Emotional intelligence and its relationship to improving the quality of family and social life
(A study from a social and psychological perspective)

الذكاء العاطفي وعلاقته في تحسين جودة الحياة الاسرية والاجتماعية

(دراسة من المنظورين الاجتماعي والنفسي)

م.م. طيبة اياد محمد
ماجستيرعلم النفس التربوي
الجامعة العر اقية /كلية التربية/قسم علم النفس
Taiba Ayad Muhammad
Master of Educational Psychology
University of Iraq / College of Education / Department of Psychology
٠٧٧٦٧٠٩٠١٥٥
Tiba.A.Mohammde.Salom@aliraqia.edu.iq

المُستخلص:

تهدف الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين الذكاء العاطفي وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية من خلال تحديد مستوى الذكاء العاطفي لدى العاملين في المؤسسات التعليمية والاجتماعية،وقياس تأثير الأبعاد الفرعية للذكاء العاطفي (الوعي بالذات، التحكم بالنفس، التعاطف، المهارات الاجتماعية) على جودة الحياة ومعرفة الفروقات في العلاقة تبعاً للخصائص الشخصية (العمر، النوع الاجتماعي، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)وتقديم مقترحات عملية لإدماج الذكاء العاطفي ضمن البرامج التعليمية والمجتمعية .تم تحليل الذكاء العاطفي من خلال أربعة أبعاد رئيسية:

الوعي بالذات: الإدراك بالمشاعر الذاتية وتأثيرها. و**التحكم بالنفس** :إدارة الانفعالات السلبية وتوجيهها.

التعاطف :فهم مشاعر الآخرين وتعزيز التفاهم و**المهارات الاجتماعية** :تحسين التواصل والعلاقات المهنية والاجتماعية. استخدمت الدراسة الأدوات التالية لتحليل البيانات من خلال برنامجSPSS V24 :والتكرارات

والنسب المئوية.و المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري. ومعامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات والموثوقية. واختبار الانحدار الخطيواختبار تحليل التباين الأحادي.

وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي بأبعاده الأربعة وجودة الحياة الأسرية والمهنية

الوعي بالذات والتحكم بالنفس لهما أثر كبير في تحسين التكيف النفسي وتقليل القلق..والتعاطف يعزز العلاقات الاجتماعية ويسهم في تحسين بيئة العمل المهارات الاجتماعية لها تأثير ملحوظ في جودة الحياة المهنية .

تختلف مستويات الذكاء العاطفي وتأثيره حسب المؤهل العلمي وسنوات الخبرة. **واوصت الدراسة بضرورة** إدماج الذكاء العاطفي ضمن المناهج التعليمية وبرامج التدريب المهني وعقد ورش عمل ودورات تدريبية حول التعبير عن المشاعر والتواصل الفعّال.و رفع الوعي المجتمعي بأهمية الذكاء العاطفي عبر الإعلام والمؤسسات التعليمية .

وكذلك دعم البحث العلمي المستقبلي في مجال الذكاء العاطفي وجودة الحياة.و تعزيز البيئة المؤسسية التي تسمح بتطبيق الذكاء العاطفي كأداة استراتيجية للتنمية المجتمعية .

الكلمات المفتاحية: الذكاء العاطفي، الوعي بالذات، ، التعاطف ، جودة الحياة.

Abstract:

The study aims to explore the relationship between emotional intelligence and the quality of family and social life by determining the level of emotional intelligence among workers in educational and social institutions, and measuring the impact of the sub-dimensions of emotional intelligence (self-awareness, self-control, empathy, social skills) on the quality of life Knowing the differences in the relationship according to personal characteristics (age, gender, educational qualification, years of experience Provide practical proposals for the integration of emotional intelligence into educational and community programs. Main dimensions: Self-awareness: Awareness of subjective feelings and their impact. Self-control: managing and directing negative emotions. Empathy: Understanding the feelings of others and promoting understanding and social skills: improving communication and professional and social relationships. The study used the following tools through the SPSS V24 program: Frequencies and percentages., arithmetic averages and standard deviation. and Cronbach alpha coefficient to measure stability and

reliability. Linear regression test.Single variance analysis test. The results of the study were: The existence of a statistically significant relationship between emotional intelligence in its four dimensions and the quality of family and professional life Self-awareness and self-control have a significant impact on improving psychological adjustment and reducing anxiety. Empathy enhances social relationships and contributes to an improved work environment Social skills have a noticeable impact on the quality of professional life. Emotional intelligence levels and influence vary depending on qualification and years of experience. The study recommended the need for Integrating emotional intelligence into educational curricula and vocational training programs, holding workshops and training courses on expressing feelings and effective communication, and raising community awareness of the importance of emotional intelligence through the media and educational institutions. As well as supporting future scientific research in the field of emotional intelligence and quality of life, and strengthening the institutional environment that allows the application of emotional intelligence as a strategic tool for community development.

Keywords: emotional intelligence, self-awareness, empathy, quality of life.

المقدمة:

يعتبر مصطلح الذكاء العاطفي (الوجداني) من أهم الاكتشافات التي استأثرت باهتمام الباحثين في ميادين علم النفس والاجتماع" خلال الأعوام الأخيرة، إذ يشير هذا المفهوم إلى "مقدرة الشخص على فهم عواطفه الشخصية وترتيبها"، إضافةً إلى إدراك مشاعر الآخرين والتحكم بها بأسلوب يحقق الاتزان النفسي والاجتماعي.وظهر مفهوم "الذكاء الوجداني" علنًا في التسعينيات بفضل دانيال غولمان، الذي ساهم في تأسيس فهم أهميته "في حياتنا اليومية منذ ذلك الحين"، حيث غدا "الذكاء الوجداني" محور دراسات عديدة مثل "علم النفس، التعليم، الإدارة" وتوضح بعض الدراسات أن الذكاء العام وحده لا يكفل نجاح الفرد وتميزه، وإنما يحتاج الفرد إلى الذكاء الاجتماعي الذي يعتبر أساس النجاح في الميادين العلمية والعملية، إذ أن الفرد لا يعيش في مجتمعه بمعزل أو بمنأى عن الآخرين بل له تفاعلاته وعلاقاته مع أعضاء المجتمع الذي ينتمي اليه، والذي ينبغي عليه إدراك نفسيتهم وشخصياتهم التي تندرج تحت ذكائه الاجتماعي ومدى قدرته على فهم من حوله. ويرتبط الذكاء الاجتماعي بإيجابية بمجموعة من المتغيرات المرغوبة شخصياً واجتماعياً، مثل جودة العلاقات الاجتماعية

للفرد، والرضا عن الحياة، ويرتبط بالعلاقات الإيجابية مع الأصدقاء، والأفراد الأكثر ذكاء اجتماعي أكثر قدرة على التأقلم الاجتماعي والاختلاط الاجتماعي، وهم أفضل في جانب الصحة النفسية والجسدية، وأكثر اهتماماً بمظهرهم الخارجي، وهم أكثر تفوقاً من الناحية الأكاديمية مما ينعكس ايجاباً على الاستقرار النفسي والاسري .

وتأتي هذة الدراسة في الوقت الراهن لتبين كيفية تأثير الذكاء الوجداني على تعزيز جودة الحياة والاستقرار الاسري " من زاويتين: نفسية واجتماعية، مع "تركيز" الاهتمام على أهميته كمهارة جوهرية من الممكن أن تُحدث تغييرًا بمختلف الميادين الحياتية

منهجية الدراسة والجهود المعرفية السابقة.

مشكلة البحث:

من خلال النزول الميداني وجمع البيانات عبر الاستبيانات الموزعة على عينة متنوعة من العاملين في المؤسسات التعليمية والاجتماعية في محافظة بغداد، تبيّن للباحثة أن هناك تفاوتاً ملحوظاً في مستويات الذكاء العاطفي بين الأفراد، مما يؤثر بشكل مباشر على جودة حياتهم الأسرية والاجتماعية. وقد لاحظت الباحثة من خلال إجابات المستجيبين أن ضعف مهارات الوعي بالذات والتحكم بالنفس والتعاطف ومهارات العلاقات يؤدي إلى صعوبة في التكيّف مع الضغوط النفسية، وتراجع في مستوى العلاقات الاجتماعية والمهنية. كما كشفت البيانات أن هناك تحديات حقيقية تعيق تعزيز الذكاء العاطفي، منها نقص البرامج التدريبية وقلة الوعي المجتمعي بهذا المفهوم، بالإضافة إلى صعوبة قياسه بدقة في بيئات ثقافية متنوعة. هذه الملاحظات أكدت وجود فجوة بين أهمية الذكاء العاطفي نظريًا، وتطبيقه فعليًا في الواقع الاجتماعي، مما تطلب دراسة علمية للكشف عن طبيعة هذه العلاقة وتقديم توصيات عملية قابلة للتنفيذ.

