

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية

لدى طلبة المرحلة المتوسطة

**Emotional intelligence and its relationship
to psychological flexibility among
middle school students**

سجاد ميثاق فزع إبراهيم



:الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة في المرحلة المتوسطة في ناحية يثرب من محافظة صلاح الدين كذلك الكشف عن الفروق في كل من الذكاء الانفعالي وجودة الحياة حسب (متغيرات الجنس والمرحلة التعليمية). ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس المرونة النفسية، وتم إيجاد دلالات الصديق لكل منهما من خلال صدق المحكمين والصدق البنائي والتأكد من الثبات من خلال معامل الفا كرونباخ وإعادة التطبيق، وجميع مؤشرات الصديق والثبات كانت جيدة ومرتفعة بلغ مجتمع الدراسة (٣٢٠) فرداً، وتكونت عينة الدراسة من (١٥٩) فرداً أي بنسبة (٤٩.٧%) من مجتمع الدراسة، بواقع (٧٨) من طلبة المرحلة الأولى و (٨١) من طلبة المرحلة الثانية، منهم (٨٠) طالب (٧٩) طالبة. وأشارت النتائج الى وجود مستوى مرتفع من الذكاء الانفعالي بمتوسط حسابي (٢.٤٥)، ومستوى مرتفع من المرونة النفسية بمتوسط حسابي (٢.٦٩)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية لصالح الذكور، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة المرحلة الأولى والثانية في الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية لصالح المرحلة الثانية، أيضاً أشارت نتائج الدراسة الى وجود علاقة إيجابية بين الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية لدى الطلبة في المرحلة الأولى والثانية في يثرب - صلاح الدين بمعاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) وتراوح من (٠.٣٧) إلى (٠.٧٩). وفي ضوء النتائج المذكورة تم التوصية بإعداد برامج التنمية الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية خاصة للطلبات وطلبة المرحلة الأولى. كما تم اقتراح ضرورة الاهتمام بدراسة الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية في كل مراحل التعليم ابتداء من مرحلة الطفولة وحتى الصفوف العليا بالمدرسة، لما له من تأثير إيجابي على سلوك الطلبة، وأهمية تضمين التعليم مناهج لغرس مهارات الوعي بالذات، وضبط النفس والتعاطف مع الآخرين، والتعاون، وحل الصراعات والنزاعات وهي التي توفر جودة الحياة لدى الطلبة الموهوبين، وإعداد برامج تشمل الآباء والمعلمين لرفع كفاءتهم الانفعالية وتدريبهم على توفير سبل جودة الحياة مما ينعكس بشكل إيجابي على الأبناء والطلاب

: الكلمات المفتاحية

الذكاء الانفعالي , المرونة النفسية , المرحلة المتوسطة

Abstract:

The current study aimed to know the level of emotional intelligence and psychological flexibility and the relationship between them among a sample of students in the middle school in the Yathrib district of Saladin Governorate, as well as to reveal the differences in both emotional intelligence and quality of life according to (variables of gender and educational stage). To achieve this goal, the Emotional Intelligence Scale and the Psychological Flexibility Scale were used, and validity indicators for each of them were found through the judges' honesty and constructive honesty, and reliability was ensured through Cronbach's alpha coefficient and re-application. All validity and reliability indicators were good and high. The study population reached (320) individuals.

The study sample consisted of (159) individuals, i.e. (49.7%) of the study population, consisting of (78) students in the first stage and (81) students in the second stage, including (80) male students and (79) female students. The results indicated a high level of emotional intelligence with an average of (2.45), and a high level of psychological flexibility with an average of (2069). The results also showed that there were statistically significant differences between males and females in emotional intelligence and psychological flexibility in favor of males, as the results showed. There are statistically significant differences between first and second stage students in emotional intelligence and psychological flexibility in favor of the second stage

Also, the results of the study indicated that there is a positive relationship between emotional intelligence and psychological flexibility among students in the first and second stages in Yathrib – Salah al-Din, with statistically significant correlation coefficients at the level of (0.05) and ranging from (0.37) to (0.79). . In light of the aforementioned results, it was recommended to prepare programs to develop emotional intelligence and psychological flexibility, especially for female and first-year students. It was also suggested that it is necessary to pay attention to studying emotional intelligence and psychological flexibility at all stages of education, from childhood to the upper grades of school, because of its positive impact on students' behavior. The importance of including in education curricula to instil the skills of self-awareness, self-control, empathy with others, cooperation, and resolving conflicts and conflicts, which provide quality of life for gifted students, and preparing programs that include parents and teachers to raise their emotional efficiency and train them to provide means of quality of life, which reflects positively on children and students.

Key words :

Emotional intelligence, psychological flexibility , intermediate stage

المقدمة:

تسري الانفعالات في سلوكنا سريان الدم في العروق، فيستحيل علينا أن نتخلص منها أو نستخدمها حسب رغباتنا. وتنعكس حالاتنا الانفعالية على مستوى طاقتنا البدنية و العقلية، وعلى أدائنا العام، ويميل الاعتقاد العام الى أن الاستجابة الانفعالية تعبر عن حالة من فقدان التوازن العقلي و الفيزيولوجي، و أنها حتى و لو كانت سوية، فهي غريزية، وغير منظمة، ولا عقلانية، وأنها تعكر السلوك وتقلل من الفعالية. لا شك أن هذا التركيز المفرط على الناحية الخلوية في تفسير الانفعالات بجاذب الصواب ويتعارض مع المنطق و مع العقل؛ إذ لا يمكن إنك أو الجانب الايج . ابي للاتفع بالات باعتبارها عوامل تساعد في النمو النفسي والاجتماعي و حتى العقلي، كما لا يمكن تجاهل الآثار السلبية الناتجة عن قمعها؛ فمن المعروف في علم النفس أن الصد الكلي للتوجه الحركي الناتج عن الانفعال مصدر من مصادر الاضطراب النفسي، و الذي ينعكس بدوره

على الجهاز العضوي في تجليات نفسوعضوية ، و أن كبت الانفعال يؤدي حسب درجته إلى امتصاص الطاقة الحيوية للانسان، و بسبب الفشل في تحقيق الذات.

