

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

م. علاء عبد الأمير صبر

Alaa Abdul Amir n@gmail.com

المديرية العامة لتربية محافظة بغداد / الكرخ الثالثة

الملخص

يرمي هذا البحث الى التعرف على (الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة). استعرض الباحث في الفصل الأول الإطار العام للبحث أما الفصل الثاني تناول الإطار النظري للذكاء الانفعالي والصحة النفسية وبعض النظريات المفسرة ، واستعرض في الفصل الثالث منهج وإجراءات البحث وتمثل مجتمع البحث من طلبة المرحلة المتوسطة في أربعة مدارس التابعة الى تربية الكرخ الثالثة والبالغ عددهم (٢٧٢١) لكلا الجنسين ، أما العينة البحث تم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة حيث كان عدد الذكور (١١٠) طالبا بينما كان عدد الإناث (١٦٢) طالبة ممثلين العينة البالغة (٢٧٢). اعتمد الباحث نظرية بارون في تحديد مفهوم الذكاء الانفعالي وتكون المقياس من (٢٦) فقرة بينما أعد الباحث مقياس الصحة النفسية على ضرورة تحديد المفاهيم البنائية والمنطلقات النظرية الذي يتكون من (٢٩) فقرة أما ثبات المقياس فقد تم بطريقة اعادة الاختبار فكان ثبات المقياس (٨٣،٠)، وباستعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم النفسية والاجتماعية (spss) حيث ظهرت النتائج التالية:

(يتمتع الطلبة بمستوى الذكاء الانفعالي بينما هناك فرق بمتغير الجنس لصالح الاناث كذلك لديهم صحة نفسية وفوارق ذات دلالة عند متغير الجنس لصالح الذكور ، توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية) .

وفي ضوء النتائج تمكن الباحث من وضع مجموعة التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي، الصحة النفسية، الطلبة، التربية.

**Emotional intelligence and its relationship with mental health
among middle school students**

Lect. Alaa Abdul Amir Sabr

Educational Sciences / Foundations of Education

General Directorate of Education of Baghdad Governorate / Third Karkh**Abstract:**

This research aims to identify (emotional intelligence and its relationship to mental health among middle school students). In the first chapter, the researcher reviewed the general framework of the research, while the second chapter dealt with the theoretical framework of emotional intelligence and mental health and some explanatory theories. In the third chapter, he reviewed the research methodology and procedures. The research population consisted of middle school students in four schools affiliated with the Third Karkh Education Directorate, totaling (2721) of both genders. The research sample was selected using simple random sampling, with (110) male students and (162) female students, representing a total sample of (272). The researcher adopted Baron's theory to define the concept of emotional intelligence, and the scale consisted of (26) items. The researcher also developed a mental health scale, emphasizing the need to define structural concepts and theoretical foundations, which comprised (29) items. The scale's reliability was established using the test-retest method, yielding a reliability coefficient of (0.83). The Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) was used.

The following results emerged:

Students possess a high level of emotional intelligence, with a gender difference favoring females. Similarly, they exhibit good mental health, with significant differences favoring males. A statistically significant relationship exists between emotional intelligence and mental health.

Based on these results, the researcher formulated a set of recommendations and suggestions.

Key word: Emotional Intelligence, Mental Health, Students, Education.

الفصل الأول / الإطار العام

مشكلة البحث:

إن المشكلات التعليمية تقف إزاءها المؤسسات التعليمية في ثبات عند القدرات الأكاديمية ولا تتلمس المشاعر والانفعالات لتؤهل الطلبة لأجواء يركزون على المعرفة والمنطق فقط متجاهلة الذكاء الانفعالي. (عبيدات وأبو السميد، ٢٠٠١: ٢٩)

اذ يرى Bourey & miller 2001 أن الأفراد الذين يتمتعون بالذكاء الانفعالي أكثر مرونة وانفتاحاً مع الآخرين ولديهم إحساس كبير بالمسؤولية الاجتماعية وأكثر مهارة في فهم انفعالاتهم الشخصية وهذه الكفاءات تعد مفتاح النجاح في الحياة (Bourey & miller، 2001: 15)

وأشار "BUZAN" إلى وجود علاقة بين الجانب العقلي والجانب الانفعالي. وأكد باحثون آخرون على التجانس والتفاعل بين النظام المعرفي والنظام الانفعالي، ويشير جولمان إلى إن الفرد الذي يعرف انفعالاته ومشاعره وحاجاته ويستطيع ضبطها سوف يشعر بالاستقرار والأمن النفسي وبالتالي يتوافق مع مجتمعه (جولمان، ٢٠٠٠: ٥٩)

إن عملية التفاعل بين الجانب العقلي والانفعالي يمكن إن تظهر وتتلور من خلال الذكاء الانفعالي والذي يعبر عن نفسه في صور سلوكية متعددة منها إدراك الانفعالات الذاتية وإدارتها وإدراك انفعالات الآخرين، وأبرزت نتائج البحوث إن العديد من الأفراد يتفوقون في الدراسة ويحصلون على تقديرات عالية لكنهم لا يحققون بالضرورة النجاح في الحياة العامة ويتفوق عليهم من هم اقل منهم في نسبة الذكاء من الحاصلين على تقديرات ضعيفة ويعززون ذلك إلى تمتع الفئة الأخيرة بالذكاء الانفعالي. (أبو النصر، ٢٠٠٨: ١٠٤)

وفي ضوء كل ما سبق وبما ان الباحث يعمل في الميدان التربوي وما يراه ويتعايش معه في المجال الوظيفي لذلك أراد تسليط الضوء على الجانب الانفعالي والصحة النفسية لما لهما من دور مهم في العملية التربوية والجانب التعليمي لطلبة المرحلة المتوسطة من اجل تحقيق المستوى العلمي .

أهمية البحث:

تبرز أهمية البحث ان الفرد الذكي انفعالياً يعتبر أفضل من غيره في التعرف على انفعالاته وانفعالات الآخرين ولديه قدرة كبيرة على التعبير عن انفعالاته بصورة دقيقة تمنع سوء فهم الآخرين له ، فعندما يغضب فان لديه القدرة على إظهار التعاطف مع الآخرين وفهم وتحليل انفعالاته . (الأعسر وكفافي ، ٢٠٠٠ : ٥١)

من اجل تحقيق أهداف المجتمع وتطلعاته وطموحاته يجب إن يكون هناك عناية بعملية إعداد الطلبة ذلك الإعداد الذي يجب أن يكون إعدادا سليما من خلال استخدام أفضل السبل والوسائل

التي من شأنها إن تضمن النمو السليم في جوانب شخصيتهم باعتبار إن المرحلة الجامعية هي مرحلة إعداد للحياة من جميع النواحي العقلية والوجدانية والمهنية . (المسعودي ، ٢٠٠٢ : ٥) فالوجدان يجعل تفكيرنا أكثر ذكاء فالذكاء الانفعالي يشمل القدرة على إدراك الانفعالات وتقييمها والتعبير عنها والقدرة على فهم الانفعالات والمعرفة الانفعالية وتوليد المشاعر والوصول إليها عندما تيسر عملية التفكير وكذلك تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو الانفعالي والعقلي (خالدة ، ٢٠٠٤ : ١١) .

إن زيادة هذا الذكاء لدى الافراد له تأثيره في ضبط النفس وظهور الانفعالات السلبية من كره وبغض واحتقار وتدبير المؤامرات والعدوانية إلى انفعالات ايجابية من حب وتقدير واحترام وصدق وأمانه (أبو رياش وآخرون ، ٢٠٠٦ : ٢٣٢) .