اهمية البحث:

تتجلى أهمية هذا البحث من خلال تسليطه الضوء على مفهومي الذكاء الوجداني والعاطفي بوصفهما من أبرز المكونات النفسية والاجتماعية التي تؤثر في جودة الحياة لدى الأفراد. حيث يُعرّف الذكاء الوجداني بأنه مجموعة من القدرات التي تمكّن الفرد من فهم مشاعره الخاصة، والتعبير عنها، وتنظيم انفعالاته بما يحقق التوافق الشخصي والاجتماعي (Goleman, 1995). بينما يُعد الذكاء العاطفي مفهوماً أشمل يضم القدرات الوجدانية إضافة إلى مهارات التعاطف، والوعي الذاتي، والتحكم بالنفس، وبناء العلاقات الاجتماعية (Salovey & Mayer, 1990) وتكمن أهمية الربط بين الذكاء الوجداني والعاطفي في كونهما يشكلان منظومة متكاملة تعزز من قدرة الفرد على تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي. فالأول يُعنى بالبنية الشعورية الداخلية، في حين أن الثاني يشمل القدرة على التفاعل البنّاء مع الآخرين. إن التوازن بين هذين المتغيرين يسهم في تحسين مستوى الصحة النفسية،

وزيادة الرضا الشخصي، وتحقيق الاستقرار الأسري والاجتماعي، مما يؤكد أهمية البحث من خلال أربع صفات رئيسية:

١- الأهمية النفسية: حيث يعزز الذكاء العاطفي من مهارات التأقلم مع الضغوط ويقلل من مستويات القلق والاكتئاب، مما يؤدي إلى رفع جودة الحياة النفسية.(Petrides & Furnham, 2001)

٢- الأهمية الاجتماعية: يتمثل ذلك في تحسين العلاقات الاجتماعية، وتعزيز التفاهم والتعاطف بين الأفراد، وهو ما ينعكس إيجابًا على بيئة العمل والمجتمع.(Mayer, Salovey, & Caruso, 2004)

٣- الأهمية التربوية: إذ يوفر البحث أسسًا علمية يمكن الاستفادة منها في إدماج الذكاء العاطفي ضمن المناهج التعليمية والتدريبية، لرفع كفاءة الطلاب والموظفين في التعامل مع التحديات المختلفة . (Zeidner, Roberts, & Matthews, 2002)

٤- الأهمية المجتمعية والتنموية: حيث يشكّل الذكاء العاطفي أداةً فعّالة في بناء مجتمعات متماسكة ومتعاونة، ويُعد من العوامل الأساسية في التماسك الأسري والاستقرار المهني(Bar-On, 1997)

.وقد استند البحث إلى عدد من الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين الذكاء العاطفي وجودة الحياة، من بينها دراسة إبراهيم باسل (٢٠١٣) التي كشفت عن ارتباط دال إحصائي بين الذكاء العاطفي والإحساس بالسعادة لدى طلبة الجامعات، ودراسة خليل محمد خليل (٢٠٠٩) التي تناولت العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والتفكير الناقد، إضافة إلى دراسة Meijs et al. (2008) التي أبرزت دور الذكاء الاجتماعي في التفاعل مع البيئة الاجتماعية وتحقيق الإنجاز الأكاديمي. كما دعمت نتائج دراسة Sameer Babu (2007) أهمية تبني الذكاء الاجتماعي في مواجهة السلوك العدواني داخل المدارس.لى دورهما الحيوي في بناء مجتمعات أكثر انسجامًا (Bar-On, 2006).

هدف البحث :

١. **قياس مستوى الذكاء العاطفي** لدى العاملين في المؤسسات التعليمية والاجتماعية في محافظة بغداد.
٢. **تحليل أثر أبعاد الذكاء العاطفي الأربعة**)الوعي بالذات، التحكم بالنفس، التعاطف، المهارات الاجتماعية) في جودة الحياة النفسية والمهنية.
٣. **معرفة مدى تباين الذكاء العاطفي وتأثيره** تبعًا للخصائص الشخصية (العمر، النوع الاجتماعي، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)
٤. **الكشف عن العلاقة بين الذكاء العاطفي والاستقرار الأسري والاجتماعي** في ظل التحديات النفسية والمهنية المعاصرة.
٥. **اقتراح آليات عملية لدمج الذكاء العاطفي** في البرامج التعليمية والمهنية والتدريبية.

٦. **تسليط الضوء على أهمية الذكاء العاطفي كمهارة أساسية** في تحسين جودة الحياة على المستويين الشخصي والمجتمعي.

ثانيًا: أسئلة البحث:

انطلاقًا من الأهداف السابقة، يسعى البحث للإجابة عن الأسئلة الآتية:

هل يشكل الذكاء العاطفي أداة فعالة لتحسين جودة الحياة الأسرية والاجتماعية؟

ما هي الأبعاد النفسية والاجتماعية التي يتأثر بها الذكاء العاطفي بصورة مباشرة؟

ما طبيعة العلاقة بين أبعاد الذكاء العاطفي والاستقرار النفسي والمهني؟

ما هي التحديات التي تواجه تطبيق مفهوم الذكاء العاطفي في المجتمع العراقي؟

هل تختلف مستويات الذكاء العاطفي وتأثيره على جودة الحياة باختلاف الخصائص الشخصية (العمر، النوع الاجتماعي، المؤهل، سنوات الخبرة)

ثالثًا: فرضيات البحث:

استند البحث إلى الفرضيتين الرئيسيتين التاليتين:

الفرضية الرئيسة الأولى:

توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الذكاء العاطفي بأبعاده الأربعة (الوعي بالذات، التحكم بالنفس، المهارات الاجتماعية، التعاطف) وجودة الحياة والاستقرار الأسري.

وتتفرع عنها الفرضيات الفرعية التالية:

توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الوعي بالذات وتحسين جودة الحياة لدى العاملين في المؤسسات التعليمية والإنسانية.

توجد علاقة دالة إحصائيًا بين تنظيم الذات (التحكم بالنفس) وتحسين الصحة النفسية والاستقرار الأسري.

توجد علاقة دالة إحصائيًا بين المهارات الاجتماعية وتحسين جودة الحياة المهنية والأسرية.

توجد علاقة دالة إحصائيًا بين التعاطف وتحقيق الاستقرار الأسري وتحسين جودة الحياة.

الفرضية الرئيسة الثانية:

توجد علاقة جوهرية بين الذكاء العاطفي وتحسين جودة الحياة المهنية والأسرية تعزى للخصائص الشخصية: (العمر، النوع الاجتماعي، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة).

حدود الدراسة:

تحددت الدراسة الحالية ضمن مجموعة من الحدود التي ساعدت في تركيز جهود البحث وضمان الدقة في النتائج، وقد تم تصنيف هذه الحدود إلى:

الحدود الموضوعية:

اقتصرت الدراسة على دراسة العلاقة بين الذكاء العاطفي بأبعاده الأربعة (الوعي بالذات، التحكم بالنفس، التعاطف، المهارات الاجتماعية) وتحسين جودة الحياة النفسية والمهنية والاجتماعية.

الحدود المكانية:

تم تطبيق الدراسة ميدانيًا في محافظة بغداد، وتركّزت على موظفين وأكاديميين وناشطين مدنيين ضمن المؤسسات المدنية والتعليمية

الحدود الزمانية:

أُجريت الدراسة خلال الفترة الزمنية الممتدة بين شهري أيار وحزيران من عام ٢٠٢٥

الحدود البشرية :

تكونت العينة النهائية للدراسة من (٦٠) مشاركًا من مختلف الشرائح المجتمعية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من أصل (١٠٠) استبانة موزعة.

