



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون - تيارت -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

مسار علم النفس



مذكرة محملة لنيل شهادة ماستر تخصص علم النفس المدرسي

الذكاء الوجداني وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة جامعة ابن خلدون

دراسة ميدانية في جامعة ابن خلدون بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

تحت إشراف الأستاذة:

- أ. ن. بوشريط

إعداد الطالب:

- بن هنيي علي

السنة الجامعية: 2018/2017

ملخص الدراسة:

هدفت هذا البحث، دراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني و الصلابة النفسية ،لدى الطلبة الجامعيين شملت عينة البحث (117) طالبا وطالبة من قسم العلوم الاجتماعية في جامعة ابن خلدون -تيارت- (24 ذكور و 93 إناث) ،واستُخدم في الدراسة مقياسين لغرض جمع البيانات اللازمة وهم: مقياس الذكاء الوجداني، من إعداد الباحثان " عثمان ورزق" ، ومقياس الصلابة النفسية، من إعداد "عماد مخيمر" ، وتمت معالجة البيانات إحصائيا باستخدام البرنامج الإحصائي spss 19 الذي سمح بتطبيق الأدوات الإحصائية التالية : معامل الارتباط بيرسون، معامل الارتباط سبيرمان، المتوسط الحسابي، معامل الانحدار المتعدد، وكانت النتائج كما يلي:

-وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وبين الدرجة الكلية للصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، التحدي)، وبين إدارة الانفعالات وبين بعد الالتزام، وبين التعاطف وبين بعد التحكم، وبين أبعاد الذكاء الانفعالي (إدارة الانفعالات، التعاطف، المعرفة الانفعالية، التواصل الاجتماعي) وبعد التحدي، وبين أبعاد الذكاء الانفعالي (إدارة الانفعالات، التعاطف، المعرفة الانفعالية، التواصل الاجتماعي) والدرجة الكلية للصلابة النفسية .

-وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين أبعاد الذكاء الانفعالي (التعاطف، تنظيم الانفعالات، التواصل الاجتماعي) وبين بعد الالتزام، وبين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وبعد التواصل الاجتماعي وبين بعد التحكم، كما جاءت دالة عند نفس المستوي بين تنظيم الانفعالات وبين بعد التحدي، وكذلك بين تنظيم الانفعالات وبين الدرجة الكلية للصلابة النفسية.

-وجود علاقة ارتباطيه ضعيفة وغير دالة بين بعد المعرفة الانفعالية وبين بعد الالتزام وبين أبعاد الذكاء الانفعالي (إدارة الانفعالات، تنظيم الانفعالات، المعرفة الانفعالية) وبعد التحكم.

Résumé :

Cette étude a pour objectif d'étudier l'intelligence émotionnelle et sa relation avec quelques variables (rigidité psychologique, colère) chez les étudiants universitaires ; cette étude a été conduite sur (117) étudiants (24 Masculins, et 93 féminins) de l'université d'Ibn-Khaldoun, Tiaret. On a utilisé trois tests pour la récolte des informations : (1) Test d'intelligence, élaboré par « Othman et Rizk », (2) Test de rigidité psychologique élaboré par 'Imad Mokhaimer', (3) Test de colère de Spilburger traduit par 'Mohamed Said et Foukia Hassan', en se référant à l'outil SPSS pour l'étude statistique : Coef de Corrélation Spearman, Le moyennement, Coef de Régression Multiple et les résultats étaient comme suit :

- L'existence d'une relation corrélacionnelle+ et significative statistiquement au niveau 0.01 entre le degré global de l'intelligence émotionnelle et le degré global de la rigidité psychologique et ses dimensions (engagement, défi), et entre la gestion des émotions et l'engagement, entre l'empathie et le contrôle, et entre les dimensions de l'intelligence émotionnelle (gestion des émotions, l'empathie, la connaissance émotionnelle, la communication sociale), et le degré global de la rigidité psychologique.
- L'existence d'une relation corrélacionnelle+ et statistiquement significative au niveau 0.05 entre le degré global de l'intelligence émotionnelle et le degré global de la rigidité psychologique et ses dimensions (engagement, défi), et entre la gestion des émotions et l'engagement, entre l'empathie et le contrôle, et entre les dimensions de l'intelligence émotionnelle (gestion des émotions, l'empathie, la connaissance émotionnelle, la communication sociale),
- L'existence d'une relation corrélacionnelle faible non significative entre la connaissance émotionnelle et entre la dimension de l'engagement et les dimensions de l'intelligence émotionnelle (la gestion des émotions, l'organisation, les émotions, la connaissance émotionnelle), et entre la dimension du contrôle, ainsi que l'existence d'une relation quasi-inexistante entre l'empathie, l'organisation des émotions, la communication sociale et la colère avec son degré global et ses dimensions.

شكر

نحمد الله الذي منّ علينا و أمدنا بالقوة و الإرادة لإتمام هذا العمل, وأتقدم بالشكر
الجزيل الخالص إلي الأستاذة الفاضلة بوشريط نورية وكذلك أستاذي العزيز
الأستاذ قندوز كما أتقدم بالشكر لجميع أساتذة و طلبة العلوم الاجتماعية و
علم النفس بجامعة ابن خلدون-تيارت
كما أتقدم بالشكر الجزيل الي أصدقائي الأعرء خاصة بورحلة بلقاسم و
قيدوم صلاح الدين و زقاي عبد العزيزو لكل من ساهم بالقليل أو بكثير
من قريب أو من بعيد في إنجاز هذه المذكرة

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	ملخص الدراسة
ج	شكر
د	فهرس المحتويات
و	فهرس الجداول و الأشكال
ز	قائمة الملاحق
01	مقدمة
03	الفصل التمهيدي: التعريف بموضوع دراسة
04	1- الإشكالية
07	2- فرضيات الدراسة
07	3- أهمية الدراسة
08	4- أهداف الدراسة
08	5- الدراسات السابقة
11	6- حدود الدراسة
12	7- التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة

الإطار النظري

13	الفصل الأول: الذكاء الوجداني
14	تمهيد
14	1- الجذور التاريخية لمفهوم الذكاء الوجداني:
16	2- مفهوم الذكاء الوجداني:
18	3- النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي:
24	4- أبعاد ومكونات الذكاء الوجداني:
27	5- خصائص وسمات الأذكياء وجدانيا:
28	6- أهمية الذكاء الوجداني:

30	الفصل الثاني: الصلابة النفسية
31	تمهيد
31	1- تعريف الصلابة النفسية :
32	2- أبعاد الصلابة النفسية:
36	3- اتجاهات في تفسير الصلابة النفسية :
38	4- خصائص ذوي الصلابة النفسية :
39	5- أهمية الصلابة النفسية :
40	6- العوامل المساهمة في نشوء الصلابة النفسية :

الجانب المنهجي

52	الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة في جانبها الميداني
53	الدراسة الاستطلاعية :
55	الدراسة الأساسية:
55	2-1- منهج الدراسة
55	2-2- المعاينة
57	2-3- مكان وزمن إجراء الدراسة الأساسية
57	2-4- أدوات الدراسة الأساسية
64	2-5- كيفية إجراء الدراسة الأساسية
65	2-6- الأساليب الإحصائية المستعملة
66	الفصل الرابع: عرض ومناقشة وتفسير النتائج.
67	1- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية العامة
67	2- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية
70	3- تفسير نتائج الفرضية الرئيسية
72	4- تفسير نتائج الفرضية الفرعية
74	5- توصيات الدراسة

فهرس الأشكال والجداول

	عناوين الجداول والأشكال	الجداول والأشكال
20	مكونات الذكاء الوجداني كما يراها ماير وسالوفي	الشكل 01
21	نموزج بار-أون Bar-on لمكونات الذكاء الوجداني	الشكل 02
23	نموزج جولمان Goleman للذكاء الوجداني	الشكل 03
25	أبعاد الذكاء الوجداني عند جولمان Goleman	الشكل 04
32	أبعاد الصلابة النفسية	الشكل 05
37	التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للصلابة النفسية	الشكل 06
37	يوضح التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة النفسية.	الشكل 07
38	نموزج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها	الشكل 08
56	النسبة المؤوية لتوزيع حجم العينة حسب المستوى	جدول 01
61	معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية والأبعاد للذكاء الوجداني	جدول 02
62	معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية والأبعاد الصلابة النفسية	جدول 03
64	معامل الارتباط المتعدد بين كل من الصلابة النفسية والذكاء الانفعالي	جدول 05

قائمة الملاحق

الملاحق 1	قائمة الأساتذة المحكمين
الملاحق 2	المقاييس في صورتها الأولية
الملاحق 3	المقاييس في صورتها النهائية

مقدمة:

تسعى الأمم المتقدمة بإستمرار إلى الاستثمار الأمثل لطاقتها البشرية المتجددة، وثرواتها الطبيعية المتعددة، وتستخدم كل الطرق والأساليب الايجابية لتنمية قدرات أبنائها ومواهبهم وطاقاتهم بما يحقق أهدافها علي المستوى الفردي والجماعي، وتتمثل هذه القدرات والمهارات في إمكانية إدراك الفرد لواقعه المباشر والتكيف مع متطلبات الحياة وحسن تسيرها

وبعيداً عن النظرة التقليدية للذكاء، التي ما تزال تمارسها مؤسساتنا التعليمية، الأمر الذي يترتب عليه خسائر فادحة في طاقاتنا البشرية، وهذا ما يدفعنا إلي أن نوجه اهتمامنا نحو تطوير ملكة الذكاء الانفعالي التي تسهم بنسبة تقدر ب 80% من قدرة الفرد علي النجاح في الحياة وعلي كافة الأصعدة، كما أن هذه الملكة لا تكفي وحدها لتحقيق النجاح هذا ما يجعلها ترتبط بعوامل أخرى تسهم بشكل أو بآخر في تحقيق هذا النجاح

فالإنسان يواجه في حياته اليومية ضغوطا نفسية تدفعه إلي اتخاذ مجموعة من الاستراتيجيات لمواجهتها؛ وتتحدد طبيعة هذه الاستراتيجيات بالاعتماد علي خصائص المواقف التي يتعرض لها الافراد، فالحالات الانفعالية تستدعي من الفرد استخدام مهارات اجتماعية وتعاطفية تحقق التكيف السليم مع الموقف ويعتبر الذكاء الانفعالي محصلة لهذه المهارات مما يجعلنا نتطرق الي دراسة العلاقة بين هذا المفهوم ومتغيرات اخرى قد تكون حاسمة في تحديد دوره وفعاليتة في تحقيق نجاح الفرد

وقد تناولت الدراسات السابقة حدود العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية في اطار المحيط الجامعي بما يمثله من اهمية كونه انعكاسا للحالة الثقافية للمجتمع ومدى التطلعات المستقبلية لتطوره بالاعتماد علي الاستغلال الامثل لطاقات الطالب الجامعي الذي يواجه في مساره الدراسي ضغوطا مختلفة .

وتعتبر الصلابة النفسية احد أهم المتغيرات التي تسهم بشكل كبير في قدرة الطالب علي تحمل مختلف الضغوط ومواجهتها بسلاسة والقدرة علي التحكم في مجرياتها، وذلك في ضوء المهارات التي يقدمها الذكاء الانفعالي من قدرة علي التحكم في الاستجابات الانفعالية وتحديدها وفق الموقف الضاغط ووفق المصلحة المنشودة(العقاد,2009.67).

ولقد تطرقنا في دراستنا الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي و الصلابة النفسية ، وللتفصيل في هذا الموضوع، تم تقسيم الدراسة إلى جانبين، جانب نظري وجانب ميداني، حيث استهل البحث بمقدّمة وإطار عام للدراسة، أين طرحت إشكالية الدراسة، وصيغت الفرضيات، وأبرزت أهمية الدراسة وأهدافها، وحددت مفاهيمها الأساسية إجرائيا. أما الجانب النظري فتضمن فصلين هما كالآتي:

الفصل الأول: الذي خُصص لمفهوم الذكاء الوجداني وجذوره التاريخية، إلى جانب مختلف النماذج النظرية التي فسّرتة وأبعاده ومكوناته وخصائص وسمات الأدكياء وجدانيا، وكذا أهمية الذكاء الوجداني.

الفصل الثاني: تمّ تخصيصه لمفهوم الصلابة النفسية، وأبعادها، والنظريات التي فسرتها وكذا خصائص ذوي الصلابة النفسية، إلى جانب أهميتها، والعوامل المساهمة في نشوئها لدى الفرد في مراحل عمرية مختلفة في حين احتوى **الجانب الميداني** على فصلين:

الفصل الثالث الخاص بالإجراءات المنهجية للدراسة في جانبها الميداني؛ حيث تم فيه عرض الدراسة الاستطلاعية مع ذكر الهدف منها، وعينتها وحدودها المكانية والزمنية ومختلف مراحلها ونتائجها بعدها، تم التطرق للدراسة الأساسية التي تتضمن تعريف المنهج المستخدم في الدراسة ثم عرض المعاينة، التي تمّ فيها ذكر المجتمع الأصلي، عينة الدراسة الأساسية وحجمها، طرق اختيارها، وخصائصها. بعد ذلك، تم التطرق إلى زمان ومكان إجراء الدراسة، وذكر أدوات الدراسة الأساسية، وكذا كيفية إجراء الدراسة الأساسية، وأخيرا الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة.

أمّا في ما يخصّ **الفصل الرابع** والأخير، فقد خُصّ لعرض وتفسير النتائج ومناقشتها؛ حيث تمّ فيه عرض النتائج عن طريق الإحصاء الوصفي، ثم عرضها ومناقشتها وتفسيرها على أساس الإحصاء الاستدلالي، ليختتم الفصل باستنتاج عام. وفي الأخير، نجد توصيات الدراسة، ثمّ قائمة المراجع والملاحق.

الفصل التمهيدي :

التعريف بموضوع الدراسة

1-الإشكالية

إن الذكاء الوجداني من ابرز أنواع الذكاء وأهمها، وذلك لدوره الكبير في صيانة الصحة النفسية والجسدية للإنسان مما يجعل الفرد ينعم بحياة هنيئة مليئة بالنجاح وفقا لما جاء في دراسات لبعض الباحثين أمثال جولمان وغيره، وذلك لأنه يعبر عن التصرف الذي يرافقنا في المواقف الانفعالية أو النوبات العصبية التي قد يخرج فيها الإنسان من التحكم العقلي ليصبح تابعا لحالة طوارئ تم الإعلان عنها من المراكز الحوفية ويحول هذا دون تمكن القشرة المخية للحصول علي فرصة للتأمل في ما يجري واتخاذ قرار مناسب (جولمان، 2000: 32) هذا ما نسميه بالعمى الانفعالي الآني والذي يعتبر نوبة هستيرية أنية. وتحت مجموعة كبيرة من المحددات التي حدثت في السابق ومجموعة العواطف الايجابية والسلبية التي تنشأ من كلمات تأتينا من الآخر كالكلمات التي تثير فينا (السعادة والطمأنينة والتكيف والغضب والقلق... الخ) تنبأ جولمان إلي وجود رابط بين إدراك المشاعر وكيفية التصرف في حالة وجودها، وكيف تتأثر بها، مما دفعه إلي استلهم الذكاء العاطفي والتنظير له، وربط هذا التصرف بمصطلح الوعي بالذات.

ومن خلال ما قدمه جولمان وماير وسالوفي في الذكاء الوجداني نجد انه يقف احتراماً عند كل المواقف خاصة الانفعالية منها وبما أن حياتنا نتاج مجموعة من الانفعالات والضغوط والعقبات التي مرماها الأخير هو اتخاذ القرار المناسب لنعيش حياة جميلة؛ وهنا برزت مجموعة من الدراسات التي قدمت نظرة شاملة للذكاء الوجداني في علاقته ببعض المتغيرات، حيث أن الذكاء الوجداني مرتبط وفقا لهذه الدراسات بمجموعة كبيرة من العوامل والمتغيرات، سواء من حيث تأثيره ببعضها أو تأثيره في أخرى، ومع ظهور علم النفس الايجابي تعددت الدراسات في ما يخص الذكاء الوجداني وعلاقته بمتغيرات من بينها الايجابية كما أشارت دراسة (علوان والنواجحة 2013) حول الذكاء الوجداني وعلاقته بالاجابية إلي وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين هذين الآخرين حيث ضم متغير الايجابية مجموعة من الأبعاد وهي (قوة الأنا، التوكيدية، تقدير الذات، الإبداع ومعني الحياة) كما أن الذكاء الوجداني يرتبط بجودة الحياة وذلك حسب ما أكدت عليه دراسة (الفرا وزهير النواجحة 2012) إلي وجود ارتباط بين الذكاء الوجداني و جودة الحياة، أما دراسة الباحثة Lindely ليندلي 2001 حول الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية (الانبساطية، العصابية، كفاءة الذات، تقدير الذات، التفاؤل، وجهة الضبط، والتكيف) فقد تبين من خلال نتائجها وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء الوجداني والمتغيرات الأخرى، ما عدا سمة العصابية التي كانت علاقة الارتباط فيها سالبة.

أما دراسة سعيد سرور 2003 هدفت إلى التعرف على تباين مواجهة الضغوط بتباين مستوى الذكاء الوجداني مرتفع، منخفض وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي مستويات الذكاء الوجداني المختلفة في مهارات مواجهة الضغوط، كما تبين أن دلالة الفروق لصالح الطلاب ذوي مستوى الذكاء الوجداني المرتفع. كما اتضح

وجود تفاعل ثنائي ذي أثر دال إحصائياً بين مستويات الذكاء الوجداني والنوع على مهارات مواجهة الضغوط ، في حين لم يتضح وجود أثر دال إحصائياً بين مستويات الذكاء الوجداني والنوع على مهارات مواجهة الضغوط، كما اتضح عدم وجود تأثير تفاعلي دال إحصائياً بين مستوى الذكاء الوجداني ومركز التحكم والنوع على مهارات المواجه.

كل هذه الدراسات التي جمعت الذكاء الوجداني بعلم النفس الايجابي قد أسهمت بتحويل مسار البحث وذلك لاهتمامه بالجوانب الايجابية في الشخصية فتزايد التركيز على العوامل الداعمة للصحة النفسية والجسدية للأفراد كالتقاول والسعادة والتفكير الايجابي والوجدان الايجابي، ولعل ما دعم هذا المسار أكثر فأكثر هو تأكيد اتجاه المناعة النفسية العصبية للتفاعل الحاصل بين مثل هذه العوامل النفسية مع الأنظمة العصبية الغددية المناعية ما فسح المجال لظهور مصطلح الشخصية المناعية على يد Henry Dreher, 1995 حيث جمعت الشخصية المناعية مجموعة من الأبعاد من بينها "الصلابة النفسية" والتي تعددت فيها الدراسات حيث كشفت دراسة مريامة حنصالي 2014 حول إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي الي وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائياً بين كل من إدارة الضغوط النفسية، والصلابة النفسية، والتوكيدية بالذكاء الانفعالي لدى الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية.

كما توصلت دراسة فتيحة خنفر في الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدي الطالب الجامعي إلي عدم وجود فروق بين الصلابة النفسية ومركز الضبط وذلك في ما يخص التخصص والجنس، كما توصلت دراسة العبدلي 2012 في الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدي طلاب التعليم الثانوي إلي وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة بين الصلابة النفسية وغالبية أساليب الضغوط، إلا أننا ورغم هذا نجد بعض من الشباب ممن يتميز بالصلابة النفسية فرغم زيادة المسؤولية والضغوط إلا انه لا يكثر لها، ولن نكون متجاوزين إن قلنا إن أكثر فئة فريدة تخضع هذه الضغوط هي فئة الطلاب الجامعيون؛ ومن خلال هذا برز التساؤل الذي اعتمدت عليه دراستنا:

ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني و الصلابة النفسية لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية-تيارت ؟

وتحت هذا التساؤل الرئيسي يمكن أن نطرح مجموعة من التساؤلات الجزئية هي كالاتي:

_ ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني والتحدي؟ لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية-تيارت ؟

_ ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني و الالتزام لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية-تيارت ؟

_ ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني و التحكم لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية-تيارت ؟

2 فرضيات الدراسة: للإجابة على التساؤلات السابقة نقترح مجموعة من الفرضيات توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والصلابة النفسية لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية- تيارت ؟

وتحت هذا الفرض الرئيسي يمكن ان نطرح مجموعة من الفروض الجزئية هي كالآتي:
(ا) توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والصلابة النفسية لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية- تيارت .

_ توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والتحدي لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية- تيارت

_ توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والالتزام لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية- تيارت

_ توجد علاقة بين الذكاء الوجداني والتحكم لدى طلاب جامعة ابن خلدون- كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية- تيارت

3 أهمية الدراسة: لكل دراسة أهميتها الخاصة والتي تختلف باختلاف الطلب وحيثيات الباحث و لهذا تكمن أهمية هذه الدراسة في ما يلي

- مواكبة الاتجاه الجديد للدراسات والمتمثل الاتجاه الايجابي.
- أهمية الصلابة النفسية حيث تمثل عامل مناعي للحصول علي صحة نفسية جيدة
- التطرق إلي مفاهيم سيكولوجية حديثة في علم النفس
- تمثل العينة أهمية كبيرة للمجتمع حيث الدراسة عليها تمكننا من اتخاذ إجراءات مستقبلية لتطويرها في ظل ما ستخرج به الدراسة من تفاسير ومعلومات.
- غياب الدراسات في هذا الموضوع وهذا ما سيدعم مكتبة الجامعة.

4 أهداف الدراسة: الدراسة وصفية وتهدف إلي التعرف علي أجوبة متعلقة بالإشكاليات المطروحة سابقا وهي :

التعرف على طبيعة العلاقة الموجودة بين الذكاء الوجداني والصلابة النفسية.

التعرف على طبيعة العلاقة الموجودة بين الذكاء الوجداني والتحدي

التعرف على طبيعة العلاقة الموجودة بين الذكاء الوجداني والالتزام

التعرف على طبيعة العلاقة الموجودة بين الذكاء الوجداني والتحكم

5-الدراسات السابقة

1-5 دراسة نعمات علوان و زهير النواحة (2013)

وهدفنا الدراسة إلى التعرف على علاقة الذكاء الوجداني بالإيجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة وقد تكونت عينة الدراسة من (247) طالبا وطالبة، واستخدم مقياس الذكاء الوجداني لمعه فاروق عثمان ومحمد عبد السميع (1998)، وكذا مقياس الايجابية من إعداد الباحثين، وقد استخدم الباحثان لمعالجة نتائج الدراسة الكمية المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ارتباط بيرسون، واختبار (T)

وقد توصلت الدراسة إلى وجود ارتفاع في درجة الذكاء الوجداني حيث بلغت النسبة 71.86%، كما توصلت نتائج الدراسة إلى ارتفاع في درجات الايجابية حيث بلغت 72.83% وبينت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني والايجابية، كما أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الذكاء الوجداني والايجابية، لصالح الإناث، كما توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة التخصصات العلمية والأدبية في الذكاء الوجداني والايجابية لصالح طلبة التخصصات العلمية، كما أظهرت نتائج دراسة الحالة تدني مستوى الايجابية لدى البعض يعزى إلى أساليب التنشئة الوالدية غير السوية، وانخفاض المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة.

2-5 دراسة هشام ابراهيم عبد الله وعصام عبد اللطيف عبد الهادي العقاد

هدفت إلى دراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني وفعالية الذات لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية، حيث تكونت عينة البحث من 246 طالباً وطالبة بالدراسات العليا بالجامعة بمتوسط عمري 27 سنة وثمانية شهور وانحراف معياري 36.5 طبق عليهم مقياس الذكاء الوجداني ومقياس فعالية الذات من إعداد الباحثان واستخدمت الأساليب الإحصائية (معامل الارتباط لبيرسون، اختبار (T) تحليل التباين وتحليل الانحدار المتعدد)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين أبعاد الذكاء الوجداني وأبعاد فعالية الذات، وكذلك بين الدرجة الكلية للذكاء الوجداني والدرجة الكلية لفعالية الذات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي 0.01 بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي الذكاء الوجداني في أبعاد فعالية الذات، وفي الدرجة الكلية، والفروق لصالح ذوى المستويات المرتفعة من الذكاء الوجداني، مما يشير إلى إن الطلاب مرتفعي الذكاء الوجداني لهم مستوي مرتفع في فعالية الذات، مع عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في الأبعاد الفرعية لفعالية الذات وكذلك في الدرجة الكلية، كما وجد تأثير دال إحصائياً عند مستوى 0.01 لأبعاد الوعي بالذات، والدافعية الذاتية وإدارة المشاعر من أبعاد الذكاء الوجداني على فعالية الذات، وبذلك يمكن التنبؤ بفعالية الذات من بعض أبعاد الذكاء الوجداني دون غيرها.