فالتفكير السليم في هذه المسألة يستدعي أن نأخذ بنموذج سلوكي موحد تندمج فيه الانفعالات بالتفكير، بصورة لا نسلم فيها بأن الانسان مدفوع قهريا بالانفعال، و من جهة أخرى لا تحبذ أن السلامة تكمن في التجرد منه، بل يعتقد أن الفرد يعيش في آن واحد بالشعور و بالتفكير، متما بذلك خاصية الإنسانية وعليه فبدلا من تشجيع فكرة مقاومة الانسان لانفعالاته وصددها ، او محاولته تبديل او تجنب التجربة الانفعالية علينا ان ندعو الى مبدأ تعلم العيش بانسجام مع الانفعالات اذ لاشك ان اهتمام الفرد عوامله الداخلية والتي من ابرزها القدرة الوجدانية سيصل به الى تحسين ادائه .

مشكلة الدراسة:

بعد التعليم العالي في المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في تحديد توجه الدارس ومستقبله العلمي والعملية، ولكي تجتاز الطالبة هذه المرحلة بنجاح فيتوجب عليها بذل الجهد والمثابرة وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات الجامعية، بالإضافة إلى مواجهة ضغوط الحياة اليومية الأخرى، كما يتطلب ذلك رضا الطالبة واقتناعها بالتخصص الذي تدرسه، وكل ذلك يتطلب قدرا من المرونة النفسية لدى الطالبة تمكنها من عبور هذه المرحلة بسلام شقورة، (٢٠١٢م). كما أن نجاح الطالبة وتفوقها الأكاديمي يتوقف على عدة عوامل ثقافية واجتماعية وصحية ونفسية، إلا أن الانفعالات تعتبر عاملاً رئيسياً، وقد أوضح جولمان مجموعة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تميز مرتفعي الذكاء الانفعالي، وتشمل الوعي بالذات، والتحكم في الاندفاعات والمثابرة، والحماسة والدافعية الذاتية والتقمص العاطفي، واللياقة الاجتماعية وقد خص الإناث ذوات الذكاء الانفعالي المرتفع ببعض الصفات مثل: الحسم، والتعبير عن مشاعرهن بصورة مباشرة، ويتقن في مشاعرهن، وللحياة بالنسبة لهن معنى، واجتماعيات غير متحفظات، ويستطعن التكيف مع الضغوط النفسية، ومن السهل توازنهن الاجتماعي، وتكوين علاقات جديدة (جولمان ٢٠٠٠م). كما أكدت نتائج الدراسات أن الذكاء العام وحده لا يضمن نجاح الفرد وتفوقه وإنما يحتاج إلى ذكاء انفعالي الذي يعد مفتاح النجاح في المجالات العلمية والعملية (سليمان ، ٢٠٠٧ م) كنتائج دراسة (Mikelajcza , Luminet & Menil , ٢٠٠٦) والتي اشارت الى وجود ارتباط بدرجة كبيرة بين الذكاء الانفعالي لدى الطلاب الجامعيين ، ومؤشر الصحة النفسية ومؤشرات الصحة الفسيولوجية ، ودراسة (الجعيد ، ٢٠١١ م) التي توصلت إلى أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين الذكاء الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة، وأيضاً نتائج دراسة الملي (٢٠١١م) التي توصلت إلى أن الطلبة المتفوقين بمرحلة الجامعة بمستويات ذكاء الفعالي مرتفع، وكذلك دراسة Joyner (٢٠١١) التي توصلت إلى أن الذكاء الانفعالي يساعد على تحسين وتطوير القدرة على التفكير والتخطيط والقيادة بطرق مختلفة، وخلق بيئة عمل متكاملة، كما أنه يهيئ الطلاب للخروج إلى (Legault, Anawati & Flynn ٢٠٠٦) بيئة العمل الفعلية، وهذا ما أكدته نتائج دراسة من ارتباط المرونة النفسية إيجابيا بالتوافق النفسي لدى الشباب، ودراسة عثمان (٢٠٠٩م) التي توصلت إلى ارتباط المرونة النفسية بأحداث الحياة الضاغطة ودورها في مواجهتها خاصة في المرحلة الجامعية، ودراسة شقورة، (٢٠١٢م) من أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين كل

من المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة المرحلة الجامعية، لذا فإن الدراسة الحالية تهدف للكشف عن الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة في يثرب- صلاح الدين .

فرضيات الدراسة:

- لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين الذكور والاناث
- لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة المرحلة الاولى والثانية في الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية
- لا يوجد علاقة إيجابية بين الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية لدى الطلبة في المرحلة الاولى والثانية

الذكاء الانفعالي:

للذكاء الانفعالي دور كبير في مساعدة الطلاب والطالبات على تجاوز العديد من المشكلات التربوية التي تواجههم خلال حياتهم الجامعية كإحباط وانخفاض الدافعية والضغط النفسية، حيث يعد امتلاك المهارات الانفعالية الضرورية لدى الطلبة الذين يعانون من تلك المشكلات التربوية أمراً مهماً؛ لتمكينهم من النهوض وتحقيق الإنجاز اللازم في المجال الأكاديمي حيث تساعدهم هذه المهارات على التكيف والتغلب على المشكلات والعقبات التي يتعرضون لها، كما تساعدهم على التحكم في التوتر الذي قد يصاحب هذه العقبات، وعليه فسوف تحاول فيما يلي التعرف الذكاء الانفعالي وأبعاده المختلفة.