فيما يلي التعاريف الإجرائية والنظرية لأبرز متغيرات البحث الأساسية:

١- الذكاء العاطفي :

يعرف بأنه مجموعة من المهارات الشخصية التي تمكّن الأفراد من فهم وإدارة مشاعرهم الخاصة، فضلاً عن التعامل مع مشاعر الآخرين بطريقة بنّاءة.(Newman & Joseph, 2020) "

ويتكون من أربعة أبعاد رئيسية:

الوعي بالذات: القدرة على التعرف على المشاعر الداخلية وفهم تأثيرها على السلوك.

التحكم بالنفس: القدرة على تنظيم الانفعالات وضبط النفس في المواقف الصعبة.

التعاطف: فهم مشاعر الآخرين وتقدير وجهات نظرهم.

مهارات العلاقات الاجتماعية وبناء علاقات تواصل فعالة ومستدامة.

٢- التعريف الإجرائي:

هو الدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس الذكاء العاطفي المستخدم في هذه الدراسة، والمعدل ليناسب البيئة العراقية، كما أعدّه (محمود منسي وعلي كاظم، ٢٠٠٦).

٣- جودة الحياة

تعرف بأنها:: إحساس الفرد بالرضا والسعادة، وقدرته على إشباع حاجاته النفسية والاجتماعية والمهنية من خلال توفر بيئة متكاملة وخدمات فعّالة في مختلف القطاعات" (محمود منسي، ٢٠٠٦: ص ٦٥).

وتتضمن أربعة مؤشرات رئيسية:

الجوانب النفسية :مثل التوازن، تقليل التوتر، والشعور بالرضا.

الجوانب الاجتماعية: نوعية العلاقات والاندماج الاجتماعي.

الجوانب المهنية: الرضا الوظيفي والكفاءة في العمل.

الجوانب البدنية: الصحة الجسدية والنشاط اليومي.

ويقصد بجودة الحياة احساس الفرد بالرضا والسعادة، وقدرته على إشباع رغباته من خلال ثراء البيئة ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية، امتلاك مهارات جيدة في إدارة الوقت واستغلاله. أما التعريف الاجرائي فهو الدرجة الكلية التي تحصل عليها الموظف او الموظف بشكل عام ، على مقياس جودة الحياة المستخدم بالبحث الحالي. (الباحثة)

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

يُعَدُّ هذا الفصل بمثابة الأساس المفاهيمي والمنهجي الذي تستند إليه الدراسة الحالية في استقصاء العلاقة بين الذكاء العاطفي وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية. فمن خلاله، يتم تسليط الضوء على المفاهيم النظرية المرتبطة بمتغيرات البحث، واستعراض الأطر النظرية التي فسرت الذكاء العاطفي وجودة الحياة، بالإضافة إلى مناقشة أهم النماذج والتصنيفات ذات الصلة.

يتضمن هذا الفصل كذلك مراجعة للجهود البحثية السابقة محليًا وعربيًا وعالميًا، والتي تناولت موضوع الذكاء العاطفي بمختلف أبعاده (الوعي بالذات، التحكم بالنفس، التعاطف، المهارات الاجتماعية) وعلاقته بالاستقرار النفسي والاجتماعي. ويهدف هذا الفصل إلى تقديم رؤية شاملة ومعمقة عن المفاهيم المدروسة، واستكشاف الفجوات البحثية التي لم تُغطَّ بشكل كافٍ، مما يُعزّز من أهمية الدراسة الحالية ويُبرِز مساهمتها العلمية في هذا المجال.

علاوة على ذلك، يُشكّل هذا الفصل مرجعًا أساسياً لفهم الاتجاهات النظرية التي تُفسر كيفية تأثير الذكاء العاطفي في توازن الأفراد النفسي والاجتماعي، ويُمهّد الطريق لتحليل النتائج لاحقًا في ضوء ما تم تناوله من أُطر نظرية وأدبيات علمية.

١- مفهوم الذكاء الاجتماعي:

يمتد مفهوم الذكاء الاجتماعي بأصوله إلى (إدوارد ثورن ديك(Thorandike)، في كتاباته المبكرة عام ١٩٢٥. وفي إطار نموذج الذكاءات المتعددة عرف جاردنر الذكاء الاجتماعي على أنه مفهوم واسع نسبياً يشمل عدداً من القدرات، مثل القدرة على استشفاف المشاعر الإنسانية، والدوافع والحالة المزاجية والنفسية للآخرين. والقدرة على بناء العلاقات الناجحة و إبداء التعاطف تجاه الآخرين، وعلى العمل كعضو فاعل في فريق. (زياد ثابت، ٢٠٠١: ٢٣)

وتعرفه جيهان القط بأنه ممقدرة الافراد على ادراك نوايا رغبات ودوافع الآخرين، مع تكوين علاقات اجتماعية ناجحة معهم في ضوء مراعاة آداب السلوك والعادات والتقاليد، بالإضافة إلى القدرة على حل المشكلات الاجتماعية مما يؤدي إلى التوافق الاجتماعي ونجاح الفرد في حياته الاجتماعية. (جيهان بيومي القط، ٢٠١١: ١٨٦)

كما يعرفه دريفر بأنَّه: ذلك النوع من الذكاء المستخدم في تعامل الفرد مع الآخرين، وفي العلاقات الاجتماعية، ويشير إلى أن الذكاء الاجتماعي العالي مرادف لمفهوم اللباقة. (خالد المطيري، ٢٠٠٠: ٨)

وذكر (الفضيلي، ٢٠٠٥: ٣) بأنه مقدرة الإنسان على إدراك عواطفه او مشاعره ومشاعر الآخرين وعلاقته بهم، والتعبير عنها وتنظيم الانفعالات التي تساعد على النمو العقلي والوجداني، وبالمثابرة للوصول الى السعادة لنفسه ولمن حوله، وتكسب حبهم، وتحل مشاكلهم، وتتعاطف معهم. (أسيد رشيد، سندية سلطان، ٢٠١٣: ١١٣)

وفي موسوعة علم النفس والتحليل النفسي تم تعريف الذكاء الاجتماعي بأنَّه" القدرة على التصرف مع الناس بكياسة ولباقة. (خالد المطيري، ٢٠٠٠: ٩)

ويعرفه زهران بأنه مقدرة الافراد على فهم العلاقة الاجتماعية، التفاعل معهم وفهمهم وجيد التصرف في الاتجاهات الاجتماعية، مما يقود إلى التوافق الاجتماعي، ونجاحات الفرد في حياته الاجتماعية. (حامد زهران، ٢٠٠٠: ٢٨١)

ويتضمن الذكاء الاجتماعي الأبعاد التالية:

١. الإدراك الاجتماعي وهو مقدرة الافراد على فهم أفكار ومشاعر ونوايا وانفعالات وسلوكيات الآخرين.
٢. التوافق الاجتماعي: وهو حسن التعامل مع الآخرين والتأثر بهم والتأثير فيهم وتكوين علاقة جيدة معهم.
٣. المعرفة الاجتماعية: وهي معرفة الآدب العام للعادات والسلوك والتقاليد الاجتماعية.
٤. الكفاءة الاجتماعية: وهي حسن التصرف في المواقف، وحل المشكلات الاجتماعية.

ويحتوي الذكاء الاجتماعي على جانبين هما:

*الجانب المعرفي ويشمل الإدراك الاجتماعي، والمعرفة الاجتماعية.

*الجانب السلوكي، ويشمل التوافق الاجتماعي، والكفاءة الاجتماعية.

*وهناك مهارات للذكاء الاجتماعي هي:

١ .مهارة التعبير الانفعالي، وهي المهارة في إرسال التعبيرات الانفعالية، والقدرة على التعبير الدقيق لما يشعر به من تغيير في حالته الانفعالية.

٢ . مهارة الحساسية الانفعالية وهي المهارة في استقبال الاتصالات غير اللفظية من الآخرين وتفسيرها.

٣ . مهارة الضبط الانفعالي، وهي القدرة على التحكم الانفعالي، وتوصيل الانفعال بواسطة الدور التي يقوم بها الافراد.