تشير مظاهر الصحة النفسية إلى توافق الفرد مع ذاته والرضا عنها وتقبلها بكل جوانبها وان يكون لديه مفهوم ايجابي عن ذاته حيث تلعب الأسرة دوراً هاماً في تكوين هذا المفهوم الايجابي عن الذات من خلال تعامل الوالدين و أسلوبهم الايجابي السوي الموجه داخل الأسرة ، كما ويعتبر التوافق الاجتماعي من مظاهر الصحة النفسية الذي يتمثل بإقامة علاقات اجتماعية سليمة والتزام بالتقاليد والعادات والمعايير المتبعة في المجتمع واحترام القوانين وعدم الخروج عنها والتوافق السليم مع الأسرة والشعور بالسعادة وتحقيق الذات واستغلال الإمكانيات الذاتية والقدرة على مواجهة الأزمات والالتزان الانفعالي وتحمل المسؤولية. (رشاد ، ٢٠٠١ : ١٣-٢٢)

والصحة النفسية للفرد هي مفهوم طولي فهي تبدأ منذ الصغر في ضوء حالات الإشباع والإحباط التي يواجهها الصغير من جانب الكبير في الأسرة وتستمر فعاليتها إيجابا وسلبا في ضوء عمليات التطبيع الاجتماعي لفرد في ضوء نوع الخبرات التي يتعرض لها . (ألعبيدي ، ٢٠٠٤ : ٣٣١)

كما إن موضوعات علم الصحة النفسية قديمة قدم الإنسان بحثها قدماء المصريين وفلاسفة اليونان والصين وعلماء وفلاسفة المسلمين واكتملت بنيته وأهدافه في البلاد الإسلامية ، إذ كانت لعلماء المسلمين جهود علمية في تنمية الصحة النفسية وفي الوقاية من الانحراف وفي علاج الاضطرابات الشديدة والخفيفة وألفوا في ذلك الكتب ووضعوا برامج للتنمية والوقاية قبل علم الصحة النفسية في القرن العشرين . (الخزعلي ، ٢٠٠٨ : ٢٢)

من هنا تتضح أهمية البحث والموضوع الذي يروم دراسته حيث يهدف إلى دراسة الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية حيث يعد الذكاء الانفعالي احد الموضوعات الحديثة التي تثري الفكر النفسي .

أهداف البحث: استهدف البحث الحالي التعرف على:

١- التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة المتوسطة .

- ٢- التعرف على الفروق الإحصائية في الذكاء الانفعالي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)
 ٣- التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة.
 ٤- التعرف على الفروق الإحصائية في الصحة النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)
 ٥- التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية لدى المرحلة المتوسطة .

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي ب:

- ١- الحدود البشرية: طلبة المرحلة المتوسطة (متوسطة الوائلي وأبي ذر الغفاري للبنين) ،
 (متوسطة خديجة الكبرى وقبس للبنات) .
 ٢- الحدود المكانية: مدارس تابعة الى المديرية العامة لتربية محافظة بغداد/ الكرخ الثالثة .
 ٣- الحدود الزمانية: العام الدراسي ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ .

تحديد المصطلحات:

أولاً: الذكاء الانفعالي :

- ١- تعريف (الأعسر، 2000): "القدرة على فهم الانفعالات الذاتية و التحكم فيها وتنظيمها وفق فهم انفعالات الآخرين و التعامل في المواقف الحياتية وفق ذلك ". (الأعسر ، ٢٠٠٠ : ٧٨)
 ٢- تعريف (العكايشي، 2003): "بأنّه قابلية الفرد على فهم مشاعره ودوافعه وانفعالاته والتحكم بها وقدرته على فهم مشاعر الآخرين والتعامل بمرونة معهم من خلال امتلاكه لمهارات الاتصال الجيد" (العكايشي، 2003: 22)
 ٣- تعريف (المزروع 2007): "هو السلوك الذي يتسم بعدة خصائص هي الإلتقان والتروي والتفاؤل والتعامل الفعال مع الذات والتعامل الفعال مع الآخرين " (المزروع ، 2007 : 77)
التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الذكاء الانفعالي المعد في هذه الدراسة.
ثانياً: الصحة النفسية :

- ١- تعريف (الزبيدي 2000): " سعي الفرد المتواصل لحالة الوئام والانسجام والاتزان النفسي بينه وبين مجتمعه وبيئته قي أبعاد شخصيته جميعا ومتطلباتها التي تشعره بالرضا والسعادة " (الزبيدي ، 2000 ، ص 21) .
 ٢- تعريف الخالدي (2001): "تنظيم متسق بين عوامل التكوين العقلي وعوامل التكوين الانفعالي للفرد، يسهم هذا التنظيم في تحديد استجابات الأفراد الدالة على اتزانه الانفعالي، وتوافقه الشخصي والاجتماعي، وتحقيق ذاته" (الخالدي، 2001، ص33).
 ٣- تعريف بيون (2005): "حالة من الانسجام والتكامل في الأبعاد الأربعة المكونة لشخصية الطفل: الجسمية، والنفسية، والعقلية، والاجتماعية. والتي تمكنه من التوافق المتواصل مع نفسه، ومع الآخرين، وتشعره بالاطمئنان والسعادة". (بيون، 2005، 22)

التعريف الاجرائي: الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابة أفراد العينة على فقرات مقياس الصحة النفسية الذي اعتمده الباحث لهذا الغرض.

ثالثاً: **طلبة المرحلة المتوسطة** : (وزارة التربية، ١٩٨١): الطلبة الذين يدرسون المرحلة التي تتوسط مرحلتي التعليم الابتدائي والتعليم الإعدادي، ومدة الدراسة فيها ثلاث سنوات، وتضم الطلبة، الذين تكون أعمارهم بين (١٢ - ١٥) سنة (وزارة التربية، ١٩٨١، ٩١) .
الفصل الثاني/ إطار نظري ودراسات سابقة

يتضمن هذا الفصل على محورين يتعلق المحور الأول بالإطار النظري لمفهوم الذكاء الانفعالي أما المحور الثاني الذي يتضمن نظريات علم النفس ودراسات سابقة تناولت القيادة .

المحور الأول : مفهوم الذكاء الانفعالي Emotional Intelligence

تعددت وتتنوع التسميات التي أطلقت على هذا المفهوم فالبعض يسميه بالذكاء الوجداني والبعض الآخر يسميه الذكاء العاطفي وفريق ثالث يسميه الذكاء الانفعالي وفريق رابع يسميه بذكاء المشاعر وان هذه التسميات اقرب معنى إلى ما هو مصطلح عليه في اللغة الانكليزية Emotional Intelligence (يونس، ٢٠٠٤: ٣١٣)

الانفعال هو حالة طارئة يضطرب فيها الإنسان جسماً ونفساً ثم لا يلبث إن يهدأ بعد زوال المؤثر للانفعال كانهفعال الغضب وما فيه من صدمة مفاجئة ما تلبث ن تنطفئ ومثله انفعال الفرح والخوف أما العاطفة فهي انفعال هادئ صامت يخترق أعماق النفس فيدوم طويلاً ويسري في الشعور ويغتنى ويتعمد ويسيطر على صاحبه ، وقد شبه (كانت) الانفعال بالسيل الجارف يطغى على ما يصادفه ثم ما يلبث إن يهدأ أما العاطفة فهي أشبه بنهر صغير يحفر مجراه بعمق وصمت واستقرار (الرحو، ٢٠٠٥: ٦٢)

النظريات التي فسرت الذكاء الانفعالي:

١- نظرية بارون Baron Theory 1988

يعد روفين بارون أشهر من عمل وفق النموذج المختلط والذكاء العاطفي هو توسيع لمفهوم الذكاء العاطفي كما قدمه نموذج القدرات حيث انه يرتبط بالمكونات الانفعالية والشخصية والاجتماعية للفرد ففيه تتكامل محاور فهم الذات والآخر وبناء العلاقات مع الآخرين والتكيف مع التغيرات البيئية والاجتماعية المحيطة وإدارة العواطف . (Baron، 1: 2000)

عمل بارون إلى توسيع مفهومه عن الذكاء الانفعالي ليشمل البعدين الانفعالي والاجتماعي وطور مقياساً للذكاء الانفعالي والاجتماعي (Baron، 2: 2000) . ويرى انه بالإمكان تقييم قدرة الفرد على التعامل مع العالم المحيط به من خلال استخدام إنموذجه الخاص بقائمة بارون للمهارات الاجتماعية والانفعالية المترابطة فيما بينها والمؤثرة في السلوك الذهني ويعد هذا المقياس على غرار الكثير من اختبارات معدل الذكاء التقليدي إذ إن الدرجة ١٠٠ هي المتوسط وتمثل

الدرجات التي تفوق عن المتوسط نقاط القوة في حين تمثل الدرجات التي تقل عن ١٠٠ درجة نقاط الضعف لدى الفرد ولدى الجماعات معا Ellis،(2:2001)

حدد بارون خلال إنموذجه الذي قدمه خمسة مكونات رئيسية للذكاء الانفعالي وهي كالآتي

أ - الكفاءة الشخصية ب- الكفاءة البينشخصية ج- مهارة إدارة الضغوط

د- مهارة التكيفية ه- كفاءات المزاج العام

وكل مكون من هذه المكونات يتكون من مكونات فرعية وهي :

أ - الكفاءة الشخصية **Intrapersonal** وتضم خمس مهارات هي

١- مهارة فهم الذات الانفعالي وهي القدرة الفهم والتمييز بين المشاعر والانفعالات لمعرفة مسببات تلك المشاعر وخلفياتها .

٢- المهارة التوكيدية وتعني القدرة على تعبير الافكار وتتكون التوكيدية من ثلاث مهارات هي:

- المهارة في التعبير عن المشاعر

- المهارة في التعبير عن الأفكار

- مهارة الدفاع عن الحقوق الشخصية .

٣- مهارة تقدير الذات وهي المهارة في احترام وتقبل الذات على إنها خيرة بطبيعتها واحترام الذات يكون بتقبلها وحبها كما هي وتقبل الجوانب الموجبة والسلبية المدركة وجوانب الضعف والقوة فيها .

٤ - مهارة تحقيق الذات قدرة الفرد لمعرفة الإمكانيات وسعيه في تحقيق الأهداف .

٥ - مهارة الاستقلالية وهي التوجيه والتحكم ذاتياً في التصرفات والبعد عن الاعتماد العاطفي على أي شخص سواء في التخطيط او في اتخاذ القرارات الهامة . (Cory 2002، 2)

ب- الكفاءة البينشخصية (الاجتماعية) وتتضمن ثلاث مكونات هي

-مهارة التعاطف وهي المهارة في وعي وفهم مشاعر الآخرين وتقديرها أي المقدرة على قراءة الآخرين عاطفياً ومراعاتهم والاهتمام بهم والاندفاع لمساعدتهم .

-مهارة العلاقات البينشخصية وهي المهارة في إقامة علاقات تفاعلية مرضية والحفاظ عليها مع الآخرين .

(Baron،17:2000)

ج- مهارة إدارة الضغوط **Stress Management** وتتضمن مكونين هما:

- مهارة تحمل الضغوط وهي المهارة التي تقهر ويجب التعامل معها بإيجابية وفاعلية دون الاستغراق فيها ، ولامتلاك هذه المهارة ينبغي على الفرد إن يمتلك ذخيرة من الاستجابات الملائمة للمواقف الضاغطة ولديه القدرة على مواجهة الصعوبات بهدوء دون هيجان .

د- مهارة التكيفية **Adaptability** وتتجلى في:

- المرونة هي مهارة الفرد في تكيف انفعالاته و أفكاره وسلوكه مع المواقف والشروط المتغيرة وهي المهارة في التوافق مع الظروف غير المألوفة وغير المتوقعة والمتغيرة .

- تشخيص المشكلات ووضع الحلول الفعالة لمعالجتها وتنفيذها . (سيف، ٢٠٠١ : ٣٢)
٢- نظرية دانيال جولمان ١٩٩٥ :

دانيال جولمان Golman سيكولوجي وصحفي قد استند في ذلك على نتائج استمرت لسنوات طويلة قام بها علماء النفس أمثال سترنبرغ جاردينر و ماير وسالوفي ويرى جولمان إن المخ الانفعالي ينشطه الأمن ويحجمه التوتر وتمثل العواطف والانفعالات جزءا هاما في البناء النفسي للإنسان وان المنظومة الوجدانية في تركيبه الإنسان معقدة وشديدة المقاومة للتغيير وهي تحدد معالم الشخصية الإنسانية منذ وقت مبكر من حياة الإنسان وان كم الألياف العصبية وعددها المتجه من المراكز الوجدانية للمخ إلى المراكز المنطقية يفوق كثيرا التي تسير في الاتجاه المعاكس ويعني ذلك إن تأثير الانفعال والوجدان على السلوك يفوق تأثير العمليات المنطقية على السلوك والتعلم (Golman، 28: 1995) ويؤكد كذلك بان العقل الوجداني أو الانفعالي ليس هائما في الفراغ ولكنه يستند إلى تركيب تشريحي ووظائف فسيولوجية واضحة فهناك ما يسمى بالجهاز أو النظام الطرفي وهو ما يقع في المنطقة الوسطى من المخ إذ يليه القشرة المخية ويليه من الأسفل جذع المخ وفي وسط الجهاز الطرفي وهو المكان المخصص في المخ للاحتفاظ بالمشاعر المتعددة (جولمان ، ٢٠٠٠ : ٣٢)

ويذكر جولمان في كتابه الذكاء الانفعالي بان هناك خمسة مكونات للذكاء الانفعالي هي :

- أ- الوعي الذاتي .
- ب- إدارة الانفعالات .
- ج- الدافعية .
- د- التعاطف .
- هـ- المهارات الاجتماعية .

أ- الوعي الذاتي : وهو الفهم الذاتي للمشاعر وطريقة تأثير الأداء للمساعدة في معالجة الردود الانفعالية لجعلها متناسبة للمواقف وكيف تؤثر في دقة التقييم للذات وإدراك حدودها وتحسين العمل مع الآخرين على اتم وجه بدون قصور (رزق ، ٢٠٠٣ : ٧٩)

ب- إدارة الانفعالات **Management of Emotional** : وتعني تحقيق التوازن الانفعالي من خلال ضبط الانفعالات بصورة مستمرة وتهذيب النفس والابتعاد عن مصادر الانفعال والتعامل مع الحالة السيئة بأسلوب بناء لتحقيق الاستقرار النفسي (الناشي، ٢٠٠٥ : ٥٤) .

ج- الدافعية **Motivation** : وتعني توجيه انفعالات الفرد نحو هدف ما يعرف خطواته خطوة خطوة ويسعى إلى تحقيقه ويعد الأمل مكوناً أساسياً في الدافعية . (الأعرس وكفافي ، ٢٠٠٠ : ٦٩) .

د- **التعاطف Empathy**: تعني الشخص المتعاطف قادر على القراءة الذاتية لمشاعر وانفعالات الآخرين بدقة من اصواتهم وتعابير الوجه وكيفية التوحد معهم في الافكار والمشاعر ومعايشة مشاكلهم وايجاد الحلول لها (معمرية ، ٢٠٠٥ : ٤٧).