3-5 دراسة ياسين سالم حماد الشواوره

هدفت هذه الدراسة إلى اشتقاق الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي، الذي طوره النبهان وكمالي (2003) على البيئة الإماراتية. ودراسة علاقته بأبعاد الشخصية وفق مقياس نيو؛ وتكونت عينة الدراسة من (800) طالباً وطالبة، من طلبة جامعة مؤتة للعام الدراسي 2006/2005، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقيّة العنقودية، في هذه الدراسة استخدم مقياس الذكاء الانفعالي بعد التحقق من الخصائص السيكومترية له، ومقياس نيو الذي قننه على البيئة الأردنية وتوصلت الدراسة إلى ما يلي: توفر مقياس الذكاء الانفعالي على خصائص سيكومترية عالية نسبياً، حيث بلغ معامل ثبات الاستقرار (0.76)

و (0.93) بطريقة كرونباخ إلفا، وفيما يتعلق بالصدق، فقد أشارت النتائج إلى تمتع المقياس بمؤشرات صدق محكي تباعدي مع مقياس بيك للاكتئاب، حيث كان معامل الارتباط بين الذكاء الانفعالي ككل وقائمة بيك (0.60) أما صدق البناء الداخلي، فأشارت نتائج التحليل العامل إلى أن المقياس يتكون من 41 فقرة موزعة على أربعة أبعاد، فسرت ما نسبته (52.30%) من التباين الكلي على المقياس. كما أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين بعد العصابية والذكاء الانفعالي، وعلاقة إيجابية دالة إحصائياً بين الذكاء الانفعالي وأبعاد الشخصية: الانبساطية والانفتاحية والموافقة و يقظة الضمير.

4-5 دراسة إسماعيل صالح الفراء وزهير عبد الحميد النواحة

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة، والتحصيل الأكاديمي، لدى عينة مكونة من (300) طالب من جامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية، وقام الباحثان بإعداد مقاييس الدراسة وهما (الذكاء الوجداني، ومقياس جودة الحياة)، وبينت النتائج وجود علاقة بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي، ووجود علاقة بين جودة الحياة والتحصيل الدراسي الأكاديمي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مرتفعي التحصيل الأكاديمي المرتفع، ومتوسطات درجات التحصيل الأكاديمي المنخفض، في الذكاء الوجداني، وجودة الحياة لصالح ذوي التحصيل الأكاديمي المرتفع.

5-5 دراسة عبد العظيم سليمان المصدر

استهدف دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي ومجموعة من المتغيرات الانفعالية تمثلت في وجهة الضبط وتقدير الذات وبلغ حجم العينة 219 طالباً وطالبة من طلاب المستوى الثالث بكلية التربية بجامعة الأزهر بغزة، وقد تم استخدام مجموعة من المقاييس؛ وهي مقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس وجهة الضبط، مقياس الخجل، ومقياس تقدير الذات كما تم استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية: منها اختبار T.test والوزن النسبي، النسبة المئوية، وتحليل الانحدار المتعدد، وقد توصل الباحث إلى مجموعة من النتائج أهمها؛ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الذكاء الانفعالي لصالح الذكور، مرتفعي ومنخفضي الذكاء الانفعالي في تقدير الذات لصالح ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع وعدم وجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي الذكاء الانفعالي في وجهة الضبط والخجل ووجود تأثير دال إحصائياً للذكاء الانفعالي على كل من وجهة الضبط وتقدير الذات والخجل.

6-5 دراسة مهذل بن ظافر بن مسفر القحطاني

هدفت الدراسة إلى دراسة العلاقة بين بعدي الغضب الحالة والسمة وأبعاد الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخرج حيث بلغ حجم العينة 900 طالباً، استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 فأقل بين الطلاب والطالبات في أبعاد الصلابة النفسية،

ووجود علاقة ارتباطيه عكسية (سالبة) بين بعدي الغضب (الحالة، والسمة) وأبعاد الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخرج.

7-5 دراسة مريامة حنصالي 2015

هدفت الدراسة إلي تفسير العلاقة بين الذكاء الوجداني بأبعاده ودرجته الكلية وبين إدارة الضغوط النفسية وسمتي الشخصية المناعية الصلابة النفسية والتوكيدية على الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية جامعة محمد خيضر بسكرة حيث بلغت عينة الدراسة من 140 أستاذ تم اختيارهم بطريقة قصديه، واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الارتباط والمقارنة، كما اعتمدت علي مقياس الذكاء الانفعالي لعبد المنعم الدردير (2002)، وقائمة أساليب مواجهة الضغوط Strategies Assessing Coping من إعداد كارفر وشاير (Carver & Scheier 1989) ترجمة وتقنين زيدي السيد ابراهيم، 2006 ومقياس الصلابة النفسية ومقياس التوكيدية من إعداد الباحثة وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين كل من إدارة الضغوط النفسية، والصلابة النفسية، والتوكيدية بالذكاء الانفعال، ووجود علاقة بين أبعاد الذكاء الوجداني والدرجة الكلية لأساليب الضغوط والدرجة الكلية للصلابة النفسية الصلابة النفسية والدرجة الكلية لمقياس التوكيدية وذلك عند مستوي 0.01 و0.05 كذلك وجدت علاقة ارتباطيه الدرجة الكلية لأساليب الضغوط والتوكيديه مع عدم وجود الفروق بين الجنسين في الذكاء

- التعقيب علي الدراسات السابقة:

يمكن التعقيب على الدراسات السابقة على النحو التالي:

اختلاف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في بيئة التطبيق؛ إذ تنوعت البيئات التي طبقت فيها الدراسات السابقة؛ بين محلية، وعربية، وأجنبية، أما الدراسة الحالية فبيئة التطبيق فيها هي مدينة تيارت في الجزائر. تنوع فئات عينات الدراسات السابقة؛ من حيث إنها أجريت على عينات من المعلمين والمعلمات، والطلبة والطالبات، الموظفين والموظفات، أما الدراسة الحالية فقد تكونت العينة من طلاب الجامعة من الجنسين.

ندرة الدراسات التي بحثت في الذكاء الوجداني بأبعاده وأبعاد الصلابة النفسية و العلاقة بينهما لدى طلاب جامعة ابن خلدون خاصة.

اختلاف الفترة الزمنية والتي جاءت في حدود 2008 إلي 2015

6- حدود الدراسة

- الحدود البشرية: تمثلت في طلاب قسم العلوم الاجتماعية بجامعة ابن خلدون - تيارت - والمقدر عددهم 117 طالب وطالبة جامعي

- الحدود المكانية: تحددت دراسة البحث مكانيا في مدينة تيارت وبالضبط في جامعة ابن خلدون

- الحدود الزمنية: أجريت الدراسة سنة 2018/2019 والممتدة بين 2018/04/06 الي 2018/05/09

7- التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة

- الذكاء الانفعالي:

هو مجموعة من القدرات الانفعالية داخل الشخص وبين الأشخاص، والتي تؤثر في القدرات الكلية للشخص ليتكيف مع متطلبات البيئة مثل السمات ما بين الشخصية والقدرات العقلية المعرفية (Bar-On, 1997) ويعرف إجرائياً بأنه: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطلاب والطالبات بعد الإجابة على مقياس الذكاء الانفعالي المستخدم في الدراسة.

- الصلابة النفسية:

هي اعتقاد عام لدى الفرد في فعاليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة؛ كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة (مخير، 2002: 15) وتعرف إجرائياً هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة على مقياس الصلابة النفسية.

- الطالب الجامعي:

يشمل تعريف الطلاب الجامعيين إجرائياً في بحثنا هذا، الشباب (ذكور-إناث)، الذين يزاولون دراستهم والمسجلين بقسم العلوم الاجتماعية لجامعة ابن خلدون للسنة الدراسية (2018-2019) والذين تتراوح أعمارهم ما بين ويمثلون المجتمع الأصلي للدراسة

الفصل الأول : الذكاء الانفعالي

تمهيد:

ظلت فكرة الذكاء الواحد مسيطرة على الأذهان لفترة طويلة، وذلك لشدة سيطرة نظرية العامل العام ومصطلح نسبة الذكاء على دراسات علم النفس، إلى أن ظهرت موجة جديدة نوّهت إلى أنواع جديدة من الذكاء رافضة انحصار الذكاء، في قدرات عقلية فقط. حيث يرى الباحثون أنّ النّجاح في الحياة يتطلّب ذكاءات متنوّعة يمتلكها الفرد بدرجات متفاوتة. وعلى هذا، صنف الذكاء إلى أنواع؛ من أهمها: الذكاء الوجداني.

1- الجذور التاريخية لمفهوم الذكاء الوجداني:

لقد اهتم الفلاسفة القدماء بالعلاقة بين التفكير والانفعال وأشاروا إليه، انه موجه حقيقي للاستبصار والحكمة، وتطور مفهوم الانفعال عبر العصور ليتكلم عنه برجسون Bergosen قائلاً انه جوهر الإبداع وفرق بين نوعين من الانفعال وهما: انفعال سطحي (تحت عقلي) وهو حالة ناتجة عن فكر أو صورة متمثلة أي حالة عقلية وانفعال عميق (فوق عقلي) لا ينجم عن تصور بل يكون هو نفسه سبباً لظهور عدة تصورات وهو جوهر الإبداع، كما تناول العديد من العلماء العلاقة بين الانفعال والتفكير كدراسات فرويد عن آليات الدفاع ودراسة ارون بيك (beck) والتي أشارت إلي أن الاكتئاب هو نتيجة إدراكات سلبية تعمل علي تضخيم الإخفاق وانعدام الكفاءة وظهر الذكاء الوجداني في الدراسة بشكل جزئي في مجال المعرفة والوجدان وهو يهتم بالكيفية التي يغير فيها الانفعال من التفكير والتفكير من الانفعال. (الشهري، 2008: 8)

أن الجذور التاريخية للذكاء كذكاء كانت في القرن الثامن عشر، حيث قسم العلماء الذكاء إلي ثلاثة أقسام هي :

_ المعرفة وشملت العديد من الوظائف العقلية كالتفكير الذاكرة الانتباه اتخاذ القرار ... الخ
_ الانفعالات والنواحي المزاجية والتقويم ومختلف لمشاعر كالسرور، الفرح، الغضب، الإحباط، الخوف، القلق، عدم التحمل وابطس شكل للانفعالات ما يسمى بالون الانفعالي

للأحاسيس ويطلق عليه مصطلح العاطفة Affect

_ الدوافع وتشمل جميع الدوافع بما فيها الدوافع البيولوجية أو المتعلمة أو الأهداف
أما بالدرجة الأولى تعود الجذور التاريخية لمفهوم الذكاء الانفعالي إلي ما جاء به ثورنديك (Thorndike) تحت اصطلاح الذكاء الاجتماعي والذي عرفه علي انه القدرة على فهم وإدارة الآخرين، والأداء الماهر في العلاقات الإنسانية عند تناوله للذكاء واستخدامه (محمود ومطر، 2002)؛ بعد ذلك حاول ثورنديك وستيرن عام 1937 قياس الذكاء الاجتماعي الذي حدد الذكاء في ثلاثة مجالات هي:

1- اتجاهات الأفراد نحو المجتمع.

2- المعرفة الاجتماعية.

3- التوافق الاجتماعي.

ولم تحظى تلك المحاولة بالاهتمام بسبب الاعتقاد آنذاك بأن الذكاء الاجتماعي لا فائدة منه، وأنه يساعد على تضليل الآخرين وجعلهم يفعلون ما يطلب منهم **(النبهان وكمالي، 2003)**، ومع تركيز العلماء في الفترات الأولى علي الجانب المعرفي فقد أدرك وكسلر أهمية الجوانب الغير معرفية وعرف الذكاء علي انه قدرة الفرد العامة علي التصرف بكفاءة ، والتعامل بشكل فعال مع البيئة المحيطة به وفي عام 1943 كان له افتراض بضرورة وأساسية العوامل الغير عقلية في نجاح الفرد **(علاء عبد الرحمان محمد، 2009: 21)**

في عام 1976 تم التلميح إلي مفهوم الذكاء الوجداني في اقتراح جلفورد لنموذجه "بنية العقل" حيث افترض نوع جديد للذكاء، وهو القدرة علي التجهيز الانفعالي للمعلومات، ويتضح من خلال المحتوى السلوكي لديه؛ ويتميز المحتوى بمعلومات في جوهرها غير لفظية وهي تشتمل علي التفاعل الاجتماعي ، والذي يتطلب الوعي بمدركات وأفكار ورغبات ومشاعر وانفعالات وأفعال الأشخاص الآخرين أي إدراك السلوك الفردي وسلوك الآخرين. ومن جهة أخرى يتضح أن المحتوى السلوكي يشمل الجانب الوجداني حيث افترض جيلفورد أن السلوكيات التعبيرية مثل تعبيرات الوجه، ونبرات الصوت، الأوضاع والإيماءات، كلها علامات يستدل منها علي الحالات الانفعالية، كما يمكن تعريف المعرفة السلوكية علي أنها القدرة علي فهم أفكار ومشاعر واهتمامات الآخرين **(السمادوني، 2007: 50)**

كما ظهر الذكاء الانفعالي في تصور أبو حطب للذكاء حيث صّنفه إلى ذكاء المعرفي، وذكاء الاجتماعي، وذكاء الانفعالي **(أبو حطب، 1996: 389)**. وفي مطلع الثمانينات جاءت جهود غاردنر في نظريته الذكاء المتعدد لتعيد إلى موضوع الذكاء أهميته، فقد قسم غاردنر الذكاء إلى عدة أبعاد هي: اللغوي، المكاني، المنطقي، الحركي، الجسمي، الموسيقي، الشخصي... الخ. وعرف الذكاء الشخصي انه يتضمن نوعين هما الذكاء بين الأفراد ويعني به القدرة على فهم مشاعر الآخرين والذكاء خارج الفرد ويعني القدرة علي فهم المشاعر والدوافع الذاتية ثم أضاف بعدها الذكاء المرتبط بالخلق والوجود والذكاء المرتبط بالبيئة **(علاء عبد الرحمان محمد، 2009: 22)**

وفي مطلع عام 1990 قدم سالوفي وماير مقالا بعنوان : الذكاء الانفعالي ومقالا في عام 1993 بعنوان: الذكاء في الذكاء الانفعالي، وأشارا إلى أن الذكاء الانفعالي هو نوع من أنواع الذكاء الاجتماعي ويتضمن القدرة على مراقبة الفرد لمشاعره ومشاعر الآخرين ، والتمييز بينهما ، واستخدام المعلومات في توجيه تفكير الشخص وأفعاله **(احمد، 2003)** أما بعدها بدا العالم دنيال جولمان كتاباته في الذكاء الوجداني مبتدأ بكتابه "عن التعليم الوجداني Emotional Literacy" وذلك بعد خبراته وقراءته في المجال الوجداني ،ليغير اسم كتابه في 1995 إلي " الذكاء الوجداني " والذي تضمن معلومات حول المخ والمشاعر والعواطف **(علاء عبد الرحمان محمد، 2009: 22)** وفي عام 1998 أعد كل من بام

روبينس و جين سكوت أداة تحمل عنوان الذكاء الوجداني، لتفعيل الحقائق العلمية التي طرحها دانيال جولمان إلى ممارسات يومية يستطيع المعلم أن يقدمها لتلاميذه داخل المدرسة، وقد ترجمها إلى العربية الأعسر وكفاي (روبنس و سكوت، 2000)

2- مفهوم الذكاء الوجداني

مفهوم الذكاء الوجداني حسب كتابات ماير وسالوفي يمكن تقسيمه إلى قسمين حيث تحدث القسم الأول عن العملية العامة للمعلومات الانفعالية، أما القسم الثاني فتضمن مهارات تلك العملية وعرف من قبلهما في 1990 انه نوع من معالجة المعلومات الانفعالية والتي تتضمن التقييم الدقيق للانفعالات في ذات الفرد ولدي الآخرين، والتعبير الملائم عن الانفعالات والتنظيم المتوافق للانفعال لتعزيز الحياة، كما عرفه الباحثان انه نوع من الذكاء الاجتماعي ويتضمن القدرة علي مراقبة الانفعالات الخاصة وانفعالات الآخرين، والتميز بينهم واستخدام المعرفة في توجيه تفكير الفرد وأفعاله. وفي 1990 توسع الباحثان في التعريف وأشارا إلي أن الذكاء الوجداني هو القدرة علي تمييز الانفعال وعلاقته والاستدلال وحل المشكلات علي أساسها

يري جولمان بان الذكاء الوجداني "مجموعة من القدرات المتنوعة التي يمتلكها الأفراد واللازمة للنجاح في جوانب الحياة المختلفة، والتي يمكن تعلمها وتحسينها. وتشمل المعرفة الانفعالية وإدارة الانفعالات والحماس والمثابرة، وحفز النفس وإدراك انفعالات الآخرين وإدراك العلاقات الاجتماعية" ومن خلال التعريف نستنتج انه يشير إلي أن الذكاء الوجداني مهارة مكتسبة يمكن تعلمها. وهي تدفع الفرد نحو النجاح في شتي المجالات. وتشمل أبعاد كثيرة كالدايفية ومعرفة الذات وإدارتها، ومعرفة انفعالات الآخرين وحسن توجيهها، ويعرف (Bar-on بار-اون) الذكاء الوجداني: "مجموعة منظمة من المهارات والكفايات غير معرفية في الجوانب الشخصية والانفعالية والاجتماعية. والتي تؤثر في قدرة الفرد علي معالجة المطالب والضغوط البيئية. وهو عامل مهم في تحديد قدرة الفرد علي النجاح في الحياة(المللي، 2010.04)

وتعرف مؤسسة (workmind) الأمريكية الذكاء الانفعالي علي أنه القدرة علي التعرف علي الاستجابات وردود الأفعال بشكل سريع تجاه المواقف والناس، واستخدام المعرفة بطرق فعالة. ويبين هذا التعريف أن الذكاء الانفعالي يتضمن مهارة دراسة الشعور الجمعي، وضبط النفس، والدايفية الداخلية واحترام الذات، ويتضمن التعريف حث النفس علي الاستمرار في مواجهة الإحباطات والتحكم في النزوات وتأجيل الإحساس بإشباع النفس وإرخائها، ويتضمن كذلك القدرة علي تنظيم الحالة النفسية، ومنع الأسى والألم من شل القدرة علي التفكير ويتضمن أيضا القدرة علي التعاطف والشعور بالأمل (حسين، 2005)؛ ويعرف بأنه القدرة علي الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية، وفهمها وصياغتها بوضوح، وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين

ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية ايجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني، وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة (عثمان، 2000) ويشير (عيسى ورشوان، 2006) إلى أن الاهتمام بمفهوم الذكاء الانفعالي يرجع إلى سببين؛ أولهما اختلاف المهارات الانفعالية من فرد لآخر، وذلك نظرا للفروق الفردية والتي لا تستطيع مقاييس الذكاء والشخصية قياسها، والسبب الثاني هناك نتائج متوقعة نظرياً عن علاقة الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية لدى مرتفعي الذكاء الانفعالي، مما ينعكس إيجاباً في المواطنة الصالحة. ويميزان بين الذكاء الانفعالي كسمة (Trait) والذكاء الانفعالي كقدرة عقلية (Ability)؛ فالذكاء الانفعالي كسمة هي ميول تفضيلية تشبه سمات الشخصية الفاعلية الذاتية الانفعالية، حيث يعبر عن المعتقدات الذاتية وعن القدرات وال ميول المتعلقة بالانفعالات، وقدرة الفرد على تنظيمها بهدف تحقيق قدر من التوافق، بينما يشار إليه كقدرة من حيث أنه القدرة المعرفية الانفعالية، وبالتالي يمكن تصنيف نماذج الذكاء الوجداني في اتجاهين مختلفين يتبنى كل منهما منهجية بحث ووجهة نظر مختلفة للذكاء الانفعالي ومفهومه، وهما: نماذج القدرات والتي تركز على التفاعل بين الانفعالات والذكاء بمفهومه التقليدي في وصفها للذكاء الانفعالي، ونماذج السمات أو كما تعرف بالنماذج المختلطة والتي تصف الذكاء الانفعالي في ضوء الدمج بين القدرات العقلية وال ميول والنواحي المزاجية والشخصية.

ويشير الاعسر وكفاقي إلى الذكاء الوجداني: "بناء الخبرة الحية لدي المتلقي، التي ينغمس فيها فيتخللها وتتخلله، ليخرج منها بخبرة جديدة، تعدل خبراته ورؤيته متبعا منها وضحا وهنا تنشأ ماهية الذكاء الانفعالي " (روبنس وسكوك جاك، 2000: 9). كما عرفه مأمون مبيض انه " القدرة علي التعامل مع المعلومات العاطفية خلال استقبال هذه العواطف واستيعابها وفهمها وإدارتها، لذلك فان من صفات الإنسان الذكي عاطفياً؛ انه يملك الكثير من المفردات العاطفية، ويعرف الاستعمال الدقيق لهذه المفردات في التعامل مع عواطفه وعواطف الآخرين " (مبيض مأمون، 2003: 13).

ويعرفه السامدوني "القدرة علي فهم واستخدام المعلومات الوجدانية بكفاءة" (السامدوني 2007: 41) أما عبده عبد الهادي و عثمان فاروق فيعرفان الذكاء الوجداني بأنه : "إدراك الفرد لقدرته علي الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية؛ وفقا لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم؛ للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية ايجابية تساعد الفرد علي الرقي العقلي والانفعالي والمهني، وتعلم المزيد من المهارات الايجابية" (عبد الهادي و فاروق، 2002: 206).

ومن خلال التعريفات نستطيع أن نعرف الذكاء الانفعالي بأنه القدرة على السيطرة على الانفعالات الذاتية وفهمها، والقدرة على فهم انفعالات الآخرين، والقدرة على التخلص من المشاعر السلبية.

ونعرف الذكاء الانفعالي في دراستنا الحالية بأنه "مجموعة من السمات المزاجية والاجتماعية التي تثري المحتوى الوجداني للأفراد ما يتيح فهما دقيقا ومعما للانفعالات يسمح بمراقبتها وتنظيمها لتحقيق معالجة فعالة للمشكلات، ويتضمن إدارة الانفعالات ويشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية والسيطرة عليها واستدعاء الانفعالات الإيجابية بسهولة وكسب الوقت للتحكم في الانفعالات السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية والتخلص من القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة بفاعلية، التعاطف ويشير إلى قدرة الفرد على إدراك انفعالات الآخرين، والتوحد معهم انفعاليا، وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والحساسية لاحتياجاتهم حتى وان لم يفصحوا عنها، والتناغم معهم، والاتصال بهم دون أن يكون السلوك محمل بالانفعالات الشخصية، تنظيم الانفعالات ويشير إلى قدرة الفرد على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات حتى وان كان تحت ضغط انفعالي من الآخرين وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى، المعرفة الانفعالية وتشير إلى قدرة الفرد على الانتباه والإدراك الجيد في الانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث، التواصل الاجتماعي ويشير إلى قدرة الفرد على التأثير الإيجابي في الآخرين، وذلك من خلال إدراك وفهم انفعالاته ومشاعره ومعرفة متى يقود ومتى تتبع الآخرين ومساندتهم والتصرف معهم بطريقة لائقة حتى أنه لا يظهر عليه آثار الانفعال السلبي كالغضب والضيق.

3- النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي:

أ) نموذج القدرة لماير وسالوفي John Peter & Mayer Salovey

يرتكز نموذج القدرة في تفسيره للذكاء الانفعالي على الكيفية التي يدخل بها الانفعال إلى نظامنا المعرفي ومن ثم يحدث التغيير فيه. وينطلق من فكرة أن الانفعالات تحوي معلومات عن العلاقات التي نفسر من خلالها مشاعرنا، فتغير علاقتنا بشخص ما ينتج عنه تغير في عاطفتنا اتجاهه، وبغض النظر عما إذا كانت هذه العلاقات آنية، متذكرة أو متخيلة فهي دائما مصحوبة بهذا التغيير الذي نسميه "انفعال" (فالشعور بالخوف قد ينتج عن موقف تخيلناه أو تذكرناه). والانفعال هو استجابة منظمة للموقف تميزها مظاهر فسيولوجية، معرفية وخبرانية وما يهمنا بالتحديد أنه يحدث خلال استجاباتنا لتلك العلاقات. ولا يتوقف الأمر عند معرفة الانفعالات وإدراك العلاقات بينها بل ويتواصل إلى حد التفكير المجرد، كالتحليل اللغوي للعبارة المتعلقة بالانفعال وكذا تحليل التغيرات الناتجة عنه، فالتاخير مثلا يحول الإحباط إلى غضب (الغضب هو التغير الحاصل في الإحباط) وعلى هذا فالذكاء الانفعالي يشير لتلك القدرة على معرفة معاني الانفعالات والعلاقات بينها ومن ثم التفكير بخصوصها وحل المشكل.

ويؤكد النموذج على ضرورة التمييز بين (المواهب، السمات، الذكاء الانفعالي)، فالسمات هي الطرق المميزة التي نسلك من خلالها والمواهب عبارة عن قدرات غير ذكية أما الذكاء الانفعالي فهو القدرة على التفكير في الأحاسيس والمشاعر (**الخضر.16.2002**).

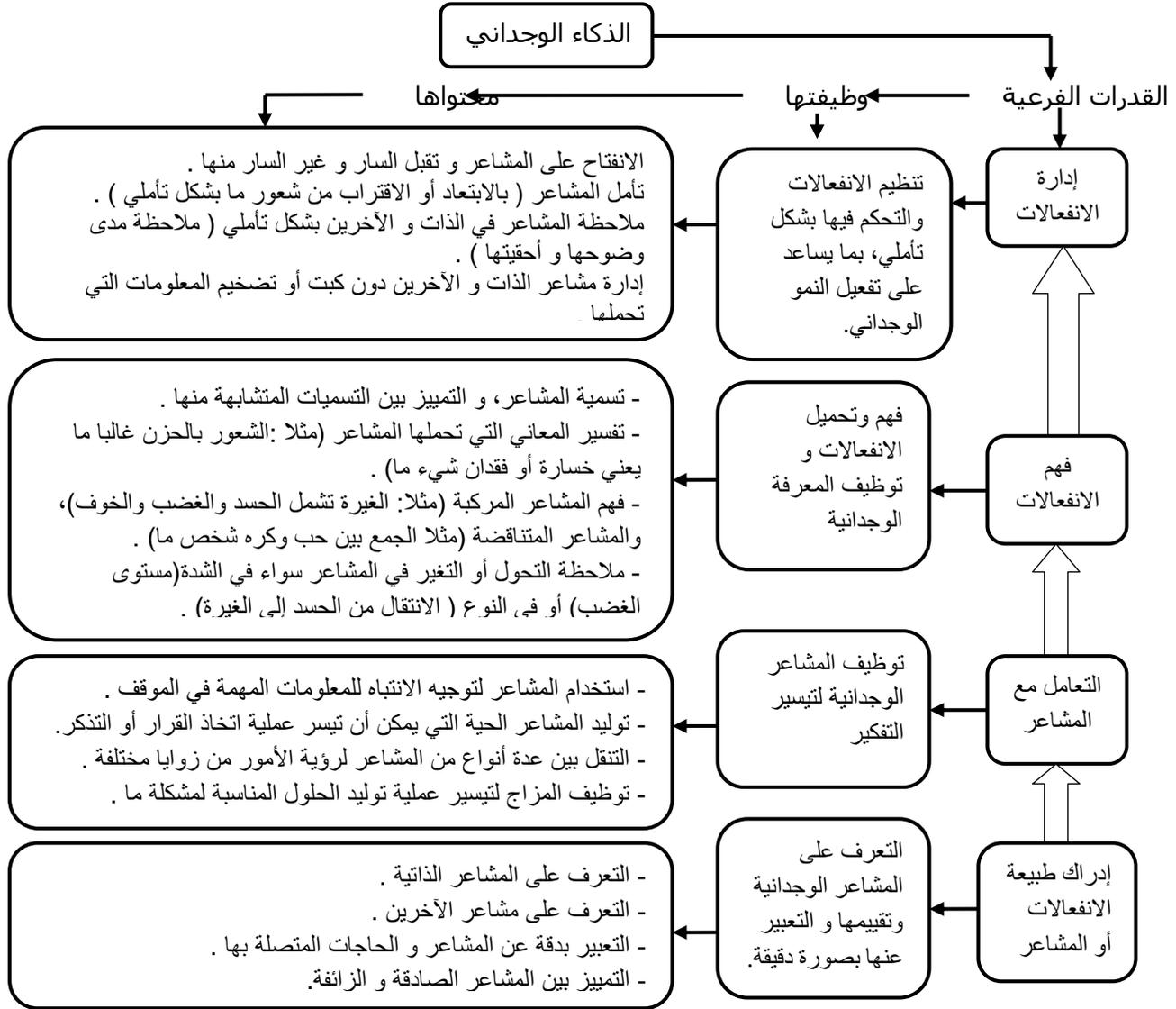
والذكاء الانفعالي من وجهة نظرهما هو قدرة من القدرات العقلية التي تنتمي إلى حقل الذكاءات، وبالتالي لا يرتبط بالذكاء العام من حيث مهاراته ومقدراته، والتي تتضمن التحكم في المشاعر والوجدان، واستخدام تلك المهارات الوجدانية يتطلب المزيد من المهارة اللغوية في التعبيرات الشعورية وكذلك في تحويل المشاعر إلى سلوك. ويرى ماير وسالوفي أن الوجدان يمنح الفرد معلومات مهمة، يتفاوت الأفراد فيما بينهم في القدرة على توليدها، والوعي بها، وتفسيرها والاستفادة منها والاستجابة لها، من أجل أن يتوافقوا مع الموقف بشكل أكثر ذكاء (**حباب عبد الحي محمد عثمان، 2009: 59**)

إن الإدراك الوجداني يتضمن عملية التسجيل وعملية الإصغاء، واكتشاف معنى الرسائل الوجدانية التي تظهر في نغمة الصوت وفي تعبيرات الوجه والرسومات والأشياء الثقافية التي صنعها الإنسان...وتقييم الانفعالات والتعبير عنها يمثل جزء من الذكاء الانفعالي فالأفراد الأنكياء وجدانيا يتميزون بدقة عالية تمكنهم من إدراك انفعالاتهم الخاصة والاستجابة لها والتعبير عنها للآخرين، كما أن تلك المهارات تجعل الأفراد قادرين على تقدير الاستجابات الانفعالية لدى الآخرين، واختبار سلوكيات متوافقة اجتماعيا عند الاستجابة لها، من أجل تفاعل اجتماعي متوافق، وإقامة علاقات شخصية ناجحة (**علاء عبد الرحمان، 2009: 31**)

وتأسيسا لهذا النموذج فقد أعد ماير وآخرين (2003) مقياسا معروفا اختصارا ب MSCEIT وهي النسخة المعدلة والنهائية للمقياس، والتي نشرت في مارس (2003) لتقديم نموذج يجمع بين الذكاء والوجدان، حيث أكدوا أن مفهوم الذكاء والوجدان يتعامل مع المعلومات ذات الطابع الوجداني أو قابليات Skills أو مهارات Mental Abilities وهو بذلك مكون من مجموعة من القدرات العقلية كما أنه يجمع بين فكرة أن الوجدان يجعل تفكيرنا أكثر ذكاء و فكرة التفكير بشكل ذكي، Capacities نحو حالاتنا الوجدانية.

بالنسبة للمحك ألمنائي فيعتقد ماير وسالوفي أن من علامات نضج الذكاء الوجداني لدى الفرد هو انفتاحه على الخبرات الوجدانية، سواء كانت سارة أم غير سارة مما يمكنه التعلم منها، والقدرة على التمييز بين الإحساس بالانفعال والاستجابة بمقتضاه كإظهار الابتسامة أمام الآخرين رغم شعور الفرد بالحزن، أو عدم إظهار الفرد لغضبه أمام زملائه حتى لا يفسد اجتماعهم رغم إحساسه بالظلم. ومن كمال النضج الوجداني ما أسماه "الوعي بخبرة ما وراء الوجدان" Meta-experience وهو التأمل أو التفكير الواعي بالخبرة الشعورية مقابل الإدراك السطحي لها ويندرج ضمن ذلك عنصران: الوعي بالتقييم-Meta evaluation وهو الانتباه إلى مقدار الانفعال، ووضوحه وتأثيره ومدى تقبل الذات له.

والآخر هو الوعي بالتنظيم Meta-regulation أي مدى محاولة الفرد لتحسين مزاجه السلبي أو ضبط الإيجابي منها أو عدم التدخل في خبرته الشعورية. (الخولي، 2011)، ولقد أوضح ماير وسالوفي أن الذكاء الوجداني يشتمل على أربعة قدرات رئيسية وهي :



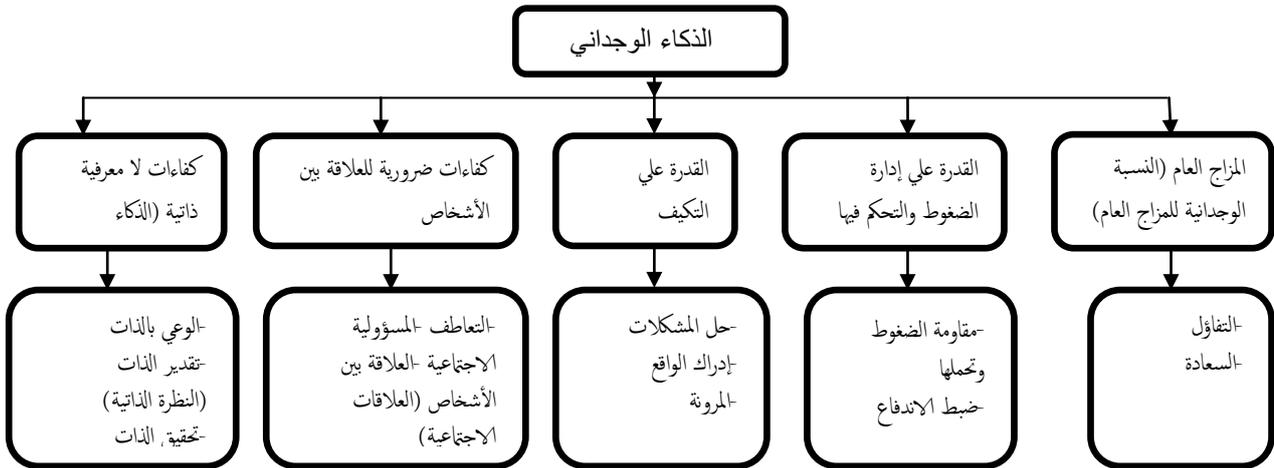
الشكل (01): مكونات الذكاء الوجداني لماير وسالوفي (احمد سعد جلال، 2008 : 80)

وعليه، نستنتج أن نموذج السابق يركز بصورة أكثر تحديداً على أن الذكاء الوجداني هو القدرة على الوعي بالانفعالات والقدرة على توصيل وتوليد الانفعالات عن طريق التفكير لتحسين النمو الانفعالي والعقلي. ولهذا يعتقد الباحثان بأن الذكاء الوجداني مجموعة من القدرات غير المعرفية. والشخص الذكي وجدانياً حسبهما قادر على التعرف على الانفعالات، سواء كانت انفعالاته أو انفعالات غيره، ولديه القدرة على التعبير الانفعالي بصورة دقيقة واضحة تمنع سوء فهم الآخرين له.

ب) نموذج (Bar-on :بار-أون) للذكاء الوجداني

تعتبر تلك النظرية أولى النظريات التي فسّرت الذكاء الوجداني، وكان عام 1988 أول فترة لظهور تلك النظرية، عندما قام (بار-أون) في رسالته للدكتوراه بصياغة مصطلح النسبة الانفعالية (Quotient EQ Emotional) كنظير لمصطلح نسبة الذكاء العقلي Intelligence Quotient IQ وفي وقت نشره لرسالته نهاية الثمانينات، كانت زيادة في اهتمام الباحثين بدور الانفعال في الأداء الاجتماعي، وجودة الحياة وقبل أن يتمتع الذكاء الوجداني بالاهتمام في عدة مجالات، والشعبية التي ينالها اليوم، حدّد (بار-أون) عام 2000 نموذجاً عن طريق مجموعة من السمات والقدرات المرتبطة بالمعرفة الانفعالية والاجتماعية، التي تؤثر في قدرتنا الكلية علي المعالجة الفعالة للمتطلبات البيئية (السامدوني، 2007 : 103). وتشير تلك النظرية إلى وجود تداخل بين الذكاء الوجداني وسمات الشخصية، فقد عرف الذكاء الوجداني على أنه مكوّن يشتمل على مجموعة من الكفاءات غير المعرفية، وقد أعدّ (بار-أون) أول أداة لقياس الذكاء الوجداني، وصمّمت للتعرف على تلك الكفاءات غير المعرفية (الشخصية) لكي تجيب على التساؤل التالي: لماذا يكون بعض الأفراد أفضل في ضبط انفعالاتهم من الآخرين؟ وقد توصلت الأبحاث التي استخدمت مقياس (بار-أون) أن الكفاءات الشخصية تعتبر مؤشراً للنجاح في الحياة وهذا ما تقدمه مقاييس نسبة الذكاء المعرفي الأكاديمي (IQ). وأوضح في نظريته خمسة كفاءات لا معرفية موضحة في الشكل هي :

الشكل 02 نموذج بار-أون Bar-on للذكاء الوجداني (السامدوني، 2007: 104)



إن الذكاء الوجداني عند بار-أون Bar-on يتكوّن من خمسة عشر مكوّناً، تمّ ترتيبهم في خمسة أبعاد رئيسية :

- **الذكاء الشّخصي:** والذي يمثل القدرات والكفاءات والمهارات المرتبطة بداخل ذلك الفرد.
- **الذكاء البين شخصي:** ويمثل القدرات والمهارات البين-شخصية، ومحاولة تطبيقها على أرض الواقع والاستفادة منها في إدارة ذلك الفرد لعلاقاته مع الآخرين.

-**القدرة على التكيف:** ويوضح كيفية نجاح الفرد في مواكبة الظروف والمتطلبات البيئية والتكيف معها، من خلال زيادة مهارات الفرد في المرونة في التعامل مع الآخرين، وحل المشكلات بمنطقية ومهارة.

-**إدارة الضغوط:** ويمثل قدرة الفرد على إدارة الضغوط والتكيف معها بفعالية كبيرة.
-**الحالة المزاجية العامة:** وتمثل قدرة الفرد ومهاراته في الاستمتاع بالحياة وفي الحفاظ على مكانته ومركزه الايجابي داخل المجتمع وتضم كل من السعادة والتفاؤل.

ويفترض بار-أون Bar-on أن الذكاء الوجداني مهارة يمكن تطويرها وتنميتها من خلال برامج تدريبية تنمي الجانب الوجداني والاجتماعي، كما ذكر أن نقص هذه المهارة ينقص من فرص النجاح في الحياة ويزيد نسبة الوقوع في مشاكل اجتماعية ووجدانية هذا ما يصعب علي الفرد اتخاذ قرارات وحل مشكلات، وإدارة الضغوط، والتحكم في ردود الأفعال.

كما يتعرف بوجود علاقة وثيقة بين الذكاء الوجداني والذكاء العام أو المعرفي؛ حيث أنهما يؤديان بدورهما إلى زيادة نسبة الذكاء العام لدى الفرد، مما يعطي انطبعا للمجتمع بأن ذلك الفرد من أكثر الأفراد تحقيقا للنجاح، سواء في حياته العملية أو الاجتماعية (سلامة، طه، 2006: 48). وعليه، نستنتج أن النموذج النظري بار-أون Bar-on هو أول النماذج النظرية التي حاولت تفسير الذكاء الوجداني، وقد اعتمد في نمودجه هذا على تحديد الذكاء الوجداني كمجموعة من السمات والقدرات المرتبطة بالمعرفة الانفعالية والاجتماعية، التي تؤثر في قدرة الفرد علي التعامل بفعالية مع مختلف المواقف.

(ج) نموذج جولمان Goleman

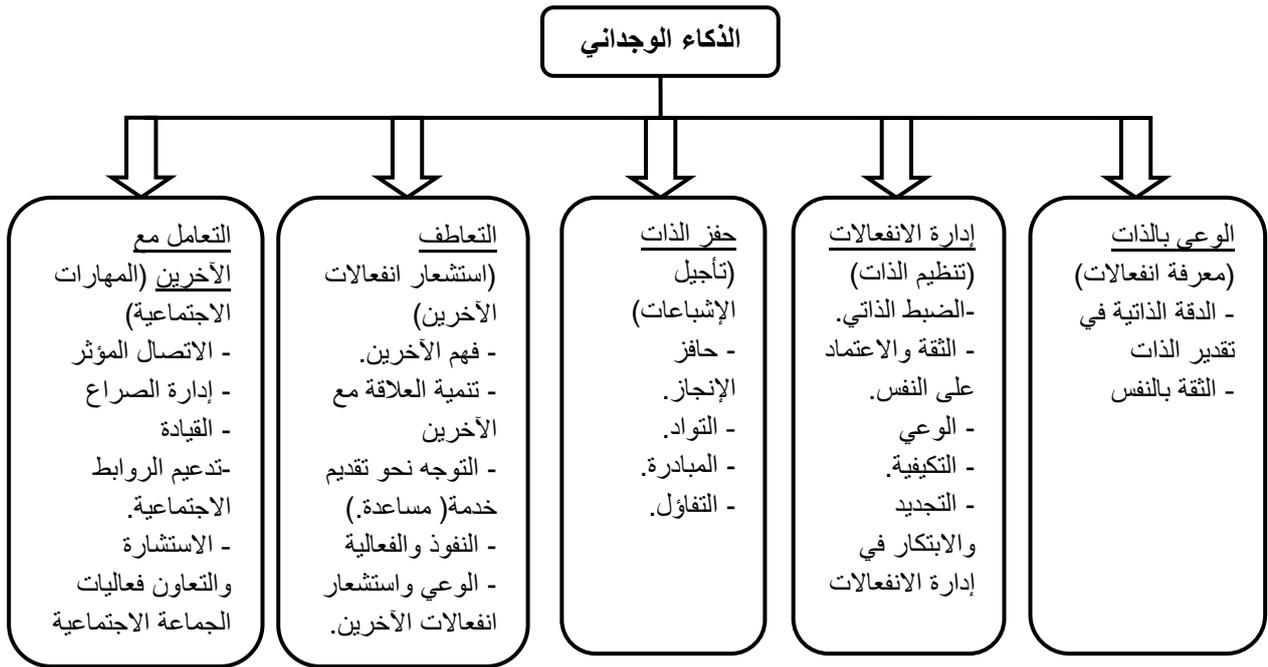
قدم جولمان Goleman نمودجه معتمدا علي ماير وسالوفي وجاردنر. إلا انه يعتبر من النماذج المختلطة التي تمزج قدرات الذكاء الوجداني مع سمات وخصائص الشخصية، متمثلة في خصائص الصّحة النفسية كالسعادة والدافعية والقدرات، التي تجعل الفرد يكون فعالا في المشاركة الاجتماعية. وبالاعتماد على مفهوم "جاردنر" في الذكاءات المتعددة وخاصة الذكاء الشخصي "Personal Intelligence" الذي يعد احد أنواع الذكاء الثمانية التي اقترحها في نظريته، حيث يرى أن الذكاء الشخصي هو وصول الشخص "إلى معرفة وفهم مشاعره وانفعالاته المتنوعة والتمييز بينها وتسميتها والاستفادة منها في توجيه السلوك بشكل فعال" وهو بهذا المعنى قرب من مفهوم الوعي بالذات الذي يمثل أحد مجالات الذكاء لدى جولمان، كما أن المهارات الاجتماعية لدى جولمان تقوم على الذكاء الاجتماعي عند "جاردنر" والذي يعرف على أنه القدرة على إدراك الحالات المزاجية للآخرين والتمييز بينها وإدراك مشاعرهم ودوافعهم بشكل يؤثر في توجيه الآخرين.

(محمود سعيد الخولي، 2011)

ولقد توصل جولمان إلى وضع إطار للذكاء الانفعالي يعكس قوة الأفراد وبراعتهم في تحويل مهارات (كالوعي بالذات وإدارة الذات والوعي الاجتماعي وكذا إدارة العلاقات) إلى

نجاح في العمل ويرى في الكفاءة الانفعالية قدرة متعلمة مبنية على الذكاء الانفعالي وتتجلى في الأداء.

ولقد اقترح نموذجا للكفاءات الانفعالية -اصطلاح على تسميته بنظرية الأداء- يطابق من خلاله بين الذكاء الانفعالي والسمات المرتبطة بالشخصية، ويتفق مع الفكرة القائلة بأنه حتى لو كانت المعرفة والتجربة ومعامل الذكاء ضرورية كعتبة للمتطلبات فإن الكفاءات الانفعالية هي التي تحدد نتائجها القصوى. مؤكدا على أن النجاح في الحياة يتوقف على الذكاء الانفعالي الذي يمكن تطويره منذ الطفولة. (محمود سعيد الخولي، 2011.04)



الشكل 03 نموذج جولمان Goleman للذكاء الوجداني (السامدوني، 2007 : 114) في هذا النموذج يقدم إطارا للذكاء الوجداني والذي يعكس كيف يمكن ترجمة قدرة الفرد على السيطرة على مهارات الوعي بالذات وإدارة الذات والوعي بانفعالات الآخرين (الوعي الاجتماعي) وإدارة العلاقات إلى نجاح في مكان العمل.

يعرض نموذج جولمان المكونات الرئيسية الأربعة للذكاء الوجداني، حيث يفترض أن كل مكون من هذه المكونات، تكون أساس الكفايات أو القدرات المتعلمة التي تعتمد على القدرة الأساسية في البنية الأساسية (الذكاء الوجداني) فعلى سبيل المثال، إن مكون الوعي بالذات كأحد المكونات الرئيسية للذكاء الوجداني تعد القاعدة الأساسية للكفايات المتعلمة "تقيم الذات" من حيث نقاط القوة والضعف المتعلقة بدور ما مثل القيادة. ودرجة الكفاءة لهذا الإطار تقدم على تحليل المضمون للقدرات التي تم تحديدها من خلال الأبحاث الذاتية في أداء العامل في المؤسسات والشركات العالمية ويعرف "الكفاية الانفعالية" بأنها "قدرة

متعلمة تقوم على الذكاء الوجداني، والتي ينتج عنها أداء بارز في العمل، وأن هذه الكفايات المتعلمة تختلف من شخص لآخر " (السامدوني، 2007: 114-115)

وبتأسيس النظرية داخل سياق أداء العمل فصل جولمان نموذج عن نموذج (بار-اون) ونموذج (مايروسالوفي) حيث يهدف جولمان في نمودجه إلى تطوير نظرية أداء العمل القائمة على الكفايات التي تستخدم للتنبؤ بأداء العامل خلال العديد من الأوضاع التنظيمية عادة مع تأكيد على هذه الكفايات في مواقع القيادة، كما أن الأفراد الذين يتميزون بتلك القدرة -المهارات الاجتماعية- يكون لديهم قدرة علي بناء الثقة والأمانة، والقدرة على خلق جو من التعاون والمشاركة مع الآخرين والعمل بفاعلية مع جماعة العمل ويجب العمل الجماعي، مع الإيمان بأن بناء علاقة مع الآخرين تكون مفتاح العمل معهم (السامدوني، 2007: 115-116)

نستنتج مما سبق، أن جولمان قد أسس نموذجها باعتبار الذكاء الوجداني مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تتضمن خمس أبعاد، بدءًا بالوعي بالذات، مرورًا بإدارة الذات، حفز الذات، التعاطف، وأخيرًا التعامل مع الآخرين.