٤ . مهارة التعبير الاجتماعي، وهي القدرة على التفاعل مع الآخرين، والالتزام بالسلوك الاجتماعي، وفهم المعايير الاجتماعية.

٥ . مهارة الضبط الاجتماعي، وهي القدرة على تحقيق الانسجام مع أي نوع من المواقف الاجتماعية.

(جيهان بيومي القط، ٢٠١١: ١٨٥)

النظريات المفسرة للذكاء الاجتماعي:

بالرغم من حداثة موضوع الذكاء الاجتماعي إلا أنَّه تم التأصيل له من خلال النظريات التي تحدثت عن التفسيرات المختلفة للذكاء الاجتماعي حيث وضعت تفسيرات مختلفة للذكاء الاجتماعي تبعاً لاختلاف المنهج الذي اتبعه كل باحث في تناوله للسلوك الإنساني وتفسيره له وستعرض الباحثة بعضاً من هذه النظريات التي حاولت توضيح الذكاء الاجتماعي.

النظرية الضمنية:

وتشمل الأفكار الرئيسية التالية، والتي تمثل خصال الشخص الذكي اجتماعياً:

١- أن يكون حساساً لمشاعر الآخرين، وأن يحترم حقوقهم ووجهة نظرهم، وأن يكون مخلصاً لهم ومهتماً بهم، وأن يكون شخصاً يعتمد عليه، وأن يتميز بقدر عال من المسؤولية الاجتماعية.

٢- أن تكون لديه مهارات وسيليه جيدة، أي يعرف كيف يتم إنجاز الأعمال، وأن يمتلك مهارات اتصال إنساني عالية الكفاءة، ويستطيع أن يحدد أهدافه ولديه قدرات قيادية.

٣- أن تتوفر لديه الفاعلية الاجتماعية، وتعني السهولة الاجتماعية، والتي تشتمل على عدة خصائص، يدخل فيها:

* تمتع الفرد بالمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، والاندماج فيها، وأن يكون متكِّيفاً اجتماعياً منفتحاً على الناس وأن يكون سهلاً معهم.

* قوة التأثير النفسي، والتي تشير إلى خصائص مثل: مفهوم الذات الإيجابي وأن يكون لديه استبصار جيد بذاته والنظرة الواقعية للحياة.

النظرية الظاهرية:

(بين فورد, Ford ١٩٨٣: ٧-٨،)أن هذه النظرية تؤكد على مجموعتين من القدرات التي يتميز بها الشخص الذكي اجتماعياً، وهي:

*سهولة التكيف: وتتمثل في القدرة على التكيف مع أي مجموعة بشرية، والتأقلم معها.

*قوة الشخصية: وتتمثل في التصرف الجيد في المواقف الاجتماعية.

نظرية جيلفورد:

أشار (جابر عبد الحميد ،١٩٩٧: ٢١٠)، إلى أن جيلفورد أوضح من خلال أنموذج بناء العقل أن الذكاء الاجتماعي نوع مستقل عن التحصيل الأكاديمي، والذكاء العام، وعن الجوانب المعرفية الأخرى. (خليل عسقول،٢٠٠٩: ١٤-١٦)

٢- جودة الحياة:

تعددت مفاهيم جودة الحياة وتباينت، مما جعل الباحثون في العلوم النفسية والتربوية يجدون صعوبة في تعريف جودة الحياة تعريفاً محدداً، وقد يعود ذلك إلى حداثة هذا المفهوم على مستوى التناول العلمي. حيث زاد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين، كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي والذي جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الافراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من حياة الأفراد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار، فشملت الخبرات الذاتية، والعادات والسمات الإيجابية للشخصية، وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة، وقد أكدت دراسات القرن الماضي أن الجانب الإيجابي في شخصية الإنسان هو أكثر بروزا من الجانب السلبي وأن هذين الجانبين لا يمثلان بالضرورة اتجاهين متعاكسين، وإنما يتحرك السلوك الإنساني بينهما طبقًا لعوامل كثيرة مرتبطة بهذا السلوك. (جبر محمد، ٢٠٠٥ :23).

بينما عرف (محمود منسي، ٢٠٠٦: ٦٥) جودة الحياة بأنها احساس الأفراد بالرضا والسعادة وقدرته على إشباع رغباته من خلال اثراء البيئة ورقي الخدمة التي تقدم له في القطاعات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية امتلاك مهارات جيدة في إدارة الوقت واستغلاله.

وعلى الرغم من أن مفاهيم جودة الحياة يطلق أساسا على الجوانب المادية والتكنولوجية، لكن يمكن استخدامه للدلالة على بناء الإنسان ووظيفته ووجدانه، وجودة الإنسان هي حسن توظيف إمكاناته العقلية والإبداعية، وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية، وتكون الحصيلة جودة المجتمع والحياة. أي أن جودة التصرفات الإنساني تسهم بدرجة كبيرة في تحقيق جودة الحياة، والجودة هنا يقصد بها درجة الدقة والإتقان.

مؤشرات قياس جودة الحياة فيما يلي:

المؤشرات النفسية: وتتبدى في احساس الفرد بالاكتئاب والقلق، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

١- المعايير الاجتماعية: وتتضح من خلال العلاقة الشخصية ونوعيتها، فضلاً عن ممارسة الفرد للنشاطات الاجتماعية والترفيهية.

٢ -المعايير المهنية: وتتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبه لها، والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.

٣ -المعايير الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية، والتعايش مع الالام، والنوم، والشهية في تناول الغذاء، والقدرة الجنسية. (محمود منسي، علي كاظم، ٢٠٠٦: ٦٥)

بعض الجهود المعرفية السابقة:

١- إبراهيم باسل (٢٠١٣) درجة الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والإحساس بالسعادة.

وكان الهدف من الدراسة هو التعرف على درجة الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والإحساس بالسعادة بين أفراد العينة التي تشتمل على طلبة الجامعة في محافظة غزة، والعلاقة بين هذه المتغيرات، وكذلك معرفة ما إذا كانت الفروق في الذكاء الاجتماعي والوجداني والإحساس بالسعادة تُعزى لمتغير (الجنس، التخصص، الجامعة)، ومعرفة إلى أي مدى يمكن التوقع بالإحساس بالسعادة من خلال الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني. استعان البحث بعينة بلغت (٦٠٣) طالب وطالبة من طلبة الجامعات، وقد جهز الباحث مقياسي الذكاء الاجتماعي والوجداني. وأسفر البحث عن وجود علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني بأبعاده ودرجته الإجمالية والدرجة الإجمالية للإحساس بالسعادة لدى أفراد العينة، مع وجود فروق في الذكاء الاجتماعي تُعزى إلى متغير الجنس لمصلحة مجموعة الإناث، مع عدم وجود فروق في الذكاء الوجداني والإحساس بالسعادة تُعزى إلى متغير الجنس، ومتغير الكلية، ووجود فروق في الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والإحساس بالسعادة تبعاً لمتغير الجامعة لمصلحة طلبة جامعة الأزهر من أفراد العينة.

٢- دراسة خليل محمد خليل (٢٠٠٩)(العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والتفكير الناقد والعلاقة ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة) غرض الدراسة إلى بحث العلاقة بين (الذكاء) الاجتماعي والتفكير الناقد

وقد اتبع الباحث اسلوب التحليل الوصفي وتألفت العينة المختارة من(٣٨١) طالب وطالبة، وكشفت الدراسة وجود مستوى متدني من الذكاء الاجتماعي ومستوى اعلى من المتوسط من التفكير الناقد عند طلبة الجامعة، ووجود ارتباط دال إحصائيا بين الذكاء الاجتماعي والتفكير (النقدي). مع عدم وجود فروق في الذكاء الاجتماعي لطلاب الجامعة تعزى إلى اختلاف الجنس والتخصص، والجامعة.

٣- دراسة ميجس وآخرون (Meijs, et al., ٢٠٠٨.)بعنوان(Social intelligence and its (relationship to the social environment and academic achievement

الذكاء الاجتماعي وصلته بالبيئة الاجتماعية والإنجاز الدراسي. طبقت الدراسة على عينة مكونة من (٥١٢) تلميذ وتلميذة، تتراوح أعمارهم بين (١٤ - ١٥)، واستعان الباحث بمقياس الذكاء الاجتماعي والبيئة الاجتماعية والإنجاز الدراسي.