تعددت التسميات الخاصة بمصطلح الذكاء الانفعالي منها الذكاء العاطفي والذكاء الوجداني، ويعتبر "الذكاء العاطفي" الترجمة الأكثر شيوعاً للمصطلح في الأدبيات العربية، وعلى الرغم من شيوع هذه الترجمة، فإن بعض الباحثين يرونها لا تعبر عن المصطلح بشكل جيد، وأن الترجمة الأصوب لهذا المصطلح هي "الذكاء الانفعالي"؛ لأن الوجدان يشتمل على كل من المشاعر والانفعالات، كما أن الذكاء الانفعالي يعبر عن مجموعة مستقرة من المشاعر نحو موضوعات محددة، حيث يُعد الذكاء الانفعالي مجموعة من الكفايات التي تؤهل الأفراد للتعامل مع مشاعرهم ومشاعر الآخرين على نحو تكيفي بناء العتبيي (٢٠٠٧م)، ويتفق (هلال ٢٠١١م) مع الرأي السابق ويرى أن ترجمة مصطلح إلى الذكاء العاطفي، ترجمة لا تعبر عن المعنى الحقيقي وربما تجعل البعض يحصر المعنى في الانفعال الإيجابي أو السلبي، في حين يعتبر الوجدان مصطلحاً عاماً جامعاً يشتمل على الانفعال والمشاعر والمزاج.

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

تعددت وتباينت التعريفات التي تناولت مفهوم الذكاء الانفعالي، وقد جاء التعدد والتباين في التعريفات نتيجة المحاولة أصحابها التأكيد على بعض النواحي الخاصة بالذكاء الانفعالي وكننتيجة منطقية لتزايد الاهتمام الأكاديمي بمفهوم الذكاء الانفعالي والذي أدى إلى جعل المفهوم أكثر وضوحًا لدى الباحثين والكتاب. وقد وضع كل من ماير وسالوفي تعريفًا للذكاء الانفعالي باعتباره "قدرة الفرد على مراقبة مشاعره وانفعالاته، ومشاعر وانفعالات الآخرين والتميز بينها واستخدام هذه المعلومات في إرشاد وتفكير الفرد وتصرفاته، وهذا التعريف تناول فقط إدراك وتنظيم الانفعالات دونما التفكير في طبيعة المشاعر أو الانفعالات التي تنظم عمل هذه المشاعر أو التعبير عنها، لذا قدما تعريفًا آخر في عام (١٩٩٧م) حاولا من خلاله تلافي عيوب التعريف الأول، حيث عرفا الذكاء الانفعالي بأنه: قدرة الفرد على الإدراك الدقيق للانفعالات وتقديرها، والتعبير عنها، والقدرة على الوصول إلى هذه المشاعر أو توليدها، والقدرة أيضًا على فهم الانفعالات والمعرفة الانفعالية وتأملها والارتقاء بالنمو العقلي والانفعالي" (في: محمد وعبد العال، ٢٠٠٥م، ص ١٦٧)

وهناك العديد من التعريفات الأخرى لكتاب وباحثين أجانب وعرب، فقد عرف (Bar1988, On) بأنه قدرة الفرد على فهم ومعرفة ووصف نفسه المعرفة والفهم والارتباط بالآخرين، والتعامل مع الانفعالات القوية والتحكم في دوافعه التهيؤ للتغيير وحل المشكلات

المختلفة على المستوى الشخصي والاجتماعي" (في: إبراهيم، ٢٠١٠ م، ص ٢٣٣). ومن أبرز تعريفات الباحثين والكتاب العرب لمفهوم الذكاء أنه نوع من حساسية الفؤاد وفطنة القلب، ورهافة الشعور وجيشان الانفعال، ونبيل العاطفة (محمد، ٢٠٠٥م)، كما يعرف الذكاء الانفعالي على أنه: "مجموعة من السمات المزاجية والاجتماعية التي تنثري المحتوى الوجداني للأفراد ما يتيح فهما دقيقا ومعمقا للانفعالات يسمح بمراقبتها وتنظيمها لتحقيق معالجة فعالة للمشكلات ويتضمن الوعي بالذات أو المعرفة الانفعالية، وإدارة الذات التحكم في الانفعالات السلبية، وحفز الذات أو الدافعية والتعاطف الإحساس بالآخر) والمهارات الاجتماعية القدرة على إدارة العلاقات الاجتماعية (حنصالي، ٢٠١٣م)

نشأة وتطور الذكاء الانفعالي :

يرى العديد من الباحثين أن بداية ظهور الذكاء الانفعالي كمفهوم تعود إلى القرن الثامن عشر، حين قسم العلماء العقل إلى ثلاثة أقسام هي: المعرفة، والدافعية، والانفعال. وقد لفت انتباه العلماء في ذلك الوقت أن هناك

أشخاصا يتمتعون بنسبة ذكاء عقلي مرتفعة ولكنهم غير ناجحين في حياتهم، وآخرين بنسبة ذكاء متوسطة ولكنهم ناجحون في حياتهم، وتوصلوا إلى أن اختبارات الذكاء العام لا تقدم صورة كاملة عن شخصية الفرد وقدراته ولا يمكن الاعتماد عليها في التنبؤ بنجاح الفرد في حياته، فقادهم ذلك إلى افتراض أن الذكاء الانفعالي قد لا يقل أهمية عن دور الذكاء التقليدي في تحديد سلوك الفرد وعلاقته بالآخرين (حسن ٢٠١٣م) وهناك من يقسم المراحل التاريخية التي مر بها الذكاء الانفعالي إلى خمس مراحل تبدأ الأولى منها في الفترة من (١٩٠٠م) (١٩٩٩م) وتميزت بانفصال الدراسات السلوكية المهمة بالذكاء الانفعالي من تلك المهمة بالوجدان والعواطف العنيفة، ٢٠٠٧م)، أما المرحلة الثانية فتمتد من (١٩٧٠-١٩٨٩م) وفيها بدأت مؤشرات ودلائل الذكاء الانفعالي في الظهور وظهرت نماذج ونظريات اهتمت بدراسة العلاقة بين الذكاء والانفعال (نواصره، ٢٠١١م) وتمثلت المرحلة الثالثة في الفترة من (١٩٩٠-١٩٩٣م) والتي شهدت بداية تحديد وتوضيح مفهوم الذكاء الانفعالي على يد (Mayer Salovey) عام ١٩٩٠م، وفي الفترة من (١٩٩٤-١٩٩٧م) كانت المرحلة الرابعة في تاريخ وتطور الذكاء الانفعالي والتي تميزت بشيوع الذكاء الانفعالي خارج الأوساط الأكاديمية، ومع بداية عام (١٩٩٨م، إلى الوقت الحاضر) بدأت المرحلة الخامسة وهي المرحلة التي نعيشها الآن وتشهد اهتماما متزايداً بالذكاء الانفعالي، حيث يحفل باهتمام أكاديمي جاد وتتنافس الدراسات التي تعنى بتتقنية وتحديد مفهوم الذكاء الانفعالي ووضع مقاييس عملية لقياسه (دوتشندورف ٢٠١١م)

