucker, 2012; Schraml, Perski, Grossi& Makower, 2012; Sarouni, Jenaabadi& Pourghaz, 2016; Britt, Mendiola, Schink, tibbetts& Jones, 2016; Flaig, 2018; Pascoe, Hetrick& Parker, 2019) كما تحاول الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي، حيث أشارت نتائج بعض الدراسات إلى:
  - وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الضغط النفسي والابتكارية الانفعالية وفقاً لنتائج دراسات كلا من: (Nicol, 1993; Curl& Forks, 2008; Shaunessy& Suldo, 2010; Osei, 2013; Jenaabadi, Marziyeh& Dadkan, 2015; Trnka, Zahradnik& Kuska, 2016; Holliday, Webster& Williams, 2016; Gorondutse& John, 2018; ; Martin, Oepen, Bauer, Nottensteiner, 2018; Fisher& Davis, 2018; Fazio, Dennis, English& Sattelmeier, 2019)
  - وجود علاقة تبادلية بين الضغط النفسي والابتكارية الانفعالية وفقاً لنتائج دراسات كلا من: (Amabile, Mueller, Kramer& Fleming, 2002; Byron, Khazanchi & Nazarian, 2010; Borsellino, 2016; Khedhaouria, Montani& Thurik, 2017; Kassymova, Tokar, Tashcheva& Slepukina, 2019) حيث تعمل زيادة مستوى الضغط النفسي كعامل حفز لزيادة الابتكارية الانفعالية لدى الطلاب، حتى مستوى معين يخرج فيها عن نطاق تحكم الفرد، وبعدها يصبح استمرار زيادة مستوى الضغط عائقاً أمام الابتكارية الانفعالية.
- مشكلة الدراسة:** من خلال العرض السابق يتضح ما يلي:
- تؤثر الابتكارية الانفعالية تأثيراً واضحاً في حياة طلاب الجامعة عامة وتحصيلهم الدراسي خاصة.
  - أهمية دراسة الدور الذي يؤديه الضغط النفسي في التأثير على التحصيل الدراسي لطلاب الجامعة.
  - التباين في العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة.
  - التباين في العلاقة بين الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي.
  - لم تتناول أي من الدراسات العربية في حدود علم الباحثة العلاقة بين الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي.

في ضوء ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة على التساؤلات التالية:

- ١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها: التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية)؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي؟
- ٣- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها: التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية) والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة

هدف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

- ١- التحقق من عما إذا كان هناك فروق بين مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية لدى طلاب الجامعة.
- ٢- التحقق من عما إذا كان هناك فروق بين مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي لدى طلاب الجامعة.
- ٣- الكشف عن العلاقة بين الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

- ١- تناولها متغير حديث نسبياً في مجال علم النفس وهو الابتكارية الانفعالية، حيث لم ينل القدر الكاف من البحث وخصوصاً على مستوى الدراسات العربية.
- ٢- توضيح مدى تأثير الابتكارية الانفعالية على مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة.
- ٣- توضيح مدى تأثير الضغط النفسي على مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة.
- ٤- إلقاء مزيد من الضوء حول الدور الفعال الذي تؤديه الابتكارية الانفعالية في رفع مستوى التحصيل الدراسي كهدف من أهدافنا التربوية.
- ٥- توضيح العلاقة بين الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة.

الأهمية التطبيقية:

الاستفادة مما تسفر عنه نتائج الدراسة الحالية في توجيه القائمين على مؤسسات التعليم إلى أهمية المتغيرات النفسية الأكثر اسهاماً في التحصيل الدراسي، وضرورة تنمية الابتكارية الانفعالية لدى المتعلمين، مما يكون له التأثير المباشر على رفع مستوى التحصيل الدراسي لهم.

## مصطلحات الدراسة:

### الابتكارية الانفعالية Emotional Creativity:

هي قدرة الفرد على فهم الموقف الانفعالي الراهن والتعلم من الاستجابات الانفعالية السابقة الصادرة منه أو من الآخرين وتوجيه انفعالاته بشكل إيجابي يتناسب مع الموقف الانفعالي والتعبير عن انفعالاته الأصيلية بإصدار استجابات انفعالية عديدة ومتنوعة وغير مألوفة. (رانيا محمد سالم، ٢٠١٥) وتتحدد إجرائياً بدرجة الفرد على مقياس الابتكارية الانفعالية المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد الباحثة.

وتتكون الابتكارية الانفعالية من أربعة أبعاد هي:

- ١- الاستعداد أو التهيؤ الانفعالي Emotional Preparedness: هي قدرة الفرد على فهم انفعالاته وانفعالات الآخرين في الموقف الانفعالي الراهن والتعبير عنها.
- ٢- الطلاقة الانفعالية Emotional Fluency: تعني قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته بإصدار أكبر عدد ممكن من الاستجابات الانفعالية عند حل المشكلات الانفعالية.
- ٣- المرونة الانفعالية Emotional Flexibility: تعبر عن قدرة الفرد على توجيه انفعالاته بشكل إيجابي يتناسب مع الموقف الانفعالي، ويسهم في حل المشكلات الانفعالية.
- ٤- الأصالة الانفعالية Emotional Originality: تشير إلى قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته بإصدار استجابات انفعالية جديدة غير مألوفة، وتعكس بصدق ما يدور داخل الفرد من أفكار ومعتقدات وقيم فردية.

### الضغط النفسي psychological Stress:

هو إدراك الطالب لعدم القدرة على إصدار الاستجابات المناسبة للمثيرات التي يتعرض لها، وما يصاحب ذلك من ردود أفعال كالضيق والتوتر والقلق والتغيرات الفسيولوجية. (محمد جودة، ١٩٩٧)، ويتحدد إجرائياً بدرجة الفرد على مقياس الضغط النفسي المستخدم في الدراسة الحالية.

### التحصيل الدراسي Academic Achievement:

وهو مجموعة الخبرات والمعلومات التي يحصل عليها الطالب من خلال دراسته في السنوات السابقة، ويعرف إجرائياً بمحصلة مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطلاب (أفراد عينة الدراسة) في نهاية العام الجامعي (٢٠١٤-٢٠١٥)، وقد تم تحويل



هذه الدرجات إلى نسبة مئوية لسهولة التعامل معها وذلك لعدم تساوي النهايات العظمى عبر الشعب الدراسية المختلفة.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

### أولاً: الابتكارية الانفعالية Emotional Creativity:

ظهر مفهوم الابتكارية الانفعالية كظاهرة موضع الاهتمام في حد ذاتها واهتم بدراستها العديد من الباحثين في مجال علم النفس على يد أفريل (Averill) عندما سعى إلى وضع نظرية بنائية اجتماعية للانفعالات توضح دور الانفعالات، بعد أن ظل لفترة طويلة تظهر في الأمثال الشعبية والرسوم الكاريكاتورية؛ فالنظرة الغالبة للانفعال أنه عامل تسهيل أو عامل منع أو منتجات ثانوية عرضية للأعمال الابتكارية، ويقل النظر إليه على أنه منتجات ابتكارية في حد ذاته، ووجد أن أحد الطرق المناسبة لاختبار النظرية البنائية هو الكشف عن الفروق الفردية في الابتكارية الانفعالية، ووضع معايير للحكم على الاستجابة الصادرة من الفرد على أنها ابتكارية أم لا وهي (الجدة - الفاعلية - الأصالة)، وتمكن من إعداد مقياس للابتكارية الانفعالية يعتمد على طريقة التقرير الذاتي. (Averill, 2004) وقد قامت الباحثة بمراجعة أدبيات البحث في علم النفس المرتبطة بدراسة الابتكارية الانفعالية ويمكن تصنيفها في ثلاثة اتجاهات هي:

#### ١- الابتكارية الانفعالية كقدرة:

ينظر للابتكارية الانفعالية كقدرة لما يتوافر لدى الفرد من استعدادات وقدرات للوعي بحالاته المزاجية والانفعالية ورغباته، والقدرة على التحكم والسيطرة عليها، وفهم الموقف الانفعالي الراهن، والتصرف فيه بناء على الاستفادة من الاستجابات الانفعالية السابقة الصادرة منه أو من الآخرين، والابتكار في التعبير الانفعالي بإصدار استجابات انفعالية غير مألوفة تتميز بالاستعداد والجدة والفاعلية والأصالة الانفعالية، والفاعلية، والمهارة، والصدق، والأمانة (محمد على مصطفى، ٢٠٠٣؛ أبو زيد الشويقي، ٢٠٠٨؛ إبراهيم أحمد، ٢٠٠٨؛ ناصر العسوسي ومحمد المغربي، ٢٠٠٩؛ ريهام عنان، ٢٠١٢) (Averill, 1999)

#### ٢- الابتكارية الانفعالية كنشاط:

يمكن النظر إلى الابتكارية على أنها نشاط يساعد الفرد في التعبير عن انفعالاته بصورة مبتكرة سواء كان تعبيراً لفظياً أو غير لفظياً، مما يدعوا إلى الاهتمام بكيفية تحقيق ذلك في الممارسات اليومية ومن ثم النظر إلى الابتكارية الانفعالية كنشاط يدفع الفرد إلى تحقيق مزيد من الإنجازات الابتكارية في مجالات عديده سواء في مجال الأدب والفنون أو

في مجال التخصص، فهذا هو مطلبنا من أجل مستقبل قابل للتطبيق والحياة.  
(Gutbezahl & Averill, 1996)

### ٣- الابتكارية الانفعالية كتفاعل بين القدرة والنشاط:

يُنظر إلى الابتكارية الانفعالية كتفاعل بين القدرة والنشاط، فتوافر القدرة لدى الفرد للابتكار في انفعالاته هي التي تدفعه إلى توجيه التفكير بطريقة إيجابية في التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة وتساعده في التعامل مع مشكلاته الوجدانية والمجتمعية بفاعلية، كما تدفعه لإنتاج مزيد من الإنجازات الابتكارية في بعض الأعمال الأدبية أو العلمية أو الفنية أو في مجال التخصص. (عواطف صالح، ٢٠٠٧؛ شرين دسوقي، ٢٠١٠؛ عادل خضر، ٢٠١٠؛ محمد البحيري، ٢٠١٢؛ علية محمد، ٢٠١٤؛ مصطفى عبد الرزاق، ٢٠١٤؛ ريهام بركات، ٢٠١٦) (Lim, 1995)

### أبعاد الابتكارية الانفعالية:

تتكون الابتكارية الانفعالية من أبعاد فرعية تعتبر بمثابة محكات للحكم على الاستجابة الانفعالية الصادرة من الفرد كونها ابتكارية أم لا، وتتمثل في الآتي:

#### ١- الاستعداد أو التهيؤ الانفعالي Emotional Preparedness:

وتعني فهم الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين، وهو محور هام لمعرفة الفروق الفردية التي توجد بين الأفراد في طاقاتهم الابتكارية.