وكشفت الدراسة إلى وجود صلة ترابطية بين الذكاء الاجتماعي ومتغيرات البحث، وبإمكانية التنبؤ بالبيئة الاجتماعية من خلال التفاعل بين الذكاء الاجتماعي والإنجاز الدراسي.

٤- دراسة سمير بابو (Sameer, Babu M. ٢٠٠٧.)بعنوان (**Measuring the level of social intelligence and violence among upper secondary school students**) التي هدفت إلى قياس مستوى الذكاء الاجتماعي، والعنف، لدى تلاميذ المراحل العليا بالتعليم الثانوي، كما هدفت إلى تقصي الصلة بين الذكاء الاجتماعي والعنف. وقد استعان الباحث بعينة بلغت (٨٤) تلميذ من تلاميذ المدرسة الثانوية، وأسفرت النتائج عن أن مستوى الذكاء الاجتماعي متوسط، بينما ارتفعت نسبة العنف نسبياً لدى العينة، ولم يثبت وجود علاقة دالة بين الذكاء الاجتماعي والعنف. وقد أوصت الدراسة بأهمية وضع استراتيجيات معينة للتعامل مع السلوك العدواني، مع أهمية التوجيه لاستخدام مهارات الذكاء الاجتماعي بالمدارس.

وتخلص الباحثة بصورة عامة مما تقدم أن موضوع الذكاء الاجتماعي وتأثيره على جودة الحياة التعليمية والاستقرار الاسري، من المواضيع الهامة الجديرة بالبحث والتحري، وأن الدراسات المتنوعة التي تم إجرائها في هذا المجال وخصوصاً في مجتمعنا لا تزال قليلة جداً، مما يستدعي ذلك توجيه الباحثين لإجراء المزيد من الدراسات التي تستقصي العوامل والمتغيرات العديدة المؤثرة في هذا الجانب الحيوي في التكوين النفسي والاجتماعي لجميع أفراد المجتمع.

خاتمة الفصل الثاني

في ختام هذا الفصل، يتضح أن الذكاء العاطفي والاجتماعي يمثلان ركيزتين أساسيتين في فهم السلوك الإنساني وعلاقته بجودة الحياة الأسرية والاجتماعية. فمن خلال استعراض المفاهيم النظرية والتعريفات العلمية، تبيّن أن الذكاء العاطفي يشمل مجموعة من المهارات التي تمكّن الفرد من التعرف على مشاعره ومشاعر الآخرين، والتحكم بانفعالاته، وبناء علاقات إنسانية متوازنة، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية والاستقرار الأسري والمهني.

كما أبرزت النظريات المختلفة – مثل نظرية جيلفورد والنظرية الضمنية – أن الذكاء العاطفي ليس قدرة منعزلة، بل يتفاعل مع السياقات الاجتماعية والتربوية، ويُعَدُّ من العوامل المؤثرة في الأداء الفردي والاجتماعي.

أما من خلال استعراض الدراسات السابقة، فقد تبيّن أن هناك ارتباطًا واضحًا بين الذكاء العاطفي وجودة الحياة، وأن الفروق الفردية في الذكاء العاطفي تؤثر بدرجات متفاوتة في الصحة النفسية، والرضا الوظيفي، والعلاقات الاجتماعية. كما أظهرت هذه الدراسات الحاجة إلى دمج مهارات الذكاء العاطفي ضمن المناهج التعليمية والتدريبية، لما لها من دور فاعل في بناء مجتمعات أكثر تماسكًا واستقرارًا.

وبناءً على ما سبق، يُمهد هذا الفصل الطريق أمام الفصل الثالث الذي سيتناول منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية المُتبعة لاختبار الفرضيات والكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيرات البحث ضمن البيئة العراقية.

الفصل الثالث: الجانب العملي

منهجية البحث:

يتناول هذا الفصل المنهجية التي اعتمدت عليها الدراسة من أجل استقصاء العلاقة بين الذكاء العاطفي وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية لدى العاملين في المؤسسات التعليمية والاجتماعية بمحافظة بغداد. وقد تم تصميم منهجية البحث لتلائم طبيعة الدراسة وأهدافها، وضمان الوصول إلى نتائج دقيقة وقابلة للتعميم. ويتضمن هذا الفصل المحاور التالية:

أولاً: منهج البحث:

اتبعت الدراسة **المنهج الوصفي التحليلي**، لما له من قدرة على وصف الظواهر الاجتماعية والنفسية وتحليلها. وقد تم استخدامه لوصف وتحليل العلاقة بين متغيرات الدراسة المستقلة (أبعاد الذكاء العاطفي: الوعي بالذات، التحكم بالنفس، التعاطف، المهارات الاجتماعية) والمتغير التابع (جودة الحياة الأسرية والاجتماعية).

ثانياً: أدوات جمع البيانات:

اعتمدت الباحثة على **الاستبانة** كأداة رئيسية لجمع البيانات الأولية من أفراد العينة. وتم تصميم الاستبانة وفق مقياس ليكرت الخماسي، وشملت قسمين:

- **القسم الأول** :معلومات ديموغرافية (العمر، النوع الاجتماعي، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة، طبيعة العمل.)
- **القسم الثاني** :فقرات تقيس أبعاد الذكاء العاطفي وجودة الحياة.

كما تم اعتماد أدوات علمية موثوقة لبناء الفقرات، مستندة إلى مقاييس معتمدة مثل مقياس Salovey & Mayerللذكاء العاطفي، ومقياس جودة الحياة المستخدم في دراسة الخناق (٢٠٠٥)

ثانيا: مصادر تجميع البيانات وأدواتها

بهدف إكمال هذه الدراسة يجمع نوعين من البيانات الازمة لإنجازها كما يلي:

تُتجميع البيانات الثانوية من خلال المصادر المطبوعة والرقمية مثل الكتب والمراجع الأجنبية والعربية ، المجلات والمقالات العلمية، أطروحات الدكتوراه ورسائل الماجستير التي بحثت في أبعاد الموضوع المدروسة. أما البيانات الأولية فتُجمع باستخدام أداة الدراسة (الاستبيانات) التي ستُوزع على عينة من القوى العاملة في محافظة بغداد.

ثالثا: وعينة مجتمع الدراسة:

تم تحديد وعينة مجتمع الدراسة على النحو الآتي: -

يستهدف البحث مختلف شرائح المجتمع في محافظة بغداد كمجتمع للدراسة، إذ يتم تجميع البيانات من المجتمع بواسطة استبانات ستوزع على العينة من أفراد هذا (المجتمع) البالغ عدده (١٠٠) ، واختير منهم عينة عشوائية بواقع (٧٨) موظفاً وزعت عليهم استمارة الاستبيان ، وتم استرجاع (١٨) استمارة ، وبعد تفريغها اتضح بأن الصالح منها والقابل للتحليل الاحصائي (٦٠) استمارة لتشكل عينة البحث بصورتها النهائية .

رابعاً: اداة الدراسة:

تمثلت أداة الدراسة في وضع الاستبيان الذي يعد أحد أدوات الحصول على الحقيقة وتجميع البيانات والمعلومات المعبرة عن الواقع بالفعل، وقد أخذنا بعين الاعتبار حين إعداد الاستبيان استخدام لغة بسيطة في طرح الأسئلة يفهمها الموظف مهما كان مستواه.

١. لتحقيق أهداف البحث، صُممت استبانات أولية من قسمين: الأول لجمع البيانات الديموغرافية للمبحوثين، والثاني لقياس متغيرات البحث.

القسم الأول: صُممت البيانات (الديموغرافية) لتتناسب بشكل مباشر مع متطلبات البحث.

القسم الثاني: عناصر الدراسة المتمثلة في الاتي:

المحور الأول: مقياس الذكاء العاطفي (الوجداني) (المتغير المستقل) تم اعتماده من دراسة (Salovey &Mayer, 1990, 198)

الحور الثاني: جودة الحياة والاستقرار الاسري (المتغير المعتمد) تم اعتماده بناء على دراسة (الخناق ،٣٦ ،٢٠٠٥).