أبعاد الذكاء الانفعالي:

إن الذكاء الانفعالي يتضمن أربعة أبعاد هي:

- أ. الوعي (الإدراك) الانفعالي للذات وهي القدرة على تمييز الانفعالات الذاتية.
 - ب . الوعي (الإدراك) الانفعالي للآخرين: وهي القدرة على تمييز انفعالات الآخرين.
 - ج . الإدارة الانفعالية للذات وهي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على الانفعالات الذاتية.
 - د. الإدارة الانفعالية للآخرين وهي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على انفعالات الآخرين (سعيد ٢٠٠٨م).
- في حين قسم جولمان (Golman, ١٩٩٥) الذكاء الانفعالي إلى خمسة أبعاد هي:

أ- الوعي بالذات Self Awareness ويتضمن هذا القسم معرفة الفرد لحالته المزاجية بحيث يكون لديه ثراء في حياته الانفعالية ورؤية واضحة لانفعالاته، والوعي بالذات عنصر مؤثر في مشاعرنا، حيث إن الفرد الغاضب

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

عندما يدرك أن ما يشعر به هو الغضب، فهذا يتيح له فرصة كبيرة من الحرية ليختار عدم إطاعة هذا الشعور والتخلص من قبضة هذا الغضب.

ب إدارة الانفعالات Managing Emotions: ويعني هذا القسم قدرة الفرد على تحمل الانفعالات العاصفة وألا يكون عبداً لها، أي: يشعر بأنه سيد نفسه، وهذا يمثل دالة على الكفاءة في تناول أمور الحياة تنظيم الذات).

ج - دافعية الذات (حفز الذات) Self-Motivation: بمعنى أن الذكاء الانفعالي يؤثر بقوة عمق في جميع القدرات الأخرى إيجاباً أو سلباً؛ لأن حالة الفرد الانفعالية تؤثر على قدراته العقلية وأدائه بشكل عام.

د التعاطف أو التفهم العطوف Empathy ويقصد به معرفة وإدراك مشاعر الغير ما يؤدي إلى التناغم الوجداني مع الآخرين.

هـ - المهارات الاجتماعية Social Skills : ويقصد بها التعامل الجيد والفعال مع الآخرين بناء على فهم ومعرفة مشاعرهم في سليمان ٢٠٠٨، ١٥٩٧ جولمان، ٢٠٠٠. (٧٥)

وقسمت سامية صابر (٢٠١١، ص (٢١٧) أبعاد الذكاء الانفعالي إلى بعدين رئيسيين هـان أبعاد تتعلق بالذات وتتضمن:

البعد الأول: الوعي بالذات.

البعد الثاني: تنظيم الذات، وإدارة الانفعالات والتحكم في الانفعالات

● البعد الثالث: الدافعية، وتحفيز الذات.

أبعاد تتعلق بالآخرين وتتضمن:

البعد الرابع: الإيمائية، والتعاطف.

البعد الخامس: المهارات الاجتماعية إدارة وتطوير انفعالات الآخرين.

خصائص الشخص الذكي انفعالياً:

يتعاطف مع الآخرين خاصة في أوقات ضيقهم.

يسهل عليه تكوين الأصدقاء والمحافظة عليهم.

يتحكم في الانفعالات والتقلبات الوجدانية.

يعبر عن المشاعر والأحاسيس بسهولة.

يتفهم المشكلات بين الأشخاص ويحل الخلافات بينهم بيسر .

يحترم الآخرين ويقدرهم.

يظهر درجة عالية من الود والمودة في تعاملاته مع الآخرين.

يحقق الحب والتقدير من الذين يعرفونه.

يتفهم مشاعر الآخرين ودوافعهم، ويستطيع أن ينظر للأمور من وجهات نظرهم

المرونة النفسية :

يواجه الطلبة في المرحلة الجامعية العديد من التغيرات والتحديات، بالإضافة إلى الكثير من الضغوط، ولذلك فإنه

يعد من الضروري أن يتمتع الطلبة بقدر وافر من المرونة النفسية الإيجابية التي تمكنهم من التصدي لهذه

الضغوط والتكيف الصحي والبناء مع متغيرات الحياة حيث تعد المرونة النفسية قوة دافعة باتجاه الحياة تجعل

الطالب وثقا وقادرا على تخطي الصعاب وتحقيق أهدافه، كما أنها تصقل شخصيته وتحوله إلى شخصية قوية

(المالكي، ٢٠١٢م).

نشأة وتطور المرونة النفسية:

تعود جذور دراسة مفهوم المرونة النفسية إلى ما يقرب من ٥٠ عاما مضت، كان الاهتمام بالمفهوم على نطاق

ضيق وغير شامل من قبل عدد قليل من الباحثين الذين كرسوا حياتهم المهنية لدراسة وفحص هذه الظاهرة، وقد

ركزت الأبحاث في تلك الفترة على فهم آليات التنمية والظروف المشاركة في عمليات الوقاية protective

processes، وكان الاهتمام فقط على العوامل التي ساهمت في عزل وحماية الأفراد، وبعد ذلك خصصت

دراسات للسكان المعرضين للخطر، مع التركيز بشكل خاص على هؤلاء الشباب الذين أظهروا مرونة أو قدرة

على التغلب على الظروف الاقتصادية، والمشكلات العاطفية، وتحديات البيئة التي يواجهونها والتي تتمو بشكل

مستمر .