بمعنى أن الأفراد ذوي الحساسية المرتفعة والذين يتوافر لديهم اهتمام وفهم كبير لانفعالاتهم وانفعالات الآخرين يكونون أكثر كفاءة في الاستعداد الانفعالي والبحث عن إمكانية توظيف الانفعالات والمشاعر. (Averill, 1999)

#### ٢- الجودة الانفعالية Emotional Novelty:

تعد الجودة الانفعالية من أكثر مؤشرات الابتكارية انتشارًا، فتشير إلى القدرة على إنتاج استجابات جديدة ومختلفة وغير مألوفة، وتتحدد من خلال: مقارنة الاستجابة الانفعالية الراهنة باستجابات الفرد الماضية (المعيار الشخصي)، أو مقارنة الاستجابات الانفعالية للفرد بالاستجابات النمطية السائدة في المجتمع (معيار المجتمع). (Averill, 1999)

#### ٣- الفاعلية الانفعالية Emotional Effectiveness:

وتعني مهارة الفرد في التعبير عن انفعالاته ببراعة وأمانة، وأن تكون الاستجابة الانفعالية ذات قيمة للفرد أو المجتمع. (Averill, 2004)

والفاعلية مفهوم نسبي؛ فالاستجابة قد تكون فعالة في سياق وغير فعالة في سياق آخر، وقد تبدو مؤثرة لفرد وغير مؤثرة بالنسبة للمجموعة والعكس بالعكس، وقد تكون فعالة على المدى القريب ومثبطة في المدى البعيد والعكس صحيح؛ ولذا فإن فعالية الاستجابة الانفعالية تتحدد من خلال تأثيراتها على المدى البعيد وليس من خلال التأثيرات اللحظية للاستجابة؛ وبذلك يصبح معيار الفاعلية وحده لا يكفي للحكم على الاستجابة بأنها ابتكارية أم لا. (Averill, Chon, & Hahn, 2001)

#### ٤- الأصالة الانفعالية Emotional Originality:

وتعني قيمة الاستجابة الانفعالية للفرد والمجتمع، فلكي تكون الاستجابة الانفعالية أصيلة فإنه يجب أن تنعكس في مجموعة القيم والمعتقدات الفردية في عالم الفرد الذي يعيشه، وتعتبر بصدق عما يدور بداخل الفرد، وتحمل معاني حقيقية، وتواكب إمكانات الفرد الجديدة. (Averill, et al, 2001) وبالرغم من كونها أكثر المعايير شيوعاً للحكم على الاستجابة من كونها ابتكارية أم لا إلا أنها تعتبر شيئاً غامضاً؛ فهي تجمع بين الانفراد أو التمايز من جانب ووجود أصول في الذات نفسها من جانب آخر. (Averill & Nunley, 2010)

#### قياس الابتكارية الانفعالية:

قامت محاولات عديدة لقياس الابتكارية الانفعالية، ولكن ترجع بداية ظهور مقياس الابتكارية الانفعالية كمحاولة لتفسير وإثبات صدق النظرية البنائية الاجتماعية للانفعال، فكانت أحد الطرق المناسبة لاختبار هذه النظرية البنائية هو الكشف عن الفروق الفردية في الابتكارية الانفعالية، وقد استخدم المقياس في البداية من أجل الأغراض البحثية ولم يستخدم في المواقف التطبيقية لتضمنه نفس أوجه القصور الخاصة بالتقرير الذاتي، ثم تحول الأمر إلى بحث ظاهرة الابتكار الانفعالي كظاهرة بحث في حد ذاتها.

فقد قام توماس Thomas بإعداد مقياس عبارة عن تقرير ذاتي لتقييم الفروق الفردية في الابتكارية الانفعالية، قارن من خلاله الاستجابات على المقياس بالأداء على المهام المختلفة بعضها تم إعداده خصيصاً لهذا الغرض والبعض الآخر عبارة عن تعديلات وجدانية لمفردات مأخوذة من اختبارات تورانس للابتكار (1974). (Averill, 2004)

ثم قام (Averill & Thomas-Knowles, 1991) بإعداد مقياس المترتبات الوجدانية، وهو نسخة معدلة من اختبار توماس 1989 وتمثل أبعاده في (الجدة - الإعداد الانفعالي - الفاعلية - الأصالة)، والذي يهدف إلى قياس القدرة على التفكير التباعدي في مجال الابتكارية الانفعالية، ويشتمل على أربعة مواقف انفعالية صعبة

الحدوث، ويطلب من المفحوص كتابة المترتبات أو النتائج العديدة التي تترتب على هذه المواقف، مثل: ماذا ستكون النتائج لو شعر الناس بالحب مع أشخاص مختلفين كل يوم. كما سعي (Averill & Thomas-Knowles, 1991) إلى إعداد مقياس آخر وهو مقياس المجموعات الانفعالية، وتتمثل أبعاده في (الجدة - الفاعلية - الأصالة - الدمج)، والذي يهدف إلى قياس القدرة على التفكير التباعدي والتفكير التقاربي من خلال دمج الانفعالات المختلفة، ويتكون من أربع مجموعات من الانفعالات، وكل مجموعة تشتمل على ثلاثة انفعالات مختلفة، حيث يتطلب من المفحوص التوسع بخياله ودمج الانفعالات المختلفة معاً لكتابة قصة قصيرة، مثل: اكتب قصة قصيرة تصف الموقف وأفعالك وكيفية مزج هذه الانفعالات معاً (الهدوء والذهول والتسرع).

وتعرض مقياس توماس بعد ذلك إلى التنقيح والاختبار من جانب أفريل (Averill) ١٩٩٩، وكانت صورته الأولى من (٥٠) عبارة، وكل عبارة يقابلها خمسة بدائل (غير موافق بشدة - غير موافق أحياناً - غير متأكد - موافق أحياناً - موافق بشدة)، وعلى المفحوص اختيار بديل واحد من هذه البدائل الخمسة، ثم قام أفريل بإجراء تعديلات على هذه الصورة من المقياس، فحذف (٢٠) عبارة منه، وبذلك أصبحت الصورة النهائية للمقياس (٣٠) عبارة. (Averill, 2004)

واستطاع أفريل حساب الصدق العاملي للمقياس، فتوصل إلى وجود أربعة عوامل أساسية للابتكارية الانفعالية وهي (الاستعداد - الحداثة - الفاعلية - الأصالة)، كما استطاع حساب ثبات المقياس بحساب معامل ألفا كرونباخ بالإضافة إلى طريقة إعادة تطبيق المقياس وتوصل إلى أن المقياس على درجة عالية من الصدق والثبات وكانت الصورة النهائية للمقياس مكونة من ٣٠ مفردة. ويكون في صورة تقرير ذاتي خماسي التدرج (موافق بشدة - موافق أحياناً - غير متأكد - غير موافق أحياناً - غير موافق بشدة)، ولكنه وجد أن من الصعب التمييز بين الفعالية المدركة للاستجابة الانفعالية وبين أصالتها فيميل الأشخاص إلى الحكم على انفعالاتهم الخاصة على أنها مؤثرة لدرجة أنها تبدو لهم أصيلة والعكس صحيح، فسعي إلى دمج بعد الفاعلية وبعد الأصالة معاً في بعد واحد، (Averill, 2005)

ثم توالت بعد ذلك المحاولات في البيئة العربية لإعداد مقياس للابتكارية الانفعالية ومنها مقياس (زينب بدوي، ٢٠١١) وتتمثل أبعاده في (الطلاقة الانفعالية - المرونة الانفعالية - الفعالية - إدراك التفاصيل الانفعالية)، ومقياس (ريهام عنان، ٢٠١٢) وتتمثل أبعاده في (الطلاقة - المرونة - الأصالة)، ومقياس (علية محمد، ٢٠١٤) والتي قامت

بإعداد مقياسين، أحدهما (مقياس عبارات) والآخر (مقياس مواقف)، وتتمثل أبعادهما في (الطلاقة الانفعالية - المرونة الانفعالية - الفعالية الانفعالية - الأصالة الانفعالية)، ومقياس (رانيا سالم، ٢٠١٥؛ ريهام بركات، ٢٠١٦) وتتمثل أبعاده في (الاستعداد الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية).

### الابتكارية الانفعالية والتحصيل الدراسي:

تعتبر الابتكارية الانفعالية الميكانيزم الأساسي للتحصيل المعرفي واكتساب القدرة على تكوين بنية معرفية كافية للارتقاء بالمهارات المعرفية التي تدعم القدرة على حل المشكلات والتخطيط واتخاذ القرار، ويساعد الإبداع الانفعالي الشباب الجامعي على التخيل والتفكير التباعدي والثراء المعرفي الذي ينم عن حب الاستطلاع والقراءة والبحث عن المعلومات حتى يصل إلى المستوى المهارى المطلوب في الجانب المعرفي الذي يلعب دوراً فعالاً في تهيئة العقل للإبداع؛ لأن العملية الإبداعية لا تتم إلا من خلال عقل مهياً لها معرفياً ووجدانياً وسلوكياً، كما يقلل الإبداع الانفعالي من ضغوط التقييم الخارجي القائم على أنظمة المكافأة والمنافسات فلا يشعر الفرد المبدع انفعالياً بالحاجة إلى التقييم من أجل تقويم جودة الناتج الإبداعي وفاعليته من وجهة نظر الآخرين من ذوي الخبرة في نفس المجال، بل يشعر بالحاجة إلى عوامل داخلية مثل حسن الأداء في العمل الإبداعي من أجل تحقيق الذات وإثبات وجودية الفرد في كونه يتصف بالتفرد والتميز والأصالة في العمل الإبداعي. (عواطف صالح، ٢٠٠٧)

وقد أشارت نتائج دراسة (Averill & Thomas-Knowles, 1991) إلى أن الابتكارية لانفعالية تسهم في رفع مستوى التحصيل الدراسي للطلاب.

كما توصلت دراسة (محمد علي مصطفى، ٢٠٠٣) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دلالة إحصائية عند (٠.٠١) بين التحصيل الدراسي والإبداع الانفعالي، وإمكانية التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال الإبداع الانفعالي.

وأوضحت نتائج دراسة (Zareie, 2014) أن الابتكارية الانفعالية تؤثر في مستوى النجاح أو الفشل الدراسي للطلاب من خلال تأثيرها في الاستجابة الانفعالية لديه، فتعمل على رفع مستوى الدافعية لديه نحو التحصيل الدراسي، كما تسهم في التنبؤ بالنجاح أو الفشل الدراسي لدى المتعلم. وأشارت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الابتكارية الانفعالية والدافعية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. مما يؤثر على مستوى التحصيل الدراسي للطلاب.

وتؤدى الابتكارية الانفعالية دورًا هامًا في الحياة الجامعية، فقد أشارت نتائج دراسة (Tarabakina et al., 2015) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الابتكارية الانفعالية ومؤشرات كفاءة التواصل لدى طلاب الجامعة، فالطالب الذي يتمتع بمستوى عالي من الابتكارية الانفعالية هو طالب قادر على توجيه الأولوية نحو تحقيق أهدافه الرئيسية للتواصل، وفهم التجربة وتمييزها تمييز مشاعر الآخر في التواصل والتفاعل انفعاليا بطريقة غير قاسية، ومن ثم يصبح قادر على تحقيق النجاح الدراسي والبعد عن الفشل. كما أن توافر مستوى مرتفع من الابتكارية الانفعالية لدى طلاب الجامعة يسهم في تعزيز وتفعيل انفعالاتهم الموجبة داخل حجرات الدراسة مثل: الحب والامتنان والامل ... الخ والتي لها دورًا هامًا في حثهم على الاهتمام بدراساتهم والسعي إلى التفوق الدراسي وتجنب مخاطر الفشل. (Oriol et al., 2016)

وقد أشارت نتائج دراسة (Ajam et al., 2017) إلى وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الابتكارية الانفعالية والحماس الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، فزيادة مستوى الابتكارية الانفعالية لدى طلاب الجامعة يزيد من مستوى الدافعية والحماس نحو التفوق الدراسي، حيث تعتبر الابتكارية الانفعالية هي ابتكار يتم في المجال الانفعالي فيعمل على استبدال الاستجابات الانفعالية التقليدية باستجابات (غير تقليدية) تتسم بالأصالة والمرونة.