هـ- **المهارات الاجتماعية Social Skills**: وتعني التأثير الايجابي والقوي على الآخرين لفهم المشاريع والانفعالات ومعرفة كيف يقادون ومن يتبعون ويساندون وامكانية اقناعهم والتفاوض لحل النزاعات وقيم التعاون والعمل الجماعي وغالبا ما يكون لديهم اصدقاء كثيرون ويتمتعون بمستويات عالية من النجاح (Barent)، (15 : 2005

المحور الثاني: مفهوم ونظريات علم النفسي Mental Health

لم يعرف الإنسان النفس كما عرفها في الوقت الحاضر من حيث كونها مصطلحا نفسيا له دلالاته، فلا توجد لغة في العالم سواء أكانت قديمة أم حديثة وعلى اختلاف الحضارات ألا واستخدمت ألفاظا مثل أنا، ونفسي، ولي، والتي تدل على كنه النفس . (الجيزاني، ٢٠٠٥ : ٢٨) وطبقاً لذلك فإن الاستقرار النفسي عند أفلاطون يتحقق عن طريق التوازن بين قوى النفس الداخلية، إذ يتوقف استقرار النفس واطمئنانها على نجاح النفس الشهوانية، أما أرسطو فقد عد النفس والجسم مركب واحد، فالنفس مشتقة من التنفيس، باعتبار النفس جسم لطيف به تكون حياة الجسم فطالما أن الجسم يتنفس فهو حي، ووجد أن الاستقرار النفسي لا يتحقق إلا بالفضيلة، فالخير الأسمى هو السعادة (عباس، ٢٠٠٢ : ١٢٣)

أولاً : التحليل النفسي Psychoanalysis theory :

قدم هذه النظرية عالم النفس فرويد ((Freud (1856 – 1939) وهي من النظريات التي بنيت أساساً لدراسة الشخصية، ووصف الصراع بين ضوابط البيئة وإشباع حاجات الفرد، وتوفير مجتمع يشبع حاجات الفرد .

ويرى فرويد (Freud) أن الشخصية تتألف من ثلاث وظائف ترتبط بثلاثة أنظمة، والوظيفة الأولى وهي التي ترتبط بمنظمة الهو (Id) التي ترتبط بالدوافع الفطرية التي يولد الفرد مزوداً بها، وهي تمثل الطاقة الأساسية للسلوك عند الإنسان، وهي تدفعه إلى النشاط والحركة لإشباع الدوافع . (المليجي، ٢٠٠١، ص ٦١)

أما الوظيفة الثانية في الشخصية فهي الوظيفة "العاقلة" أو وظيفة "التحكم وال ضبط" أي الوظيفة التي يمكن أن تبصر الفرد بعواقب سلوكه وهي الوظيفة المرتبطة بجهاز أو منظمة "الأنا" Ego" والانا هي مدير الشخصية أو متخذ القرار فيها ، أما الوظيفة الثالثة فهي وظيفة الرقابة والردع، وترتبط هذه الوظيفة بجهاز أو منظمة "الأنا الأعلى Superego" التي تشير إلى

وظيفة المثل العليا والقيم الخلقية في حياتنا . حيث يستدخل الفرد هذه المثل وتلك القيم أثناء عملية التنشئة والتربية ولمنظمة الأنا الأعلى خاصة مراقبة سلوك الفرد ولومه أو لوم جهاز الأنا إذا فشل في الالتزام بالقيم الخلقية . (فتوحى، ١٩٩٤، ص ٥٢ - ٥٣)

وفي ضوء وجهة نظر التحليل النفسي في تقسيم الشخصية إلى ثلاثة أجهزة نفسية (الهو - الأنا - الأنا الأعلى) وتحديد وظائف كل منها، نجد أن (الأنا) عليه أن يحقق توافق الشخصية وان يقوم بالحيل الشعورية واللاشعورية لتحقيق التوافق . فالأنا يسيطر على الحركات الإرادية، نتيجة للعلاقة السابقة التكوين بين الإدراك الحسي والفعل العضلي، كما يقوم بمهمة حفظ الذات، وهو يؤدي هذه المهمة بان يتعلم معالجة المثيرات الخارجية في البيئة المحيطة به مجتمع أو أسرة فيدخر خبرات تتعلق بها (في الذاكرة) ويتفادى المثيرات المفرطة في القوة (بالهرب)، ويستقبل المثيرات المعتدلة (بالتكيف) . وهو يتعلم أخيراً تعديل العالم الخارجي تعديلاً يعود عليه بالنفع (النشاط) . (طه، ١٩٨٠، ص ٢٥)

ثانياً : نظرية الأبعاد الثلاثة :

قدم هذه النظرية العالم السويدي شوتز (Schutz 1955) وفق منطلق التحليل النفسي، إذ أكد على انسجام سلوك الفرد وخصائص الأسرة التي ينتمي إليها، يتم في ضوء الحاجات الاجتماعية الأسرية التي يشترك الأفراد فيها فيما بينهم، ويرى أن جميع الأفراد يمتلكون الخصائص التي تتكون في مرحلة الطفولة من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية في أسرهم ويوجز شوتز (Schuts) هذه الخصائص بما يلي :

١. **التضمين In elusion** : يعني حاجة الفرد لان يكون بصحبة الآخرين ويتجسد من خلال سلوكيات محددة مثل القبول والاستحسان الاجتماعي، جذب الانتباه، السعي للحصول على المكانة والشهرة .

٢. **السيطرة Control** : وتعني القدرة على اتخاذ القرارات أثناء عملية التفاعل الاجتماعي.

٣. **العاطفة Affection** : وهي أن العلاقة بين الأفراد تقوى بواسطة الحب، وان الشخص الذي يكون بحاجة للحب يوثق علاقته الحميمة مع أفراد الأسرة في عملية تعكس التوافق بحيث لا يستطيع الفرد أن يحيا بعيداً عن الآخرين . (Schuts، 1970، p422)

وقد أكد شوتز (Schuts) أن هذه الحاجات تكون مسؤولة عن ارتباط الأفراد بعلاقات أسرية متماسكة، كما أن عملية الإشباع لهذه الحاجات في فترة الطفولة، تلعب دوراً كبيراً في حياة الفرد ولها الأثر في بناء شخصيته في الكبر، فالفرد الذي يحصل على إشباع كافٍ لهذه الحاجات في فترة الطفولة يشعر برضى في علاقته مع الآخرين، ويتولد لديه ميل لتوثيق العلاقة أكثر مع أسرته، بحيث يرى أن الأسرة هي الإطار المرجعي الذي يلجأ إليه الفرد عند تعرضه إلى أي نوع من الخطر وهذا يفسر توافق الفرد مع أسرته، أما الفشل في الإشباع الكافي في فترة الطفولة لهذه

الحاجات، فيؤدي إلى قيامه بسلوك تجنبى يبتعد من خلاله عن الآخرين وهذا يدل على سوء التوافق الأسرى . (الخالدي، ٢٠٠٨، ص ٢٩)
دراسات سابقة:

١-دراسة (الناشي ٢٠٠٥): (الذكاء الانفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المدرسين)

- هدف الدراسة : مستوى الذكاء الانفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المدرسين والفرق بين المتغيرين وفقا لمتغيري الجنس والعمر لدى المدرسين .
- عينة الدراسة: تألفت عينة الدراسة من ٤٠٠ مدرس ومدرسة موزعين على مديريات تربية بغداد

-أدوات الدراسة: قامت الباحثة ببناء أداة لقياس الذكاء الانفعالي وأداة لقياس فاعلية الذات .