يشير العبدلي إلى أن مفهوم المرونة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيا وبشكل خاص في البيئة السعودية، وهو

من الخصائص النفسية المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتعددة و المتتالية بنجاح العبدلي، (٢٠١٢م)

ولقد تعددت واختلفت تعريفات مفهوم المرونة النفسية في البحوث النظرية، ويرجع السبب في ذلك إلى عدم ثبات

المفاهيم وتغيرها تغيرا سريعا من جهة، وأيضًا إلى إنتاج معارف جديدة من جهة أخرى، ما يجعل تفسير المفاهيم

العلمية عملية مفتوحة للباحثين وفق الشروط ذات الصلة بالخلفية النظرية والتخصص وبالمحكات التي جمعت

البيانات على أساسها (آل شويل

نصر، (٢٠١٢م)

ويعد من أوائل من وضع الأساس لمصطلح المرونة النفسية كوبازا (Kobasa)، فقد لاحظت أن بعض الناس يستطيعون تحقيق ذواتهم وإمكاناتهم الكامنة على الرغم من تعرضهم للكثير من الإحباطات والضغط، لذلك فقد كانت ترى أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم وليس المرضى (في: العبدلي، ٢٠١٢م، ص)

ومن هذه التعريفات تعريف مخيمر على أنها: نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث بتحمل المسؤولية عنها، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً أو إعاقة له" (مخيمر، ١٩٩٦ م) يعرفها الأحمدى بأنها: "الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة سواء كان هذا التكيف بالتوسط او القابلية للتغيير او الأخذ بأيسر الحلول " (

الاحمدى ، ٢٠٠٧ م) وفي الأعوام العشرين الماضية توسعت دراسة ظاهرة المرونة النفسية بشكل ملحوظ مع إحساس كبير واضطرار من قبل الباحثين للأسباب التالية:زيادة التعقيدات التكنولوجية في المجتمع. أعداد الشباب الذين يواجهون المحن وزيادة عدد الشدائد والأزمات التي يواجهونها، ماتجعلهم أكثر عرضة للخطر. أن الهدف من التعجيل في دراسة ظاهرة المرونة ليست لفهم المخاطر والعوامل الوقائية والعملية فقط، ولكن في تحديد ما إذا كان يمكن استخلاص هذه المعلومات وتوظيفها في التدخلات ذات الصلة إكلينيكية، والتي سوف تؤدي إلى زيادة النتائج الإيجابية للهؤلاء الشباب الذين يواجهون الخطر، كما يمكن أيضاً تطبيقها على السكان والأطفال والمراهقين بشكل عام في محاولة لخلق "عقلية مرنة" في جميع الفئات (Goldstein & Brooks ، ٢٠٠٥)

وتقول ريفتس وجليهام ٢٠١٠ Reivich and Gillham، إن الغرض من دراسة مفهوم المرونة من قبل علماء النفس هو فهم الأسباب التي يتمكن بها الأفراد من تحقيق الوفاء لأهدافهم التنموية على الرغم من عوامل الخطر الشديدة، وعلى الرغم من استخدام البحوث المبكرة المصطلحات مثل الذي لا يقهر invincible، ومعرض للخطر invulnerable لوصف الشباب الذين أظهروا مرونة تجاه الشدائد والمحن والمواقف الصعبة، فإن مصطلح

المرونة النفسية اخذ في الانتشار

وفي وقت قريب ظهر مفهوم المرونة النفسية في أول الفراج في التفكير عام (١٩٩٨) عندما دعا رئيس الرابطة الأمريكية لعلم النفس The American psychological Association مارتن سيليجمان Seligman إلى أهمية الانتقال إلى نموذج العجز deficits model والاتجاه إلى نموذج القوة وهو ما يعرف بعلم النفس الإيجابي positive psychology وفي ذلك إشارة إلى أهداف علم النفس الإيجابي والذي يشتمل على هدفين رئيسيين هما:

. العمل على زيادة المعرفة والفهم الخاص بنقاط القوة البشرية من خلال تنمية نظم التصنيف وأساليب قياس تلك النقاط.

. دمج هذه المعرفة والفهم في البرامج والتدخلات الفعالة التي تهدف إلى بناء نقاط القوة لدى المشاركين بدلاً من علاج نقاط الضعف ((Reivich & Shatte, ٢٠٠٢

أبعاد المرونة النفسية:

إن للمرونة النفسية ثلاثة أبعاد رئيسية كما ترها كوبازا (Kobasa) وهي:

الالتزام: ويشير الالتزام إلى اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية وقيمة ذاته وفيما يفعل، ويمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم، واعتقاده أن لحياته هدفاً ومعنى يعيش من أجله (عثمان، ٢٠٠٢م).

التحكم أشارت إليه كوبازا بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها وهي أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها .

التحدي: ويشير إلى اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية (Kobasa , ١٩٨٣

منهجية الدراسة:

استخدم المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي و المقارن، في الدراسة الحالية، وذلك لملاءمته لتحقيق أهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة المرحلة في ناحية يثرب ١ صلاح الدين في المرحلة

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

المتوسطة والبالغ عددهم (٣٢٠) طالباً وطالبة .