4- أبعاد ومكونات الذكاء الوجداني:

يتشكل الذكاء الانفعالي من مجموعة قدرات أو كفايات أو مهارات انفعالية اجتماعية، وهذا وفق استقصاء ما قدمه الباحثون، حيث تسهم المهارات في نجاح الأفراد في الحياة، وفيما يلي أبعاد الذكاء الوجداني حسب مختلف الباحثين.

يصنف Salovey (سالوفي) أنواع الذكاء الشخصي التي قدمها جاردرن Gardner في تحديده الأساسي للذكاء الوجداني الذي اتسع ليشمل خمسة مجالات أساسية

1- الوعي الذاتي: الذي يتمثل في التعرف على الانفعالات الذاتية، وحسن توجيهها لحظة بلحظة، والتعرف على المشاعر والميول في القضايا الحياتية الكبرى مثل: التعلم، الزواج، العمل.

2- إدارة الحياة الانفعالية: في حالات الشدائد والضغوط والقلق وتخفيف وطأة الفشل والإحباط عن الذات.

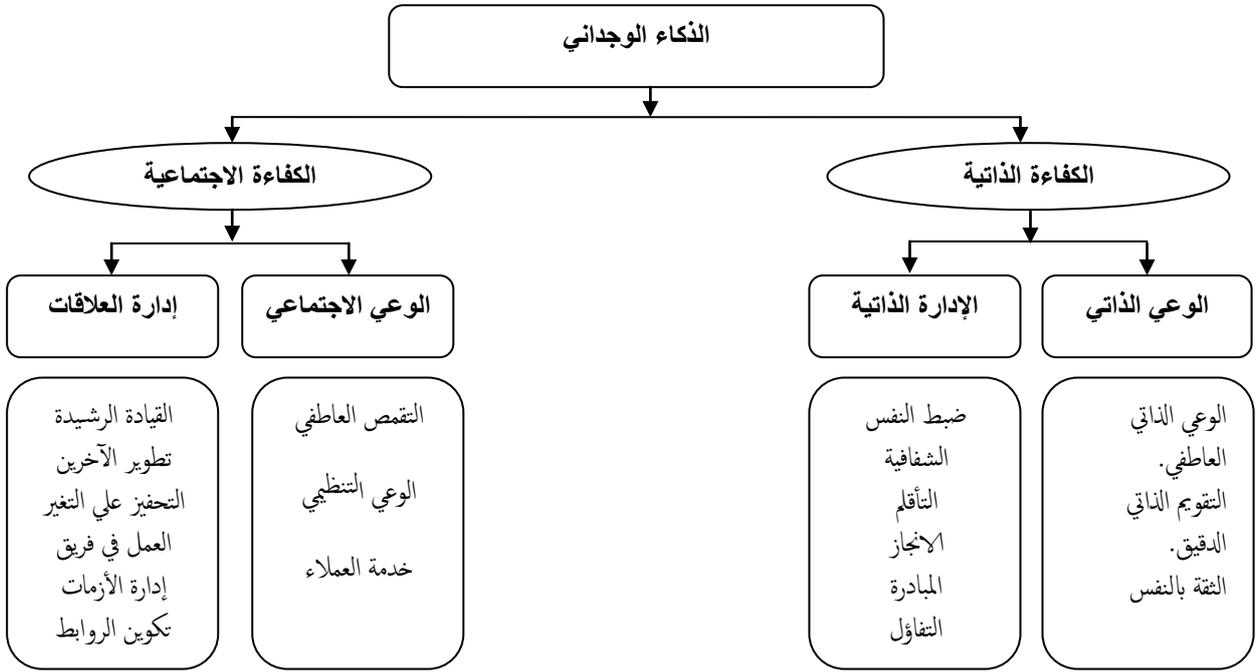
3- تنشيط الدافعية الذاتية: التي تتمثل في مهارة توجيه الانفعالات نحو أهداف ذات أهمية للمرء، مع ضبط القدرة على الضبط الذاتي للانفعالات، بغية الوصول إلى درجة عالية من الإنتاجية والأداء الإبتكاري، عبر التحفيز الذاتي ورفع مستوى الأمل لدى الأفراد.

4- التعرف على انفعالات الآخرين: التي تتضمن القدرة على التعاطف والتفهم والحساسية لمؤشرات مشاعر الآخرين و انفعالاتهم.

5- فاعلية توجيه العلاقات مع الآخرين: مثل حالات القيادة والعشرة والتعامل البناء من خلال تمثيل المهارات الاجتماعية الأساسية. (بظاظو، 2010: 26)

ويري جولمان أن الوعي الذاتي والتحكم في الاندفاعات والمثابرة والحماس والدافعية الذاتية والتعاطف واللباقة الاجتماعية، هي أهم المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تميز

الأشخاص الأكثر نجاحاً في الحياة. وأنّ الناس يختلفون في المهارات والقدرات فقد نجد من هو ذكي في معالجة انفعالاته ولاستطيع تخفيف شعور الآخرين، ومما لا شك فيه هو أن أساس القدرات هو عصبي، مع ذلك فالخ طيع بصورة ملحوظة، لأنه دائم التعلم، وانخفاض القدرات الانفعالية مؤقتاً، أمر يمكن علاجه، لأن هذه القدرات في أي مجال هي مجموعة من العادات واستجابة لهذه العادات و من الممكن أن تتحسن مع بذل الجيد المناسب معها (بظاظو.2010.32). وقد جمع جولمان Goleman هذه المهارات، ضمن كفاءتان هما: الكفاءة الشخصية وقد جمع والكفاءة الاجتماعية، ويندرج تحت كل كفاءة بعدان، ويندرج تحت كل بعد عدد من المهارات موضحة في الشكل التالي:



الشكل 4 أبعاد الذكاء الوجداني عند Goleman

ويؤكد Bar-On أن أهم الكفايات التي تميّز الأشخاص الأكثر فعالية ونجاحاً في الحياة، هي الوعي الانفعالي والتعاطف والمرونة والتفاوض والسعادة والقدرة على حل المشكلات، والكفاية الاجتماعية والقدرة على إقامة العلاقات الشخصية وضبط الاندفاع وتحمل التوتر. (نخبة من المتخصصين، 2008: 37)

وأشار التميمي صالح إلى وجود خمس مهارات للذكاء الانفعالي هي على النحو التالي:
 -مهارات الإدراك الذاتي: ويقصد بها أن يدرك الناس الأذكياء كيف يحسون ويشعرون وماذا يدفعهم ويحفزهم وما الذي يبعث الإحباط في نفوسهم وكيف يؤثر في نفوس الغير.
 -المهارات الاجتماعية: وتختص بكيفية الاتصال بالآخرين وكيفية إقامة العلاقات والروابط، وأن يحسن الفرد الانتباه والإصغاء، وكيف اتصالاته بالآخرين حسب ما يتلاءم مع احتياجات هؤلاء الناس.

-التفاؤل: وتتحقق هذه الكفاية من خلال بناء مواقع إيجابية في الحياة، والنظر للمستقبل بتفاؤل ومحاولة تحقيق الأهداف رغم كل العقبات والمصاعب.

-التحكم العاطفي: وتتحقق تلك المهارة من خلال التعامل مع الإرهاق والقلق وحالات الإجهاد العصبي والخلافات الشخصية مع الآخرين بهدوء وانضباط في السلوك.

-مهارات المرونة: وتتحقق هذه المهارة من خلال التكيف مع التغيرات واستعمال المرونة في حل المشكلات لوضع خيارات أخرى وإيجادها. (التميمي صالح 2002: 27)

ولقد حدّد (Sala) سالا عشرون كفاءة للذكاء الوجداني، منظمّة في أربع طبقات أو

تجمّعات، وهي

-الوعي بالذات: وتتضمّن الكفاءات التالية: الوعي الانفعالي، التقييم الذاتي الدقيق، الثقة بالنفس.

-إدارة الذات: وتتضمّن ست كفاءات هي: ضبط الذات، استحقاق الثقة، تحمل مسؤولية الأداء الشخصي، القابلية للتوافق، التوجه نحو الانجاز، المبادرة.

-الوعي الاجتماعي: ويتضمن عدّة كفاءات هي: التفهم العطوف، التوجه نحو الخدمة، والوعي التنظيمي.

-المهارات الاجتماعية: وتتضمن: العلاقة مع الآخرين، التأثير، التواصل، إدارة الصراع، بناء الروابط الاجتماعية، العمل كفريق والقيادة. (سلامة و طه حسين، 2006: 70)

كما حدّد يونج (Young) أبعاد الذكاء الوجداني في: مهارات داخل الشخص، مهارات بين الأشخاص، التوكيدية، الرضا عن الحياة، المرونة، تقدير الذات وتحقيق الذات

(سلامة و طه حسين، 2006: 71). وقد بينت دراسة كل من Dulewics (دولويكس) Higgs(هيجس) عام 1999 أنّ الذكاء الوجداني يتضمن الأبعاد التالية:

-الوعي بالذات: وتعني وعي الفرد بمشاعره وقدرته على السيطرة عليها، ومدى إيمانه بقدرته على إدارة انفعالاته في محيط العمل.

-المرونة الوجدانية: وتعني القدرة على العمل بشكل فعال في عدة مواقف ضاغطة، والقدرة على إظهار سلوك توافقي مناسب أماميا.

-الدافعية: وتعني القدرة على حفز الذات لتحقيق نتائج وأهداف على المدى القريب والبعيد.

-الحساسية: وتعني القدرة على فهم احتياجات ورؤى الآخرين عند اتخاذ القرارات.

-التأثير: ويعني القدرة على إقناع الآخرين بتغيير وجهة نظرهم عندما يستلزم الأمر ذلك.

-الحسم: ويعني القدرة على الوصول إلى قرارات واضحة رغم نقص أو غموض المعلومات، وحشد الجهود لتنفيذها، باستخدام المنطق والعاطفة.

-الالتزام: ويعني القدرة على إظهار الالتزام بالتعهدات وتحقيق الأهداف رغم الصعوبات، وتناسق الأفعال مع الأقوال. (عثمان محمود الخضر: 2002، 29)

نلاحظ ممّا سبق، اختلافًا واضحًا في تحديد الأبعاد، وتنوعًا كبيرًا في المهارات

الوجدانية، وذلك إن دل على شيء؛ فإنّما يدل على تعدد وتنوع الاتجاهات العلمية، التي

حرصت على تحليل مفهوم الذكاء الوجداني، وتفكيكه إلى عناصر وأبعاد ليسهل فهمه وتحديد طبيعته.

5- خصائص وسمات الأذكاء وجدانياً:

5-1 **التقمص العاطفي**: أو يقصد بها تلوين المشاعر، وهنا يتطلب من الفرد أن يتقمص مشاعر الآخرين بشكل مؤقت حسب الموقف أو الحاجة، ولا يتعدى هذا التقمص الموقف، ويستطيع الفرد تلوين مشاعره كمشاعر الآخرين، ويتفهم إحساساتهم وألامهم أو أفراسهم ويشاركهم هذه المشاعر.

5-2 **ضبط المزاج**: يقصد بضبط المزاج، قدرة الفرد في السيطرة على حالته المزاجية والتحكم في مشاعره، بحيث لا يدفع الآخرين ثمن حالته المزاجية، وهذا الأمر يجب أن يتوافر في الأشخاص الذين لهم علاقات مباشرة مع عدد كبير من الناس، مثل المعلمين، أو الموظفين الذين يتعاملون مع الجمهور. وقد أثبت العلماء أنّ لدى المرأة هرموناً، اسمه Ocytocine (أوسيتوسين) يقوم بضبط المزاج وهو السبب في لجوء النساء إلي الصديقات أو العائلة للتخلص من الضغوط دون الانسحاب أو الاندفاع إلي العدوان كما يفعل الرجال

5-3 **تحقيق محبة الآخرين**: يقصد بها كسب حب الآخرين ومحبتهم من خلال مهارات معينة يجب أن تتوافر لدى الفرد.

5-4 **التعاطف أو الشفقة**: يجب على الفرد أن يتعاطف مع الآخرين ويقدر ظروفهم، ويواسيهم في أحزانهم وألامهم، ويشفق على المريض و المحتاج، و يكثر من السؤال عنهم.

5-5 **التعبير عن المشاعر أو الأحاسيس وفهمها**: يقصد بهذه المهارة، قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وإحساساته للآخرين وأن يكون إيجابياً في توصيل هذه المشاعر لهم، كما يجب أن يكون قادراً على في مشاعرهم وتفسيرها. ويمكننا تقسيم الأفراد في هذا الصدد إلي ثلاثة أنواع

النوع الأول: الإيجابيون في توصيل مشاعرهم والقادرون علي المبادرة والإفصاح عن مشاعرهم للغير وهو مرسل جيد للمشاعر

النوع الثاني: السلبيون في توصيل مشاعرهم وهم أشخاص يتلقون المشاعر من الآخرين ويجبون عليها مثلما استلموها وهم مستقبلون جيدون للمشاعر

النوع الثالث: أشخاص فقدوا القدرة علي الاستقبال والإرسال للمشاعر فهم لا يفصحون عن مشاعرهم ولا يردون علي مبادراتهم لهم بأي شيء.

5-6 **القابلية للتكيف**: وهذه الخاصية، تعني قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الاجتماعية الجديدة والتأقلم معها بشكل سريع وناجح، مثل الانتقال من صفوف الدراسة إلى العمل، أو الانتقال من حياة العزوبية إلى الحياة الزوجية، دون مشاكل تذكر أثناء هذا الانتقال.

5-7 **الاستقلالية**: والمقصود بها الاستقلالية العاطفية عن الآخرين، بحيث أن تكون للفرد مشاعره الخاصة، وتفضيلاته الشخصية دون أن يحاكي مشاعر الآخرين ويقلدهم في

تفضيلاتهم، ويستقل عاطفياً عن الوالدين، فليس بالضروري أن يحب ما يحبون، و يكره ما يكرهون.

5-8 المودة و الود: وهذا يعني السؤال عن الآخرين وودهم دون تحقيق مصلحة خاصة، حيث غلب على الناس في هذه الآونة السؤال عن الآخرين بغرض تحقيق مصالح معينة أو منافع شخصية من وراء هذا السؤال.

5-9 الاحترام: يجب التعامل مع الآخرين باحترام، خاصة مع الأكبر سناً أو الأرفع مقاماً، والحديث معهم بشكل مهذب، و عدم رفع الصوت بحضورهم.

5-10 حل المشكلات: يصادف الإنسان الكثير من المشكلات أثناء تفاعله مع البيئة، وهو إذا لم يستطع التغلب على ما يعترض طريقه من مشكلات فإنه يشعر بالإحباط الذي يؤدي إلى الصراع النفسي. وليس من الميسور التغلب على المشكلات إلا إذا وقفنا على أسبابها، وهذا بدوره يتطلب التغلغل إلى حياة الفرد ماضيه وحاضره وأهدافه المستقبلية، وهو وحدة كاملة لا تتجزأ. وترتبط مشكلات الفرد بعدة عوامل منها: تكوينه العضوي، وحالته الصحية، وسماته الشخصية، وعلاقته الأسرية، ونشاطه المهني والتعليمي، ونشاطه الاجتماعي (**احمد سعد جلال، 2008: 81-83**).

6- أهمية الذكاء الوجداني: تعد الانفعالات المرشد الأساسي لسلوك الإنسان، كما أن استمرارية وتماسك الجنس البشري مستمدة من إرشاد الانفعالات له، فسهر الوالدين لراحة أبنائهم والتضحية، هي من الأمثال عن إرشاد الانفعال وتأثيره على الحياة، كما يرتبط الذكاء الوجداني بسلوك الفرد بشكل مباشر، فقد أثبتت معظم الدراسات أن الطلاب ذوي الذكاء الوجداني المرتفع، كانوا أقل تدخيناً للسجائر أو تناولاً للكحول، كما أنهم أقل عدوانية وأكثر قبولاً اجتماعياً من المعلمين مقارنة مع المنخفضين في نسبة الذكاء الوجداني، هذا ما يثبت دور الذكاء الوجداني في التخفيف من المشكلات السلوكية والعنف لدي الطلبة.

6-2 الذكاء الوجداني والصحة الجسمية:

توجد علاقة بين الحالة الانفعالية والصحة الجسمية، فهناك أثر مباشر للمشاعر الموجبة على فسيولوجية الجسم، خصوصاً في رفع كفاءة جهاز المناعة، فقد يزيد عدم التحكم في الانفعال السلبي في الإصابة بمرض السرطان وتطوره، أما من يقمعون مشاعرهم السلبية، قد يشتركون في أسلوب انفعالي يعمل على مقاومة أنواع معينة من الأمراض (**أسماء العبد اللات، 2008: 23-24**)

6-3 الذكاء الوجداني والتحصيل الأكاديمي:

يري ماير وسالوفي أن الذكاء الوجداني يتنبأ بنسبة (10%) من النجاح وان الذكاء العام يتنبأ ببعض جوانب النجاح الأكاديمي والمهني (10-20%) في حين تبقى النسبة الكبرى لتقدير عوامل أخرى. إن إمكانية تحسين التحصيل الأكاديمي للطلبة تتوقف على تنمية المهارات الانفعالية والاجتماعية لديهم، ويتم ذلك من خلال رفع مستوى الوعي بالذات

لديهم، والتفهم وحل المشكلات، وإدارة الانفعالات في محيط بيئة التعلم. كما يجب الاهتمام بالذكاء الوجداني وأهميته في إدراك النجاح وتأثيره علي العاملين في المدرسة من طلبة ومعلمين نظرا لوجود ثلاث منافع تحقق من توسيعه في المدرسة:

-يعد بمثابة مظلة تحمي وتوفر المناخ التربوي المناسب لتطبيق برامج التدريب على المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تسهم في رفع مستوى العاملين.

-يسهم في رفع مستوى الأكاديمي بحكم العلاقة التي تربطه بالأداء الأكاديمي فعدم التوافق

الانفعالي يؤدي إلي فقد القدرة علي التركيز وهذا يؤثر سلبا علي الأداء ومستوي الإبداع

-له دور كبير في تعليم الطلبة وتوظيف قدراتهم ومشاعرهم لخدمة المدرسة والمجتمع، كما

تمثل المهارات الانفعالية والاجتماعية ضرورة كبرى لنجاح الطلبة في الحياة العملية بعد

التخرج.(أسماء العبد اللات،2008: 24)

6-4 الذكاء الوجداني في مجال العمل:

يلعب الذكاء الوجداني دورا هاما في القيادة والتطور المهني في الحياة العملية، فهو

أحد العناصر الهامة للتنبؤ في مكان العمل، إلا أن الذكاء الوجداني ليس بديلا عن القدرة

والمعرفة أو مهارات العمل. إنَّ الذكاء الوجداني مفتاح النَّجاح بالحياة المهنية، إذ أن الذكاء

الأكاديمي له نصيب قليل من الإسهام في التعامل مع الحياة الانفعالية للفرد مقارنة بالذكاء

الوجداني. فصاحب الذكاء الأكاديمي المرتفع قد ينهار ويغرق في الكبت، وتكون له

انفعالات عديدة، إلى جانب تدن رهيب في كيفية قيادة حياته الخاصة. ومن الملاحظات التي

تؤكد ذلك، أنَّ الأفراد مرتفعي الذكاء الأكاديمي يتطلعون إلى نيل أعلى المراكز، ولكن لا

يحدث ذلك (الساموندي،2007: 56).

6-5 الذكاء الوجداني وأساليب المواجهة:

تعتمد فعالية أساليب المواجهة على الكفاءات الوجدانية؛ حيث يؤدي قصور الكفاءات

الوجدانية لدى الأفراد إلى ضعف مهارات المواجهة وتنفيذها كتنظيم الانفعالات. فالأفراد

الأنكفاء يعرفون مشاعرهم وينظمونها ويصبحون أكثر نجاحا في مواجهة خبرات انفعالية

سلبية. أما الأفراد ذوو الذكاء الوجداني المنخفض في غير قادرين على إدارة ومن ثم تنظيم

انفعالاتهم، مما يعيق قدرتهم في عملية المواجهة. إن الأفراد الذين لديهم كفاءات وجدانية

قوية يجب عليهم أن يكونوا قادرين على إدارة استجاباتهم الانفعالية لصدمة ما على أنَّها أمر

طبيعي، ورؤية الصدمة وانفعالاتهم في سياق حياتهم الأشمل، وتحديد ميزات ايجابية عن

الصدمة وعن انفعالاتهم (أسماء، 2008 : 27)

الفصل الثاني : الصلابة النفسية

تمهيد

تعد الصلابة النفسية عاملاً مهماً وحيوياً من عوامل الشخصية في مجال علم النفس، فهي تساهم في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية، وكذلك المحافظة على السلوكيات الصحية، ولقد درس هذا العامل على نحو واسع في أعمال "كوباز Kobasa"؛ إذ بينت وتفسيرها على نحو إيجابي،

1- تعريف الصلابة النفسية :

قدمت "كوبازا" هذا المفهوم بعد سلسلة من الدراسات التي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية برغم تعرضهم للضغوط، وبالتالي يعرفها "مجموعة السمات التي تمثل على شكل اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته، وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئة المتاحة، كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي .

-وتعرفها أيضاً بأنها "اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة" (علي عسكر، 2003: 155).

ويعرفها كل من حمادة وعبد اللطيف بأنها مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسدية ، إذ تسهم الصلابة النفسية في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك والتقويم والمواجهة، الذي يقود إلى التوصل إلى الحل الناجح للموقف الذي خلقت الظروف الضاغطة (حمادة وعبد اللطيف، 2002: 233).

كما أن الصلابة النفسية تعني إدراك الفرد وتقبله للتغيرات والضغوط النفسية التي يتعرض لها، فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتسهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط، وتنتهي بالإرهاك النفسي بوصفه مرحلة متقدمة من الضغوط (البهاص، 2002: 391)، ويرى (فينك Funk 1992) أن الصلابة النفسية خصلة عامة في الشخصية يعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة "المعززة" المحيطة بالفرد منذ الصغر .

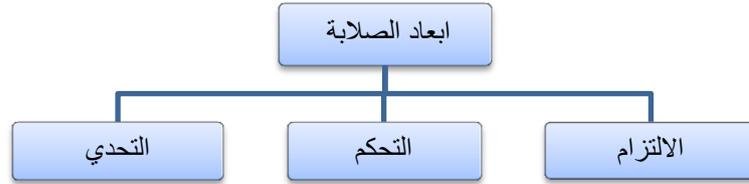
ويعرف (الدبور 2010) الصلابة النفسية بكونها أحد السمات الإيجابية البناءة للشخصية، والتي تنمو من خلال البيئة الأسرية والاجتماعية والطبيعية، وتعمل كمصدر أو واق لأحداث الحياة الضاغطة والتكيف، والتعايش معها بصورة جيدة حتى لا يقع الفرد أسيراً لضغوط الحياة ومن ثم للمرض النفسي والجسمي (الدبور، 2010: 24).

ويمكن تقديم تعريف (مخيمر 1998) كتعريف أساسي في الدراسة وهو "نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل مسؤولية ما يتعرض له من أحداث

وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر ضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً أو إعاقة له" (مخيمر: 1998، 248).