وأشارت نتائج دراسة (حجاج غانم علي، ٢٠١٧) أن للابتكارية الانفعالية تأثيرًا ايجابيًا دال إحصائيًا على توافق الطلاب مع الحياة الجامعية، حيث يحتوي التوافق الجامعي على جانب انفعالي، فهناك العديد من المواقف الانفعالية في الجامعة التي تتطلب من الطلاب تمرسًا في الجانب الانفعالي يصل إلى الابتكار لكي يتكيف معها، وهنا يتضح دور الابتكارية الانفعالية في التوافق الجامعي للطلاب، وينعكس هذا على السعي إلى النجاح الدراسي وتجنب الفشل.

وأشارت نتائج دراسة (طارق نور الدين عبد الرحيم وإيمان خلف فؤاد، ٢٠١٨) إلى أن هناك فروق بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية وابعادها لصالح مرتفعي التحصيل الدراسي، حيث تسهم الابتكارية الانفعالية لديهم في إكسابهم القابلية على فهم انفعالاتهم وانفعالات الآخرين واستخدامها بصورة ايجابية تتسم بالتنوع والتبديل.

## الضغط النفسي Psychological Stress:

تمتلى حياة الفرد بالعديد من المواقف الضاغطة التي يواجهها عند تعامله مع البيئة المحيطة به، والتي تفرض عليه سرعة التوافق في مواجهته لهذه المواقف لتجنب الآثار النفسية والاجتماعية السلبية، والوصول إلى تحقيق التوافق، وبذلك يصبح الضغط النفسي هو ذلك الشعور السلبي الذي يصيبك عندما تكون تحت ضغوطات كبيرة تفوق قدرتك على الاحتمال. ويختلف مستوى تأثر الفرد بالمواقف الضاغطة التي يتعرض لها من فرد لآخر نظرا لوجود الفروق الفردية بين الأفراد، فلا يعني تأثر فرد بموقف ضاغط يتعرض له والوصول به لمستوى ضغط نفسي مرتفع أن يصل فرد اخر لنفس المستوى من الضغط النفسي عند تعرضه لنفس الموقف الضاغط، فقدرات الأفراد ومهاراتهم في مواجهة المواقف الضاغطة والتعامل معها تختلف من فرد لآخر.

وقد اشتق مصطلح الضغط النفسي من الكلمة الفرنسية القديمة Destresse والتي تشير إلى معني الاختناق والشعور بالضيق أو الظلم، وقد تحولت في الإنجليزية الى Stress والتي أشارت الى معني التناقض، فقد كان الاجماع على إعطاء مصطلح Stress معني الضغط Pressure أو التأكيد Emphasis على الشيء، وإذا مثلنا مستويات الضغط النفسي على متصل، فإن أحد طرفي المتصل يشير الى الضغط النفسي باعتباره واقيا للحياة أو محافظا عليها، أما الطرف الآخر فيشير اليه على أنه سبب من مسببات تدمير هذه الحياة. (ديفيد فونتانا، ١٩٩٤: ١٣)

وبمراجعة التراث النظري لعلم النفس نجد ثلاث مداخل في دراسة الضغط النفسي وهي:

- المدخل المبني على المثير: ينظر إلى الضغط النفسي على أنه عوامل خارجية ضاغطة على الفرد، سواء بكلية أو جزء منه، وبدرجة توجد لديه إحساساً بالتوتر، أو تشويهاً في تكامل شخصيته، وحينما تزداد حدة هذه الضغوط فإن ذلك قد يفقد الفرد قدرته على التوازن، ويغير نمط سلوكه عما هو عليه إلى نمط جديد (حسن شحاته وزينب النجار، ٢٠٠٣: ٢٠٨)

- المدخل المبني على الاستجابة: ينظر إلى الضغط النفسي على أنه تكوين فرضي وليس شيئاً ملموساً واضح المعالم، فهو كالحمل الذي يقع على كاهل الكائن الحي وغالبا ما يستدل على وجوده من خلال استجابات (جسمية، انفعالية، معرفية، سلوكية)، وهو العنصر المجدد للطاقة التكيفية لكل من العقل والجسم، فاذا كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المتطلبات وتستمتع بالاستثارة المتضمنة فيها فان

الضغط يكون مقبولاً ومفيداً، أما إذا كانت لا تستطيع، ووجود الاستثارة يضعفها، فإن الضغط لا يكون مقبولاً وغير مفيد، ويصاحب ذلك ردود أفعال كالضيق والتوتر والقلق والتغيرات الفسيولوجية. (ديفيد فونتانا، ١٩٩٤: ١٣؛ محمد جودة، ١٩٩٧؛ علي عسكر، ٢٠٠٠: ١٧) (Bernstein, Penner, Clarke-Stewart & Roy, 2008: 522)

- المدخل التفاعلي: ينظر إلى الضغط النفسي على أنه علاقة خاصة بين المتطلبات البيئية والقدرة على التعامل معها، فهو مجموعة من ردود الأفعال الشخصية للفرد سواء كانت نفسية أم جسدية نتيجة تعرضه لأحداث أو ظروف معينة يدركها على أنها غير مريحة أو مزعجة أو على الأقل تحتاج إلى نوع من التكيف أو إعادة التكيف، ويكون الضغط صادراً من داخل الفرد أو من البيئة، فيشعر الفرد باختلال في العلاقة مع البيئة، حيث يمكن أن تكون هذه العلاقة مرهقة أو قد تكون أعلى في مستوى قدراته التكيفية مع البيئة، وإن استمرارها قد يؤدي إلى آثار سلبية كالمرض والاضطراب وسوء التوافق، ويوجد اثنين من العمليات التي تشكل هذه العلاقة (التقييم النفسي-المواجهة)، وينظر إلى التقييم النفسي على أنه تقييم الفرد للمواقف والمصادر المتاحة للتعامل معه، فعندما يواجه الفرد موقفاً ضاغظاً فإنه يقيم التهديد المحتمل فضلاً عن مصادر التعامل معه، ويشعر الفرد هنا بالضغط عندما يتجاوز التهديد المصادر المتاحة لمواجهته. (سليمان الجمعة وبنيان الرشيدى، ٢٠٠٦: ٢٠١؛ جمعة يوسف، ٢٠٠٧: ١٣؛ تنهيد فاضل، ٢٠١١) (Lazarus & Folkman, 1984: 21)

ويمكن تقسيم الضغط النفسي إلى:

١. الضغوط النفسية السوية (الموجبة) والضغوط النفسية السالبة:

الضغوط الإيجابية ضرورية للعمل، فتدفعنا للعمل بصورة أفضل، ويصبح الفرد بدون ضغط أشبه بالسيارة بدون وقود، أما الضغوط السالبة فتنتج من التعرض المستمر لها ومن شدتها وما يترتب على ذلك من تأثيرات سلبية كالفوضى والارتباك وتناقض السلوك والعجز عن اتخاذ القرارات، وهي أشبه بتدفق الوقود بأكثر من المعدل الطبيعي للسيارة فيؤدي لإيقافها، وكذلك الحال بالنسبة للضغط فإذا زاد معدله عن المستوى الطبيعي فيفقد قيمته وفائدته ويتحول إلى طاقة مدمرة للفرد وما يترتب عليه من عدم قدرته على مواجهة الظروف وعجزه ثم استسلامه، وشلل الحركة الجسمية والانفعالية والعقلية.



## ٢. الضغوط المؤقتة والضغوط المزمنة:

فهناك الضغوط التي تحيط بالفرد فترة وجيزة ثم تزول مثل الامتحانات، أما الضغوط المزمنة فهي التي تحيط بالفرد لفترة طويلة نسبيا مثل تعرض الفرد لأمراض مزمنة او مشكلات اجتماعية واقتصادية بشكل مستمر. (محمد إبراهيم جودة، ١٩٩٧)

ويتفق معظم الباحثين على أن مصادر الضغط وأسبابها داخلية وخارجية، فالداخلية تشمل لنواحي الجسمية والسلوكية والمعرفية والانفعالية، أما المصادر الخارجية فتشمل البيئة الاجتماعية وكذلك أحداث الحياة اليومية والاتجاهات والمعتقدات واضطراب العلاقات بين الناس، بينما يرى البعض الآخر أن الضغط النفسي يرتبط بالتغيرات الهامة مثل الامتحانات وزيادة المسؤوليات والخوف من الفشل، وبعض الأفراد قد يولدون الضغط لأنفسهم وذلك بأن يضعوا لأنفسهم أهدافا رفيعة ورغبة مستمرة في تحقيق إنجازات أعظم واعظم، ويعاني أمثال هؤلاء من التوترات والأزمات القلبية. (محمد إبراهيم جودة، ١٩٩٧)

ومن مصادر الضغط النفسي خصائص وسمات الشخصية، ظروف الحياة الخاصة وملاستها، العلاقات مع الآخرين، التنظيم العام للمؤسسة أو القطاع الذي يعمل فيه الفرد، وطبيعة العمل الذي يزاوله الفرد. (عبد الرحمن الطريري، ١٩٩٤: ٦٩)

وينظر إلى مصادر الضغط النفسي على أنها مسببات للضغط، وترتبط هذه المصادر أو المسببات بحياة الفرد، فليس من الواقع أن نتجاهل أحداث الحياة والظروف الاجتماعية والسياسية التي تشكل الإطار الذي يتواجد فيها الفرد ويتفاعل معها، كما أن السمات والخصائص الشخصية للفرد تتداخل وتؤثر في نوعية استجابته لهذه الاحداث، فيلعب إدراكه الشخصي الذي من خلاله يفسر ويقيم المواقف التي تواجهه دورًا هامًا في درجة العبء الواقعة عليه من المصادر المختلفة، فهو يتأثر بأكثر من مصدر وبدرجات متفاوتة في أية لحظة في حياته. (علي عسكر، ٢٠٠٠: ٣٨)

وقد تكون هذه المصادر نفسية أو جسدية، حيث تدخل على الفرد نوع من التوتر والقلق كنتيجة لمحاولة التكيف مع الظروف أو المواقف أو المسؤوليات الملقاة على عاتق الفرد التي يتعرض لها مما يهدد توازنه، مثل: ما يقع على الطلاب من ضغوط نفسية تتمثل في التحدي والرغبة في بذل جهد كبير في الدراسة، بالإضافة إلى مصادر جسدية تتمثل في التعب الجسمي والارهاق الذي يمثل عبء ثقيل عليهم، ومن المصادر الأخرى للضغوط الاحداث السلبية مثل: احداث الكارثة، والمتاعب اليومية، كما أن هناك مصادر ضغوط مزمنة مثل: الامراض المصاحبة للفرد والحادة. (Bernstein et al., 2008: 519)

وقد حظيت مصادر الضغوط بقدر كبير من الاهتمام في الدراسات النفسية، وأفضت هذه الدراسات إلى تصنيفات مختلفة لمصادر الضغوط وفقاً لأسس متباينة ومنها:

١- من حيث مترباتها، وتصنف إلى: ضغوط بناءة (إيجابية) مثل: الزواج والترقي في العمل، وضغوط هدامة (سلبية) مثل: المرض، الإصابة في العمل، وفاة شخص عزيز.  
٢- من حيث الاستمرار، وتصنف إلى: مستمرة (كمنغصات الحياة اليومية)، ومتقطعة (كالمناسبات الاجتماعية والاجازات ومخالفات القانون).

٣- من حيث المنشأ، وتصنف إلى: ضغوط داخلية (من داخل الفرد)، مثل: الحاجات والمتغيرات الفسيولوجية والطموحات والأهداف، وضغوط خارجية (من البيئة الخارجية)، مثل: الضوضاء والظروف الطبيعية كالزلازل والبراكين والأعاصير.