-الوسائل الإحصائية:الحقيبة الاحصائية (spss)

-النتائج : إن المدرسين يمتلكون ذكاء انفعالي دال إحصائيا ويمتلكون فاعلية دالة إحصائيا وتوجد علاقة ارتباطيه بين الذكاء الانفعالي وفاعلية الذات تبعا لمتغير الجنس والفئات العمرية .
(الناشي، ٢٠٠٥، ز-١٠٥)

٢-دراسة (مغربي ٢٠٠٨):

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة المهنية لدى عينة من معلمي المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة .

-أهداف الدراسة : مستوى العلاقة بين الذكاء الانفعالي والكفاءة المهنية .

-عينة الدراسة :تألفت عينة الدراسة من ١٤٦ معلماً من الذين يدرسون في المدارس الثانوية الحكومية والأهلية في التعليم العام بمدينة مكة المكرمة خلال الفصل الدراسي الثاني .

-أدوات الدراسة :قام الباحث باستخدام مقياس الذكاء الانفعالي لعثمان وعبد السميع ٢٠٠١ ومقياس والكفايات من إعداد الباحث .

-الوسائل الإحصائية : معامل الارتباط ، معامل ألفا كرونباخ ، تحليل التباين ، معامل الانحدار.

-نتائج الدراسة :توصلت الدراسة إلى إن أكثر الكفايات توفرا لدى المعلمين هي الكفايات الشخصية يليها الكفايات الاجتماعية ثم الكفايات المهارية فالكفايات المعرفية وقلها الكفايات الإنتاجية،توجد علاقة ارتباطيه بين الذكاء الانفعالي ومكوناته والكفاءة المهنية وأبعادها .(مغربي

، ٢٠٠٨، ٢-٩٢)

مدى إفادة الدراسات السابقة للبحث الحالي:

١- كتابة الإطار النظري والمتعلق بمفهوم إدمان الإنترنت والتوافق النفسي .

٢- استخدام المنهج والأسلوب الذي اتبعته بعض الدراسات السابقة.

٣- الاطلاع على المصادر والمراجع المختلفة التي تتناسب مع البحث الحالي.

٤- توضيح الخطوط العلمية في بناء استبيان البحث والوسائل الإحصائية وتفسير النتائج.

الفصل الثالث/ منهجية البحث وإجراءاته

إجراءات البحث:

تم في هذا الفصل إستعراض الإجراءات التي قام بها الباحث لتحقيق أهداف البحث الحالي وتحديد المجتمع وإختيار عينة ممثلة له، وأعداد اختبارين لهما صفتي الصدق والثبات ومن ثم

استخدام الوسائل الاحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها إحصائياً وكما يأتي :-

أولاً: منهج البحث :-

اعتمد الباحث المنهج الوصفي لكونه أنسب المناهج وأكثرها ملاءمة لدراسة العلاقة الارتباطية بين المتغيرات، فالبحث وفق هذا المنهج (الوصفي) الذي يعني استقصاء ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الواقع بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر أخرى ، وهذا ما يقوم به الباحث في منهاج بحثه من جمع المعلومات والحقائق وتطبيق المقياس .

ثانياً: مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة المتوسطة في اربعة مدارس تابعة الى مديرية تربية بغداد / الكرخ الثالثة ولكلا الجنسين للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥)، وبلغ عدد الطلبة الذكور (١٠٩٩) طالب، بينما بلغ عدد الطلبة الاناث (١٦٢٢) طالبة يمثلون مجتمع البحث الحالي و الجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) يمثل مجتمع البحث ونسبته المئوية

العدد	الجنس	مجتمع البحث
٥٣٢	ذكور	متوسطة الوائلي للبنين
٥٦٧	ذكور	متوسطة ابي ذر الغفاري للبنين
٨٤٣	أناث	متوسطة خديجة الكبرى للبنات
٧٧٩	أناث	متوسطة قبس للبنات
٢٧٢١		المجموع

ثالثاً: عينة البحث:-

ان عينة تمثل جزء من المجتمع الأصلي المعني بالبحث والدراسة، وقد اعتمد الباحث الطريقة الطبقية العشوائية البسيطة في اختياره عينة البحث من طلبة المرحلة المتوسطة وبواقع (١٠%)، لذلك فقد بلغت عينة البحث (٢٧٢) مثلت مجتمع البحث الكلي حيث كان عدد الذكور (١١٠) طالب بينما بلغ عدد الإناث (١٧٢) طالبة ، والجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢) يمثل عينة البحث

العدد	الجنس	مجتمع البحث
٥٣	ذكور	متوسطة الوائلي للبنين
٥٧	ذكور	متوسطة ابي ذر الغفاري للبنين
٨٤	أناث	متوسطة خديجة الكبرى للبنات
٧٨	أناث	متوسطة قيس للبنات
٢٧٢		المجموع

رابعاً : أدوات البحث:

أولاً - مقياس الذكاء الانفعالي :

تم تحديد الخطوات اللازمة لتحديد المقاييس الشخصية التي تم الاعتماد عليها كالتالي :

- أ- اعتمد الباحث نظرية بارون في تحديد مفهوم الذكاء الانفعالي .
 ب- الجمع بين المنهج المنطقي أو العقلي ومنهج الخبرة في إعداد المقياس، حيث أن هذا الجمع يقابل ما استخلصه الباحث من الأدبيات والدراسات السابقة .

أ- صياغة الفقرات:- إعداد الفقرات لقياس مفهوم الذكاء الانفعالي في ضوء النظريات والاطار ودراسات سابقة حيث تم صياغة الفقرات بلغت (٢٦) فقرة لكل مجالات المقياس (الكفاءة الشخصية ، الكفاءة البينشخصية ، مهارة إدارة الضغوط ، مهارة التكيفية ، كفاءات المزاج العام) وحددت خمس بدائل للإجابة على الفقرات وهي (تنطبق علي دائماً - تنطبق علي غالباً - تنطبق علي احياناً - تنطبق علي نادراً - لا تنطبق علي ابداً) .

ب - صدق الاداة :

تم إجراء اعتماد الصدق الظاهري للتأكد من الصدق لأداة البحث عن طريق عرض فقرات المقياس بصيغته الاولية الاستاذة المحكمين في علم النفس للحكم على صلاحية المعايير وقد عد الباحث موافقة المحكمين على المقياس بدرجة (٨٣ %) دلالة على صدق الاداة ليكون بصورته النهائية (٢٦) معيار كما هو موضح في ملحق (١) .

ج- ثبات المقياس:

للتأكد من ثبات الأداة قام الباحث بحساب معامل الثبات لعينة عشوائية وعددها (٣٢) طالب وطالبة من عينة البحث، تم إعادة تطبيق الاختبار بعد اسبوعين مرة ثانية للعينة نفسها ، وتصحيح الاجابات وباستعمال اختبار (كأ) بين درجات الاختبارين الاول والثاني للمقياس ، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (٨٢،٠) وتعد هذا القيمة مقبولة .

د- تصحيح المقياس: تكون مقياس إدارة الانفعالات من (٢٦) فقرة امام كل منها خمسة بدائل هي (تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي غالباً ، تنطبق علي احياناً ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق علي ابداً) عند تصحيح اوزانها (٥،٤،٣،٢،١) للفقرات الايجابية، و(١،٢،٣،٤،٥).

للفقرات السلبية، وبذلك تكون اعلى درجة يمكن الحصول هي (١٣٠) درجة وادنى درجة هي (٢٦) درجة .