خامساً: مقياس الدراسة

ولتحديد النتائج الخاصة لبدائل ردود العينة ومدلولها اللفظي في هذه الأداوات يتم تحويل مقياس الاستجابة اللفظية للمقطع إلى مقياس رقمي متدرج يعتمد على مقياس ليكرت خماسي النقاط، مع إعطاء القيم التالية:

جدول ١ النتائج الخاصة لبدائل ردود العينة ومدلولها اللفظي

المدلول اللفظي	القيم
لا اتفق تماماً	١
لا اتفقق	٢
محايد	٣
اتفق	٤
اتفق تماما	٥

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

ويبين الجدول (١) تفسير الأرقام للمتوسطات الحسابية المرجحة لعبارات الاستبيان وفق قاعدة فيشر أي تقسيم مقياس القياس إلى خمس فئات حسب خيارات الاستبيان كل منها بطول (٠,٨٠). تم الحصول على طول كل فئة من الفئات الخمس عن طريق حساب نطاق أوزان الاستبيان (أي (١-٥ = ٤)) ثم قسمة هذا النطاق على عدد أوزان القياس. وبإضافة هذا الطول إلى الحد الأدنى للوزن المقاس نحصل على الحد الأعلى للفئة الأولى وهو (١,٨٠)، والقيمة (١,٨١) هي الحد الأدنى للفئة الثانية. وبإضافة الطول (٠,٨٠) إلى الحد الأدنى للفئة الثانية نحصل على الحد الأعلى لتلك الفئة وهو (٢,٦٠)، وهكذا بالنسبة للفئات المتبقية. والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢) تخمين أوزان بدائل المقياس

درجة الاتفاق	الفئة
مو افقة منخفضة جدا	1 - 1.80
مو افقة منخفضة	1.81- 2.60
مو افقة متوسطة	2.61- 3.40
مو افقة مرتفعة	3.41 -4.20
مو افقة مرتفعة جدا	4.21- 5

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

سادساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لتحليل البيانات، استخدمت الدراسة مجموعة من الطرق الإحصائية الاستدلالية والوصفية عبر برنامج SPSS V24. فيما يلي تفصيل لهذه الأساليب المستخدمة:

١. التكرار (Frequency) والنسبة المئوية :(Valid Percent) لتقديم وصف شامل لعينة وخصائص الدراسة .
٢. معامل ألفا كرونباخ :(Cronbach's Alpha) لتقييم موثوقية وثبات أداة الدراسة (الاستبيان).
٣. المتوسطات الحسابية :(Mean) لتحديد متوسط ردود أفراد عينة الدراسة لكل محور وفقرة.
٤. الانحرافات المعيارية :(Standard Deviation) لقياس مدى تباعد وتشتت ردود أفراد العينة عن المتوسط الحسابي، وذلك لكل محاور وفقرة .
٥. قياس الانحدارات الخطية المتعددة (Mul- Regression of Linear

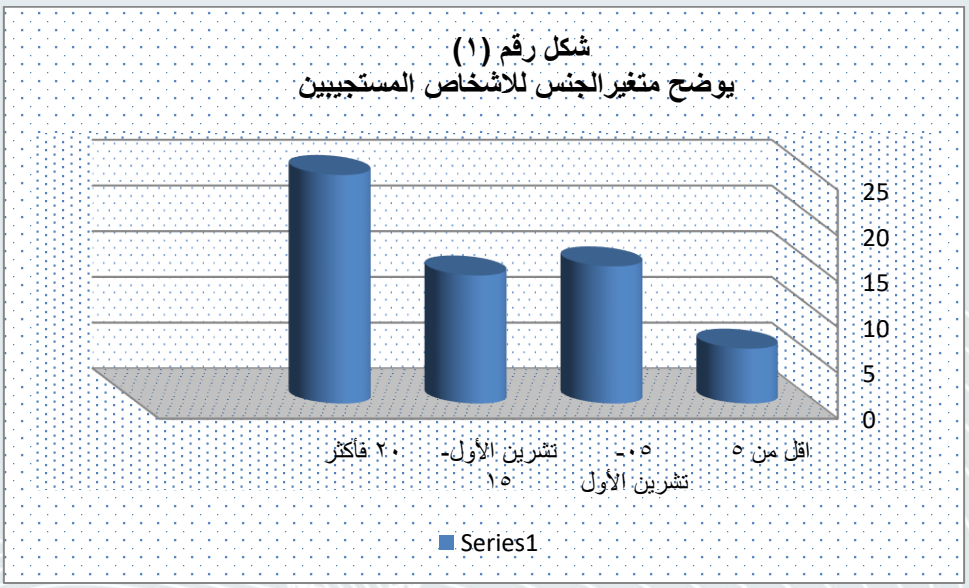
سابعاً: تحليل نتائج المتغيرات الديموغرافية

١- الجنس:

جدول (٣) يوضح التكرارات والنسب لجنس المستجيبين

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
الذكور	34	57
الاناث	26	43
Total	٦٠	**100%**

حيث كانت القيم الموجودة في جدول (٣) تشير إلى أن نسبة الذكور والبالغة (57%) وهي الاعلى من نسبة الإناث والبالغة (٤٣%) وهذا يعني أن الذكور كانوا متواجدين في مختلف شرائح الجتمع من كوادر واساتذة أكثر من الاناث ، ويمكن توضيح هذه النسب وفقاً للشكل البياني الاتي ، والمتمثل بالشكل رقم (١).



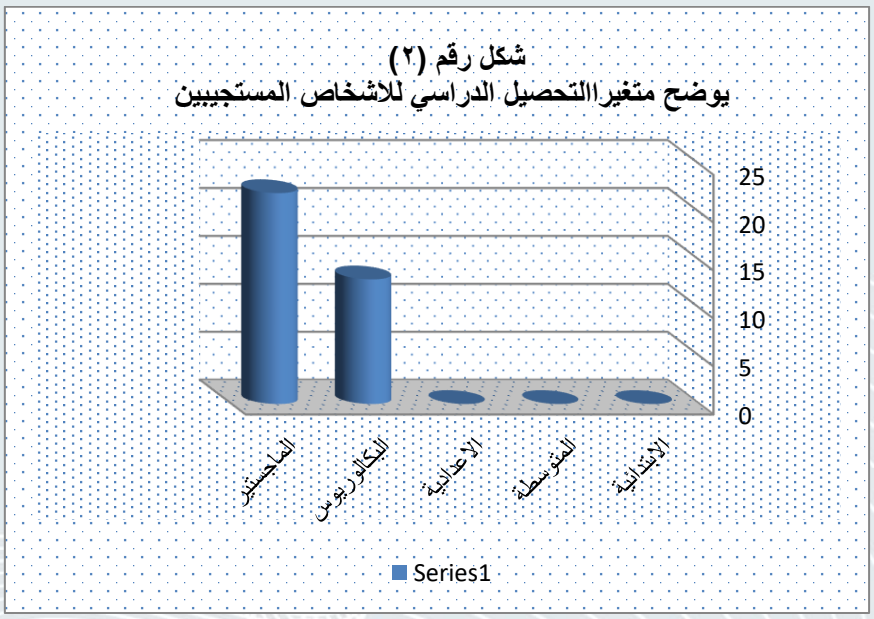
المصدر: اعدته الباحثة بمساعدة الحاسبة ووقيم التحليلات الاحصائية لبيانات النزول الميداني

٢- التحصيل الدراسي :

جدول (٤) يوضح التكرارات والنسب المئوية للتحصيل الدراسي

التحصيل الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
ابتدائية	٠	٠
متوسطة	٠	٠
اعدادية	٠	٠
بكالوريوس	١٣	٢١
ماجستير	٢٢	٣٧
دكتوراه	٢٥	٤٢
Total	٦٠	**100%**

تدل القيم الموجودة في جدول (٤) بأن فئة التحصيل الدراسي للأشخاص الحاصلين على شهادة الابتدائية قد شكلت ما نسبته (٠%)، بينما الموظفين من حملت شهادة المتوسطة شكلت نسبتهم (٠%) ، اما الموظفين من حملة شهادة الاعدادية قد بلغت نسبتهم (٠%)من اجمالي عينة الدراسة ، في حين شكلت النسبة الاصغر من لديهم شهادة البكالوريوس والبالغة نسبتهم (٢١%) ، اما الموظفين من لديهم شهادة الماستر قد بلغت نسبتهم (٣٧%) ، يليها الموظفين الحاصلين على شهادة الدكتوراه والبالغة نسبتهم (٤٢%) وهي النسبة الاكبر، ويمكن توضيح هذه النسب وفقاً للمخطط البياني الاتي ، والمتمثل بالشكل رقم (٢).