عينة الدراسة: تم اختيار عينة عشوائية عددها (١٠٩) طالبا وطالبة باستخدام العينة العشوائية الطبقية، وتمثل

(٩٠.٧%) من حجم مجتمع الدراسة. ويمثل الجدول (١) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيري الجنس

والمرحلة التعليمية

جدول (١) : التكرارات والنسب المئوية حسب متغير الدراسة

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	80	50.3
	انثى	79	49.7
المرحلة التعليمية	المرحلة الاولى	78	49.1
	المرحلة الثانية	81	50.9
المجموع		159	100.0

أداة الدراسة: استخدمت هذه الدراسة اداتين لجمع البيانات والاجابة عن اسئلتها، وتمثل هاتين الاداتين

بمقياسي الذكاء الانفعالي ومقياس المرونة النفسية

مقياس الذكاء الانفعالي:

للتأكد من ثبات المقياس تم التحقق منه بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار بتطبيق المقياس ، وإعادة تطبيقه بعد

أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكونة من (٣٠) طالب وطالبة، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط

سجاد ميثاق فزع إبراهيم

بيرسون بين تقديراتهم في المرتين. وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، والجدول رقم (٢) يبين معامل الاتساق الداخلي وفق معادلة كرونباخ ألفا وثبات الإعادة للمجالات جدول رقم (٣) والأداة ككل واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية

الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط
1	.74(**)	9	.64(**)	17	.64(**)	25	.54(**)	33	.51(**)
2	.64(**)	10	.48(**)	18	.63(**)	26	.50(**)	34	.50(**)
3	.65(**)	11	.47(**)	19	.58(**)	27	.58(**)	35	.79(**)
4	.59(**)	12	.511(**)	20	.56(**)	28	.48(**)	36	.43(*)
5	.56(**)	13	.43(*)	21	.68(**)	29	.59(**)	37	.37(*)
6	.48(**)	14	.48(**)	22	.58(**)	30	.55(**)	38	.50(**)
7	.44(**)	15	.45(*)	23	.43(*)	31	.52(**)	39	.51(**)
8	.72(**)	16	.54(**)	24	.42(*)	32	.65(**)	40	.61(**)

*دالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ** دالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١)

وتجدر الإشارة ان جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة احصائية ولذلك لم يتم حذف اي من

الفقرات

جدول رقم (٣) معامل الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات مقياس الذكاء الانفعالي

معامل الثبات		المحور
التجزئة النصفية	الفا كرونباخ	
0.802	0.782	المعرفة الانفعالية

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

0.799	0.824	ادارة الانفعالات
0.764	0.806	تنظيم الانفعالات
0.781	0.832	التعاطف
0.800	0.819	التواصل الاجتماعي
0.812	0.856	الثبات الكلي

١

مقياس المرونة النفسية:

تم تعديل مقياس المرونة النفسية الإيجابية ليلائم المستوى العمري والعقلي للعينة وبعد الموافقة عليها من قبل الخبراء تم عرضها على العينة وكان المقياس يتكون من (٣٤) عبارة، ويتم الإجابة عن المقياس من خلال ثلاثة اختيارات تتمثل في أبداً، أحياناً دائماً، وتقدر درجة المفحوص بإعطائه درجة تتراوح بين (٣-١) على كل فقرة بناءً على مفتاح تصحيح الاختبار، ثم تجمع درجة المفحوص على الأبعاد الثلاثة للمقياس (جدول رقم ٤) لتشكل الدرجة الكلية للمفحوص، وتتمثل أبعاد المقياس فيما يلي:

"القدرة الانفعالية" وتتناول هذه العبارات قدرة الفرد على إدارة انفعالاته، الداخلية والخارجية بطريقة متوازنة
 "القدرة الاجتماعية" وتتناول هذه العبارات قدرة الفرد على التواصل مع الآخرين، ويفسر هذا العامل وقت المحن والأزمات

"التوجه الإيجابي للمستقبل" وتتناول هذه العبارات قدرة الفرد على وضع خطط مستقبلية وتحديد هدفه من الحياة.

"الإيثار والتفاؤل" وتتناول هذه العبارة قدرة الفرد على التفاني في مساعدة الآخرين ورؤية الايجابية للحياة

جدول رقم (٤) يوضح ابعاد مقياس المرونة النفسية

م	البعد	ارقام العبارات في المقياس
1	القدرة الانفعالية	1-7-8-10-13-16-22-23-25-28-31-33
2	القدرة الاجتماعية	2-5-14-17-19-29-26-29
3	التوجه الايجابي للمستقبل	3-6-11-12-18-21-27-30-32

4	الايتار والتقاؤل	4-9-15-24-34
---	------------------	--------------

صدق الاتساق الداخلي المقياس المرونة النفسية:

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي المقياس المرونة باستخدام معامل الارتباط بيرسون بالتطبيق على عينة استطلاعية مكونة من (٥٠) طالبة، حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، كما يوضح ذلك الجدولين التاليين (٥ ، ٦)

جدول رقم (٥) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات ابعاد المرونة النفسية بالدرجة الكلية لكل بعد من الابعاد

القدرة الانفعالية		القدرة الاجتماعية		التوجه الايجابي للمستقبل		الايتار والتقاؤل	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	**0.818	2	**0.817	3	**0.782	4	**0.784
7	**0.770	5	**0.735	6	**0.662	9	**0.659
8	**0.668	14	**0.644	11	**0.798	15	**0.885
10	**0.765	17	**0.770	12	**0.787	24	**0.785
13	**0.826	19	**0.661	18	**0.782	34	**0.802
16	**0.788	20	**0.788	21	**0.705	—	—
22	**0.833	26	**0.829	27	**0.763	—	—
23	**0.867	29	**0.690	30	**0.702	—	—
25	**0.806	—	—	32	**0.832	—	—
28	**0.782	—	—	—	—	—	—
31	**0.845	—	—	—	—	—	—
33	**0.674	—	—	—	—	—	—

جدول رقم (٦) معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس المرونة النفسية بالدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط
القدرة الانفعالية	**0.839
القدرة الاجتماعية	**0.730
التوجه الايجابي للمستقبل	**0.854
الايثار والتفاؤل	**0.717

** دال عند مستوى 0.01

يتضح من خلال الجدولين (٥ و ٦) أن جميع العبارات والأبعاد دالة عند مستوى (٠.٠٠١)، وهذا يعطي دلالة

على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في

تطبيق الدراسة الحالية

نتائج الدراسة:

النتائج المتعلقة بالفرضية الاولى: تم استخدام اختبار (T) لعينتين مستقلتين وأظهرت النتائج وجود فروق

ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية لصالح الذكور جدول (٧)

جدول (٧) اختبار " ت " للمقارنة بين متوسط الذكاء الانفعالي حسب الجنس

سجاد ميثاق فزع إبراهيم

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
ذكور	80	2.52	0.37	3.80	157	**0.01
إناث	79	2.38	0.28			

كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة المرحلة الأولى والثانية في الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية لصالح المرحلة الثانية جدول (٨)

جدول (٨) اختبار " ت " للمقارنة بين متوسط الذكاء الانفعالي حسب المرحلة الدراسية

المرحلة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
الأولى	78	2.35	0.54	3.37	157	0.01**
الثانية	81	2.56	0.57			

** دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١)

وللتعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الأولى والثانية استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لكشف هذه العلاقة وتوصل الى وجود علاقة ايجابية بين الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية

التوصيات:

في ضوء ما توصلت اليه الدراسة من نتائج يمكن تقديم عدد من التوصيات والمقترحات على النحو التالي :

إعداد برامج لتنمية الذكاء الانفعالي وجودة الحياة للطلبة، وخاصة للطالبات، والمرحلة المتوسطة والاهتمام بدراسة الذكاء الانفعالي وجودة الحياة في كل مراحل التعليم ابتداء من مرحلة الطفولة وحتى الصفوف العليا بالمدرسة، لما له من تأثير إيجابي على سلوك الطلبة. يجب أن يتضمن التعليم مناهج لغرس مهارات الوعي بالذات، وضبط النفس، والتعاطف مع الآخرين، والتعاون، وحل الصراعات والنزاعات وهي التي توفر جودة الحياة لدى الطلبة

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

الموهوبين. إعداد برامج تشمل الآباء والمعلمين لرفع كفاءتهم الانفعالية وتدريبهم على توفير سبل جودة الحياة مما ينعكس بشكل إيجابي على الأبناء والطلاب

المصادر:

أولاً: المراجع العربية:

الأحمدي، أنس سليم (٢٠٠٧م) المرونة حدود المرونة بين الثوابت والمتغيرات - - الرياض: مؤسسة الأمة

للنشر والتوزيع

الأشول، عادل عز الدين (٢٠٠٥). نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي، وقائع المؤتمر

العلمي الثالث الإنماء النفسي والتربوية للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، جامعة الزقازيق، ١٥-١٦

مارس، ٣-١١

إبراهيم حنان همام أحمد (٢٠١٦م). فاعلية برنامج قائم على المرونة النفسية لتحسين الكفاءة الوجدانية أمينة من

طلاب المرحلة الثانوية رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة عين شمس، مصر.

إبراهيم سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٠م). لمع الإنساني والذكاء الوجداني رؤية جديدة في إطار نظرية الذكاء

الوجداني المتعددة الإسكندرية دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

ابن منظور، أبو الفضل جمال الدين محمد بن مكرم . (د.ت) لسان العرب. بيروت: دار صادر

أحمد، مازن ،وعبد أليمة ،حسين وحردان، ماهر (٢٠١٢) دراسة مقارنة في جودة الحياة بين الممارسين للرياضة

وغير الممارسين لطلبة كليات جامعة كربلاء للعام الدراسي، مجلة علوم التربية الرياضية، ٣ (٥) ١٨١ - ٢٠٨

أسبينول وستودينجر ، (٢٠٠٦) سيكلوجية القوى الإنسانية تساؤلات أساسية وتوجهات مستقبلية لعلم النفس

الإيجابي

الترجمة الأعصر، صفاء وشريف، نادية والسيد عزيزة وكفافي، علاء الدين القاهرة: المجلس

الأعلى للثقافة

آل شويل، سعيد أحمد ونصر، فتحي مهدي (٢٠١٢م) الفروق بين مرتفعي ومنخفضي المرونة النفسية الإيجابية

في بعض

المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة محلة البحث العلمي في التربية، ج ١٣، ص

١٧٨٣

أبو حلاوة / محمد سعيد (٢٠١٠). جودة الحياة، المفهوم والأبعاد، كلية التربية بدمنهور ، جامعة الاسكندرية،

ضمن إطار

فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية جامعة كفر الشيخ

- (٢٠١٣) للمرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية الكويت: الكتاب الإلكتروني الشبكة

العلوم النفسية.

أبو سريع، أسامه، وعبير محمد أنور، وصفاء إسماعيل مرسى (٢٠٠٦)، أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في

تجويد جودة

الحياة لدى تلاميذ مدارس التعليم العام بالقاهرة الكبرى، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة،

جامعة

السلطان قابوس ١٧-١٩ ديسمبر.

أبو زيد، أحمد محمد معاد الرب (٢٠١٧) فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الكفاءة الذاتية في تحسين المرونة

النفسية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم مجلة التربية الخاصة - مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية

بكلية التربية جامعة

الزقازيق، ص ص ٢٩٨ - ٢٢٨.

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

الجبعة، محمد ساعد (٢٠١١م) الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة تبوك في المملكة

العربية السعودية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، مؤتة.

الجمعية الأمريكية لعلم النفس (٢٠٠٢) الطريق إلى المرونة النفسية (ترجمة محمد السعيد أبو حلاوة). قسم علم النفس، كلية

التربية بدمنهور، جامعة الإسكندرية.

توق، محي الدين، قطامي يوسف، عدس عبد الرحمن (٢٠٠٣). أسس علم النفس التربوي، دار الفكر للطباعة والنشر،

عمان، الأردن

جودة، آمال (٢٠١١) الصحة النفسية، ٣.٥. غزة: برنامج غزة للصحة النفسية.

جروان، فتحي (٢٠٠٢) تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات دار الفكر للطباعة والنشر، عمان الأردن.

- (٢٠٠٤) الموهبة والتفوق والإبداع، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن

حولمان، دانيال (٢٠٠٠م). الذكاء العاطفي (ترجمة ليلى الجبالي). الكويت عالم المعرفة.