ثانياً - مقياس الصحة النفسية :

استند الباحث في بناء المقياس على ضرورة تحديد المفاهيم البنائية والمنطلقات النظرية التي يعتمد عليها الباحث في بناء المقياس قبل البدء بالخطوات العملية لبنائه لذلك تألف المقياس من خمسة مجالات وهي: (مفهوم الذات ، الثبات الانفعالي ، التفكير العلمي ، الحاجات النفسية ، المسؤولية الاجتماعية)

أ- صياغة الفقرات:- لغرض صياغة فقرات مقياس مفهوم الذكاء الانفعالي على وفق مكوناته بالاعتماد على الاطار النظري والادبيات والدراسات السابقة تم صياغة مجموعة من الفقرات بلغت (٢٩) فقرة لكل المجالات المكونة للمقياس. وحددت خمس بدائل للإجابة على الفقرات وهي (تنطبق علي دائماً - تنطبق علي غالباً - تنطبق علي احياناً - تنطبق علي نادراً - لا تنطبق علي ابدأ) .

ب - صدق الاداة :

تم إجراء اعتماد الصدق الظاهري للتأكد من الصدق لأداة البحث عن طريق عرض فقرات المقياس بصيغته الاولية الاستاذة المحكمين في علم النفس للحكم على صلاحية المعايير وقد عد الباحث موافقة المحكمين على المقياس بدرجة (٨١ %) دلالة على صدق الاداة ليكون بصورته النهائية (٢٩) معيار كما هو موضح في ملحق (٢) .

ج- ثبات المقياس:

للتأكد من ثبات الأداة قام الباحث بحساب معامل الثبات لعينة عشوائية وعددها (٣٥) طالب وطالبة من عينة البحث، تم إعادة تطبيق الاختبار بعد اسبوعين مرة ثانية للعينة نفسها ، وتصحيح الاجابات وباستعمال اختبار (كا^٢) بين درجات الاختبارين الاول والثاني للمقياس وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (٨٤،٠) وتعد هذا القيمة مقبولة .

د- تصحيح المقياس: تكون مقياس الصحة النفسية من (٢٩) فقرة امام كل منها خمسة بدائل هي (تنطبق علي دائماً - تنطبق علي غالباً - تنطبق علي احياناً - تنطبق علي نادراً - لا تنطبق علي ابدأ) عند التصحيح تأخذ الاوزان (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات الايجابية، و(١،٢،٣،٤،٥). للفقرات السلبية، وبذلك تكون اعلى درجة يمكن الحصول هي (١٤٥) درجة وادنى درجة هي (٢٦) درجة .

ثالثاً- التطبيق النهائي للمقياس :

بعد اكمال اجراء المقياسين والتأكد من الصدق والثبات قام الباحث بتطبيق الاداة بصيغته النهائية وكما موضح في الملحقين رقم (١) و (٢) يوضح ذلك، وقد تم تطبيق البحث على

عينة الدراسة البالغة (٢٧٢) طالب وطالبة في المدارس التي مثلت مجتمع البحث الحالي ، وقد استغرقت فترة التطبيق (٨ / ١ / ٢٠٢٥ - ١٧ / ٢ / ٢٠٢٥).
رابعاً : الوسائل الاحصائية :

استعان الباحثة بالحقيبة الإحصائية (SPSS) لتحليل البيانات سواء في بناء المقياس او بتحليل البيانات النهائية، وقد استعمل الوسائل الإحصائية الآتية:

- معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient استعمل في حساب الثبات ولإيجاد معامل الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الذكاء الانفعالي ولإيجاد العلاقة بين متغير الذكاء الانفعالي والصحة النفسية.

- معادلة سبيرمان براون Spearman-Brown formula استعمل لتصحيح معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الذكاء الانفعالي .

- مربع كاي / استعمل لاستخراج درجة اتفاق الخبراء على مقياسي الذكاء الانفعالي والصحة النفسية .

- الاختبار التائي لعينة واحدة T-Test for one - Sample case استعمل في إيجاد دلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي والانحراف المعياري لعينة البحث على مقياسي الذكاء الانفعالي والصحة النفسية.

- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T-Test for two Independent Sample استعمل في حساب القوة التمييزية لمقياسي الذكاء الانفعالي والصحة النفسية في ايجاد فرق متغير الجنس (ذكور ، إناث) .

الفصل الرابع/ عرض النتائج وتفسيرها (استنتاجات - توصيات - مقترحات)

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصل اليها البحث الحالي على وفق أهدافه وتفسيرها.

الهدف الاول : التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة المتوسطة .

بعد التطبيق الاحصائي للمقياس ظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي للعينة قد بلغ (١٦٠.٥٠٣٧) درجة والانحراف المعياري قدره (٨.٤٢٩٧٧) درجة بإستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ظهرت القيمة التائية المحسوبة بلغت (١٥٢.١٥٢) درجة وهي أكبر من القيمة الجدولية (٩٦،١) درجة فهي داله احصائياً عند مستوى الدلالة (٠،٥،٠) كما موضح بالجدول

جدول (٣) قيم المتوسطات والانحراف والمحسوبة والجدولية على مقياس الذكاء الانفعالي

عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
			المحسوبة	الجدولية		
٢٧٢	١٦٠.٥٠٣٧	٨.٤٢٩٧٧	١٥٢.١٥٢	١٠٩٦	٠،٥٠٥	دالة

الهدف الثاني: الفروق في مستوى الذكاء الانفعالي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، أناث) .
لتحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات العينة وفق متغير الجنس حيث بلغ وسط الذكور (١٥٩.١٤٥٣) والانحراف المعياري (٨.٩٣٥٥٦) بينما بلغ وسط الإناث (١٦١.١٤٩٢) والانحراف المعياري (٨.١١١٧٤) على مقياس الذكاء الانفعالي وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وقد ظهرت القيمة التائية (٢.٥٨٠) المحسوبة وهي أكبر من الجدولية (٩٦،١) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث ولصالح الإناث والجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول(٤) يوضح دلالة الفروق في الذكاء الانفعالي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث).

الدلالة الاحصائية	الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	الجنس	الذكاء الانفعالي
		الجدولية	المحسوبة					
داله	٠,٠٥	١,٩٦	٢,٥٨٠	٨.٩٣٥٥٦	١٥٩.١٤٥٣	١١٠	ذكور	
				٨.١١١٧٤	١٦١.١٤٩٢	١٦٢	إناث	

الهدف الثالث : التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة .
بعد تطبيق المقياس على عينة البحث اظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي لدرجات افراد العينة قد بلغ (١٢٤.٨١) درجة وبانحراف معياري قدره (١٧.٢٤) درجة وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (٧.٤٦٢) درجة وهي أكبر من القيمة الجدولية (٩٦،١) درجة فهي داله احصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٥٠) كما موضح بالجدول (٥) .

جدول(٥) قيم المتوسطات والانحراف والمحسوبة والجدولية على مقياس الصحة النفسية

الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة
		الجدولية	المحسوبة			
دالة	٠,٠٥	١,٩٦	٧,٤٦٢	١٧,٢٤	١٢٤,٨١	٢٧٢

الهدف الرابع: الفروق في مستوى الصحة النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، أناث) .
لتحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات العينة وفق متغير الجنس حيث بلغ وسط الذكور (١٢٨.٤٦) وبانحراف (١٧.٥٤) بينما بلغ وسط الإناث (١٢١.١٦) وبانحراف (١٦.١٩) على مقياس الصحة النفسية وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وقد ظهرت القيمة التائية (٣.٨٦٨) المحسوبة وهي أكبر من الجدولية (٩٦،١) مما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث ولصالح الذكور والجدول (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦) يوضح دلالة الفروق في الصحة النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث).