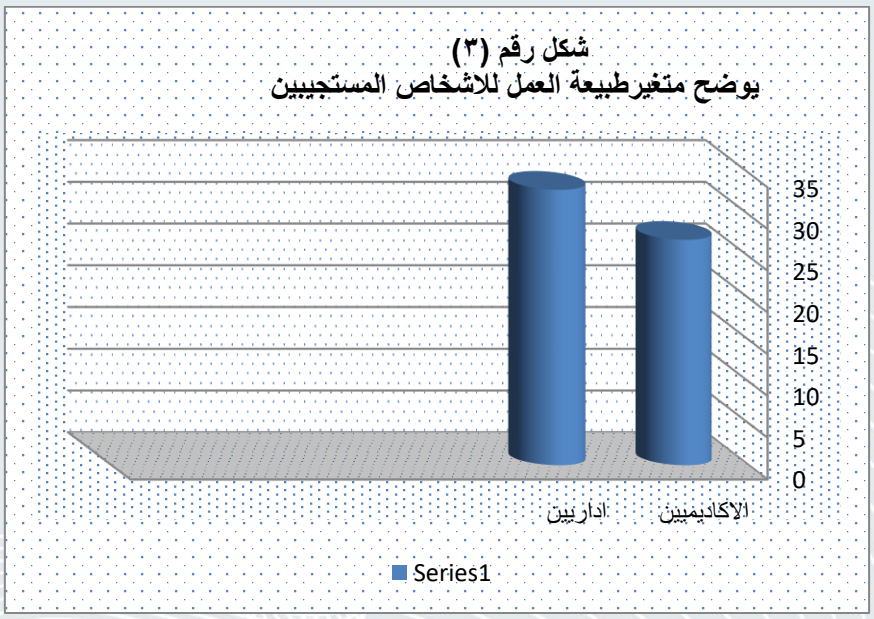
المصدر: اعدته الباحثة بمساعدة الحاسبة ووقيم التحليلات الاحصائية لبيانات النزول الميداني

٣ – طبيعة العمل:

جدول (5) يوضح التكرارات والنسب المئوية لطبيعة العمل

طبيعة العمل	التكرار	النسبة المئوية
اكاديمي	٢٧	٤٥
اداري	٣٣	٥٥
Total	٦٠	**100%**

إذ كانت القيم الموجودة في جدول (٥) تشير إلى أن الفئات الموجودة ضمن العينة المدروسة تتكون من اداريين و اكاديميين ،اذ بلغت نسبة الاكاديميين (٤٥ %) وهي النسبة الاقل ، في حين بلغت نسبة الاداريين (٥٥%) وهي النسبة الاعلى ضمن عينة البحث، ويمكن توضيح هذه النسب وفقاً للشكل البياني الاتي ، والمتمثل بالشكل رقم (٣).



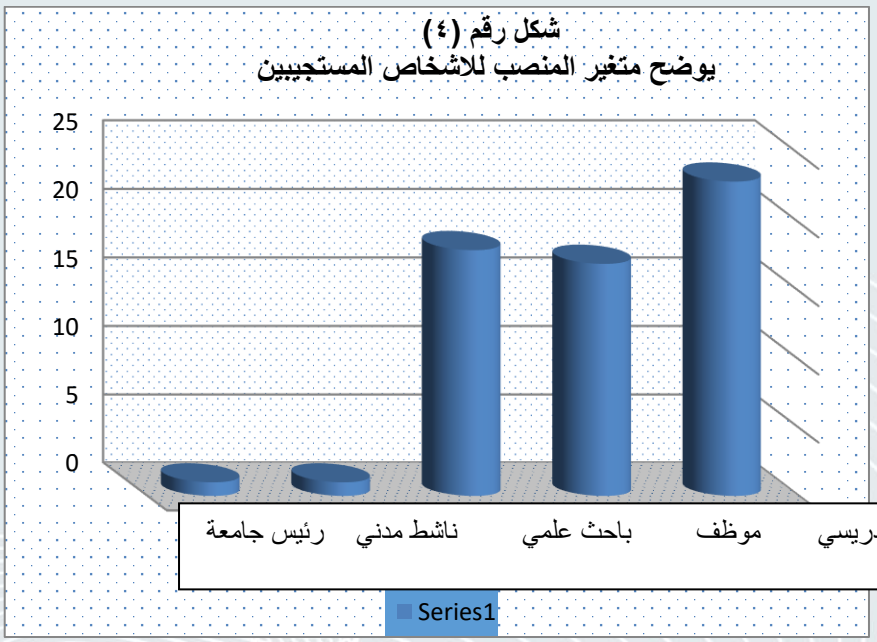
المصدر: من اعداد الباحث بمساعدة الحاسبة ووقيم التحليلات الاحصائية لبيانات النزول الميداني

٤- المنصب :

جدول 6 يوضح التكرارات والنسب المئوية للمنصب

المؤهل العلمي	التكرار	النسبة
تدريسي	٢٣	%٣٨
موظف	١٧	%٢٨
باحث علمي	١٨	%٣٠
ناشط مدني	١	%٢
رئيس جامعة	١	%٢
المجموع	٦٠	١٠٠%

حيث كانت القيم الموجودة في جدول (٦) تشير إلى العينة تتنوع بالنسبة للمناصب إذ كانت الفئة الأكبر ضمن الاشخاص الذين يشغلون منصب التدريس بواقع (٣٨%) ، بينما بلغت نسبة الموظفين (٢٨%) ، اما الاشخاص الذين يشغلون الباحثين في المجالات الاجتماعية والاكاديمية قد شكلو ما نسبته (٣٠%) ضمن العينة المدروسة ، في حين بلغت نسبة الاشخاص الذين يشغلون ناشط مدني (٢%) من اجمالي العينة المدروسة ، وكذلك بلغت نسبة الاشخاص الذين يشغلون رئيس جامعة (٢%) ايضاً ، ويمكن توضيح هذه النسب وفقاً للشكل البياني الاتي والمتمثل بالشكل رقم (٤).



المصدر: من اعداد الباحث بمساعدة الحاسبة ووقيم التحليلات الاحصائية لبيانات النزول الميداني

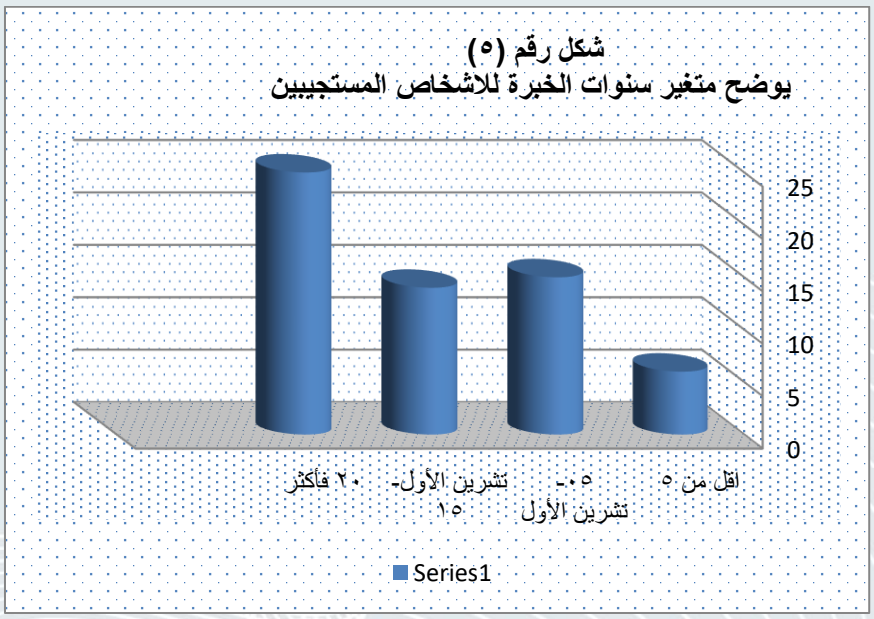
٥- عدد سنوات الخدمة:

جدول 7 يوضح التكرارات والنسب المئوية لعدد سنوات الخدمة

سنوات الخبرة	التكرار	النسبة
اكثرمن ٢٠ سنة	٢٥	%٤٢
من ١٠ إلى ٢٠ سنة	١٤	%٢٣
من ٥ إلى ١٠ سنوات	١٥	%٢٥
اقل من 5 سنة	٦	%١٠
المجموع	١٤١	١٠٠%

المصدر: اعدته الباحثة بمساعدة الحاسبة ووقيم التحليلات الاحصائية لبيانات النزول الميداني.