٤- من حيث المكان الذي تحدث فيه مثل: في العمل، المنزل، المدرسة، الشارع... وغيرها.  
٥- من حيث عدد المتأثرين بها، وتصنف إلى: ضغوط عامة (يتأثر بها عدد كبير من الناس) مثل: الأحداث المزلزلة، وضغوط خاصة (تؤثر على فرد واحد أو عدد محدود من الأفراد مثل: حوادث الطرق).

٦- من حيث شدة الأحداث والمواقف الضاغطة، وتصنف إلى: ضغوط خفيفة وضغوط معتدلة وضغوط شديدة.

٧- من حيث مجال الحياة الذي تحدث فيه، وتصنف إلى: ضغوط اقتصادية وضغوط سياسية وضغوط اجتماعية... وغيرها.

ولا يمكن التعامل مع هذه الأسس على انها منفصلة أو مستقلة عن بعضها ولكنها متداخلة ومتقاطعة، فالموقف أو الحدث الواحد يمكن أن يصنف وفقاً لأكثر من أساس في الوقت نفسه. (جمعة يوسف، ٢٠٠٧: ١٥)

ومن أهم مصادر الضغوط النفسي التي تقع على عاتق طلاب الجامعة الحمل الزائد الواقع عليهم نتيجة إجراءات التقويم والامتحانات ونتائجها، بالإضافة إلى بعض العوامل الشخصية وظروف عائلية واجتماعية. (Yumba, 2008: 10) كما يمثل الجانب المادي والأكاديمي والاقتصادي والاجتماعي احد مصادر الضغوط النفسي التي تقع على عاتق طلاب الجامعة ، كما وجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (٠.٠٥) في مستوى الضغوط النفسية ترجع إلى التخصص الدراسي. (انتصار الصمادي، ٢٠١٥)

وتعتبر الضغوط الأسرية والمالية والدراسية والشخصية والاجتماعية والجامعية من المصادر الرئيسية للضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، كما وجد فروق ذات دلالة

إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في مستوى الضغط النفسي تبعًا للصف الدراسي، فكلما تقدم الطلبة في المستوى الدراسي كلما زاد إحساسهم بالضغط، فيكونوا أكثر إحساسًا بالأعباء المالية خاصة العام الأخير من الدراسة الأمر الذي يشعروهم بالإرهاق المالي والدراسي فضلًا عن فرص الحصول على وظيفة والتي أصبحت من الأمور التي يصعب تحقيقها، كما وجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في مستوى الضغط النفسي تبعًا للتخصص الدراسي، حيث أن الطلاب أصحاب التخصص العلمي هم أكثر عرضة للضغوط النفسية وذلك يرجع إلى طبيعة الدراسة العلمية التي تحتاج إلى درجة عالية من التطبيق والتحليل وربط العلاقات العلمية مما يقع عليهم جهد أكبر يترتب عليه توتر نفسي أشد. (تهديد عادل فاضل، ٢٠١١)

واختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغط طبقًا لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس أطر فسيولوجية أو نفسية أو اجتماعية، كما اختلفت هذه النظريات فيما بينها بناء على مسلمات كل منها، ومن أهم هذه النظريات:

• نظرية هانزسيلي Hanselye:

كان هانزسيلي بحكم تخصصه كطبيب متأثرًا بتفسير الضغط تفسيرًا فسيولوجيًا، وتنتقل نظرية "هانزسيلي" من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط Stressor يميز الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر "سيلي" أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية وهدفها المحافظة على الكيان والحياة، وحدد ثلاثة مراحل للدفاع ضد الضغط (الفرع-المقاومة-الإجهاد).

• نظرية سبيلبرجر Spilberger:

اهتم "سبيلبرجر" بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها، ويفسر العلاقات بينها وبين ميكانزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة (كبت-إنكار-إسقاط) وتستدعي سلوك التجنب.

• نظرية موراي:

يعتبر "موراي" أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة، ويعرف الضغط بأنه صفة لموضوع بيئي أو لشخص تيسر

أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، ويميز بين نوعين من الضغوط، "ضغط بيتا": ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد. و"ضغط ألفا": ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالاتها كما هي.

#### • نظرية لازاروس Lazarus:

قدم هذه النظرية لازاروس (Lazarus, 1970) وقد نشأت هذه النظرية نتيجة للاهتمام الكبير بعملية الإدراك والعلاج الحسي والإدراكي، والتقدير المعرفي هو مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة الفرد، حيث إن تقدير كم التهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف، ولكنه رابطة بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط وبذلك يستطيع الفرد تفسير الموقف، ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل: العوامل الشخصية والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، والعوامل المتصلة بالموقف نفسه. (فاروق السيد عثمان، ٢٠٠١: ٩٨-١٠٠)

#### الضغط النفسي والتحصيل الدراسي:

اختلفت نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين الضغط النفسي والتحصيل الدراسي، فهناك دراسات توصلت إلى أن الضغط النفسي يؤثر تأثيرًا موجبًا على التحصيل الدراسي، حيث يسهم الضغط النفسي في زيادة دافعية الفرد نحو الإنجاز الأكاديمي، وبذل المزيد من الجهد وتحمل المشقة في العمل فيزيد من مستوى التحصيل الدراسي لديهم، وقد يسهم العمل الأكاديمي نفسه في زيادة الضغوط النفسية على الطلاب (Gardner, 2004; Tse & Bond, 2019; Budu et al., 2019) بينما توصلت دراسات أخرى إلى أن الضغط النفسي يؤثر تأثيرًا سالبًا على التحصيل الدراسي، حيث وجد أن هناك مصادر عديدة للضغوط النفسية ممكن أن يتعرض لها الطلاب سواء داخل الجامعة أو خارجها، والتي تنعكس بالسلب على صحة الطلاب فيحدث تدهور في الصحة واضطرابات في النوم وانخفاض تقدير الذات لديهم ونقص مستوى الدافعية نحو التعلم ويترتب على ذلك تدني في مستوى التحصيل الدراسي للطلاب. (Rucker, 2012; Schraml et al., 2012; Sarouni et al., 2016; Britt et al., 2016; Flaig, 2018; Pascoe et al., 2019; Ye, Posada & Liu, 2019)

#### الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي:

إن الابتكار مطلب هام في الوقت الحاضر نظرًا لسرعة التغيرات والتطورات الواقعة على المجتمع والتي تسبب ضغط كبير في التكيف معه ومسايرته، مما يجعلنا في ضرورة

إلى التخلي عن الاستجابات المألوفة التقليدية للمواقف المختلفة والتخلي بالاستجابات الابتكارية، وبذلك تعمل الضغوط النفسية على حفز السلوك الابتكاري الذي يساعد في تخفيف حدة الضغوط النفسية لديهم. (Nicol, 1993; Ivcevic, Hoffmann, Brackett & Foundation, 2004: 9)

ويعتبر ضغط عبء العمل جزء من بيئة العمل، فلا يعمل الفرد الا تحت ضغط، كما أن بيئة العمل بصورة عامة تؤثر على ابتكار الفرد وهنا يكون للضغط تأثير إيجابي على ابتكارية الفرد. (Gorondutse & John, 2018)

كما تعتبر الفنون من الوسائل الهامة التي تسهم في الحد من الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلاب، فيميل الطلاب إلى اللجوء الي لتفريغ هذه الضغوط من خلال الأنشطة الفنية. (Scott, 2017) فتساعد المشاركة في الأنشطة الفنية على تخفيف حدة الضغوط النفسية، والتعبير عنها بأساليب غير تقليدية، مما يساعد على تحفيز الابتكارية الانفعالية، ومن ثم زيادة مستوى الابتكار الفني. (Curl & Forks, 2008; Osei, 2013; Martin et al., 2018; Shaunessy & Suldo, 2010)

ويتعرض الطلاب إلى صعوبات داخل وخارج الجامعة والتي يمكن أن تكون مصدر لزيادة الضغوط الاكاديمية لديهم، وتعمل هذه الضغوط على خلق بيئة مناسبة ومحفزة للابتكارية، حيث يلجأ هؤلاء الطلاب إلى تفريغ هذه الضغوط الزائدة ومواجهتها بأسلوب ابتكاري، فقد وجد أن الطلاب المبتكرين لديهم قدرة على مواجهة الضغوط النفسية بصورة أفضل من الطلاب العاديين، وبذلك تعمل الابتكارية على خفض حدة الضغوط النفسية التي يتعرض لها طلاب الجامعة. (Holliday et al., 2016; Fisher & Davis, 2018; Fazio et al., 2019)

فقد وجد أن الطلاب الذين يتوافر لديهم مستوى عالي من الابتكارية الانفعالية هم طلاب قادرين على إدارة الأنشطة الابتكارية بمهارة وفاعلية (Trnka et al., 2016) والتي يمكن استخدامها في تخفيف حدة الضغوط النفسية التي يتعرضون لها.

كما أشارت نتائج دراسة (Jenaabadi et al., 2015) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين الطلاب الموهوبين والعادين في مستوى الابتكارية الانفعالية لصالح الطلاب الموهوبين، فيتوافر لدى الطلاب الموهوبين القدرة على تنوع الاستجابات الانفعالية لديهم والتعبير عنها بشكل غير تقليدي، مما يساعدهم على التكيف الاجتماعي. وبذلك تسهم الابتكارية الانفعالية في مواجهة الضغوط الاجتماعية التي يتعرض لها الطلاب وتخفيف حدتها.

وقد يؤدي تعرض الافراد المبتكرين لمواقف ابتكارية مجهدة إلى زيادة مستوى الضغط النفسي لديهم، وبذلك تكون المواقف الابتكارية التي يتعرض لها الافراد مصدر لضغوط ابتكارية، يمكن للمواقف الانفعالية المعقدة التي يتعرض لها الفرد أن تكون مصدر لضغوط ابتكارية، فيتطلب من الفرد للتخلص من هذه الضغوط التخلي عن الاستجابات التقليدية واستبدالها باستجابات ابتكارية.

وتعمل الابتكارية الانفعالية على اكساب الفرد الانفعالات الموجبة وتساعده على التخلص من الانفعالات السالبة، وذلك من خلال دورها الفعال في رفع مستوى تقدير الذات وفعاليتها لدى الفرد، كما تسهم في جعل الفرد يميل إلى الانفتاح على الخبرة والانبساطية والقبول الاجتماعي كسمات شخصية، كما تتيح الابتكارية الانفعالية فرصة تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين، واكتساب إرادة قوية وطاقة وأهداف محددة، وتحمل المسؤولية، وتجعل الفرد أكثر حساسية للجمال وحب المعرفة، وقادرًا على ضبط النفس والتمسك بالفضيلة، والتعبير عن الانفعالات الأصلية والمتفردة ذات الفعالية التي تدفعه إلى التفكير بطريقة إيجابية في التعامل مع المواقف المختلفة أو تدفعه إلى إنتاج بعض الأعمال الأدبية أو العلمية أو الفنية والتي تعتمد على امتلاك الفرد للاستعدادات الإبداعية التي تتصف بالجدة والفعالية والأصالة. (Averill, 1999) (أبو زيد الشويقي، ٢٠٠٨؛ شرين نسوي، ٢٠١٠).