ويرى الباحث من خلال خبرته المرتبطة بالواقع المعاش ان الصلابة النفسية مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث يتقبل الفرد التغيرات والمصاعب التي يتعرض لها وينظر لها على أنها لا تعني شيئاً

2- أبعاد الصلابة النفسية:



الشكل 05 أبعاد الصلابة النفسية

(أ) الالتزام

تناول الباحثون بالدراسة مختلف مظاهر الالتزام، من بينهم بريكمان (Precmen) وجنسوف (Johnson)، ووايب (Wiebe)؛ حيث يشير الالتزام إلى قدرة الفرد على تحديد أهداف يمكن تحقيقها، تعود عليه بالنفع وترضي مجتمعه، والتفاعل مع أحداث الحياة الضاغطة بإيجابية وفعالية. (الدبور، 2010: 25)، ويعرف الالتزام بأنه اعتقاد الفرد بضرورة تبنيه قيماً وأهدافاً محددة تجاه نشاطات الحياة المختلفة، وضرورة تحمل المسؤولية تجاه هذه القيم، والمبادئ والأهداف، كما يشير إلى اتجاه الفرد نحو التعامل مع الأحداث الشاقة برويتها؛ كأحداث هادفة، وذات معنى، وجديرة بالتفاعل معه .

ويعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة النفسية بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات الضغوط، وقد أشار جونسون وسارازون (Johnson et sarason 1978) إلى هذه النتيجة حيث تبين لهم أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية والجسدية، كما أشار هينك (Hink) إلى أهمية هذا المكون لدى من يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة والطب والتمريض إذن الالتزام هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه و الآخرين من حوله. (نوار شهرزاد، 2014: 123)

وتناولت كوبازا (Kobasa) مكون الالتزام الشخصي أو النفسي بالدراسة ورأت أنه يضم كلا من الالتزام تجاه الذات، الالتزام تجاه العمل، وعرفت الأول بأنه "اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته، وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة، وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو تميزه عن الآخرين، كما عرفت الالتزام تجاه العمل بوصفه "اعتقاد الفرد بقيمة العمل

وأهميته، سواء له أو للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في انجاز عمله وضرورة تحمله مسئوليات العمل والالتزام بنظمه.

ومن خلال الاطلاع على الأدب التربوي اتضح وجود عدة مظاهر للالتزام تتمثل في الآتي:
1-الالتزام الديني: لعل بريكمان، Precmen 1987 هو أول الباحثين الذين وضحو معنى الالتزام الديني، كما تناول كل من "ماير وأليس1989"، هذا المظهر للالتزام، وتم تقديم عدد من التعريفات الموضحة له، وكان من أكثرها وضوحاً تعريف روزبيلت Rusbult بأنه يمثل "التزام الفرد الداخلي بالعلاقات والأمور الدينية"، وهذا التعريف لروزبيلت Rusbult نجده يرتبط بمعنيين أساسيين وهما: الشعور بالتقييد الذاتي، ووجود معنى أو هدف داخلي داخلي. (أبو ندى، 2007: 20)

ويعرفه صنيع (2002) بأنه التزام الفرد بعقيدة الإيمان الصحيح وظهور ذلك على سلوكه بممارسة ما أمره الله به والانتهاز عن ما نهى عنه. (الصنيع، 2002: 209)، وهو التزام الفرد بما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية؛ من قيم، ومبادئ، وقواعد، ومثل دينية سراً وعلانية.

2-الالتزام الأخلاقي: عرفه جونسون (Johnson) وهو اعتقاد الفرد بضرورة الاستمرار في علاقته الشخصية والاجتماعية، ويحمل هذا التعريف في مضمونه بهذا الشكل معنى الإكراه الذاتي الذي أشار إليه جونسون (Johnson) بوصفه "التزاماً داخلياً يرتبط بالقيود الاجتماعية، إلا أن التزام الفرد بعلاقة معينة يرتبط بوجود قيمة أو هدف داخلي تجاه العلاقة نفسها ولا يرتبط بالجوانب الاجتماعية والأخلاقية، فالفرد حين يلتزم بمجموعة من العلاقات الاجتماعية الحميمة فإنه يلتزم لها من واقع سعادته بها ورضاه عنها (سناء، 2012: 19). وهو التزام الفرد بالقيم، والأخلاقيات التي ترجع في الأصل إلى الأديان والعقائد ومن تم فالأخلاقيات التي يجب أن يلتزمها الأفراد في المجتمع المسلم مصدرها القرآن والسنة (ابو الندى، 2007: 31)

3-الالتزام القانوني: ويتمثل في تقبل الفرد للقوانين الشرعية ثم الوضعية السائدة في مجتمعه وامتناله لها وتجنبه مخالفتها وقد ارتبطت طبيعة الالتزام القانوني ببعض المهن وميزت محدداته طبيعة هاته المهن ومن أبرزها المحاماة، فنجد أن ممارسي هذه المهنة يلتزمون بالجوانب القانونية بوصفها محددة لطبيعتها الشاقة كما يلتزمون بنفس المحددات في حياتهم الشخصية.

ويعرف عبد الله (1992) الالتزام القانوني بوصفه اعتقاد الأفراد بضرورة الانصياع لمجموعة من القواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها جبراً بواسطة السلطة المختصة في لما تمثله من أسس منظمة للسلوكات العامة داخل المجتمع. (عبد الله، 1992: 290)

4- الالتزام الاجتماعي: ويتمثل في شعور الفرد بالمسؤولية تجاه مجتمعه، ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية مع أبناء مجتمعه بسعادة ورضا.

5- الالتزام الذاتي: شعور الفرد تجاه قراراته الشخصية تجاه أي موقف.

6- الالتزام نحو العمل: ويتمثل في الانضباط، وتقبل قوانين العمل الرسمي، أو غير الرسمي. (راضي، 2008: 26)

ب) التحكم

أشارت إليه كوبازا (Kobasa) بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث، ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها، وعرفه وايب (Wiebe 1991) بأنه "اعتقاد الفرد بتوقع حدوث الأحداث الضاغطة، ورؤيتها كمواقف وأحداث شديدة قابلة للتناول والتحكم فيها أو إمكانية التحكم الفعال فيها، والتحكم هو اعتقاد الفرد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث، وأنه يتحمل المسؤولية الشخصية عن حوادث حياته، وأنه يتضمن القدرة على اتخاذ القرارات، والاختيار بين البدائل، وتفسير الأحداث والمواجهة الفعالة. (مخير، 1996: 15)

ويصفه "عثمان (2001)" أنه يعني: الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرارات ومواجهة الأزمات والقدرة على التفسير والتقدير للأحداث الضاغطة، والقدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي. (فاروق السيد، 2001: 210)

كما أن التحكم هو قدرة الفرد في السيطرة على أحداث الحياة الضاغطة لاتخاذ القرار المناسب بصددها، والتغلب عليها أو تجنبها، أو التكيف معها (الدبور، 2010: 26) و يتضمن التحكم أربع صور رئيسية:

1- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة: ويحدد طريقة التعامل مع الموقف سواء بإنهائه أو تجنبه، أو بمحاولة التعايش معه، ولذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف نفسه، وظروف حدوثه، إذ يتضمن الاختيار من بين البدائل، فالمريض مثلاً هو الذي يقرر إلى أي الأطباء سوف يذهب، ومتى يذهب، والإجراءات التي يتبعها.

2- التحكم المعرفي المعلوماتي: استخدام العمليات الفكرية للتحكم في الحدث الضاغط: يعد التحكم المعرفي من أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة إذا ما تم على نحو إيجابي، فيختص هذا التحكم بالقدرة على استخدام بعض العمليات المعرفية بكفاءة عند التعرض للمشقة، كالتفكير في الموقف، وإدراكه بطريقة إيجابية ومتفائلة، وتفسيره بصورة منطقية وواقعية.

3- التحكم السلوكي: وهو القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي، ويقصد بالتحكم السلوكي القدرة على التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة، بمعنى تحكم الشخص في أثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديل أو تغييره.

4- التحكم الاسترجاعي: يرتبط هذا المفهوم بمعتقدات الفرد و اتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، فهو يؤدي إلى استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات، وإلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف ذو معنى، وقابل للتناول و السيطرة عليه، ومحاولة إيجاد معنى للحياة، ما يؤدي لتخفيف الضغوط (الرفاعي، 2003: 28).

(ج)- التحدي:

تعرف كوبازا (Koaza 1983) مفهوم التحدي بأنه اعتقاد الفرد بان التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته وسلامته النفسية (مقداد حنان، 2015: 20)

كما يحتاج التحدي إلى الإدراك المعرفي؛ إذ أكدت البحوث والدراسات الحديثة أن الإدراك المعرفي عامل أساسي في عمليتي التحدي، التهديد، المثير، والعوامل البيئية وسمات الشخص وقدراته؛ فهو استجابة معرفية فسيولوجية. (الدبور، 2010: 26)

كما يعرف توماكا وآخرون (Tomaka et al) التحدي بأنه تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ رداً على المتطلبات البيئية، وتكون هذه الاستجابات ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية، وقد تجتمع معا وتوصف بأنها استجابات فعالة (جهان محمد، 2002: 41)

يشير إلى اعتقاد الفرد ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته، هو أمر ضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد في مواجهة الضغوط بفاعلية ويظهر التحدي في اقتحام المشكلات لحلها والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عند مواجهة المشكلات (فاروق السيد عثمان، 2001: 210).

بينما عرفه مخيمر بأنه "اعتقاد الفرد بأن تغيير حياته أمر ضروري للنمو أكثر من اعتباره تهديداً لحياته وأن ذلك الاعتقاد يساعده على المبادأة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على المواجهة بفاعلية. (مخيمر، 1996: 103)

فالتحديّ يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة، وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات سارة أو ضارة، بوصفها أمور طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه، مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية، وهذه الخاصية تساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة الأحداث الضاغطة المؤلمة، وتخلق أحاسيس التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة (راضي، 2008: 30).

والتحدي يتمثل في مواجهة الفرد لأحداث الحياة بفاعلية وإيجابية دون يأس أو هروب منها؛ من أجل التمتع بقدر كبير من الصحة النفسية. (الدبور، 2010: 27)

يتضح مما سبق مدى التشابه التام بين مختلف معاني التحدي، والتي تعني القدرة على المواجهة الفعالة للازمات الحياتية وبذل الجهد لتخطي العقبات وصولاً للأهداف المرجوة، وخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة، ويتضمن هذا البعد خصائص المبادأة أو توظيف القدرات وتنمية الإمكانيات واقتحام المشكلات ومساعدة الفرد على التكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة المؤلمة.

3- اتجاهات في تفسير الصلابة النفسية

نظرية كوبازا

قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسدية، وتناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوماً حديثاً في هذا المجال واحتمالات الإصابة بالأمراض، فلقد اعتمدت "كوبازا" في صياغتها للنظرية على عدد من الأسس النظرية، التي تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال (ماسلو، وروجرز وفرانكل)، والتي أشارت إلى أنّ وجود هدف للفرد أو معنى لحياته يجعله يتحمل إحباطات الحياة ويتقبلها، ويتحمل الفرد الإحباط الناتج عن الظروف الحياتية الصعبة، معتمداً في ذلك على قدرته و استغلال إمكاناته الشخصية و الاجتماعية بصورة جيدة، ويُعد نموذج لازروس (Lazarus) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية، حيث إنها ناقشت العلاقة بين بعض السمات الشخصية والمشقة، فقد فسر لازروس (Lazarus) عملية المشقة وحدثها من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاثة عوامل رئيسية هي:

1- البنية الداخلية للفرد.

2- الأسلوب الإدراكي المعرفي.

3- الشعور بالتهديد والإحباط.

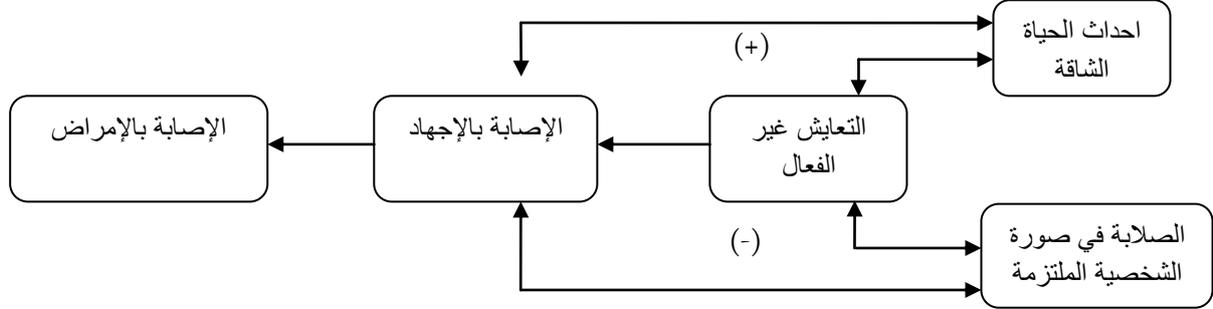
ذكر لازروس أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للمواقف، واعتباره خطراً قابلاً للتعايش، تشمل عليه الإدراك الثانوي، وتقديم الفرد لقدرته الخاصة، وتحديد مدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة، فتقيم الفرد لقدراته على نحو سلبي، والجزم بضعفها، وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد، وهو ما يعني عند لازروس "توقع حدوث الضرر سواء البدني أو النفسي" ويؤدي الشعور بالتهديد بدوره إلى الشعور بالإحباط، متضمناً الشعور بالخطر أو بالضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (أبو ندى، 2006: 26)

وترتبط هذه العوامل الثلاثة ببعضها، فعلى سبيل المثال: يتوقف الشعور بالتهديد على الأسلوب الإدراكي للمواقف وللقدرات ومدى ملاءمتها لتناول الموقف، كما يؤدي الإدراك الإيجابي إلى تضائل الشعور بالتهديد، ويؤدي الإدراك السلبي إلى زيادة الشعور بالتهديد، ويؤدي أيضاً إلى التقييم لبعض الخصال الشخصية، كتقدير الذات، وطرح كوبازا Kobassa الافتراض الأساسي لنظريتها، بعد أن أجرت دراسة على رجال أعمال والمحامين والعاملين في الدرجة المتوسطة والعليا في الصحة النفسية والجسدية هو الأحداث الصادمة. وقد خرجت ببعض النتائج والتي كان منها:

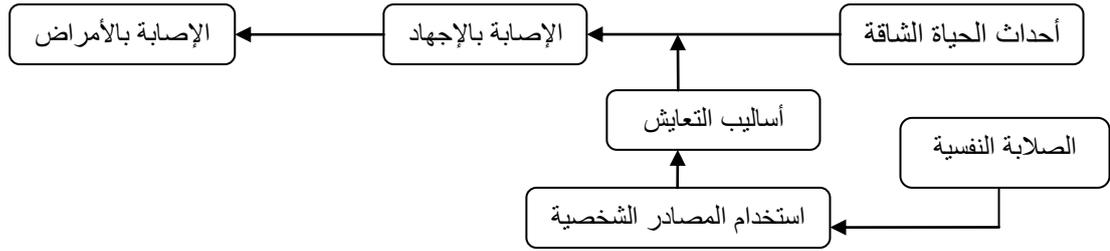
- الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية والجسدية وهو الصلابة النفسية بأبعادها "الالتزام، التحكم، التحدي".

- أن الأفراد أكثر صلابة حصلوا على معدلات أقل في الإصابة بالاضطرابات النفسية رغم تعرضهم للضغوط الشاقة.

فكان هذا الافتراض أن التعرض للأحداث الصادمة الحياتية الشاقة يعد أمراً ضرورياً، بل أنه حتمي لا بد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي، وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث الصادمة، ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية. (محمد عودة، 2010: 79)



شكل رقم (06) يوضح: التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للصلابة النفسية
يوضح الشكل رقم (06) آثار الصلابة في صورة الشخصية الملتزمة التي تقلل بشكل مباشر من التأثير السلبي للأحداث الحياتية الضاغطة إذا انخفضت أساليب التعايش غير الفعالة.



شكل رقم (07) يوضح التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة النفسية.
يوضح الشكل رقم (07) أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي يقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغوط، وتزيد من استخدام الفرد لأساليب المواجهة الفعالة، وتزيد أيضاً من العمل على استخدام الفرد لمصادره الشخصية والاجتماعية المناسبة تجاه الظروف الضاغطة.

نموذج « funk » المطور لنظرية "كوبازا":

ظهر حديثاً في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة المطورة لنظرية "كوبازا"، وهذا النموذج قدّمه "فنك" من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة.

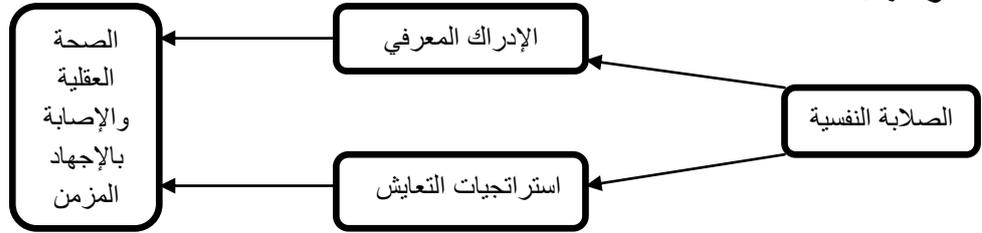
وقد انتهى " فنك " إلى نتائج مهمة وهي:

- ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد، فارتبط الالتزام جوهرياً بالصحة العقلية، من خلال تخفيض الشعور بالتهديد، واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال، إذ ارتبط بعد التحكم إيجابياً بالصحة

العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام إستراتيجية حل المشكلات للتعایش (راضي، 2008، 39).

ثم قدم " فنك "نموذجه المعدل لنموذج" كوبازا "kobaza" التعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها، وقام " فنك " بإجراء دراسة أخرى سنة (1995) تحمل الهدف الذي قامت عليه الدراسة الأولى، وعلى عينة من الجنود الإسرائيليين أيضا واستخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين خلال هذه الدراسة للأوامر المطلوبة منهم حتى وان تعارضت مع ميولهم، واستعداداتهم الشخصية، وذلك بصفة متواصلة، ولقياس الصلابة النفسية، وكيفية الإدراك المعرفي، للأحداث الشاقة الحقيقية، وطرق التعایش قبل التدريب، وبعد الانتهاء منها تم التوصل إلى نفس نتائج الدراسة الأولى. (احمد العيافي، 2011: 18-22)

ثم قدم " فنك "نموذجه المعدل لنموذج" كوبازا "kobaza" التعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها.



الشكل رقم (08) نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها

4- خصائص ذوي الصلابة النفسية: بعد الإطلاع على الإرث التربوي والنفسي

وعلى خصائص ذو الصلابة النفسية تبين أنّ هناك نوعين للخصائص وهما:

أ- خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة: توصلت كوبازا kobasa من خلال دراستها (1979، 1982، 1983، 1985) إلى أنّ الأفراد المتمتعين بالصلابة النفسية يتميزون بالخصائص التالية:

- 1- أنّ لديهم القدرة على الصمود والمقاومة.
- 2- لديهم إنجاز أفضل.
- 3- أثر اقتدارا، و يميلون للقيادة و السيطرة.
- 4- أنهم ذوو وجهة داخلية للضبط.
- 5- أنهم أكثر مبادأة و نشاطا و ذوو دافعية أفضل.
- 6- أنهم أفراد ملتزمون بالعمل الذي عليهم أدائه، بدلا من شعورهم بالغرابة.
- 7- أنهم يشعرون أنّ لديهم القدرة على التحكم في الأحداث، بدلا من الشعور بفقدان القوة.
- 8- أنهم ينظرون إلى التغيير على أنه تحديّ اعتيادي، بدلا من أن يشعروهم بالتهديد.
- 9- أنهم يجدون في إدراكهم وتقويمه لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة للممارسة اتخاذ القرار (حمادة و عبد اللطيف: 2002، 237).

ويؤكد (الدبور 2010) هذه الخصائص بقوله: "إن السمات المميزة للأشخاص من ذوي الصلابة النفسية المرتفعة تجعلهم يميلون بطبيعتهم لرؤية الأحداث الضاغطة على أنها أقل مشقة، وقابلة للتداول والتحكم فيها. (الدبور، 2010: 35).

ب- خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة: أوردت (حمزة) بعض سمات هؤلاء الأفراد في النقاط التالية:

- 1- أنهم يتصفون بعدم الشعور بهدف لأنفسهم.
 - 2- أنهم ليس لحياتهم معنى.
 - 3- أنهم لا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية.
 - 4- أنهم يتوقعون التهديد المستمر، و الضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المتغيرة.
 - 5- أنهم يفضلون ثبات الأحداث الحياتية.
 - 6- أنهم ليس لديهم اعتقاد بضرورة التجديد و الارتقاء.
 - 7- أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم.
 - 8- أنهم عاجزون عن تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة. (حمزة، 2002: 21).
- 5- أهمية الصلابة النفسية :**

أشار (توفلر 1970) في كتابه "صدمة المستقبل" إلى أننا نعيش في عصر الضغوط، إذ أن التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتكنولوجية بل والتغيرات في القيم، سريعة ومتلاحقة ما يضاعف من حدة وقع أزمات النمو ويجعل الفرد يشعر بالاغتراب (moos، 06، 1975).

والصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة، وتفاؤلا وقابلية للتغلب على مشكلاته الضاغطة ،وتعمل الصلابة النفسية كعامل مهم في الحماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية (راضي، 2008: 57) وقد أشارت "كوبازا" أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون (مخيمر، 1996: 277).

وتوضح "كوبازا" أهمية الصلابة النفسية في ما يلي:

- 1- الصلابة النفسية تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها أقل وطأة .
- 2- الصلابة النفسية تؤدي إلى أساليب مواجهة نشيطة ،أو تنقله من حال إلى حال.
- 3-الصلابة النفسية تؤثر في أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها في الدعم الاجتماعي.
- 4-الصلابة النفسية تقود إلى تغيير الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة .

5-الصلابة النفسية تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية (حمادة وعبد اللطيف، 2002):
263). ومن الجدير بالذكر، أن الصلابة النفسية كعامل مهم من عوامل الشخصية له دوره البارز في الدراسة الحالية، ومن خلالها يمكن استخلاص مؤشرات الشخصية الصلبة نفسيا والتي تتميز بما يلي:

1-القدرة على الانخراط والالتزام اتجاه حياتها أو اتجاه المجتمع

2-القدرة على التحكم في مجريات حياتها

3-الاعتقاد أن التغيير مثير للتحدي

6- العوامل المساهمة في نشوء الصلابة النفسية :

أكد معظم الباحثين أهمية كبيرة للعوامل الخارجية في تكوين الصلابة النفسية ونموها وارتقائها عبر مراحل العمر المختلفة، وذلك بداية بالأسرة وحتى جماعة الأقران.

1)الأسرة: يلعب الوالدان دورا مهما في تكوين الصلابة النفسية كسمة في شخصية أبنائهم، فمن خلال إشباع حاجاتهم الأساسية منذ الصغر بالإضافة إلى إشباعهم الحاجات الثانوية كالحاجة إلى الحب والشعور بالدفء، يشعر الأبناء بالأمان وبالقيمة الذاتية، وبالثقة بالنفس التي تمثل أساس القيمة الذاتية، وتمثل حجر الزاوية في الشخصية السوية (مخيمر، 1996: 278).

2)الرفاق: تعتبر جماعة الرفاق أيضا عاملا مهما في تكوين الشخصية الصلبة بحيث أنها تقدم للفرد الدعم الاجتماعي والمساندة التي يحتاجها في مواجهة الضغوط المختلفة التي يتعرض لها في محيطه الاجتماعي وأحيانا الأسري والتي تغذي شخصيته بما يحتاجه من إستراتيجيات فعالة لمواجهة العقبات التي تواجهه.

3)مؤسسات التنشئة الاجتماعية: يمكن أن نعتبر المؤسسات المختلفة والتي تعمل على تكوين الفرد ليكون جزءا فعالا في مجتمعه أحد أهم المساهمين في تكوين الصلابة النفسية لدى الأفراد بما تقدمه من تأطير نظري وعملي يمكن الأفراد من تبني إستراتيجيات فعالة لمواجهة ضغوطات الحياة ومتغيراتها بمرونة تعكس تكيفهم مع التحولات الطارئة (مجدي، 2001: 31).