حبيب، صموئيل (١٩٩٥). كيف تكون العلاقات ناجحة ط. القاهرة: دار الثقافة.

حسان، ولاء إسحق (٢٠٠٨) فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة رسالة

ماجستير غير منشورة الجامعة الإسلامية، غزة

حسن أنعام هادي (٢٠١٣م) الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية عمان: دار صفاء للنشر

والتوزيع.

حصالي، مريامة (٢٠١٣م) إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية الصلابة النفسية والتوكيدية في

سجاد ميثاق فزع إبراهيم

ضوء الذكاء الانفعالي، دراسة ميدانية على الأسئلة الجامعيين للمارسين المهام

إدارية بجامعة

محمد خيضر بسكرة. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة.

الخطيب محمد جواد (٢٠٠٧). الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى للعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة،

ورقة مقدمة في المؤتمر التربوي الثالث الجامعة الإسلامية، غرف فلسطين.

خليل سامية خليل . (١٤٣١هـ). الذكاء الوجداني : مفاهيم ونماذج وتطبيقات ط١. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

رشيد، مازن فارس (٢٠٠٤م). الذكاء العاطفي والقيادة التحولية، كلية العلوم الإدارية الرياض: جامعة الملك

سعود.

رويني بام و سكوت جان (٢٠٠٠). الذكاء الوجداني (ترجمة: صفاء الأعسر، وعلاء الدين كفاقي)، القاهرة: دار

قباء للطباعة

والنشر والتوزيع.

ريان محمود إسماعيل محمد (٢٠٠٦م) الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري

لدى طلبة

الصف الحادي عشر رسالة ماجستير غير منشورة، غزة: جامعة الأزهر.

زهران، حامد (٢٠٠٥). التوجه والإرشاد النفسي، ط١. القاهرة: عالم الكتب.

الزهراني، مسفر (٢٠٠٠). التوجيه النفسي من القرآن الكريم والسنة النبوية. مكة المكرمة مكتبة المكتبة.

سليمان، عبد العظيم (٢٠٠٨م) الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة مجلة

الجامعة

الإسلامية . (سلسلة الدراسات الإنسانية (١٦)١)، ص ص ٥٨٧-٦٣٢

موليو، روبرت (٢٠٠٠) علم النفس العربي (ترجمة: محمد الصبوة، مصطفى كامل محمد الدق) القاهرة: مكتبة

الأنجلو

المصرية

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة

شقورة، بحى عمر شعبان (٢٠١٢م). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة المخادمت

الفلسطينية

محافظات غزة رسالة ماجستير غير منشورة غزة: جامعة الأزهر.

صابر، سامية محمد (٢٠١١) الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الصداقة لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة
محملة كلية

التربية، جامعة طنطا، (٤٣)، ص ص ٢٠٠-٢٦١

الصفار، خولة بنت فهد بن بخيت (٥١٤٢٩). المرونة النفسية وعلاقتها بالذكاء الوجداني والتحصيل الأكاديمي
لدى طالبات

كلية التربية للبنات بمدينة الرياض رسالة ماجستير غير منشورة قسم علم النفس، جامعة

الأميرة نورة بنت

عبدالرحمن،رياض.

العبدلي، سعد بن حامد آل يحي (١٤٣٠هـ). الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات والتوافق الزوجي
لدى عينة من

المعلمين للمتزوجين بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة

المكرمة.

العتيبي، عند حمد مبارك (٢٠٠٧م). السلوك القيادي التحويلي والذكاء الوجداني رسالة ماجستير غير منشورة،
جامعة الملك

سعود الرياض.

عثمان، فاروق السيد ورزق، محمد عبد السميع (٢٠٠٩م). مقياس الذكاء الانفعالي ومقياسه القاهرة: دار الفكر
العربي.

عثمان محمد سعد حامد (٢٠٠٩م). المرونة الإيجابية ودورها في التصدي لأحداث الحياة الضاغطة لدى الشباب

الجامعي

بمحلة كلية التربية جامعة عين شمس (٣٣) (٣)، ص ص ٣٧٣-٤٠٥

العيسوي، عبد الرحمن (١٩٩٨) الإسلام والعلاج النفسي الحديث بيروت: دار النهضة العربية.

القطان، سامية (٢٠٠٥) تصور جديد للذكاء الوجداني القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

مجيد، سوسن شاكر (٢٠٠٨). اضطرابات الشخصية وأنماطها وقياسها، ما، عمان: دار صفاء النشر والتوزيع

محمد صلاح الدين عراقي وعبد العال، تحية محمد (٢٠٠٥) الذكاء الوجداني وعلاقته بالسلوك القيادي للمعلم،

ورقة مقدمة

في المؤتمر السنوي الثاني عشر مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس القاهرة.

تخمر، صلاح (١٩٨٤) الإيجابية كمعيار وحيد لتشخيص التوافق عند الراشدين القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

مخير،

عماد إدراك القبول الرفض الوالدي وعلاقته بالصلاية النفسية الطلاب الجامعة عملة دراسات

نفسية ٢٦)،

ص ٤٧-٦٦

مراد، صلاح أحمد (٢٠٠٠) الأساليب الإحصائية في العلوم النفسية والتربية والاجتماعية القاهرة: مكتبة الأنجلو

المصرية

المصدر، عبد العظيم سليمان (٢٠٠٨) الذكاء الانفعالي وعلاقته بعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة

محلة الجامعة

الإسلامية . (سلسلة الدراسات الإنسانية) (١٦) (١)، من من ٥٨٧-٦٣٢

منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٥) تعزيز الصحة النفسية للمفاهيم والبيانات المتحدة والممارسة المكتب الإقليمي

المشرق

المتوسط وحنيف القاهرة منظمة الصحة العالمية المكتب الأقليمي بالشرق الأوسط.

هلال، محمد عبد الغني (٢٠١١م) الذكاء العاطفي والاجتماعي القاهرة: مركز تطوير الأداء والتنمية