كما تسهم الانفعالات الموجبة التي يكتسبها الفرد في النظر إلى المواقف الضاغطة على انها تحديات يجب عليها مواجهتها والتصدي لها، مما يساعده على تخفيف حدة الضغوط النفسية التي يتعرض لها، فقد وجد أن الافراد الذين يميلون إلى اكتساب انفعالات موجبة أكثر قدرة ومهارة في مواجهة المواقف الضاغطة والتغلب عليها عن الافراد الذين يميلون إلى اكتساب الانفعالات السالبة. (Folkman & Moskowitz, 2000; Thoern, Grueschow, Ruff & Kleim, 2016)

وقد توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة تبادلية بين مستوى الضغوط النفسية ومستوى الابتكارية، حيث أن معظم الأفكار الابتكارية يتم انتاجها في وجود ضغط الوقت، فتسهم الضغوط النفسية هنا في زيادة مستوى الابتكارية لدى الفرد عندما تكون المواقف الضاغطة في حيز تحكم الفرد، أي أنه يعمل كحافز للأداء الابتكاري في بدايته، حيث تقل آثاره السلبية وتعزز آثاره الإيجابية، ثم مع استمرار هذه الضغوط وزيادة مستواها عن مقدار تحكم الفرد تتحول من عامل الحفز إلى عائق أمام الابتكارية، حيث تزيد آثاره السلبية وتقل آثاره الإيجابية، فتعمل على خفض معدل الانخراط في الابتكارية لديه

ويصبح تركيزه في كيفية الإنتاج دون النظر إلى الابتكار. (Amabile et al., 2002; Byron et al., 2010; Borsellino, 2016; Khedhaouria et al., 2017; Kassymova et al., 2019)

كما وجد أن الطلاب المبتكرين يتعرضون إلى ضغوط عالية من ناحية المشكلات الصحية لديهم نتيجة تكرر تعرضهم للمواقف الضاغطة أكثر من الطلاب منخفضي الابتكارية، بينما يتعرض الطلاب منخفضي الابتكارية إلى ضغوط عالية من ناحية العلاقات الأسرية وكذلك في صداقتهم مع الزملاء أكثر من الطلاب مرتفعي الابتكارية. (Vasasova, 2012)

### فروض الدراسة:

في ضوء الإطار النظري ونتائج البحوث السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة الحالية يمكن صياغة فروض البحث على النحو الآتي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها: التهيؤ الانفعالي- الطلاقة الانفعالية- المرونة الانفعالية- الاصاله الانفعالية).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي.

٣- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الابتكارية الانفعالية وابعادها والضغط النفسي لدي طلاب الجامعة.

### المنهج والطريقة:

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي (الارتباطي والسببي المقارن) لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها، والذي من خلاله أمكن الإجابة عن تساؤلات البحث، والتحقق من فروضه.

**عينة الدراسة:** وتتضمن:

**عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:**

وهي عينة التقنين، وقوامها (٦٠) طالبًا وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة من كلية التربية بجامعة بني سويف للعام الجامعي (٢٠١٤-٢٠١٥)، بواقع (٣٧) طالبًا وطالبة شعبة الرياضيات، (٣) طالبات شعبة الفيزياء، (٢٠) طالبًا وطالبة شعبة البيولوجي، بواقع (٥) ذكور و(٥٥) إناث، تتراوح أعمارهم ما بين (٢٠-٢١) عامًا؛ بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

### العينة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة من كلية التربية بجامعة بني سويف للعام الجامعي (٢٠١٤-٢٠١٥)، بواقع (٩) طلاب، و(٨١) طالبة من شعبة اللغة العربية و(١٦) طالبًا، و(٩٤) طالبة من شعبة التاريخ وتتراوح أعمارهم ما بين (٢٠-٢١) عامًا، حيث بلغ متوسط أعمارهم (٢٠.٥٧) بانحراف معياري قدره (٠.٥٤)، ويوضح جدول (١) عدد أفراد عينة الدراسة الأساسية.

جدول (١): عينة الدراسة الأساسية

الشعبة	ذكور	إناث	عدد أفراد العينة
التاريخ	١٦	٩٤	١١٠
اللغة العربية	٩	٨١	٩٠
مجموع	٢٥	١٧٥	٢٠٠

### أدوات الدراسة:

١- مقياس الابتكارية الوجدانية: (إعداد: رانيا محمد سالم، ٢٠١٥)

### هدف المقياس:

يهدف المقياس الحالي إلى قياس الابتكارية الوجدانية لدى طلاب وطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية، من خلال مجموعة مواقف حياتية ذات طابع انفعالي.

يتكون المقياس في صورته النهائية من (١٠) أسئلة مفتوحة النهاية تقيس أربعة أبعاد أساسية (الاستعداد أو التهيؤ الوجداني- الطلاقة الوجدانية- المرونة الوجدانية- الأصالة الوجدانية)، ويتضمن كل سؤال مواقفًا حياتية ذات طابع انفعالي، وفي كل موقف يُطلب من الطالب أن يتخيل نفسه بطل هذا الموقف ويحدد الانفعالات التي يشعر بها، وكيفية التعبير عن انفعالاته بإصدار أكبر عدد ممكن من الاستجابات الانفعالية المناسبة.

### تصحيح المقياس: يتم تصحيح المقياس الحالي على النحو الآتي:

- تحلل استجابات كل موقف من مواقف المقياس على حدة إلى الأبعاد الأربعة للابتكارية الوجدانية (التهيؤ أو الاستعداد الوجداني، الطلاقة الوجدانية، المرونة الوجدانية، الأصالة الوجدانية).
- تحسب درجة التهيؤ أو الاستعداد الوجداني في كل موقف بإعطاء درجة واحدة لكل انفعال يحدده الطالب، وتحسب درجة التهيؤ أو الاستعداد الوجداني على المقياس ككل بمجموع درجات البعد في كل الموقف.



- تحسب درجة الطلاقة الوجدانية في كل موقف بإعطاء المفحوص درجة واحدة لكل استجابة انفعالية، وتحسب درجة الطلاقة الوجدانية على المقياس ككل بمجموع درجات البعد في كل المواقف.
  - تحسب درجة المرونة الوجدانية في كل موقف بإعطاء المفحوص درجة واحدة لكل استجابة متنوعة أو درجة واحدة لكل فئة من الاستجابات الانفعالية (كل مجموعة استجابات تدور حول نفس الفكرة)، وتحسب درجة المرونة الوجدانية على المقياس ككل بمجموع درجات البعد في كل المواقف.
  - تحسب درجة الأصالة الوجدانية في كل موقف بإعطاء المفحوص درجة معينة وفقاً لنسبة تكرار الاستجابة في المجموعة التي ينتمي إليها المفحوص وهذه التقديرات هي:
    - ١- تُعطى الاستجابة ثلاث درجات إذا تكررت بنسبة أقل من ٥%.
    - ٢- تُعطى الاستجابة درجتين إذا تكررت بنسبة (من ٥% وأقل من ١٠%).
    - ٣- تُعطى الاستجابة درجة واحدة إذا تكررت بنسبة (من ١٠% وأقل من ١٥%).
    - ٤- تُعطى الاستجابة صفراً إذا تكررت الاستجابة بنسبة ١٥% فأكثر.
  - تحسب الدرجة الكلية للابتكارية الوجدانية للمفحوص بمجموع (درجة التهيؤ أو الاستعداد الوجداني على المقياس ككل + درجة الطلاقة الوجدانية على المقياس ككل + درجة المرونة الوجدانية على المقياس ككل + درجة الأصالة الوجدانية على المقياس ككل).
- الخصائص السيكومترية للمقياس:**

- أ- **صدق المقياس:** تم حساب صدق المقياس الحالي من خلال الطرق الآتية:
- ١- **صدق المحكمين:** تم عرض المقياس في صورته الأولية على (٢٢) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، وفي ضوء آراء السادة المحكمين قامت الباحثة باستبعاد المواقف التي لم يصل اتفاق السادة المحكمين عليها إلى نسبة ٩٥%، ليصبح عدد مواقف المقياس (١٠) مواقف.
  - ٢- **الصدق التلازمي:** للتأكد من الصدق التلازمي للمقياس قامت الباحثة باستخدام مقياس المترتبات الوجدانية Averill & Emotional Consequences (1991) (Thomas-Knowles) كمحك، وهو مقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات، وقام (مصطفى عبد الرزاق، ٢٠١٤) بترجمته وإعادة تقنينه عن طريق حساب الاتساق الداخلي للمقياس كصدق وكانت معاملات الارتباط بين الابعاد الفرعية وبعضها البعض وكذلك في علاقتها مع الدرجة الكلية تراوحت بين (٠.٩٤-٠.٩٧)، كما بلغ معامل ألفا (٠.٧٥)، وبذلك يتمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق والثبات.

طبقت الباحثة المقياسين (مقياس الدراسة الحالي - مقياس المترتبات الوجدانية) على عينة الدراسة الاستطلاعية (ن=٦٠)، وتم حساب معامل الارتباط "بيرسون" بين درجات الطلاب على مقياس الابتكارية الوجدانية المستخدم في الدراسة الحالية، ودرجاتهم على المحك، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠.٨١) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١) وهذا مؤشراً لصدق الاختبار.

٣- الاتساق الداخلي كصدق: قامت الباحثة بتقدير صدق المقياس بحساب قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية بعضها البعض وكذلك علاقتها مع الدرجة الكلية بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية، والجدول (٢) يوضح ذلك.  
جدول (٢): قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية بعضها البعض بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية لمقياس الابتكارية الوجدانية (ن = ٦٠)

م	البعد	التهيو الوجداني	الطلاقة الوجدانية	المرونة الوجدانية	الأصالة الوجدانية	الدرجة الكلية
١	التهيو الوجداني	_____	_____	_____	_____	_____
٢	الطلاقة الوجدانية	**٠.٤٣	_____	_____	_____	_____
٣	المرونة الوجدانية	**٠.٤٢	**٠.٩٨	_____	_____	_____
٤	الأصالة الوجدانية	**٠.٤٠	**٠.٦٩	**٠.٦٩	_____	_____
٥	الدرجة الكلية	**٠.٤٩	**٠.٨٢	**٠.٨٢	**٠.٦٥	_____

\* \* مستوى الدلالة عند (٠.٠١)

ويتضح من الجدول (٢) أن معاملات الارتباط قد تراوحت بين (٠.٤٠ - ٠.٩٨) وهي معاملات مقبولة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يؤكد صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

ب- ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس باستخدام الاتي:

١- معامل ألفا كرونباخ:

تم تقدير معامل الثبات باستخدام معامل "ألفا كرونباخ" لمقياس الابتكارية الوجدانية، حيث بلغت قيمة معامل ألفا (٠.٦٨) وهي قيمة جيدة وتدل على ثبات المقياس.

٢- الاتساق الداخلي للمقياس كثبات:

قامت الباحثة بتقدير ثبات المقياس بحساب قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية بعضها البعض وكذلك علاقتها مع الدرجة الكلية لمقياس الابتكارية الوجدانية، والجدول (٣) يوضح ذلك على النحو التالي:

جدول (٣): قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية بعضها البعض والدرجة الكلية لمقياس الابتكارية الوجدانية (ن = ٦٠)

م	البعـد	التهيؤ الوجداني	الطلاقة الوجدانية	المرونة الوجدانية	الأصالة الوجدانية	الدرجة الكلية
١	التهيؤ الوجداني	_____	_____	_____	_____	_____
٢	الطلاقة الوجدانية	***٠.٤٥	_____	_____	_____	_____
٣	المرونة الوجدانية	***٠.٤٢	***٠.٩٨	_____	_____	_____
٤	الأصالة الوجدانية	***٠.٤٠	***٠.٦٩	***٠.٦٩	_____	_____
٥	الدرجة الكلية	***٠.٥١	***٠.٨٨	***٠.٨٨	***٠.٩٣	_____

\*\* مستوى الدلالة عند (٠.٠١)

ويتضح من الجدول (٣) أن معاملات الارتباط قد تراوحت بين (٠.٤٠ - ٠.٩٨) وهي معاملات مقبولة ودالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على تمتع الاختبار بدرجة جيدة من الثبات.