الدلالة الاحصائية	الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	الجنس	الصحة النفسية
		الجدولية	المحسوبة					
				١٧.٥٤	١٢٨.٤٦	١١٠	ذكور	
داله	٠,٠٠٥	١,٩٦	٣.٨٦٨	١٦.١٩	١٢١.١٦	١٦٢	أناث	

الهدف الخامس : التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية لدى المرحلة المتوسطة .

لتحقيق هذا الهدف تم معامل ارتباط بيرسون وقيمة فيشر لدرجات العينة وفق متغير الجنس حيث بلغ معامل الذكور (٢٢١,٠٠) بينما بلغت فيشر (٢٢٥,٠٠) وبلغ معامل الاناث (٤٥٢,٠٠) بينما بلغت فيشر (٤٨٧,٠٠) وقد ظهرت القيمة التائية (٥١٨,٢) المحسوبة وهي أكبر من الجدولية (٩٦,١) مما يعني وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية ولصالح الاناث والجدول (٧) يوضح ذلك .

جدول (٧) يوضح دلالة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث).

الدلالة الاحصائية	الدلالة	القيمة التائية		قيمة فيشر المعيارية	معامل الارتباط بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية	العدد	الجنس	العلاقة
		الجدولية	المحسوبة					
				٠,٢٢٥	٠,٢٢١	١١٠	ذكور	
داله	٠,٠٠٥	١,٩٦	٢.٥١٨	٠,٤٨٧	٠,٤٥٢	١٦٢	أناث	

الاستنتاجات:

- ١- يوجد مستوى عال من الذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة المتوسطة .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الذكاء الانفعالي وفق متغير الجنس لصالح الإناث .
- ٣- ان طلبة المرحلة المتوسطة يتمتعون بمستوى الصحة النفسية .
- ٤- توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحة النفسية وفق متغير الجنس لصالح الذكور .
- ٥- وجود دلالة احصائية للعلاقة ما بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية .

التوصيات:

- ١- اقامة ندوات تتناول موضوع الذكاء الانفعالي والصحة النفسية وأثرهما في التعامل والنجاح .

- ٢- تضمين مواضيع علم النفس إلى المناهج الدراسية في المرحلة الثانوية .
 ٣- إعداد برامج تربوية ونفسية متخصصة تتناول أثر الذكاء الانفعالي والصحة النفسية في مواجهة ضغوطات الحياة .

المقترحات:

- ١ - إجراء دراسة تخص الذكاء الانفعالي والصحة النفسية لدى شرائح وعينات مختلفة من المجتمع .
 ٢- إجراء دراسة تتناول الذكاء الانفعالي وعلاقته بمتغيرات أخرى تمثل جوانب نفسية وشخصية .

المصادر العربية

١. أبو النصر، مدحت محمد (٢٠٠٨) : تنمية الذكاء العاطفي / الوجداني مدخل للتميز في العمل والنجاح في الحياة، دار الفجر للنشر، القاهرة.
 ٢. أبو رياش وآخرون، حسين وآخرون (٢٠٠٦) : الدافعية والذكاء العاطفي ، ط (١) ، دار الفكر، عمان .
 ٣. الأعرس، صفاء وكفافي، علاء الدين (٢٠٠٠): الذكاء الوجداني، دار قباء للطباعة والنشر، القاهرة .
 ٤. الأعرس، صفاء وكفافي، علاء الدين (٢٠٠٠): الذكاء الوجداني، دار قباء للطباعة والنشر، القاهرة .
 ٥. ألكالدي، أديب (٢٠٠١): الصحة النفسية. ط١، الدار العربية للنشر و التوزيع، المكتبة الجامعية، غريان - ليبيا.
 ٦. العبيدي، محمد جاسم (٢٠٠٤) : مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها ، ط(١) ، مكتبة دار الثقافة ، عمان - الأردن .
 ٧. بيون، سيف سامي (٢٠٠٥) : الصحة النفسية لدى الأطفال و علاقتها بالأحداث الصادمة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية ، بغداد.
 ٨. جولمان، دانييل (٢٠٠٠): الذكاء العاطفي، ترجمة ليلي الجبالي، سلسلة عالم المعرفة، مطابع الوطن - الكويت.
 ٩. الجيزاني، محمد كاظم جاسم (٢٠٠٥): التقارب بين الذات الواقعية والذات المثالية وعلاقته بالنضج الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية .

١٠. الخالدي، رضاب منصور حسين (٢٠٠٨) : التماسك الأسري وعلاقته بالسلوك المضاد للمجتمع لدى طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة ديالى.
١١. الخزعلي، شيماء صادق رسن(٢٠٠٨) : البخل وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب ، جامعة بغداد.
١٢. خوالدة، محمود عبد الله محمد (٢٠٠٤):الذكاء العاطفي،الذكاء الانفعالي ، الطبعة العربية الاولى، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان - الأردن.
١٣. الرحو، جنان سعيد (٢٠٠٥) : أساسيات علم النفس ، ط(١) ، الدار العربية للعلوم ، لبنان .
١٤. رزق، محمد عبد السميع (٢٠٠٣):"مدى فاعلية برنامج التنوير الانفعالي في تنمية الذكاء الانفعالي للطلاب والطالبات بكلية التربية بالطائف، مجلة جامعة أم القرى، المجلد (١٥)، العدد (٢)، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .
١٥. رشاد، علي عبد العزيز موسى (٢٠٠١) : أساسيات الصحة النفسية والعلاج النفسي ، مؤسسة المختار للنشر والتوزيع ، القاهرة .
١٦. الزبيدي، كامل علوان(٢٠٠٠) الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا المهني والصحة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعة، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب، جامعة بغداد.
١٧. زهران، حامد عبد السلام (١٩٧٧) . الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٢، القاهرة، عالم الكتب.
١٨. سيف ، ياسر (٢٠٠١) : الذكاء العاطفي رؤية جديدة في شخصية الرئيس مبارك ، مكتبة الإسكندرية ، القاهرة .
١٩. طه، فرج عبد القادر (١٩٨٠) : سيكولوجية الشخصية المعوقة للإنتاج، دراسة نظرية ميدانية في التوافق المهني والصحة النفسية، مكتبة الخانجي، القاهرة، مصر .
٢٠. عباس، علاء صاحب عسكر(٢٠٠٢): نحو رؤية للقيم في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة، كلية التربية، جامعة بغداد، أطروحة دكتوراه غير منشورة .
٢١. عبيدات ذوقان، وأبو السميد ، سهيلة(٢٠٠١) :الدماغ والتعلم والتفكير ، ط (١)، دار ديونو للنشر والتوزيع ، عمان .
٢٢. العكايشي، بشرى أحمد جاسم (٢٠٠٣): التوافق في البيئة الجامعية وعلاقته بالذكاء الانفعالي وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية - الجامعة المستنصرية ، بغداد.