الجانب المنهجي

الفصل الثالث : الإجراءات المنهجية للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية أول خطوة يلجأ إليها الباحث للتعرف على ميدان دراسته، ولجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع البحث، إلى جانب التحقق من وجود العينة بجميع الخصائص المراد البحث فيها، والتحقق من سلامة وصلاحية أدوات جمع البيانات. وقد عرّفها مصطفى عشوي أنّها: "دراسة استكشافية، وهي مرحلة هامة في البحث العلمي نظرا لارتباطها المباشر بالميدان، مما يضيفي صفة الموضوعية على البحث، كما تسمح بالتعرف على الظروف والإمكانات المتوقّرة في الميدان، ومدى صلاحية الأدوات المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات البحث" (عشوي، 1994: 133)

1- أهداف الدراسة الاستطلاعية :

تكمن أهداف دراستنا الاستطلاعية فيما يلي:

-معرفة حجم المجتمع الأصلي الذي تستهدفه الدراسة (الطلبة الجامعيين لقسم العلوم الاجتماعية جامعة ابن خلدون) وكذا خصائصه.

-ضبط العينة الملائمة حسب متغيرات الدراسة وكذا طريقة اختيارها.

-التّعرف على مختلف الظروف التي يمكن أن ترافق عملية التّطبيق بغرض التحكم فيها من جهة، ولتفادي بعض العراقيل والمشكلات التي قد تواجهنا من جهة أخرى.

-التأكد من مدى ملائمة أدوات الدّراسة التي تم اختيارها والمتمثلة في: مقياس الذكاء الوجداني للباحثين (عثمان ورزق 2001)، واستبيان الصلابة النفسية (لمخيمر 2002) مع عينة الدّراسة ومدى تغطيتهم لأهداف البحث وموضوعه.

-التّحقق من وضوح تعليمات المقاييس، بالإضافة إلى وضوح العبارات وعدم وجود غموض فيها.

-التّحقق من صدق وثبات المقاييس على العينة الاستطلاعية، وذلك قبل استخدامهم وتطبيقهم على عينة الدراسة الأساسية.

-الصياغة النهائية لفرضيات الدراسة؛ حيث تعطينا النتائج الأولية للدراسة الاستطلاعية مؤشرات لمدى ملائمة الفرضيات، وما هي التّعديلات الواجب إدخالها في حالة عدم ملاءمتها.

2-1 عينة الدراسة الاستطلاعية :

قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة أولية مكونة من 30 مفردة، تشمل 15 طالبا و15 طالبة، أي بنسبة 28% من المجموع الكلي للعينة، تتراوح أعمارهم ما بين 18 إلى 39 سنة، وقد اخترنا أفراد العينة باستخدام عينة غير احتمالية وهي العينة العرضية (عينة الصدفة) Accidental Sample وهذا النوع من العينات يتم اختياره بالصدفة، وغالبا ما يستخدم في الدراسات الاستطلاعية المسحية المبدئية (الكالدة ظاهر وجودة كاظم، 1998: 177). وقد اخترنا هذا النوع من العينات لأن مجتمع الدراسة كبير ولا يمكن معرفة جميع مفرداته.

2-3 مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بجامعة ابن خلدون كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية "قسم العلوم الاجتماعية"، وكان ذلك خلال الفترة الممتدة من 25 ابريل إلى غاية 6 ماي 2018.

2-4 مراحل الدراسة الاستطلاعية

في البداية، توجهنا إلى رئاسة قسم علم النفس للحصول على تصريح رسمي للقيام بالدراسة وجمع البيانات الخاصة بالمجتمع الكلي وكذا إحصائيات الطلبة علي مستوى قسم العلوم الاجتماعية

بعد التوجه إلى مصالح الشؤون المدرسية تحصلنا على الإحصائيات ثم قمنا بمراجعة بنود المقاييس التي تم اختيارهم لهذه الدراسة : مقياس الذكاء الوجداني للباحثين (عثمان ورزق 2001) واخترناه كونه المقياس الوحيد الذي يجمع أبعاد الذكاء الوجداني وهو موجه لفئة الطلبة الجامعين. وللإشارة، لم نجد أي إشكال في العبارات من حيث الوضوح والفهم إلا بعض العبارات اضطررنا لإضافة بعض الكلمات لزيادة الوضوح فيها بالإضافة الي استبيان الصلابة النفسية لمخيمر (2002) والذي كان واضح في كل العبارات، ولم يواجه الطلبة فيهم أي غموض

عرضنا المقاييسين للتحكيم على مجموعة من أساتذة علم النفس والمنهجية (انظر الملحق رقم 2) وطلبنا منهم الإدلاء بملاحظاتهم حول المقاييسين وكذا التعديلات التي يجب القيام بها، وقد كانت نتائج التحكيم، الاتفاق بالإجماع من طرف الأساتذة علي التعديل في بعض البنود، وكانت التعديلات في البنود (1،2،3،7،42) من مقياس الذكاء الوجداني بإضافة بعض الكلمات التي تفسر الكلمات المفتاحيه للمقياس

بعد جمع الملاحظات من الأساتذة، أجرينا التعديلات النهائية وطبعنا المقاييس وزعناها علي 30 طالب وطالبة من أفراد عينة الدراسة والذين اخترناهم بطريقة عرضية عند استرجاع كل النسخ الموزعة، قمنا بتصحيحها وتفريغ نتائجها في جداول إحصائية ثم شرعنا في حساب صدق وثبات المقاييسين. وقد توصلنا من خلال هذه الدراسة الأولية إلى مجموعة من النتائج.

2-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية

من خلال الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها، تعرفنا على حجم المجتمع الأصلي للدراسة وكذا خصائصه. إلى جانب هذا توصلنا إلى ما يلي:

- أنّ تعليمات وفقرات المقاييس واضحة ومفهومة بإجماع أفراد العينة المجيبين وكذا الأساتذة المحكمين الذين قصدناهم ليحكموا على المقاييس ويبدوا آراءهم حولها من حيث التعليمات والعبارات.

- حساب صدق وثبات المقاييسين على عينة الدراسة الاستطلاعية وقد اعتمدنا في ذلك على: -طريقة التجزئة النصفية اعتمادا على معامل ارتباط بيرسون؛ وتم تصحيح معاملات الارتباط باستخدام معامل سبيرمان براون للتصحيح Coefficient Spearman-Brown

-طريقة الاتساق الداخلي بالاعتماد على معامل ألفا كرونباخ Alpha Cronback

2- الدراسة الأساسية:

2-1- منهج الدراسة :

إن نوع المنهج الذي يتبعه الباحث في دراسته، يتوقف على نوع المشكلة التي يريد دراستها. والمنهج بصفة عامة هو: "الطريق المؤدي إلى الكشف عن حقيقة بواسطة مجموعة من القواعد، لتحديد العمليات والوصول إلى نتيجة محددة" (فوزي عبد الخالق، 2007: 76) وقد اعتمدنا في دراستنا هذه، على المنهج الوصفي باعتباره الأكثر استخداما في العلوم النفسية والاجتماعية والتربوية، ولكونه الأنسب لهذه الدراسة؛ حيث يسمح بوصف الذكاء الوجداني والصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين وصفا دقيقا، ويعبر عن هذه المتغيرات كما وكيفا، ومن ثم يتم بواسطته استخلاص النتائج وتقييمها واختبار فرضيات الدراسة. فهو: "أسلوب من أساليب البحث الذي يدرس الظاهرة دراسة كيفية توضح خصائصها، ودراسة كمية توضح حجمها، ومتغيراتها ودرجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى" (عطوي جودت،

2000: 173)

2-2-1 المجتمع الأصلي للدراسة :

ويقصد به المجتمع الذي يسحب منه الباحث عينة بحثه، وهو الذي يكون موضع الاهتمام في البحث والدراسة (محمد بوعلام، 2009: 15). كما عرفه Grawitz (جراويتز) : مجتمع البحث في العلوم الإنسانية هو مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تركز عليها الملاحظات
جدول (1) يمثل النسب المؤوية لتوزيع العينة حسب المستوي الدراسي

يشمل المجتمع الأصلي الذي أخذنا منه عينة الدراسة، الطلبة الجامعيين المسجلين

المستوي الدراسي	النسبة المؤوية	التكرار
السنة الأولى	32.47	38
السنة الثانية	23.29	28
السنة الثانية	15.38	18
السنة الأولى ماستر	17.94	21
السنة الثانية ماستر	11.11	13
المجموع	100	117

والذين يزاولون دراستهم بقسم العلوم الاجتماعية والبالغ عددهم الإجمالي 2089 طالبا وطالبة. وقد تحصلنا على هذه المعطيات من مصالح الشؤون الدراسية المتواجدة بالقسم؛ كما قد والجدول التالي يوضح توزيع المجتمع الأصلي.

2-2-3 عينة الدراسة

وتعني مجموع الأفراد الذين يجرى عليهم البحث، وقد قمنا باختيار عينة دراستنا من المجتمع الأصلي لكي تكون ممثلة له؛ حيث ذكر موريس Maurice أنّ عينة البحث يتم اختيارها حسب البحث العلمي في العلوم الإنسانية؛ حيث إذا لم نستطع دراسة المجتمع الكلي للأفراد نقوم باختيار جزء منه فقط مع التأكد بأن الجزء المختار يمثل حقيقة المجموعة، هذا الجزء من الأفراد هو عينة البحث.

2-2-4 حجم العينة:

هو عدد العناصر المنتقاة لتكوين عينة، ومن المتعارف عليه أنّه كلما كان حجم عينة الدراسة كبيراً، كلما كانت النتائج المتحصل عليها أكثر دقة وتمثيلاً. لكن هناك بعض العوامل التي تمنع الباحث من تبني عينة كبيرة لدراسته، كعامل الوقت والمال. وقد أكدت الدراسات المنهجية الحديثة، أنه كلما كان المجتمع الأصلي كبيراً، كلما كانت للباحث حرية اختيار حجم عينة بحث

ويقترح عدد من المنظرين أن يكون عدد أفراد عينة الدراسة في الدراسات الوصفية ما بين (5%) و(20%) حسب عدد أفراد المجتمع الأصلي من العدد الصغير نسبياً إلى العدد الكبير جداً الذي يزيد عن الآلاف (سامي محمد ملحم، 2005: 155).

وعليه، فقد قمنا باختيار عينة تشمل (5.60%) من المجتمع الأصلي للدراسة البالغ عدده (2089) طالبا وطالبة، بدون استبعاد أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية البالغ عددهم 30 طالبا وطالبة، لتتصل على عينة مكونة من 117 طالبا وطالبة من طلاب قسم العلوم الاجتماعية.

2-2-5 طريقة اختيار العينة

هناك طرق عديدة لاختيار عينة الدراسة، وذلك حسب المعطيات المتوفرة ميدانياً وحسب الأهداف التي يسعى الباحث لتحقيقها. وفي دراستنا هذه، اعتمدنا على عينة غير احتمالية، وهي العينة الحصصية. يقصد بالطريقة الحصصية أو طريقة الحصص *Méthode des quotas* سحب عينة من مجتمع البحث، بانتقاء العناصر المهيأة طبقاً لنسبهم في هذا المجتمع. وقد سميت بالحصصية؛ لأن مجتمع الدراسة يقسم إلى فئات (حصص) طبقاً لصفاته الرئيسية، وتمثل كل فئة في العينة بنسبة وجودها في المجتمع، فمثلاً إذا كان مجتمع البحث طلبة قسم العلوم، فينبغي أولاً تصنيفهم طبقاً لمستواهم الدراسي، ثم يقر الباحث النسبة المئوية المطلوب سحبها من كل مستوى ويبدأ بسحب النسب، وبهذا يتدرج حجم العينة طبقاً لعدد الطلاب في كل مستوى، فالمستويات ذات الأعداد الكبيرة يكون تمثيلها في العينة أكبر من تمثيل المستويات ذات الأعداد الصغيرة (محمد بوعلاق، 2009: 22).

وقد ساعدتنا هذه الطريقة على احترام توزيع أفراد العينة حسب توزيعهم في المجتمع الأصلي، وتم سحب فئات من كل مستوي بقسم العلوم الاجتماعية، أي فئة من السنة الأولى، وفئة من السنة الثانية والسنة الثالثة والأولى والثانية ماستر.

2-3-3-مكان وزمن إجراء الدراسة الأساسية

لكل دراسة إطار مكاني وزماني، ويتمثل مكان وزمن إجراء دراستنا الأساسية فيما يلي:

2-3-1-مكان إجراء الدراسة الأساسية

يتطلب البحث عملاً ميدانياً بهدف اختبار الفرضيات المصاغة، وعليه فقد أجرينا دراستنا الأساسية بقسم العلوم الاجتماعية لجامعة ابن خلدون تيارت.

2-3-2- زمن إجراء الدراسة الأساسية

قمنا بتوزيع أدوات بحثنا المتمثلة في مقاييس الذكاء الوجداني والصلابة النفسية على أفراد عينة الدراسة الأساسية في الفترة الممتدة من 6 ماي إلى غاية 16 ماي 2018

2-4-أدوات الدراسة الأساسية

من أجل جمع البيانات من الميدان، يتوجب توفر واستخدام أدوات بحث معينة، وتتمثل أدوات دراستنا في مقاييس الذكاء الوجداني والصلابة النفسية

2-4-1 مقياس الذكاء الوجداني

-مقياس الذكاء الانفعالي: تم استخدام مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد (عثمان ورزق 2002) والمكون من 58 فقرة تمثل كل منها عبارة تقريرية يجيب عليها الطالب الجامعي، ويشمل خمسة أبعاد هي (المعرفة الانفعالية و إدارة الانفعالات وتنظيم الانفعالات والتعاطف والتواصل). وقد توصل الباحثان إلى الأبعاد الخمسة من خلال التحليل العاملي للبنود وذلك على عينة مكونة من (136) طالباً من طلاب كلية التربية بجامعة المنصورة حيث كانت الأبعاد على النحو الآتي:

1 -إدارة الانفعالات: ويشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية والسيطرة عليها واستدعاء الانفعالات الإيجابية بسهولة وكسب الوقت للتحكم في الانفعالات السلبية وتحويلها إلى انفعالات إيجابية والتخلص من القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة بفاعلية. وتمثله (15) فقرة نوات الأرقام (4، 6، 9، 11، 12، 13، 16، 17، 18، 26، 28، 31، 50، 53، 56) وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد 75 وأدنى درجة 15 ويعد من يحصل على درجة أقل من 35 منخفضاً ومن يحصل على درجة من 45 إلى أقل من 55 متوسط، ومن يحصل على درجة 55 فأكثر مرتفعاً

2 -التعاطف: ويشير إلى قدرة الفرد على إدراك انفعالات الآخرين، والتوحد معهم انفعالياً، وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والحساسية لاحتياجاتهم حتى وان لم يفصحوا عنها، والتعاطف معهم، والاتصال بهم دون أن يكون السلوك محملاً بالانفعالات الشخصية. وتمثله 11 فقرة نوات الأرقام (33، 34، 35، 37، 38، 40، 41، 44، 54، 55، 57) وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد 55 وأدنى درجة 11 ويعد من يحصل على درجة أقل من 26 منخفضاً، ومن يحصل على درجة 26 إلى أقل من 41 متوسط، ومن يحصل على درجة 41 فأكثر مرتفعاً

3 -تنظيم الانفعالات: ويشير إلى قدرة الفرد على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات حتى وان كان تحت ضغط انفعالي من الآخرين وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى. وتمثله 13 فقرة ذوات الأرقام (15، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 27، 29، 30، 32، 58) وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد 65 وأدنى درجة 13 ويعد من يحصل على درجة اقل من 32 منخفضا ، ومن يحصل على درجة 32 إلى أقل من 51 متوسط، ومن يحصل على درجة 51 فأكثر مرتفعا .

4 -المعرفة الانفعالية: وتشير إلى قدرة الفرد على الانتباه والإدراك الجيد في الانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث. وتمثله 10 فقرات ذوات وأعلى درجة يمكن أن الأرقام (1، 2، 3، 5، 7، 8، 1، -14-49-51 وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد 50 وأدنى درجة 10 ويعد من يحصل على درجة اقل من 23 منخفضا ،ومن يحصل على درجة 23 إلى أقل من 36 متوسط ،ومن يحصل على درجة 36 فأكثر مرتفعا

5 -التواصل الاجتماعي: ويشير إلى قدرة الفرد على التأثير الايجابي في الآخرين ،وذلك من خلال إدراك وفهم انفعالاته ومشاعره ومعرفة متى يقود ومتى تتبع الآخرين ومساندتهم والتصرف معهم بطريقة لائقة حتى أنه لا يظهر عليه آثار الانفعال السلبي كالغضب والضيق. وتمثله 9 فقرات ذوات الأرقام (36، 39، 42، 43، 45، 46، 47، 48، 52) وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب على البعد 45 وأدنى درجة 9 ويعد من يحصل على درجة اقل من 21 منخفضا ،ومن يحصل على درجة 21 إلى أقل من 33 متوسطا ومن يحصل على درجة 33 فأكثر مرتفعا .

-كيفية تطبيق المقياس : يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية، حيث يُطلب من المفحوص أن يُحدّد أمام الاختيار (X) تطابق كل بند مع ما يقوم به أو يشعر به في الواقع، وذلك بوضع علامة الذي يتوافق مع حاله، مع العلم أنّه لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة.

-كيفية تصحيح المقياس

لكل فقرة من فقرات المقياس سلم إجابات يتكون من خمسة تدريجات؛ حيث تعطى الاختيارات الدرجات التالية:

*دائما (05) درجات.

*غالبا(04) درجات.

*أحيانا(03) درجات.

*نادرا (02) درجة.

*أبدا (01) درجة

وبذلك تكون أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (290) وادني درجة (58) ويعد من يحصل على درجة أقل من (119) منخفضاً، ومن يحصل على درجة من (119) إلى أقل من (180) متوسطاً، ومن يحصل على درجة (180) فأكثر مرتفعاً.

-صدق مقياس الذكاء الانفعالي: قام عثمان ورزق 2002 بالتحقق من دلالات صدق المقياس بعرضه على ثمانية من المحكمين وذلك في ضوء التعريف الإجرائي للذكاء الانفعالي وأسفر عن ذلك تعديلات في صياغة فقرات المقياس، وكان الاتفاق عليها بنسبة 80 % لكل منها والاتفاق على باقي الفقرات كان بنسبة 100 % كما قاما بالتحقق من الصدق التمييزي وهو قدرة الفقرة على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة على المقياس، ولقد اتبع الباحثان في ذلك أسلوب الرباعيات فالحاصلين على درجات أكبر من أو تساوي الربعي الثاني هم من مرتفعي الدرجة على المقياس، والحاصلين على درجات أقل من الربعي الثاني اعتبرهما الباحثان من منخفضي الدرجة على المقياس، ثم قاما بحساب التباين بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة على المقياس لكل فقرة من فقراته حيث كانت جميعها دالة إحصائياً، وأيضاً تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة الفرد على الفقرة ودرجته الكلية على المقياس، وتراوحت معاملات الارتباط (0.512-0.143) حيث كانت ثلاث فقرات منها دالة عند مستوى 0.05 في حين كانت بقية الفقرات دالة عند مستوى 0.01 كما تم التحقق من الصدق ألعاملي للمقياس، مما أدى إلى استبعاد 6 فقرات من المقياس كانت تشبعاتها أقل من 0.3 حيث تكون بصورته الأولية من 64 فقرة فأصبح بصورته النهائية مكوناً من 58 فقرة، وعلى البيئة السعودية قام العبدلي 2009 بالتحقق من صدق الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه وتراوحت بين 0.722-0.456

أما في الدراسة الحالية فتم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق المحكمين من خلال توزيع المقياس على 5 من أساتذة المتخصصين بعلم النفس الاكلينيكي والعمل والتنظيم والقياس النفسي والمنهجية وتم الأخذ بتعديلاتهم وآرائهم واقتراحاتهم، حيث تم الإبقاء على الفقرات التي اتفق عليها أكثر من 80 % من المحكمين ولم يتم حذف أي فقرة. وتم كذلك التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلي، حيث تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، والتي تم اختيارها عشوائياً من كلا الجنسين من داخل مجتمع الدراسة بلغت 53 طالباً وطالبة، وبحساب معامل الارتباط بين درجة الفرد على الفقرة ودرجته على المقياس ككل، والجدول 3 بين ذلك:

1 الصدق الظاهري: تم عرض عبارات الاستبيان على خمسة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس؛ وترتب على صدق المحكمين تعديل صياغة بعض عبارات الاستبيان.

2 صدق الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الارتباط بين كل بند وبعده الخاص والدرجة

الكلية وكانت النتائج كما في الجدول

البند	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية
	ادارة الانفعالات		التعاطف		تنظيم الانفعالات			
4	0.469**	0.304	33	0.359	0.390*	15	0.013	-0.151
6	0.459*	0.432*	34	0.539**	0.385*	19	0.530**	0.412*
9	0.185	0.297	35	0.531**	0.409*	20	0.304	0.159
11	0.571**	0.578**	37	0.398*	0.249	21	0.450*	0.396*
12	0.249	0.183	38	0.303	0.368*	22	0.614**	0.327
13	0.183	0.148	40	0.343	0.283	23	0.635**	0.564**
16	0.280	0.208	41	0.529**	0.483**	24	0.757**	0.543**
17	0.422*	0.390*	44	0.381*	0.396*	25	0.404*	0.292
18	0.441*	0.497**	54	0.633**	0.478**	27	0.039	0.093
26	0.334	0.302	55	0.666**	0.543**	29	0.201	0.332
28	0.373*	0.226	57	0.611**	0.549**	30	0.362*	0.252
31	0.332	0.384*				32	0.272	0.237
50	0.498**	0.484**				58	0.153	0.147
53	0.591**	0.626**						
56	0.427*	0.395*						
البند	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية
	المعرفة الانفعالية		التواصل الاجتماعي					
1	0.284	-0.017	36				0.525**	0.504**
2	0.194	0.045	39				0.553**	0.491**
3	0.564**	0.454**	42				0.445*	0.271
5	0.392*	0.275	43				0.055	0.024
7	0.508**	0.423*	45				0.341	0.254
8	0.746**	0.248	46				0.200	0.068
10	0.486**	0.099	47				0.580**	0.509**
14	0.514**	0.272	48				0.420*	0.443*
49	-0.179	-0.124	52				0.774**	0.531**
51	0.367*	0.410*						

جدول 2 يمثل معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية والأبعاد لمقياس الذكاء الوجداني

وقد قمنا بإزالة الفقرات الغير دالة وهي: 1، 2، 9، 12، 13، 15، 27، 46، 49، 58 ليصبح المقياس المطبق في الدراسة علي الشكل كما في الملحق رقم (03)

2 ثبات مقياس الذكاء الانفعالي: قام (عثمان ورزق، 2002) بالتحقق من ثبات المقياس بأبعاده الخمسة بطريقة كرونباخ ألفا وذلك من خلال درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي، حيث بلغت للمقياس ككل (0.81)، وبالنسبة للأبعاد تراوحت بين (-0.49-0.77) وعلى البيئة السعودية قامت (البلوي 2003) بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين هما ثبات كرونباخ ألفا وبلغ (0.91)، وثبات التجزئة النصفية وبلغ (0.82)، كما تحقق (العبدلي، 2009) من ثبات المقياس باستخدام ثبات كرونباخ ألفا وبلغ للمقياس الكلي

(0.83)، وللأبعاد تراوحت بين (0.70-0.80) وثبات التجزئة النصفية وبلغ (0.81) وللأبعاد تراوحت بين (0.29-0.80)

-**الثبات في دراسة الحالية** : تم حساب الثبات في الدراسة الحالية بطريقتين طريقة الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، حيث كانت معاملات الثبات 0.838 بالنسبة لطريقة الفا كرونباخ ، وبين 0,790-0,656 بالنسبة لتجزئة النصفية.