٣- ثبات المصححين:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات الخاص بتصحيح مقياس الابتكارية الوجدانية، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين تصحيح الباحثة وتصحيح زميل آخر للمقياس، وذلك بعد أن قامت الباحثة بتدريبه على طريقة تصحيح الاختبار، وذلك على ٣٠ نسخة من مقياس الابتكارية الوجدانية، والجدول (٤) يوضح ذلك على النحو التالي:

جدول (٤): معاملات الثبات لتصحيح مقياس الابتكارية الوجدانية (ن = ٦٠).

م	البعـد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	التهيؤ الوجداني	٠.٨٩	٠.٠١
٢	الطلاقة الوجدانية	٠.٩٨	٠.٠١
٣	المرونة الوجدانية	٠.٩٨	٠.٠١
٤	الأصالة الوجدانية	٠.٩٦	٠.٠١
٥	الدرجة الكلية	٠.٩٧	٠.٠١

ويتضح من الجدول (٤) أن معاملات الارتباط بين تصحيح الباحثة وتصحيح زميل آخر للمقياس معاملات قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يدل على ان المقياس يتمتع بدرجة عالية من ثبات المصححين.

في ضوء ما سبق ذكره من طرق لحساب صدق وثبات المقياس يمكن القول إن مقياس الابتكارية الوجدانية يتمتع بدرجة كبيرة من الصدق والثبات مما يجعله صالحاً للاستخدام في الدراسة الحالية.

## ٢- استبيان الضغط النفسي إعداد: (محمد إبراهيم جودة، ١٩٩٧)

هدف استبيان الضغط النفسي إلى قياس مستوى الضغط النفسي لدى طلاب الجامعة، وقد تكون من (٤٠) عبارة، يجاب عليها وفقاً لمقياس استجابة ثلاثي طبقاً لطريقة ليكرت (نعم- إلى حد ما - لا)، وقد اعتمد الباحث على الدرجة الكلية فقط للاستبيان، كما قام بالتحقق من صدق وثبات المقياس على النحو التالي:

### صدق الاستبيان:

قام الباحث بحساب (صدق المحك) للاستبيان عن طرق حساب معامل الارتباط بين الاستبيان الحالي ومقياس الضغط النفسي للطلاب لديفيد فونتانا (ترجمة: رضا أبو سريع ورمضان محمد رمضان)، وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (٢٠٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية ببناها، وقد بلغ قيمته (٠.٩١٣) وهو دال إحصائياً (عند مستوى ٠.٠١)، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

وفي الدراسة الحالية تم إعادة التحقق من صدق الاستبيان بحساب قيم معاملات الارتباط بين مفردات الاستبيان مع الدرجة الكلية بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية لاستبيان الضغط النفسي (ن = ٦٠)، وقد كانت القيم دالة إحصائياً ما بين (٠.٠٥) و (٠.٠١).

### ثبات الاستبيان:

تحقق معد الاستبيان من ثباته بعدة طرق: بحساب ثبات المفردات باستخدام طريقة الاحتمال المنوالي، وكذلك باستخدام التجزئة لنصفية، من خلال إيجاد معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية، وقد بلغ معامل الثبات (٠.٩٥)، كما قام بحساب معامل الفا ل كرونباخ للاختبار ككل وقد بلغ قيمته (٠.٦٣٢)، وتشير هذه النتائج إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

وفي الدراسة الحالية تم إعادة التحقق من ثبات الاستبيان بحساب معامل الفا ل كرونباخ للاختبار ككل وقد بلغ قيمته (٠.٥)، وكذلك باستخدام التجزئة لنصفية، وقد بلغ معامل الثبات (٠.٦)، وهي قيم مقبولة وتشير إلى ثبات الاستبيان.

### إجراءات الدراسة: تتحدد إجراءات الدراسة الحالية على النحو التالي:

١- قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من الدراسات السابقة والبحوث واستعراض التراث السيكولوجي الخاص بالابتكارية الانفعالية والضغط النفسي، وتم إعداد الإطار النظري للدراسة الحالية.

٢- تقنين مقاييس الدراسة الحالية على عينة التحقق من الخصائص السيكومترية للتأكد من مدى مناسبة الخصائص السيكومترية لها.

- ٣- اختيار عينة الدراسة الأساسية من بين طلاب الفرقة الثالثة شعبتي اللغة العربية والتاريخ بكلية التربية- جامعة بنها من المقيدين بالعام الجامعي (٢٠١٤/٢٠١٥م).
- ٤- الحصول على كشوف درجات طلاب العينة الاساسية في نهاية العام الجامعي (٢٠١٤/٢٠١٥م) للتعرف على التحصيل الدراسي.
- ٥- تحويل درجات الطلاب في نهاية العام الجامعي إلى نسبة مئوية وذلك لاختلاف أسقف الدرجات في التخصصات المتنوعة وتم ترتيبهم ترتيباً تنازلياً.
- ٦- أخذ ٢٧% الأدنى لتمثيل الطلاب المنخفضين في التحصيل الدراسي، والتي بلغ عددهم (٥٤) طالباً وطالبة.
- ٧- أخذ ٢٧% الأعلى لتمثيل الطلاب المرتفعين في التحصيل الدراسي، والتي بلغ عددهم (٥٤) طالباً وطالبة.
- ٨- تطبيق مقياس الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي على (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة من كلية التربية بجامعة بنها، شعبتي اللغة العربية والتاريخ.
- ٩- تصحيح استجابات الطلاب على مقياس الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي ورصد البيانات ودرجات التحصيل الدراسي تمهيداً لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة واختبار مدى تحقق الفروض.
- ١٠- معالجة البيانات باستخدام اختبار (ت) ومعامل الارتباط (\*).
- ١١- رصد نتائج الدراسة الحالية ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.
- نتائج الدراسة وتفسيرها:**
- نتائج الفرض الاول:** ينص الفرض الاول على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها: التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية)"
- وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة Independent-Samples T.test للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها) لدي طلاب الجامعة، والجدول (٥) يوضح ذلك.

(\* اعتمدت الباحثة على برنامج (Spss) في معالجة البيانات.

جدول (٥): دلالة قيمة "ت" للفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها) (ن=١٠٨)

متغيرات الدراسة	المجموعات	ن	م	ع	د.ح	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
التهيؤ الانفعالي	مرتفعي التحصيل	٥٤	١٨.٥	٦.٥٩	١٠٦	٢.٥٣	٠.٠١
	منخفضي التحصيل	٥٤	١٥.٨	٤.٤٦			
الطلاقة الانفعالية	مرتفعي التحصيل	٥٤	٥١.٤	١٣.٥٤	١٠٦	٥.٢٤	٠.٠١
	منخفضي التحصيل	٥٤	٣٩.٤	٩.٨٥			
المرونة الانفعالية	مرتفعي التحصيل	٥٤	٤٨.٩	١٢.٤٣	١٠٦	٥.٤٨	٠.٠١
	منخفضي التحصيل	٥٤	٣٧.٥	٨.٨١			
الاصالة الانفعالية	مرتفعي التحصيل	٥٤	١١٣.٣	٤٣.٧٣	١٠٦	٤.٣٨	٠.٠١
	منخفضي التحصيل	٥٤	٨٢.٢	٣١.٤٩			
الدرجة الكلية	مرتفعي التحصيل	٥٤	٢٣٢.٠٣	٦٨.٦٣	١٠٦	٥.٠٦	٠.٠١
	منخفضي التحصيل	٥٤	١٧٣.٩	٤٩.٠٩			

من الجدول (٥) يتضح أن: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها: التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية) لصالح مرتفعي التحصيل الدراسي، وتشير هذه النتائج إلى عدم تحقق الفرض الأول، ويمكن تفسير ذلك في ضوء الخصائص النفسية المميزة للطلاب مرتفعي الابتكارية الانفعالية حيث القدرة على فهم انفعالاتهم وانفعالات الآخرين، والتحكم في انفعالاتهم وتوجيهها بما يتناسب مع المواقف الانفعالية التي يتعرضون لها، والاستجابة للمواقف الانفعالية بصورة غير تقليدية، ماهرون في التعامل مع المشكلات المتنوعة التي يتعرضون لها والتغلب عليها، والتكيف مع الزملاء واقامت علاقات جيدة مع اسرهم أو الأصدقاء، يتوافر لديهم مستوى جيد من الثقة في الذات وتقدير الذات والدافعية نحو الانجاز وبذل مزيد من الجهد للوصول إلى النجاح والبعد عن الفشل، قادرين على التوافق مع الحياة الجامعية، وبذلك نجد أن الطالب المبتكر انفعاليًا يتوافر لديه قدر جيد من الحماس والدافعية نحو انجاز المهام الدراسية، والالتزام والقدرة على التواصل مع الزملاء والأساتذة، يدير وقته بمهارة، قادر على تحقيق النجاح والتفوق الدراسي، بدرجة أكبر من الطلاب منخفضي الابتكارية الانفعالية. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج

دراسات كلاً من: (محمد علي مصطفى، ٢٠٠٣؛ حجاج غانم علي، ٢٠١٧؛ طارق نور الدين عبد الرحيم وإيمان خلف فؤاد، ٢٠١٨) (Averill & Thomas-Knowles, 1991; Zareie, 2014; Tarabakina et al., 2015; Oriol et al., 2016; Ajam et al., 2017) فالطلاب مرتفعي مستوى الابتكارية الانفعالية قادرين على تحقيق النجاح والتفوق الدراسي بصورة أفضل من الطلاب منخفضي الابتكارية الانفعالية.

**نتائج الفرض الثاني:** ينص الفرض الثاني على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي" وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة Independent-Samples T.test للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي، والجدول (٦) يوضح ذلك. جدول (٦): دلالة قيمة "ت" للفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي (ن=١٠٨)

متغيرات الدراسة	المجموعات	ن	م	ع	د.ح	قيمة "ت"	مستوي الدلالة
الضغط النفسي	مرتفعي التحصيل	٥٤	٨٦.٦	٤.٢٨	١٠٦	٥.٩٤	٠.٠١
	مرتفعي التحصيل	٥٤	٨٢.١	٣.٦٣			

من الجدول (٦) يتضح أن: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الضغط النفسي لصالح مرتفعي التحصيل الدراسي، وتشير هذه النتائج إلى عدم تحقق الفرض الثاني، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن: الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي إلى يتعرضون إلى ضغوط عالية ترجع إلى الدافع القوي لديهم في تحقيق التفوق الدراسي والرغبة في استمرارهم للحفاظ على هذا المستوى، والتنافس مع الزملاء، مما يجعلهم يبذلون مزيد من الوقت والجهد للبحث عن المعلومات، والاستذكار الجيد، والعمل على حسن إدارة الوقت، والالتزام بحضور المحاضرات، والحاجة إلى التواصل مع المدرسين للحصول على الاستفسارات، يزداد لديهم الشعور بالمسؤولية، ويتعرضون إلى تعب بدني ونفسي كبير، ويقع عليهم أعباء الدراسة والادراكات الذاتية الأكاديمية، وتوقعات الإباء والمعلمين، والتوقعات الذاتية، وإجراءات التقويم ..... وغيرها من مصادر الضغوط النفسية التي

يتعرض لها الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي، وتسبب مستوى من الضغوط النفسية بدرجة أكبر من تلك التي توجد لدى الطلاب منخفضي التحصيل الدراسي. كما يسهم الضغط النفسي في زيادة دافعية الفرد نحو الإنجاز الأكاديمي، وبذل المزيد من الجهد وتحمل المشقة في العمل فيزيد من مستوى التحصيل الدراسي لديهم، وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج بعض الدراسات: (Gardner, 2004; Tse & Bond, 2019; Budu et al, 2019)

كما تختلف نتيجة الدراسة الحالي مع نتائج دراسات كلاً من (Rucker, 2012; Schraml et al., 2012; Sarouni et al., 2016; Britt et al., 2016; Flaig, 2019; Pascoe et al., 2018) والتي توصلت إلى أن الضغط النفسي يؤثر بالسلب على التحصيل الدراسي، حيث، وجد أن هناك مصادر عديدة للضغوط النفسية ممكن أن يتعرض لها الطلاب سواء داخل الجامعة أو خارجها، والتي تنعكس بالسلب على صحة الطلاب فيحدث تدهور في الصحة واضطرابات في النوم وخفض تقدير الذات لديهم وانخفاض مستوى الدافعية نحو التعلم ويترتب على ذلك انخفاض في مستوى التحصيل الدراسي للطلاب. نتائج الفرض الثالث: ينص الفرض الثالث على " لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الابتكارية الانفعالية وابعادها (التهيؤ الانفعالي- الطلاقة الانفعالية- المرونة الانفعالية- الاصالة الانفعالية) والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيم معاملات الارتباط، والجدول (٧) يوضح نتائج ذلك. جدول (٧): معاملات الارتباط بين الابتكارية الانفعالية وابعادها والضغط النفسي (ن = ٢٠٠).