٢٣. فتوحى، فاتح ابلحد (١٩٩٤) : اثر المناقشة في تعديل الأحكام الخلقية للمراهقين، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.
٢٤. المزروع ، ليلى بنت عبد الله(٢٠٠٧) : فاعلية الذات وعلاقتها بكل من الدافعية للإنجاز والذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المجلد (٨) ، العدد (٤) ، كلية التربية ، جامعة البحرين.
٢٥. المسعودي، عبد عون جعفر (٢٠٠٢) : قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، ابن الهيثم ، جامعة بغداد .
٢٦. معمرية ، بشير(٢٠٠٥) : الذكاء الوجداني مفهوم جديد في علم النفس ، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية ، العدد(٦)، لبنان .
٢٧. مغربي، عمر بن عبد الله مصطفى(٢٠٠٨) : الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاية المهنية لدى معلمي المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة.
٢٨. المليجي، حلمي (٢٠٠١) : علم نفس الشخصية، دار النهضة العربية، ط١، بيروت، لبنان .
٢٩. الناشي، وجدان عبد الأمير (٢٠٠٥) : الذكاء الانفعالي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المدرسين، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية للبنات -جامعة بغداد.
٣٠. وزارة التربية (١٩٨١) : المديرية العامة للتخطيط التربوي والإحصاء، بغداد .
٣١. يونس ، محمد (٢٠٠٤) : مبادئ علم النفس ، ط(١) ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان .
32. Bourey، J&Miller،A(2001) : DO you know what your emotional IQ is? (cover story) .public management (us) vol. 83 ،ISSue 9.
33. Cory، M.A .، David .(2002): Increasing Effectiveness Through Emotional Intelligence. <http://www.davidcory.com /files/EI%20Notes .doc>.
- 34.Barent، Jeanie Marie(2005):Principals Levels of Emotional Intelligence as an Influence on School Culture .published ph.D dissertation college of education .montana stste university.
- 35.Baron، reuven (2000):Emotionaland Social Intelligence: insights form the emotional quotient inventoryy in R.bar-on and

J.D.Aparker(Eds)handbook of emotional intalligence .san francisco:jossey-Bass.

36.Schutz, W(1970). "Interpersonal under word firo a Three: Dimensional theory of interpersonal behavior" California science and behavior books.

37.Ellis Dianna .(2001):How Important is Emotional Intelligence,
<http://www.parentssource.com/5.20.01give.article.htm/>

38.Goleman, D.(1995):Emotional Intelligence .New York :Bantam Books.

ملحق (١)

مقياس الذكاء الانفعالي بصورته النهائية

عزيزي الطالب ...

عزيزتي الطالبة ...

يروم الباحث القيام بدراسة علمية (الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة) ، لذا نرجو تعاونك معنا في قراءة عباراته بتمعن والإجابة عليها بصدق وصراحة وذلك باختيارك الإجابة التي تعبر عن درجة انطباق الفقرة عليك بوضع () تحت البديل الذي ينطبق عليك أمام كل عبارة وإني أطمئنك أن إجابتك لن يطلع عليها أحد سوى الباحثة، نرجو منك عدم ترك أية فقرة من دون إجابة علماً أن لكل فقرة علامة () واحدة فقط .

ملاحظة / يرجى كتابة البيانات الآتية مع عدم ذكر الاسم ضمناً لسرية المعلومات

الجنس	ذكر	انثى
-------	-----	------

الباحث

م. علاء عبدالأمير صبر

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
١.	استطيع إن أحقق السعادة لنفسني					
٢.	احدد طبيعة مشاعري في أثناء تعاملي مع الآخرين					
٣.	اقدر انفعالاتي وعواظفي تقديراً جيداً					

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
٤.	أكون ايجابي وهادئ حتى في الظروف الصعبة					
٥.	لا التفت إلى إفعالاتي السلبية					
٦.	لدي القدرة على إيقاف الأفكار التي تثير غضبي					
٧.	أميل إلى المرونة في التعامل مع الآخرين					
٨.	استطيع إبعاد مشاعري السلبية عندما احتاج إلى ذلك					
٩.	استطيع التغلب على مشكلاتي من دون انفعال					
١٠.	أكون متفائلاً بصفة عامة واطمئن لمستقبلي					
١١.	استطيع تحقيق النجاح تحت الضغوط					
١٢.	أنا حساس لما يشعر به الآخرون					
١٣.	اشعر بالحماس عندما أسعى لتحقيق أهدافي					
١٤.	استطيع إن أضع نفسي في مستوى الآخرين بسهولة					
١٥.	يتأثر مزاجي بالناس من حولي					
١٦.	لا احزن لمجرد إن صديقاً لدي حزينا					
١٧.	اندمج مع مشاعر الشخصيات في الروايات التي أقرأها					
١٨.	أضايق عندما ارحم مشاعر الآخرين					
١٩.	استطيع تهدئة غضب الآخرين					
٢٠.	لدي تأثير قوي في الحوار مع الآخرين					
٢١.	لست ناجحاً في الحياة الاجتماعية					
٢٢.	أكون هادئاً في تعاملي مع الآخرين					
٢٣.	أحاول دائماً تدعيم السلوكيات الايجابية لدى الآخرين					
٢٤.	اشعر بالسعادة أثناء حلي لمشكلة احد زملائي					
٢٥.	استطيع امتصاص غضب الآخرين					
٢٦.	قدرتي على الهدوء بالرغم من قلق الآخرين حولي					

ملحق (٢)

مقياس الصحة النفسية بصورته النهائية

عزيزي الطالب ...

عزيزتي الطالبة ...

يروم الباحث القيام بدراسة علمية (الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة) ، لذا نرجو تعاونك معنا في قراءة عباراته بتمعن والإجابة عليها بصدق وصراحة وذلك باختيارك الإجابة التي تعبر عن درجة انطباق الفقرة عليك بوضع () تحت البديل الذي ينطبق عليك أمام كل عبارة وإني أطمئنك أن إجابتك لن يطلع عليها أحد سوى الباحثة، نرجو منك عدم ترك أية فقرة من دون إجابة علماً أن لكل فقرة علامة () واحدة فقط/

ملاحظة / يرجى كتابة البيانات الآتية مع عدم ذكر الاسم ضمناً لسرية المعلومات

الجنس	ذكر	انثى
-------	-----	------

الباحث

م. علاء عبدالأمير صبر

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
١.	أرغب في تطوير حياتي					
٢.	أرى أن المشكلات التي تواجهني لا حل لها					
٣.	أسعى أن أكون مثابراً في دراستي					
٤.	أفضل الموضوعات الصعبة على السهلة					
٥.	أرد بسرعة على من يتجاوز علي					
٦.	أرى أن النجاح يعتمد على الحظ					
٧.	الجأ الى قراءة الطالع قبل إن أقدم على أي عمل					
٨.	أرى أن الكمبيوتر اخترع لقضاء الوقت والتسلية					
٩.	الجأ لقراءة الفنجان أو الكف للتعرف على مستقبلي					
١٠.	ارتبك عندما أتحدث مع زملائي					
١١.	يثير اهتمامي كل جديد في العالم					

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
١٢٠	أتمنى لو أكون شخصاً آخر					
١٢١	أرى أنني شخص مهم في الصف					
١٢٢	لدي ثقة عالية بنفسني					
١٢٣	اشعر أنني عديم الفائدة					
١٢٤	أتضايق من ضعف احترام زملائي للنظام					
١٢٥	ابتعد عن مواجهة مشاكل أسرتي					
١٢٦	اهتم بنصائح من هم اكبر مني سناً					
١٢٧	أتمكن من التفاعل مع زملائي بسهولة					
٢٠١	امتلك حرية التعبير عن آرائني وأفكارني دون خوف					
٢٠٢	اشعر أن قلبي مليء بالحب لعائلتي وزملائي					
٢٠٣	أرى إنني في كامل طاقتي					
٢٠٤	اشعر أنني مملوء نشاطاً					
٢٠٥	أجد صعوبة التركيز أثناء الدراسة					
٢٠٦	لياقتي البدنية عالية					
٢٠٧	أحلامي مزعجة					
٢٠٨	اشعر بارتفاع درجة حرارتي بين حين وآخر					
٢٠٩	اشعر أن زملائي لا يحبونني					
٢١٠	أتمنى أن أكون شخصاً بارزاً في المجتمع					