2-4-2 وصف مقياس الصلابة النفسية: يعتبر مقياس الصلابة النفسية الذي أعده مخيمر (2002) أداة تعطي تقدير كميا لصلابة الفرد النفسية ويتكون المقياس من 47 فقرة تقع الإجابة عليه في ثلاث مستويات هي (دائما , أحيانا , أبدا) وتتراوح درجة الإجابة بدائما (3) أما إذا كانت أحيانا (2) وإذا كانت أبدا (1) وبذلك تصبح درجة المقياس تتراوح ما بين 47-141 درجة حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية ويوجد بين العبارات 15 عبارة تصحح بطريقة عكسية، وذلك للتقليل من جهة استجابة المفحوص وتمثل في 7، 11، 16، 21، 25، 28، 32، 35، 36، 41، 45، 46. يتكون المقياس من ثلاثة أبعاد هي:

1-الالتزام : يتكون من 16 عبارة , وتشير الدرجة المرتفعة أن الفرد أكثر التزاما تجاه نفسه وأهدافه والآخر ون ويتمثل على البنود التالية 1، 4، 7، 10، 13، 16، 19، 22، 25، 28، 31، 34، 37، 39، 42، 45، 46.

2-التحكم : ويتكون من 15 عبارة وتشير الدرجة المرتفعة أن الفرد لديه اعتقاد عال بالقدرة على التحكم في الأحداث، ويمثل التحكم على البنود التالية 2، 5، 8، 11، 14، 17، 20، 23، 26، 29، 32، 35، 40، 43.

3-التحدي: ويتكون هذا البعد من 12 عبارة حيث تشير الدرجة المرتفعة على التحدي وتمثل على البنود 3، 6، 9، 12، 15، 18، 21، 24، 27، 30، 33، 36، 38، 41، 44.

الخصائص السكومترية لاستبيان الصلابة النفسية:

(أ) ثبات الاستبيان: تم حساب الثبات بطريقتين، هما:

1 -الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الاتساق الداخلي للعبارات، من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان.

2 -حساب معامل ألفا - كرونباخ: استخدم معامل (ألفا كرونباخ) لحساب ثبات الاستبيان، وبحسابه ارتفع معامل ثبات الاستبيان كله؛ ليصل إلى (0.75) عند مستوى 0.01 ؛ وذلك يشير إلى تجانس مفردات الاستبيان.

صدق الاستبيان: حسب الصدق

1 الصدق الظاهري: تم عرض عبارات الاستبيان على خمسة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس؛ وترتب على صدق المحكمين تعديل صياغة بعض عبارات الاستبيان.

2 صدق الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الارتباط بين كل بند وبعده الخاص والدرجة الكلية وكانت النتائج كما في الجدول

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	البند	البعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	البند	البعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	البند	البعد
0.462*	0.480**	3	التحدي	0.469**	0.485**	2	الإثبات	0.380*	0.342	1	الالتزام
0.519**	0.640**	6		0.216	0.406*	5		0.473**	0.381*	4	
0.198	0.393*	9		0.253	0.471**	8		0.325	0.445*	7	
0.613**	0.571**	12		0.206	0.349	11		0.411*	0.566**	10	
0.494**	0.550**	15		0.095	0.563**	14		0.203	0.107	13	
-0.331	-0.339	18		0.117	0.333	17		0.402*	0.534**	16	
0.255	0.337	21		0.150	0.132	20		0.424*	0.375*	19	
0.508**	0.717**	24		-0.289	-0.084	23		0.390*	0.263	22	
0.679**	0.502**	27		0.168	0.122	26		0.274	0.423*	25	
0.455**	0.546**	30		-0.343	0.067	29		0.094	0.287	28	
0.669**	0.603**	33		0.475**	0.320	32		0.817**	0.759**	31	
0.304	0.431**	36		0.422*	0.370*	35		0.086	0.170	34	
0.309	0.392*	38		0.521**	0.516**	40		0.371*	0.504**	37	
0.121	0.336	41		0.419**	0.697**	43		0.376*	0.219	39	
0.246	0.341	44						0.218	0.479**	42	
0.247	0.381*	44						0.296	0.493**	45	
						0.382*	0.492**	46			

جدول يمثل معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية والأبعاد لمقياس الصلابة النفسية وقد قمنا بإزالة الفقرات الغير دالة وهي: 13، 18، 20، 23، 26، 28، 29، 34 ليصبح المقياس المطبق في الدراسة علي الشكل كما في الملحق رقم (03) الثبات لمقياس الصلابة النفسية: تم حساب الثبات بطريقتين طريقتا ألفا-كرونباخ والتجزئة النصفية بالنسبة لمقياس الصلابة النفسية حيث كانت معاملات الثبات 0.773 بالنسبة لطريقة ألفا-كرونباخ، وبين 0.529-0.659 بالنسبة للتجزئة النصفية.

2-5 كيفية إجراء الدراسة الأساسية: بعد التأكد من سلامة وصلاحية أدوات الدراسة وتحديد عينة الدراسة الأساسية وطريقة اختيارها بشكل نهائي، توجينا إلى ميدان الدراسة الأساسية أين التقينا بأفراد العينة في أماكن مختلفة، كان أهمهما المكتبة وقد أبدى بعض الطلبة استعدادهم للمساعدة، فيحين بعضهم لم يقبلوا المساعدة هذا ما جعلنا نواجه بعض المشاكل؛ ووزعنا عليهم المقاييس بعد السؤال عن تخصصهم والمستوي الدراسي لهم، وذلك مراعاة لخصائص عينتنا وكذا العدد المطلوب في كل مستوي.

6- حدود الدراسة

- **الحدود البشرية:** تمثلت في طلاب قسم العلوم الاجتماعية بجامعة ابن خلدون - تيارت
- والمقدر عددهم 117 طالب وطالبة جامعي

- **الحدود المكانية:** تحددت دراسة البحث مكانيا في مدينة تيارت وبالضبط في جامعة ابن خلدون

- **الحدود الزمنية:** أجريت الدراسة سنة 2019/2018 والممتدة بين 2018/04/06 الي 2018/05/09

2-6- الأساليب الإحصائية المستعملة : تعتبر الأساليب الإحصائية ذات أهميّة بالغة، إذ لا يمكن لأيّ باحث إتمام بحثه بدون الاستعانة بها؛ لأنه بفضل هذه الأساليب يمكن معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين متغيرات الموضوع أو عدم وجودها.

أمّا في هذه الدراسة، فبعد جمع البيانات، تمّ فرزها وتفرّيغها في جداول قصد معالجتها المتضمن Spss إحصائيا باستعمال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية للعديد من الإجراءات الإحصائية الشائعة، والتي تتيح لمباحث تحميل العلاقة بين متغيرين أو أكثر، وقد مكّنا البرنامج من تحميل بيانات الدراسة بالأدوات الإحصائية التالية:

2-6-1- معامل الارتباط بيرسون (Pearson): يعتبر معامل الارتباط بيرسون من أهم اختبارات الدلالة الإحصائية وأكثرها استعمالا لسهولة إجرائه، فيه يفيد في تقدير مدى الترابط بين المتغيرات، بحيث كلّما اقترب معامل الارتباط بيرسون من (+1) يقال بأنّ هناك ارتباطا طرديا موجبا وبالعكس إذا اقتربت القيمة من (-1) فيقال بأنّ هناك ارتباطا عكسيا سالبا. أمّا إذا اقتربت من القيمة (0) فيقال أنّ الارتباط ضعيف (**مقدم عبد الحفيظ، 2003: 78**) وقد استعمل معامل الارتباط في بحثنا لحساب العلاقة الارتباطية بين درجات الذكاء الوجداني ودرجات الصلابة.

2-6-2- المتوسط الحسابي : المتوسط الحسابي لقيم متغير ما، هو مجموع قيم ذلك المتغير، مقسوما على عدد هذه القيم، فيه معلومة رقمية تتجمع حولها سلسلة من القيم، يمكن من خلالها الحكم على بقية قيم المجموعة (**محمد بوعلاق، 2009: 63**) وقد مكّنا استخدام المتوسط الحسابي في الدراسة الحالية، من معرفة مستويات الذكاء الوجداني والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

2-6-3 النسب المئوية: تستخدم النسب المئوية في العادة مع التكرار؛ حيث تبين نسبة كل فئة من المجموع الكلي (**محمد عبيدات وآخرون، 1999: 117**) تمت الاستعانة بالنسب المئوية في الدراسة الحالية لتوضيح توزيع أفراد العينة حسب مختلف المتغيرات (الجنس، السن، التخصص).

الفصل الرابع :
عرض ومناقشة وتفسير
النتائج

1- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية العامة :

نص التساؤل العام علي ما يلي: ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني ومتغيرات الصلابة النفسية ؟

لغرض فحص نتائج التساؤل العام قمنا بحاسب معامل الارتباط المتعدد بين كل من درجات الصلابة النفسية بالذكاء الانفعالي لدي طلبة جامعة ابن خلدون، وكانت النتائج المتوصل إليها كالتالي:

جدول رقم (5) يوضح قيم معامل الارتباط المتعدد بين كل من الصلابة النفسية بالذكاء الانفعالي لعينة الدراسة الأساسية والبالغة ن=117

	الصلابة النفسية	الذكاء الانفعالي	معامل التحديد R 2
الصلابة النفسية	1	0.355**	0.126
الذكاء الانفعالي	0.355**	1	

* دالة عند 0,05 ، و ** دالة عند مستوي 0,01

يظهر لنا من خلال الجدول أن قيمة معامل الارتباط المتعدد بين الصلابة النفسية والذكاء الوجداني لدى الطلبة الجامعين قد بلغ 0.355 وهي دالة عند مستوي 0.01 و 0.05 ، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطيه دالة وموجبة بين والصلابة النفسية والذكاء الوجداني لدى أفراد عينة الدراسة.

2- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية :

نص التساؤل الفرعي الأول على ما يلي : ما طبيعة العلاقة القائمة بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية، وندرجت تحته مجموعة أخرى من التساؤلات وهي :

_ ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني والتحدي؟

_ ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني والالتزام؟

_ ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني والتحكم؟

وللإجابة عن هذا التساؤل قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على مقياس الذكاء الوجداني بأبعاده و درجته الكلية و بين درجاتهم على أبعاد مقياس الصلابة النفسية و درجته الكلية . والنتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (6) يمثل قيم معاملات الارتباط بين الذكاء الوجداني بأبعاده و درجته الكلية بأبعاد الصلابة النفسية وبلغ عدد أفراد العينة 117

الدرجة الكلية للصلابة النفسية	التحدي	التحكم	الالتزام	
0.280**	0.246**	0.134	0.252**	إدارة الانفعالات
0.310**	0.272**	0.289**	0.190*	التعاطف

0.206*	0.201*	0.050	0.197*	تنظيم الانفعالات
0.239**	0.302**	0.048	0.169	المعرفة الانفعالية
0.297**	0.269**	0.219*	0.210*	التواصل الاجتماعي
0.355**	0.340**	0.188*	0.280**	الدرجة الكلية للذكاء الوجداني

* دالة عند 0,05 ، و ** دالة عند مستوي 0,01

يتضح من الجدول السابق ما يلي :

- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وبين الدرجة الكلية للصلاية النفسية
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين أبعاد الذكاء الانفعالي (التعاطف، تنظيم الانفعالات، التواصل الاجتماعي) وبين بعد الالتزام
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين إدارة الانفعالات وبين بعد الالتزام
- وجود علاقة ضعيفة وغير دالة بين بعد المعرفة الانفعالية وبين بعد الالتزام
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وبين بعد الالتزام
- وجود علاقة ضعيفة وغير دالة بين أبعاد الذكاء الانفعالي (إدارة الانفعالات، تنظيم الانفعالات، المعرفة الانفعالية)، وبين بعد التحكم
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين التعاطف وبين بعد التحكم
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين التواصل الاجتماعي وبين بعد التحكم
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وبين بعد التحكم
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين أبعاد الذكاء الانفعالي (إدارة الانفعالات، التعاطف، المعرفة الانفعالية، التواصل الاجتماعي) ودرجة الكلية، وبين بعد التحدي
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين تنظيم الانفعالات وبين بعد التحدي
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين أبعاد الذكاء الانفعالي (إدارة الانفعالات، التعاطف، المعرفة الانفعالية، التواصل الاجتماعي) ودرجة الكلية، وبين الدرجة الكلية للصلاية النفسية
- وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 بين تنظيم الانفعالات وبين الدرجة الكلية للصلاية النفسية

تفسير نتائج الفرضية الرئيسية:

أسفرت نتائج التساؤل العام عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة و دالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين الذكاء الانفعالي الصلابة النفسية لدي الطلبة كما اتضح من خلال الجدول رقم (05)، ويمكن تفسير هذه العلاقة في ضوء تعريف الذكاء الانفعالي (الوارد في الجانب النظري) والذي تم قياسه وفقا لنموذج السمات ، بحيث تؤثر السمات الوجدانية و الاجتماعية - التي تم تعريف الذكاء الانفعالي من قبل الباحثين في ضوءها - في قدرة الطالب الجامعي على التعامل بنجاح مع متطلبات المحيط وضغوطه.

ولقد أثبتت دراسة (Mayer, 2001) أن مرتفعي الذكاء الوجداني أكثر قدرة على معرفة انفعالاتهم وانفعالات الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة وأكثر قدرة على تحمل الضغوط. (عبد المنعم أحمد الدردير، 2002: 102)

ويرى الباحثون أن المعرفة الانفعالية للطلاب الجامعي تتيح له تقدير الاستجابات الانفعالية لدى الآخرين ومن ثم اختيار السلوكيات المتوافقة اجتماعيا لتحقيق تفاعل اجتماعي يضمن العلاقات الاجتماعية الناجحة بوصفها أي المهارات الاجتماعية أحد المكونات الأساسية للذكاء الانفعالي.

كما تتفق نتائج الدراسة بخصوص العلاقة الارتباطية الموجبة والدالة إحصائيا بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية مع دراسات كل (David Chan, 2005) و (Linda Tjong,2002) و(عبد المنعم عبد الله حسيب 2007) و(حنصالي 2014) حيث أسفرت نتائج تلك الدراسات عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام التحكم و التحدي)، فالصلابة النفسية هي إحدى السمات الداعمة للتعامل الفعال مع المواقف الضاغطة و التي يساهم الذكاء الانفعالي فيها من خلال وعي الطالب الجامعي بقدرته على استخدام مصادره النفسية والبيئية المتاحة لتنظيم ذاته ومن ثم السلوك وفق هذا الاعتقاد.

ويشير (Kiamarsi et al , 1998, Ghorbani,1995, Anshell ,2001, &Kashani,2011) إلى أن الصلابة النفسية بناء متعدد المكونات يمتلكه كافة الأفراد ولكن بدرجات متفاوتة ويضم الالتزام والتحكم والتحدي، و أن لذوي الشخصيات الصلبة قدرة على فهم الحياة وتحديد الأهداف سواء تعلقت بحياتهم الأسرية أو العملية وبأنهم يؤمنون بقيمة ما يبذلونه من مجهود في سبيل تحقيق أهدافهم، فلا مجال عندهم للصدفة أو الحظ، كما يعتقدون بقدرتهم على التحكم في مجريات حياتهم مهما كانت إيجابية أو سلبية فهي ناتجة عن تفاعلاتهم، وأن ما يطرأ على حياة الفرد من تغيير هو فرصة للتعلم و النمو الشخصي أكثر من كونه تهديدا لأمنه وصحته، كما يذكر (عبد الرحمان بن عيد الجهني، 2011) أن انخفاض القدرة على التعبير عن المشاعر السلبية يقود للعديد من الاضطرابات النفسية و في المقابل يؤدي الانخفاض في التعبير عن المشاعر الإيجابية إلى ضعف العلاقات الاجتماعية

وتوصلت دراسة (Fatenah Naghavi, 2010) إلى ارتباط الذكاء الانفعالي بالألكستيميا (العجز في التعبير عن المشاعر) والاكنتاب والقلق بحيث يتسم المصابون بالعجز عن التعبير الانفعالي بمستويات منخفضة من الذكاء الانفعالي كالنقص في المهارات اللفظية للتعبير عن مختلف الانفعالات أو في وصف انفعالات الآخرين و هو ما أسماه "Goleman" بالعمى الانفعالي "Affective blindness"

3- تفسير نتائج الفرضية الفرعية :

-تفسير العلاقة بين الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وأبعاده وبين بعد الالتزام :

جاءت العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأبعاده وبين بعد الالتزام مرتبطة عند الدرجة 0.01 و0.05 وهذا عدا المعرفة الانفعالية التي لم تكن العلاقة بينها وبين الالتزام مرتفعة إلى درجة الارتباط، ويمنك تفسير هذا الارتباط بالعودة إلى التراث النظري من حيث أن الذكاء الوجداني هو مجموعة من المهارات التي تتيح للفرد القدرة على الالتزام في مواقف اجتماعية متعددة وفي هذا الصدد يشير جولمان إلى أن نجاح الفرد وتفوقه الأكاديمي يتوقف على عدة عوامل ثقافية واجتماعية وصحية ونفسية، إلا أن الانفعالات تعتبر عاملاً رئيساً، وقد قدم جولمان في دراسته للذكاء الوجداني مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تميز مرتفعي الذكاء الوجداني، وتشمل: الوعي بالذات التحكم في الاندفاعات، المثابرة، الحماسة، الدافعية الذاتية، التقمص العاطفي، واللياقة الاجتماعية والتي تعتبر احد المكونات المتضمنة في أبعاد الذكاء الوجداني.

كما أشار بأن انخفاض تلك المهارات الانفعالية والاجتماعية ليس في صالح تفكير الفرد أو نجاحه في تفاعلاته المهنية بالإضافة إلى ذلك يتسم الذكور ذوي الذكاء الوجداني المرتفع بأنهم متوازنون اجتماعياً، وصرحاء ومرحون، ولا يميلون إلى الاستغراق في القلق، ويتمتعون أيضاً بقدرة ملحوظة على الالتزام بالقضايا، وبعلاقاتهم بالآخرين وتحمل المسؤولية، وهم أخلاقيون وتتسم حياتهم الانفعالية بالثراء فهي حياة مناسبة، وهم راضون فيها عن أنفسهم وعن الآخرين وعن المجتمع الذي يعيشون فيه، أما الإناث ذوات الذكاء الوجداني المرتفع فيتصنفن بالحسم والتعبير عن مشاعرهن بصورة مباشرة، والحياة بالنسبة لهن ذات معنى، واجتماعيات غير متحفظات، ويستطعن التكيف مع الضغوط النفسية، ومن السهل توازنهن الاجتماع، وتكوين علاقات جديدة وهذا ما يفسر العلاقة الإرتباطية بين الذكاء الوجداني بدرجة الكلية وبعد الالتزام والتحكم كما ويفسر هذا العلاقة الإرتباطية بين أبعاد الذكاء الوجداني (إدارة الانفعالات، التعاطف، تنظيم الانفعالات، التواصل الاجتماعي) وبين الالتزام (جولمان، 2000: 71)

كما تتفق نتائج العلاقة بين أبعاد الذكاء الوجداني والالتزام مع نتائج دراسة (حنصالي 2014) والتي تشير إلى أن "اعتقاد الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كافة مصادره النفسية والبيئية المتاحة لا يتم إلا من خلال الوعي بالذات والذي يجعل الفرد ملتزماً بحقيقة

ما يؤمن به وبأهميته وقيمته، وهذا ما يعطي المعنى والمعزى لحياته، كما ويتضمن الالتزام القدرة على الشعور بعمق المشاركة والالتزام بمختلف الأنشطة الحياتية والمسؤوليات الاجتماعية، فالأشخاص الملتزمين يشعرون بالاندماج مع الآخرين ويكونون علاقات ناجحة معهم كما سبق وأشرنا في الجانب النظري وهو ما يفسر ارتباط هذا البعد بالمهارات الاجتماعية والتعاطف"

ويرى ماير وسالوفي (Mayer&Salovey,1990:199-200) أن الأشخاص الذين يتمتعون بالذكاء الوجداني يضعون عدداً كبيراً من الخطط المستقبلية، ويقبلون تحديات المستقبل، ويتسمون بالإصرار في مواجهة التحديات، ولهم اتجاهات إيجابية إزاء الحياة تقودهم إلى نتائج أفضل ومثمرة بالنسبة لهم وبالنسبة للآخرين.

-تفسير العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتحكم :

لقد جاءت العلاقة بين مكونات الذكاء الانفعالي والغضب ضعيفة الارتباط إلي غير مرتبطة في بعض الأبعاد وجاء هذا عكس ما توصلت دراسة (حنصالي 2014) وقد يعود السبب إلي اختلاف المقاييس واختلاف العينة، كما قد يعود سبب عدم وجود علاقة ارتباطيه وضعفها بين تنظيم الانفعال وإدارته والمعرفة الانفعالية وبين بعد التحكم إلي أسباب تعود إلي العينة، كما يمكن تفسير هذه العلاقة في ضوء الاتزان الانفعالي الذي يعبر عن إدارة الانفعالات وتنظيمها، كما ويعتبر الاتزان الانفعالي نموذج عكسي للاضطراب الانفعالي، والذي نعني به القدرة على التحكم في الانفعالات، وهي سمة يتميز بها من يتصف بقوة الشخصية وبصحة نفسية جيدة، وتظهر وقت التعامل مع الضغوط والأزمات، ويعتبر (عبد السلام عبد الغفار) الاتزان الانفعالي بأنه وسطي ومعتدل في إشباع الفرد لحاجاته البيولوجية، وأنها الاعتدال في إشباع الفرد لحاجاته النفسية، وهو الاعتدال في تحقيق قيمته أو تحقيق ذلك الجانب من الشخصية الذي أهمله الآخرون وتعتبر هذه السمة احد العوامل المساهمة في المعرفة الانفعالية وتنظيم الانفعال وإدارته وافتقار معظم أفراد العينة لهذه السمة يفسر عدم وجود علاقة ارتباطيه بين أبعاد الذكاء الوجداني (إدارة الانفعالات ومعرفة الانفعالات وتنظيم الانفعالات) وبعد التحكم (محمد إبراهيم عيد، 2002: 130).

ويفسر الارتباط الموجب والادال إحصائياً لبعد التحكم بالتعاطف والتواصل الاجتماعي إلي ما أشار إليه (طوبيا 1994) حيث توصل إلي أن الأفراد ذوي التوجه أو السيطرة الداخلية هم أكثر الأشخاص قدرة وكفاءة على التعامل مع ضغوط الحياة بنجاح، وتتسم نظرتهم المستقبلية بالتفاؤل نحو التغيير الأفضل وهذا ما يشير إلي سمة التعاطف مع الآخرين، كما توصلت دراسة (الزبيدي، 1994) إلي وجود علاقة ارتباطيه بين ضبط الجهاز النفسي الذاتي وهو ركن أساسي في الصلابة الشخصية للفرد ومستوى تفكيره وتقديره الذاتي لأدائه وكفاءته الإنجازية في معالجة قضايا البيئة والاجتماعية الخطيرة وهذه إشارة أخري إلي بعد التواصل الاجتماعي (لطيف مكي، براء حسن، 2011: 355)

-تفسير علاقة الذكاء الوجداني مع التحدي :

بعد التحدي قد كان ارتباطه مرتفعا و دالا مع كافة أبعاد الذكاء الانفعالي، وهو يشير إلى اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير و ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا له، مما يساعده على المبادأة و استكشاف البيئة و معرفة المصادر النفسية و الاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفعالية، و يظهر التحدي في اقتحام المشكلات لحلها، و القدرة على المثابرة و عدم الخوف عند مواجهة المشكلات.

ويرى الباحثون أنه من المنطقي أن يرتبط التحدي بمستويات مرتفعة من الذكاء الانفعالي فالمتحدي هو شخص واعي بذاته، قادر على تحديد نقاط القوة و الضعف فيها، وكذا على تنظيم ذاته ضبطها و حسن إدارتها، يتسم بالمرونة و لديه قدرة كبيرة على حفز ذاته و التغلب على الصعاب و تحمل الإحباط و الفشل؛ كما أن الفرد المتحدي قادرا على تفهم مشاعر الآخرين و الإحساس بهم و دعمهم و مشاركتهم الوجدانية، و هذا يتطلب دون أدنى شك مهارات اجتماعية واسعة لتحقيق التفاعل الناجح.

و تتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة (عبد المنعم حسيب، 2007) و التي أسفرت عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة و دالة إحصائيا بين الذكاء الانفعالي و الصلابة النفسية كما تتفق مع النتائج الجزئية لدراسة (الجهني، 2011) حول ارتباط المهارات الاجتماعية بالصلابة النفسية، فالشخص الذي يتمتع بدرجة عالية من الصلابة النفسية يمتلك عددا من المهارات الاجتماعية تساعده على مقاومة أحداث الحياة الضاغطة.

توصيات الدراسة:

- 1 العمل علي إبداء التقدير الكافي لطلاب و طالبات القسم لما يبذلونه من جهد.
- 2 حث الأساتذة علي عدم ممارسة النقد لطلابهم أمام الآخرين.
- 3 الاهتمام بتعزيز الصلابة النفسية لدى طلاب وطالبات؛ وذلك من خلال تضمين المقررات في التي تدعم الجوانب التي تعزز الصلابة النفسية.
- 4 تعزيز أبعاد الذكاء الوجداني والصلابة النفسية لدي الطلاب مما يتيح لهم علي معرفة انفعالاتهم وإدراكها وإدارتها بشكل جيد

قائمة المصادر والمراجع

- 1- أبو حطب، فؤاد (1996): القدرات العقلية مكتبة الانجلو المصرية: القاهرة.
- 2- أحمد سعد جلال (2008) : الاختبارات والمقاييس النفسية، الطبعة الأولى، الدار الدولية للنشر، الإسكندرية، مصر.
- 3- أحمد، مدثر سليم (2003) : الوضع الراهن في بحوث الذكاء، المكتب الجامعي الحديث: الإسكندرية.
- 4- التميمي، صالح (2002) : التفكير الوجداني، دار المعرفة للتنمية البشرية، الرياض، السعودية.
- 5- السيد ابراهيم السمدوني (2007) : الذكاء الوجداني: أسسه، تطبيقاته وتميمته، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان، الأردن.
- 6- الخالدي، أديب (2001) : الصحة النفسية، الطبعة الأولى، الدار العربية للنشر والتوزيع القاهرة.
- 7- الدبور، أحمد محمد (2010): الصلابة النفسية كمصد لمقاومة الضغوط والأمراض، دار الكتب القومية، القاهرة. مصر.
- 9- الكلالدة ظاهر وجودة كاظم (1988): أساليب البحث العلمي في ميدان العلوم الإدارية، مؤسسة زهران، عمان، الأردن.
- 10- برونو، فرانك ج. (1993): الأعراض النفسية، ترجمة: رزق سند إبراهيم، دار الحكيم للطباعة والنشر، القاهرة.
- 11- جابر، جابر عبد الحميد وكفافي، علاء الدين (1988): معجم علم النفس والطب النفسي، ج (1)، دار النهضة العربية، القاهرة.
- 12- حباب عبد الحي محمد عثمان (2009) : الذكاء الوجداني (العاطفي، الانفعالي، الفعال) مفاهيم وتطبيقات، ط 1، دبيونو للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 13- حسين، محمد عبد الهادي (2005): مدخل إلى نظريات الذكاء المتعدد، دار الكتاب الجامعي، العين الإمارات.
- 14- رجاء محمود أبوعلام (2006) : مناهج البحث في العلوم الإنسانية والتربوية، الطبعة الخامسة، دار النشر لمجامعات، القاهرة، مصر.
- 15- راضي، زينب نوفل أحمد (2008): الصلابة النفسية لدى أهات الشهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، دار وائل، عمان، الأردن
- 16- روبنس، بام؛ وسكوت، جين (2000): الذكاء الوجداني، ترجمة صفاء الأعسر وعلاء كفاف، دار قباء للنشر والتوزيع، القاهرة.
- 17- سامي محمد ملحم (2005) : مناهج البحث في التربية وعلم النفس، الطبعة الثالثة، دار المسيرة، عمان، الأردن.
- 19- سلامة عبد العظيم وطه عبد العظيم حسين (2006) : الذكاء الوجداني للقيادة التربوية، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان، الأردن
- 21- صفاء الاعسر، علاء الدين كفافي (2000): الذكاء الوجداني، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

- 22- صليبا، جميل (1984): **علم النفس**، ط (3)، دار الكتاب اللبناني، بيروت.
- 23- عبده عبد الهادي وعثمان فاروق (2002) : **القياس والإختبارات النفسية** : اسس وأدوات، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 24- عبد الحميد البلداوي (2007): **أساليب البحث العلمي والتحليل الإحصائي**، الطبعة الأولى، دار الشروق لمنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 26- عبد الله انور (1986): **مدخل القانون – نظريتي الحق والالتزام وقواعد الثبات**، عين شمس، القاهرة.
- 27- عبد المنعم الدردير (2004): **دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي**، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
- 28
- 29- عطوي جودت (2000): **أساليب البحث العلمي**، الطبعة الثانية، دار الثقافة للنشر، عمان، الأردن
- 30- علاء عبد الرحمان محمد (2009): **الذكاء الوجداني والتفكير الإبداعي عند الأطفال**، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان، الأردن.
- 31- علي عسكر (2003): **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، الطبعة الثالثة، الكويت
- 33- فوزي عبد الخالق (2007): **طرق البحث العلمي : المفاهيم والمنهجيات**، مؤسسة شباب الجامعة، الاسكندرية، مصر.
- 34- مبيض مأمون (2003): **الذكاء العاطفي والصحة العاطفية**، المكتب الإسلامي، الرياض، السعودية.
- 35- محمود سعيد الخولي (2011) : **الذكاء الوجداني بين النشأة والتطبيق**، ط1، المكتبة الأنجلو مصرية، مصر.
- 36- محمد، محمد جاسم (2004): **مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها**، الطبعة الأولى، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمّان.
- 37- محمد، إبراهيم (2002): **الهوية والقلق والإبداع**، دار القاهرة، القاهرة، مصر.
- 38- مخيمر، عماد محمد (2002): **استبيان الصلابة النفسية، دليل الاستبيان**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- 39- مقدم عبد الحفيظ (2003) : **الإحصاء والقياس النفسي والتربوي**، الطبعة الثانية، ديوان المطبوعات الجزائرية، الجزائر
- 40- مصطفى عشوي (1994) : **مدخل إلى علم النفس المعاصر**، الطبعة الأولى، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر
- 41- نخبة من المتخصصين (2008) : **الذكاء الوجداني**، الشركة العربية المتحدة للتسويق، القاهرة، مصر
- المجلات**

42- البهاص، سيد أحمد (2002): الإنهاك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، مجلة كلية التربية العدد (31)، جامعة طنطا، مصر .

46- حمادة، لولوه وعبد اللطيف، حسن (2002): الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، المجلد(12) العدد(2)، جامعة القاهرة.مصر.

48- عثمان محمود الخضر (2002) : الذكاء الوجداني : هل هو مفهوم جديد؟ مجلة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم) المجلد (12) العدد (1) يناير، ص30-32

49- عيسى، جابر عبد الله ورشوان، ربيع عبده (2006): الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال .مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان،12(4) ص 45-130

50- مجدي، محمود فهيم (2007): بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية، مجلة البحوث النفسية والتربوية العدد(2) القاهرة.مصر.

51- محمود، سليمان محمد؛ و مطر، عبد الفتاح رجب(2002): أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى الأبناء ،مجلة التربية للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية العدد (111).79-109.

52- مخيمر، عماد محمد(2003): الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى شباب الجامعة ،مجلة دراسات نفسية، المجلد(71)العدد(17)، القاهرة.مصر.

53- مخيمر، عماد(1996): إدراك القبول/الرفض أوالوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة ،مجلة دراسات نفسية، المجلد(6).العدد(2). القاهرة.مصر 275-299

54- مخيمر، عماد محمد (1997): الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى شباب الجامعة، القاهرة، مجلة دراسات نفسية، المجلد (7)، العدد (17)، 103-138
-الرسائل الجامعية

55- ابو الندي عبد الرحمن (2007) الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الازهر بغزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الازهر غزة

56- أسماء العبد اللات (2008) :فعالية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الانفعالي في التكيف الأكاديمي والاجتماعي وفي الاتجاهات نحو المدرسة لدى الطلبة الموهوبين في الأردن، أطروحة دكتوراه، كلية الدراسات التربوية العليا، عمان، الأردن.

57- النبهان، موسى؛ و كمالي، محمد (2003): مقياس الذكاء العاطفي لدى طلبة وزارة التربية و التعليم و الشباب في دولة الإمارات العربية المتحدة، دراسة ماجستير، جامعة الإمارات العربية المتحدة.

58- الشهري، سعد محمد علي (2008): الذكاء الوجداني وعلاقته باتخاذ القرار لدي عينة من موظفي القطاع العام والخاص بمحافظة الطائف، دراسة ماجستير ، جامعة أم القرى كلية التربية قسم علم النفس الدراسات العليا ،الطائف ، السعودية.

- 62- حمزة، جيهان أحمد (2002): دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل، رسالة ماجستير، كلية الآداب :جامعة القاهرة.
- 63- حمد بن عبد الله محمد العيافي (2011) : الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- 64- سناء محمد إبراهيم أبو حسين (2012) الصلابة النفسية والأمل وعلاقتها بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظ شمال غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الازهر غزة
- 66- مقداد حنان (2015): الصلابة النفسية لدى الطالبات الجامعيات المقيمات دراسة إستكشافية بمدينة ورقلة، شهادة ماستر، قسم علم النفس وعلوم التربية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قاصدي مرباح، ورقلة
- 67- محمد محمد عودة(2010) : الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الإجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير
- 68- محمد جهان (2002) : دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة القاهرة
- 69- نوار شهرزاد (2014): علاقة سمات الشخصية والمساندة الإجتماعية بالسلوك الصحي ودورها في التخفيف من الألم العضوي لدى مرضى السكري، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر2

قائمة الملاحق

الملحق الأول : قائمة المحكمين

اسم الأستاذ	الدرجة العلمية	التخصص	الجامعة التي ينتمي اليها
سعد الحاج	دكتور	المنهجية في علم النفس	تيارت
قليل رضا	أستاذ مساعد (أ)	المنهجية في علم النفس	تيارت
هدور سميرة	أستاذة مساعدة (أ)	علم النفس العيادي	تيارت
بن طيب فتيحة	أستاذة مساعدة (أ)	علم النفس العيادي	تيارت
لصفر رضا	أستاذ مساعد (أ)	علم النفس العمل والتنظيم	تيارت
بغداد مجد	أستاذ مساعد (أ)	قياس نفسي وبناء الاختبارات	تيارت

الملحق الثاني : المقاييس في صورتها الأولية
مقياس الذكاء الوجداني

لا يحدث	يحدث نادرا	يحدث احيانا	يحدث غالبا	يحدث دائما	الفقرة	
					مشاعري السلبية (المزاج السيئ ،الاكتئاب، الشك، التعب النفسي...الخ) تساعدني في قيادة حياتي الشخصية	1
					مشاعري الصادقة (تصديق كلام الآخرين وعدم الشك فيهم ومصارحتهم بالأسرار...الخ) تساعدني علي النجاح	2
					استطيع التحكم في تفكيري السلبي (الشكوك والأفكار المزعجة والمخيفة والذكريات المؤلمة ...الخ)	3
					استطيع السيطرة علي انفعالاتي عند حدوث أمور مزعجة أو بعدها	4
					استطيع التحكم في مشاعري وعواطفني وانفعالاتي وتصرفاتي	5
					أنا هادئ تحت أي ضغوط أتعرض لها	6
					استطيع التخلص من مشاعري السلبية (المزاج السيئ ،الاكتئاب، الشك، التعب النفسي...الخ) بسهولة	7
					استطيع التحول من مشاعري السلبية إلي الايجابية بسهولة	8
					استطيع أن افعل ما احتاجه عاطفيا باردتي	9
					أستطيع استدعاء الانفعالات الايجابية كالمزح والفكاهة بيسر	10
					أنا قادر علي التحكم بمشاعري عند مواجهة أي مخاطر	11
					افقد الإحساس بالزمن عند تنفيذ المهام التي تتصف بالتحدي	12
					تساعدني إحساساتي في اتخاذ قرارات مهمة في حياتي	13
					يظل لدي الأمل والتفاؤل عند التعرض للهزيمة	14
					أجد صعوبة في مواجهة صراعات الحياة ومشاعر القلق والإحباط	15
					أنا حساس لاحتياجات الآخرين	16
					أنا جيد في الاستماع لمشاكل الآخرين	17
					أجيد فهم مشاعر الآخرين	18
					أنا قادر علي قراءة مشاعر الناس من تعبيرات وجوههم	19
					أنا حساس لاحتياجات العاطفية للآخرين	20
					ابدي الاهتمام بأحاسيس الآخرين	21
					استطيع فهم مشاعر الآخرين بسهولة	22
					لدي القدرة علي الإحساس بانفعالات الآخرين	23
					اشعر بالمشاعر والانفعالات التي لا يضطر الآخرون للإفصاح عنها	24
					إحساسي الشديد بمشاعر الآخرين يجعلني مشفقا عليهم	25
					استطيع الشعور بنبض الجماعة والمشاعر التي لا يفصحون عنها	26
					استطيع أن أكافئ نفسي عند حدوث امر مزعج	27
					أنا صبور عندما لا أحقق نتائج سريعة	28
					عندما أقوم بعمل ممل فأنتني استمتع بالعمل	29
					أحاول أن أكون مبتكرا مع تحديات الحياة	30
					انصف بالهدوء عند انجاز أي عمل أقوم به	31
					استطيع انجاز الأعمال المهمة بكل قوة	32
					استطيع انجاز المهام وتركيز عالي	33
					استطيع أن أتحمل الضغوط	34

					35	استطيع تحقيق النجاح حتى تحت الضغوط
					36	استطيع أن انهمك في انجاز أعمالى رغم أي تحدي
					37	استطيع تركيز انتباهى في الأعمال المطلوبة
					38	استطيع أن انحى عواطفى جانبا عندما أقوم بانجاز أعمالى
					39	استطيع احتواء مشاعر الإجهاد التى تعوق أدائى لأعمالى
					40	استخدم الانفعالات السلبية و الايجابية في قيادة حياتى
					41	تساعدنى مشاعرى السلبية في تغيير حياتى
					42	استطيع مواجهة (شكوكى وقلقى وتخوفى) عند اتخاذ قرار يتعلق بى
					43	ترشدنى مشاعرى السلبية إلى كيفية التعامل مع الآخرين
					44	استطيع إدراك مشاعرى الصادقة
					45	استطيع التعبير عن مشاعرى
					46	اعتبر نفسى مسئولاً عن مشاعرى
					47	لا أعطي للانفعالات السلبية أي اهتمام
					48	أدرك بان لى مشاعر رقيقة
					49	يغمرنى المزاج السيئ
					50	لا اغضب إذا صابقتى الناس بأسئلتهم
					51	أنا على دراية بالإشارات الاجتماعية التى تصدر من الآخرين
					52	لا أحد صعوبة فى التحدث مع الغرباء
					53	لدى القدرة على التأثير على الآخرين
					54	اعتبر نفسى موضع ثقة من الآخرين
					55	استطيع الاستجابة لرغبات وانفعالات الآخرين
					56	امتلك تأثيراً قوياً على الآخرين فى تحديد أهدافهم
					57	يرانى الناس بأننى فعال تجاه أحاسيس الآخرين
					58	عندما اغضب لا يظهر على آثار الغضب

الصلابة النفسية

لا تنطبق أبداً	تنطبق أحياناً	تنطبق دائماً	الفقرات	
			مهما كانت العقبات فإننى استطيع تحقيق أهدافى	1
			اتخذ قراراتى بنفسى ولا تملى على من مصدر خارجى	2
			اعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن فى قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	3
			تكمن قيمة الحياة فى ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم	4
			عندما أضع خططى المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدرتى على تنفيذها	5
			اقتحم المشكلات لحلها ولا انتظر حدوثها	6
			معظم أوقات حياتى تضيق فى أنشطة لا معنى لها	7
			يعتمد نجاحى فى أموري (دراسة عمل... الخ) على مجهودى وليس على الحظ أو الصدفة	8
			لدى حب استطلاع ورغبة فى معرفة ما لا اعرفه	9
			اعتقد أن لحياتى هدفاً ومعنى أعيش من أجله	10
			الحياة فرص وليست عملاً وكفاح	11
			اعتقد أن الحياة المثيرة هى التى تنطوي على مشكلات استطيع مواجهتها	12

13	لدي قيم ومبادئ معينة التزم بها وأحافظ عليها
14	اعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه
15	لدي قدرة على المثابرة حين أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني
16	لا يوجد لدي أهداف تدعوني للتمسك بها أو الدفاع عنها
17	اعتقد أن كل ما يحدث لي غالبا هو نتيجة تخطيطي
18	المشكلات تستنفر قواي و قدرتي على التحدي
19	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه
20	لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ
21	اشعر بالخوف والتهديد لِمَا قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث
22	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة
23	اعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دورا هاما في حياتي
24	عندما احل مشكلة أحد منعه في التحرك لحل مشكلة أخرى
25	اعتقد أن البعد عن الناس غنيمة
26	استطيع التحكم في مجرى أمور حياتي
27	اعتقد أن مواجهة المشكلات إظهار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة
28	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر
29	اعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط
30	لدي حب المغامرة والرغبة في اكتشاف ما يحيط بي
31	أبادر بعمل أي شيء اعتقد انه يخدم أسرتي أو مجتمعي
32	اعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي
33	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها
34	اهتم كثيرا بما يجري من حولي من قضايا وأحداث
35	اعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها
36	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممنعة بالنسبة لي
37	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحيها
38	أومن بالمثل الشعبي قيراط حظ ولا فدان شطارة
39	اعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية
40	اشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر لمساعدتهم
41	اعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري حولي من أحداث
42	احترس من تغييرات الحياة ، فكل تغير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي
43	اهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن
44	اخطط لأمر حياتي ولا اتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية
45	التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح
46	أغير قيمي ومبادئني إذا دعت الظروف إلى ذلك
47	اشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث

الملحق الثالث: المقاييس في صورتها الأساسية مقياس الذكاء الوجداني

لا يحدث	يحدث نادرا	يحدث أحيانا	يحدث غالبا	يحدث دائما	الفقرة	
					استطيع التحكم في تفكيري السلبي (الشكوك والأفكار المزعجة والمخيفة والذكريات المؤلمة... الخ)	1
					استطيع السيطرة علي انفعالاتي عند حدوث أمور مزعجة أو بعدها	2
					استطيع التحكم في مشاعري وعواطفني وانفعالاتي وتصرفاتي	3
					أنا هادئ تحت أي ضغوط أتعرض لها	4
					استطيع التخلص من مشاعري السلبية (المزاج السيئ، الاكتئاب، الشك، التعب النفسي... الخ) بسهولة	5
					استطيع التحول من مشاعري السلبية إلي الايجابية بسهولة	6
					أستطيع استدعاء الانفعالات الايجابية كالمرح والفكاهة بيسر	7
					أنا قادر علي التحكم بمشاعري عند مواجهة أي مخاطر	8
					يظل لدي الأمل والتفاؤل عند التعرض للهزيمة	9
					أنا حساس لاحتياجات الآخرين	10
					أنا جيد في الاستماع لمشاكل الآخرين	11
					أجيد فهم مشاعر الآخرين	12
					أنا قادر علي قراءة مشاعر الناس من تعبيرات وجوههم	13
					أنا حساس لاحتياجات العاطفية للآخرين	14
					ابدي الاهتمام بأحاسيس الآخرين	15
					استطيع فهم مشاعر الآخرين بسهولة	16
					لدي القدرة علي الإحساس بانفعالات الآخرين	17
					اشعر بالمشاعر والانفعالات التي لا يضطر الآخرون للإفصاح عنها	18
					إحساسي الشديد بمشاعر الآخرين يجعلني مشفقا عليهم	19
					استطيع الشعور بنبض الجماعة والمشاعر التي لا يفصحون عنها	20
					أنا صبور عندما لا أحقق نتائج سريعة	21
					عندما أقوم بعمل ممل فأني استمتع بالعمل	22
					أحاول أن أكون مبتكرا مع تحديات الحياة	23
					اتصف بالهدوء عند انجاز أي عمل أقوم به	24
					استطيع انجاز الأعمال المهمة بكل قوة	25
					استطيع انجاز المهام وتركيز عالي	26
					استطيع أن أتحمل الضغوط	27
					استطيع تحقيق النجاح حتى تحت الضغوط	28
					استطيع أن انهمك في انجاز أعمالني رغم أي تحدي	29
					استطيع تركيز انتباهي في الأعمال المطلوبة	30
					استطيع أن انحي عواطفني جانبا عندما أقوم بانجاز أعمالني	31
					استطيع احتواء مشاعر الإجهاد التي تعوق أدائي لأعمالني	32
					استخدم الانفعالات السلبية و الايجابية في قيادة حياتني	33
					تساعدني مشاعري السلبية في تغيير حياتني	34
					استطيع مواجهة (شكوكي وقلقي وتخوفي) عند اتخاذ قرار يتعلق بي	35

36	ترشدني مشاعري السلبية إلي كيفية التعامل مع الآخرين				
37	استطيع إدراك مشاعري الصادقة				
38	استطيع التعبير عن مشاعري				
39	لا أعطي للانفعالات السلبية أي اهتمام				
40	أدرك بان لدي مشاعر رقيقة				
41	لا اغضب إذا ضايقتني الناس بأسئلتهم				
42	أنا علي دراية بالإشارات الاجتماعية التي تصدر من الآخرين				
43	لا أجد صعوبة في التحدث مع الغرباء				
44	لدي القدرة علي التأثير علي الآخرين				
45	اعتبر نفسي موضع ثقة من الآخرين				
46	استطيع الاستجابة لرغبات وانفعالات الآخرين				
47	امتلك تأثيرا قويا علي الآخرين في تحديد أهدافهم				
48	يراني الناس بأنني فعال تجاه أحاسيس الآخرين				

الصلابة النفسية

الفقرات	لا تنطبق أبدا	تنطبق أحيانا	تنطبق دائما
1			مهما كانت العقبات فإنني استطيع تحقيق أهدافي
2			اتخذ قراراتي بنفسي ولا تملئ علي من مصدر خارجي
3			اعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها
4			تكمن قيمة الحياة في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم
5			عندما أضع خططي المستقبلية غالبا ما أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها
6			اقتحم المشكلات لحلها ولا انتظر حدوثها
7			معظم أوقات حياتي تضيع في أنشطة لا معنى لها
8			يعتمد نجاحي في أموري (دراسة عمل...الخ) على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة
9			لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا اعرفه
10			اعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من اجله
11			الحياة فرص وليست عملا وكفاح
12			اعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تتطوي على مشكلات استطيع مواجهتها
13			اعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه
14			لدي قدرة على المثابرة حين انتهى من حل أي مشكلة تواجهني
15			لا يوجد لدي أهداف تدعوني للتمسك بها أو الدفاع عنها
16			اعتقد أن كل ما يحدث لي غالبا هو نتيجة تخطيطي
17			لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه
18			اشعر بالخوف والتهديد لِمَا قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث
19			أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة
20			عندما احل مشكلة أحد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى
21			اعتقد أن البعد عن الناس غنيمه
22			اعتقد أن مواجهة المشكلات إظهار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة
23			اعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط
24			لدي حب المغامرة والرغبة في اكتشاف ما يحيط بي
25			أبادر بعمل أي شيء اعتقد انه يخدم أسرتي أو مجتمعي

			اعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي	26
			أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أتق في قدرتي على حلها	27
			اعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها	28
			الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي	29
			الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها	30
			اعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية	31
			اشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر لمساعدتهم	32
			اعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري حولي من أحداث	33
			احترس من تغييرات الحياة ، فكل تغير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي	34
			اهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن	35
			اخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية	36
			التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح	37
			أغير قيمي ومبادئني إذا دعت الظروف إلى ذلك	38
			اشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث	39