م	المتغيرات	الضغط النفسي
١	التهيؤ الانفعالي	*٠.١٧
٢	الطلاقة الانفعالي	**٠.٣٥
٣	المرونة الانفعالي	**٠.٣٦
٤	الأصالة الانفعالي	**٠.٣٦
٥	الابتكارية الانفعالية	**٠.٣٨

\*مستوى الدلالة عند (٠.٠٥) \*\* مستوى الدلالة عند (٠.٠١)

يتضح من الجدول (٧) أن: توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين بعد التهيؤ الانفعالي والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة عند مستوى دلالة (٠.٥)، كما توجد علاقة



ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الابتكارية الانفعالية وبعادها (الطلاقة الانفعالية- المرونة الانفعالية- الاصلالة الانفعالية) والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة عند مستوى دلالة (٠.٠١).

وتشير هذه النتائج إلى رفض الفرض الثالث، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن: الضغوط النفسية التي يتعرض لها طلاب الجامعة ترجع إلى مصادر عديدة، ومنها كثرة متطلبات الحياة، وسرعة تطور المجتمع، والتسابق للحصول على فرص عمل، وهناك ضغوط نابعة من أعباء الدراسة وضغوط إدارة الوقت، ضغوط مالية، التقويم والامتحانات، الظروف الاسرية والاجتماعية، العلاقات مع الزملاء، التوقعات الذاتية وتوقعات الآباء، التحدي والرغبة في بذل جهد كبير في الدراسة، قلق المستقبل المهني ..... وغيرها من الضغوط النفسية التي يقع الطالب فريسه لها. كما يتعرض طلاب الجامعة إلى العديد من المواقف الانفعالية في حياتهم سواء داخل أو خارج الجامعة، والتي يمكن أن تسبب ضغوط نفسية واقعة عليهم، تجعلهم في حاجة إلى استبدال استجاباتهم التقليدية باستجابات جديدة غير تقليدية، واللجوء إلى الابتكارية الانفعالية لتساعدهم على تخفيف حدة هذه الضغوط النفسية، والعمل على مواجهتها، وبذلك تصبح الأساليب المبتكرة الناتجة عن الضغوط جزء من الحياة اليومية، فيعمل الضغط النفسي كعامل حفز لزيادة مستوى الابتكارية الانفعالية لدى طلاب الجامعة.

كما يتعرض الطلاب المبتكرين انفعاليا إلى ضغوط نفسية عالية كنتيجة لتعرضهم لمواقف انفعالية معقد ومجهدة، فيتطلب من الفرد للتخلص منها التخلي عن الاستجابات التقليدية واستبدالها باستجابات ابتكارية، فتصبح هذه المواقف الانفعالية المعقدة مصدر لضغوط ابتكارية. ومما لا شك فيه أن للابتكارية الانفعالية دوراً هاماً في مواجهة الضغوط النفسية والعمل على تخفيف حدتها، وهنا نجد أن الطلاب المبتكرين انفعالياً هم طلاب لديهم ضغوط نفسية مرتفعة ولكنهم قادرين على مواجهتها والعمل على تفريغها وتخفيف حدتها، وجعلها في نطاق تحكم الفرد.

وتتفق نتيجة هذا الفرض من حيث وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي والابتكارية الانفعالية مع نتائج دراسات كلا من: (Nicol, 1993; Curl& Forks, 2008; Osei, 2013; Jenaabadi et al.,2015; Tmka et al., 2016; Holliday et al., 2016; Gorondutse& John, 2018; Martin et al., 2018; Fisher& Davis, 2018; Fazio et al., 2019; Shaunessy& Suldo, 2010)

كما تتفق جزئياً مع نتائج دراسات كلا من: (Amabile et al., 2002; Byron et al., 2010; Borsellino, 2016; Khedhaouria et al., 2017; Kassymova et al., 2019)

زيادة مستوى الضغط النفسي كعامل حفز لزيادة الابتكارية الانفعالية لدى الطلاب وهي الزيادة التي يكون فيها مستوى الضغط النفسي يقع في نطاق تحكم الفرد، فينظر للضغط النفسي على انه تحدي يستطيع تخفيف حدته بالاستعانة بأساليب ابتكارية، حتي مستوى معين يخرج فيها عن نطاق تحكم الفرد، وبعدها يصبح استمرار زيادة مستوى الضغط عائق أمام الابتكارية الانفعالية.

وختامًا فقد أشارت نتائج الدراسة بصفة عامة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها: التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية) والضغط النفسي لدى طلاب الجامعة، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في الابتكارية الانفعالية (الدرجة الكلية وابعادها: التهيؤ الانفعالي، الطلاقة الانفعالية، المرونة الانفعالية، الأصالة الانفعالية) والضغط النفسي لصالح مرتفعي التحصيل الدراسي.

**التوصيات والبحوث المقترحة:** في ضوء الإطار النظري وما أسفرت عنه الدراسة من نتائج تدعو الباحثة القائمين على العملية التعليمية إلى تحسين مستوى الابتكارية الانفعالية والعمل على خفض حدة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة وذلك من خلال عقد ورش عمل حول الابتكارية الانفعالية لزيادة الوعي بمفهومها وأهميتها، وتدريب الطلاب على كيفية الابتكار في انفعالاتهم، وكذلك عمل ورش عمل حول أساليب مواجهة الضغوط النفسية والتدريب على خفض حدتها وجعلها في مستوى تحمل الطالب. ونقترح الباحثة إجراء البحوث الآتية:

- ١- الاسهام النسبي للابتكارية الانفعالية(الدرجة الكلية والابعاد) في التحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة.
- ٢- فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الابتكارية الانفعالية وأثره في خفض الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.
- ٣- الابتكارية الانفعالية وعلاقتها بالانفعالات الاكاديمية لدى طلاب الجامعة.
- ٤- الاسهام النسبي للضغط النفسي في التحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة.
- ٥- نمذجة العلاقات بين الابتكارية الانفعالية والضغط النفسي والتحصيل الدراسي والانفعالات الأكاديمية.

## المراجع العربية:

١. إبراهيم إبراهيم أحمد أحمد (٢٠٠٨). أثر تفاعل الابتكار الانفعالي والذكاء الانفعالي والنوع على الأداء العملي لطلاب شعبة التربية الفنية بكلية التربية النوعية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣٢ (٣)، ٩-٧٤.
٢. أبو زيد سعيد الشويقي (٢٠٠٨). الابتكارية الانفعالية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من الاكسثيميا والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٨ (٦١)، ٣٣-٥٣.
٣. انتصار الصمادي (٢٠١٥). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية واستراتيجيات التعامل معها، مجلة دراسات العلوم التربوية، ٤٢ (٣)، ٨٣١-٨٤٤.
٤. تهديد عادل فاضل البيرقدار (٢٠١١). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية-كلية التربية-جامعة الموصل-العراق، ٢ (١)، ٢٨-٥٦.
٥. جمعة سيد يوسف (٢٠٠٧). إدارة الضغوط، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث في العلوم الهندسية كلية الهندسة-جامعة القاهرة.
٦. حجاج غانم أحمد علي (٢٠١٧). التفكير البنائي والابتكارية الانفعالية ووجهة الضبط الأكاديمي كمؤثرات على التوافق مع الحياة الجامعية لدى طلبة كلية التربية بجامعة القصيم، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٨٣، ٢٣٧-٢٨٠.
٧. حسن شحاتة وزينب النجار (٢٠٠٣). معجم المصطلحات التربوية والنفسية، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
٨. ديفيد فونتانا (ترجمة) حمدي علي الفرماوي ورضا أبو سريع (١٩٩٤). الضغوط النفسية تغلب عليها وابدأ الحياة، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
٩. رانيا محمد محمد سالم (٢٠١٥). فعالية برنامج تدريبي في تنمية الابتكارية الوجدانية، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة بنها.
١٠. ريهام زغول عبد السميع بركات (٢٠١٦). دراسة بعض متغيرات الشخصية المرتبطة بالإبداع الانفعالي لدى عينة من طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بنها.
١١. ريهام مصطفى عبد العاطي عنان (٢٠١٢). الابتكارية المعرفية والوجدانية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بقلق المستقبل، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة المنصورة.
١٢. زينب عبد العليم بدوي (٢٠١١). النموذج البنائي للعلاقات بين الإبداع الانفعالي وبعض متغيرات تجهيز المعلومات الانفعالية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، ٧٢، ١٦٧-٢٥٤.
١٣. سعيد عبد الغني سرور وعادل محمود المنشاوي (٢٠١٠). نموذج بنائي للإبداع الانفعالي والكفاءة الانفعالية والتفكير الإبداعي وأساليب مواجهة الضغوط الدراسية لدى الطالب المعلم، مجلة كلية التربية بدمنهور، جامعة الاسكندرية، ٢، ١٠٣-١٨٧.

١٤. سليمان بن صالح الجمعة وبنيان بن باني الرشيدى (٢٠٠٦). الضغوط النفسية التي يواجهها طلاب كليات المعلمين وعلاقتها بكل من المستوى الدراسي وتخصص الطلاب، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ١٦ (٦٥)، ١٩٧-٢٢٢.
١٥. شرين محمد أحمد دسوقي (٢٠١٠). البناء العاملي للإبداع الانفعالي وعلاقته بكل من قوة السيطرة المعرفية والقيم لدى عينة من طلاب الصف الثالث الإعدادي، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢١ (٨٢)، ١٦٩-٢١٢.
١٦. طارق نور الدين عبد الرحيم وإيمان خلف فؤاد (٢٠١٨). الابتكارية الانفعالية واليقظة العقلية وعلاقتها بكفاءة التمثيل المعرفي للمعلومات لدى مرتفعي ومنخفضي المستويات التحصيلية من طلاب الجامعة، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٥٤، ٥٧٠-٥٢٣.
١٧. عادل سعد يوسف خضر (٢٠١٠). البناء العاملي للإبداع الوجداني والذكاء الوجداني والسلوك الصفي العام لدى طلاب الصف الأول الثانوي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٠ (٦٧)، ١٦٥-٢٢٠.
١٨. عبد الرحمن بن سليمان الطريري (١٩٩٤). الضغط النفسي. مفهومه. تشخيصه. طرق علاجه ومقاومته، مكتبة الصفحات الذهبية، الرياض.
١٩. على عسكر (٢٠٠٠). ضغوط الحياة .. وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
٢٠. ماهر إسماعيل صبري (٢٠٠٢). الموسوعة العربية لمصطلحات التربية وتكنولوجيا التعليم، مكتبة الرشيد للنشر والتوزيع، الرياض.
٢١. عليا عبد الرحمن محمد (٢٠١٤). أثر برنامج تدريبي للبرمجة اللغوية العصبية في تنمية الإبداع الانفعالي والذكاء الروحي لدى عينة من تلاميذ الصف السادس الابتدائي، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
٢٢. عواطف حسين صالح (٢٠٠٧). الإبداع الانفعالي وعلاقته بالمهارات المعرفية والحاجة للتقييم لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية بالزقازيق، ٥٦، ١٤٣-٢٠١.
٢٣. فاروق السيد عثمان (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
٢٤. كريمان عويضة منشار (٢٠٠٢). الابتكارية الانفعالية وعلاقتها بكل من التفكير الأخلاقي والرضا عن الدراسة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ١٢ (٥٢)، ١١-٤٧.
٢٥. محمد إبراهيم جودة (١٩٩٧). الضغط النفسي وعلاقته بتحمل الغموض لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية بنها، المجلد الثامن، العدد (٢٨)، ١٥٨: ٢١٤.
٢٦. محمد رزق البحيري (٢٠١٢). النموذج البنائي لعلاقة الإبداع الوجداني ببعض المتغيرات لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم الاجتماعي، دراسات عربية في علم النفس، ١١ (٣)، ٣٦٥-٤١٧.
٢٧. محمد علي مصطفى محمد (٢٠٠٣). الإبداع الانفعالي والحساسية والعقاب لدى مرتفعي ومنخفضي التحصيل من طلبة وطالبات القسمين العلمي والأدبي لدى عينة من طلاب الصف الثالث بالمرحلة

الثانوية العامة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٣ (٢٨)، ١٩١-٢٤١.

٢٨. مصطفى محمود حسن عبد الرزاق (٢٠١٤). دراسة عاملية للابتكارية الانفعالية لدى طلاب وطالبات الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر.

٢٩. ناصر عبد العزيز العسوسي ومحمد محمد عباس المغربي (٢٠٠٩). المحددات الانفعالية لبعض العمليات المعرفية لطلاب كلية التربية الأساسية بدولة الكويت، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٩ (٦٣)، ٢٦١-٣١٧.

### المراجع الأجنبية:

30. Averill, J. (1999). Individual differences in emotional creativity: structure and correlated, *Journal of personality*, 67(2), 331-371.
31. Averill, J. (2004). A tale of Two Snarks: Emotional Intelligence and Emotional Creativity Compared, *Psychological Inquiry*, 15, 228-233.
32. Averill, J. (2005). Emotional as mediators and as products of creativity, In Kaufman, J. & Baer, J. (Eds), *Creativity across domains faces of the muse*, Mahwah, NJ. Erlbaum.
33. Averill, J. & Nunley, E. (2010). Neurosis: The Dark Side of Emotional Creativity, (In) Cropley, D., et.al (Eds.), *The Dark Side of Creativity*, New York, NY: Cambridge University Press.
34. Averill, J. & Thomas-Knowles, c. (1991). *Emotional Creativity*, In K.T. Strongmen (Ed), International review of studies on emotion, 269-299, London; Wiley.
35. Averill, J.; Chon, K. & Hahn, D.(2001).Emotions and Creativity, East and West, *Asia Journal of Psychology*, 4, 165-183.
36. Ajam, A., Badnava, S., Abdellah, M. & Momeni-mahmouei, H. (2017). The Relation Between Emotional Creativity and Academic Enthusiasm in Public Health students in Gonabad university of medical sciences, <http://www.Rme.Gums.Ac.tr/article>.
37. Amabile,T., Mueller,J., Kramer, C. & Fleming, L. (2002). *Time Pressure and Creativity in Organizations: A Longitudinal Field Study*, This research was supported by the Harvard Business School Division of Research, as part of the multi-study research program entitled "The T.E.A.M. Study: Events That Influence Creativity.", 1-27.
38. Bernstein, D.A., Penner, L.A., Clarke-Stewart, A. & Roy, E.J (2008). *Psychology (8<sup>th</sup> edition)*. New York: Houghton Mifflin Company Boston.
39. Borsellino, (2016). Effects of Stress and Anxiety on Creativity, <http://www.cs.fsu.edu/~ackerman/cc/LiteratureSurveyMb12e.pdf>.
40. Britt, S., Mendiola, M., Schink, G., tibbetts, R. & Jones, S. (2016). Financial Stress, Coping Strategy, and Academic Achievement of College Students, *Journal of Financial Counseling and Planning*, 27(2), 172-183.
41. Budu, H. , Abalo, E. , Bam, V. , Budu, F. , Peprah, P. (2019). A survey of the genesis of stress and its effect on the academic performance of midwifery students in a college in Ghana, *Midwifery Journal*, 73, 69-77.

42. Byron, Khazanchi & Nazarian, (2010). The Relationship between Stressors and Creativity: A Meta-Analysis Examining Competing Theoretical Models, *Journal of Applied Psychology*, 95(1), 201–212.
43. Curl, K. & Forks, G. (2008). Assessing Stress Reduction as a Function of Artistic Creation and Cognitive, *Journal of the American Art Therapy Association*, 25(4), 164-169.
44. Fazio, C., Dennis, T., English, R. & Sattelmeier, B. (2019). *Creative Coping Strategies: Reducing Academic Stress in College Students*, (Master's thesis). Brenau University.
45. Fisher, J. & Davis, L. (2018). Stress and Self-efficacy: The relationship with Everyday Creativity, (Master's thesis). Brenau University.
46. Flaig, M. (2018). The Contributions of Knowledge and Stress to Academic Achievement: A Meta-Analysis, a Latent Transition Analysis, and a Latent State-Trait Model, (Doctoral Dissertation), University of Trier.
47. Folkman, S. & Moskowitz, T. (2000). Stress, Positive Emotion, and Coping, *Current Directions in Psychological Science*, 9(4):115-118
48. Fuchs, G.; Kumar, V. & Porter, J. (2007). Emotional creativity, Alexithymia, and Styles of creativity, *Creativity Research Journal*, 19, 233-245.
49. Gardner, L. (2004). Peer Pressure and Academic Motivation and Achievement, (Master's thesis). Pacific Lutheran University.
50. Gorondutse, A. & John, J. (2018). The Effect of Workload Pressure on Creativity in Private Higher Education Institutions (PHEIs), *International Academic Journal of Business Management*, 5(3), 93-108.
51. Gutbezahl, J. & Averill, J. (1996). Individual differences in emotional creativity as manifested in words and pictures, *Creativity Research Journal*, 9(4), Pp. 327-337.
52. Holliday, L., Webster, P. & Williams, B. (2016). Student-life Stress: It is Relationship with Creative Thinking, (Master's thesis). Brenau University.
53. Ivcevic, Z., Hoffmann, J., Brackett, M. & Foundation, B. (2004). *Arts and Emotions Nurturing our Creative Potential*. Botin Foundation, Spain.
54. Ivcevic, Z.; Brackett, M. & Mayer, J. (2007). Emotional intelligence and emotional creativity, *Journal of Personality*, 75(2), 199-236.
55. Jenaabadi, H., Marziyeh, A. & Dadkan, A. (2015). Comparing Emotional Creativity and Social Adjustment of Gifted and Normal Students, *Advances in Applied Sociology*, 5, 111-118.
56. Kassymova, Tokar, Tashcheva & Slepukina, (2019). Impact of stress on creative human resources and psychological counseling in crises, *Journal of Education and Information Technologies*, 13, 26-32.
57. Khedhaouria, Montani & Thurik, (2017). Time pressure and team member creativity within R&D projects: The role of learning orientation and knowledge sourcing, *International Journal of Project Management*, 35, 942–954.
58. Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*, Springer Publishing Company, New York.

59. Lim, K. (1995). The relationship between emotional creativity and interpersonal style, *Ph.D.*, the University of Tennessee.
60. Martin, L., Oepen, R., Bauer, K., Nottensteiner, A., Mergheim, K., Gruber, H. & Koch, S. (2018). Creative Arts Interventions for Stress Management and Prevention—A Systematic Review, *behavioral Sciences*, 8(28), 1-18.
61. Nicol, J. (1993). The Relationship Between Creativity and Stress Levels In Female Musicians, (*Master's thesis*). Faculty of Graduate Studies, British Columbia University.
62. Oriol, X., Amutio, A., Mendoza, M., Costa, S. & Miranda, R. (2016). Emotional Creativity as Predictor of Intrinsic Motivation and Academic Engagement in University Students: The Mediating Role of Positive Emotions, *Frontiers in Psychology*, 7(1243), 1-9.
63. Osei, M. (2013). *RELIEVING STRESS: THE ART FACTOR*, Proceedings of ICERI2013 Conference 18th-20th November, Seville, Spain, 7029-7035.
64. Pascoe, M., Hetrick, S. & Parker, A. (2019). The impact of stress on students in secondary school and higher education, *International Journal of Adolescence and Youth*, 24, 1-9.
65. Rucker J (2012). The Relationship between Motivation, Perceived Stress and Academic Achievement in Students, Retrieved from <http://purl.utwente.nl/essays/62412>
66. Sarouni, A., Jenaabadi, H. & Pourghaz, A. (2016). The Relationship of Mental Pressure with Optimism and Academic Achievement Motivation among Second Grade Male High School Students, *International Education Studies*, 9(8), 127-133.
67. Schraml, K., Perski, A., Grossi, G. & Makower, I. (2012). Chronic Stress and Its Consequences on Subsequent Academic Achievement among Adolescents, *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 2, 69-79.
68. Scott, B. (2017). Art as a Stress Reduction Tool, (*Master's thesis*). Marietta College.
69. Shaunessy, E. & Suldo, S. (2010). Strategies Used by Intellectually Gifted Students to Cope With Stress during Their Participation in a High School International Baccalaureate Program, *Gifted Child Quarterly*, 54(2), 127-137.
70. Tarabakina, L., Llaltdinova, E., Lebedeva, I., Shabanova, T. & Fomina, N. (2015). Emotional Creativity as a Resource of Communicative Competence of Students, *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(6), 175-180.
71. Thoern, H. Grueshow, M., Ehlert, U., Ruff, C. & Kleim, B. (2016). Attentional Bias Towards Positive Emotion Predicts Stress Resilience, *PLoS ONE*, 11(3), 1-8.
72. Trnka, R., Zahradnik, M. & Kuska, M. (2016). Emotional Creativity and Real-Life Involvement In Defferent Types of Creative Leisure Activities, *Creativity Research Journal*, 28(3), 348-356.

73. Tse, W. & Bond, A. (2019). Focusing too much on Individualistic Achievement May Generate Stress and Negative Emotion: Social Rank Theory Perspective, *Journal of Health Psychology*, 1-11.
74. Vasasova, Z. (2012). Creativity and Its Relation to Stress Perception, *Ad Alta: Journal of Interdisciplinary Research*, 1(2), 113-115.
75. Ye, L., Posada, A. & Liu, Y. (2019). A Review on the Relationship Between Chinese Adolescents' Stress and Academic Achievement, *New Directions for Child and Adolescent Development*, 163, 81-95.
76. Yumba, W. (2008). Academic Stress: A Case of the Undergraduate students. *Institutionen för beteendevetenskap och lärande*, 121. Retrived from. <http://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A556335&dswid=2925/fulltext01.pdf>.
77. Zareie, H. (2014). Structural Modeling of the Relationship between Emotional Creativity, Self-Efficacy and Academic Motivation Among Students, *Bulletin of Environment, Pharmacology and Life Sciences*, 3, 27-30.