إذ كانت القيم الموجودة في جدول (٧) تشير إلى العينة تمتلك خبرة كبيرة جدا إذ كانت اغلب العينة تتراوح ما بين سنة الى خمس سنوات بلغت نسبتها (١٠%) وحصلت على المرتبة الاخيرة، بينما بلغت نسبة الاشخاص الذين تتراوح سنوات الخبرة من ٦ سنة الى ١٠ سنة شكلت ما نسبه (٢٥%) ،وكذلك بلغت سنوات الخبرة من ١٠ إلى ١٥ سنوات شكلت ما نسبته (٢٣%) من اجمالي العينة المدروسة، في حين حصلت الفئة الذين تتراوح سنوات خبرتهم ٢٠ سنة فأكثر قد شكلت ما نسبته (٤٢)وهي تمثل النسبة الاكبر وتدل على الخبرة الموجودة ضمن عينة الدراسة ، ويمكن توضيح هذه النسب وفقاً للشكل البياني الاتي ، والمتمثل بالشكل رقم (٥).



المصدر: من اعداد الباحث بمساعدة الحاسبة ووقيم التحليلات الاحصائية لبيانات النزول الميداني

ثامنا: معامل الفاكروميخ لعناصر الدراسة:

١- الذكاء العاطفي وفقاً لمستوى التعليم وجودة الحياة

جدول ٨ يوضح معامل الفاكرونباخ لمتغير محاور الدراسة

الابعاد الفرعية	عدد الفقرات	معامل الفا كروميخ
الوعي بالذات	٥	٠,٨٢٥
التحكم بالنفس	٥	٠,٨٨١
الذكاء العاطفي والمهارات الاجتماعية	٥	٠,٧٩٤
التعاطف وفهم مشاعر الاخرين	٥	٠,٨٠١

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني

عن طريق نتائج الجدول (٨) نلاحظ أن انحصرت القيم معاملات الثبات بين (٠,٨٨١) وكانت اعلى نسبة و(٠,٧٩٤) أدني نسبة نجد أن جميع قيم المحاور تتجاوز ٦٠% وهذا يعني هناك صدق بالاستبانة المعمولة والأسئلة المكونة لهذا المحور.

تاسعاً: تحليل نتائج محاور الاستبانة

١- أبعاد المتغير المستقل والمتمثل بالذكاء العاطفي وفقاً لبعد الوعي بالذات

للتعرف على ردود العينة المختارة حول اسئلة البعد الاول الوعي بالذات فقد تم اعتماد معاملات الاختلاف والانحرافات المعياري والمتوسط الحسابي، لكل فقرة من اسئلة البعد، والمبينة في جدول (٩) كما يلي:

جدول (٩) نتائج بُعد الوعي بالذات

ت	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الرتبة
١	هناك صلة إيجابية بين مستوى الذكاء العاطفي ومستوى الإدراك الذاتي لتحسين نوعية الحياة.	٣,٦٦	0.745	21%	4
٢	هل تظن أن الإدراك بمشاعرك الشخصية يساعدك على مواجهة الضغوط اليومية بصورة أفضل؟	3.97	0.622	16%	3
٣	هل تعتقد أن قدرتك "على السيطرة على مشاعرك السلبية" تساهم في تخفيف مستويات القلق والاكتئاب لديك؟	4.23	٠,٥٩٢	%١٤	١
٤	هل تعتقد أن القدرة على فهم مشاعر الآخرين من خلال (التعاطف) تساعدك على بناء علاقات اجتماعية أقوى؟	4.01	0.604	15%	2
5	هل تعتقد "أن الذكاء العاطفي يؤدي دورًا هامًا في تحقيق النجاح المهني وتحسين الحياة الأسرية"؟	3.06	0.971	32%	5

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

إن في جدول اعلاه رقم (٩) يظهر لنا أن الأوساط الحسابية للفقرات كانت أغلبها متقاربة إذ كانت افضل فقرة تمثل أعلى وسط حسابي وهي " **هل تعتقد أن قدرتك "على السيطرة على مشاعرك السلبية" تساهم في تخفيف مستويات القلق والاكتئاب لديك** " حيث بلغ متوسطها الحسابي (4.23) وتمثلت بأقل معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ (0.592) وأما بالنسبة للفقرة وهي " **هل تعتقد "أن الذكاء العاطفي يؤدي دورًا هامًا في تحقيق النجاح المهني وتحسين الحياة الأسرية"** " فقد كان أصغر وسط حسابي حيث بلغ (3.06) وتمثلت بأكبر نسبة معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ(1.1359) ومن المُلحوظ أن ارقام الانحرافات المعيارية غير متباعدة وهذا يفسر على قرب الاراء وهذا يشير الى ان السيطرة على المشاعر السلبية هي التي تساعد على الاستقرار النفسي والاسري .

٢ - أبعاد المتغير المستقل والمتمثل بالذكاء العاطفي وفقاً لبعد التحكم بالنفس

للتعرف على ردود العينة المختارة حول اسئلة البعد الثاني التحكم بالنفس فقد تم اعتماد معاملات الاختلاف والانحرافات المعياري والمتوسط الحسابي، لكل فقرة من اسئلة البعد، والمبينة في جدول (١٢) كما يلي.

جدول (١٢) نتائج بُعد تنظيم الذات (التحكم بالنفس)

ت	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الرتبة
١	هل تحس أن قدرتك على معالجة الخلافات بطريقة علمية هادئة ومحترمة تحسن من بيئة العمل أو الدراسة أو المجتمع؟	3.98	0.979	24.59	3
٢	هل تعتقد أن "دعم الذكاء العاطفي للتحكم بالذات يمكن أن يساهم في تحسين صحتك النفسية العامة مما يؤثر إيجاباً على الاستقرار الأسري"؟	4.28	0.64	15%	١
٣	هل ترى أن "الأشخاص الذين لا يتمتعون بمستوى علمي و ذكاء عاطفي عالٍ يكونون اقل قدرة على تنظيم الذات و التأقلم مع التغيرات والتحديات في حياتهم الاجتماعية والأسرية"؟	3.64	0.982	27%	5
٤	هل تعتقد أن برامج تعليم الذكاء العاطفي يمكن أن تكون مفيدة لتنظيم الذات للنفس لتنمية شخصياتهم في المجتمع ؟	3.88	0.972	25%	4
5	هل ترى أن الذكاء العاطفي يمكن أن يكون عاملًا حاسمًا للتحكم بالذات في بناء مجتمعات أكثر تعاوناً واستقرارا وتفهماً؟	4.23	0.792	19%	٢

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

إن في جدول اعلاه رقم (12) يظهر لنا أن الأوساط الحسابية للفقرات كانت أغلبها متقاربة إذ كانت افضل فقرة تمثل أعلى وسط حسابي وهي " **دعم الذكاء العاطفي للتحكم بالذات يمكن أن يساهم في تحسين صحتك النفسية العامة مما يؤثر إيجاباً على الاستقرار الأسري.**" حيث بلغ متوسطها الحسابي (4.28) وتمثلت بأقل معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ (0.64) وأما بالنسبة للفقرة وهي " **أن "الأشخاص الذين لا يتمتعون بمستوى علمي و ذكاء عاطفي عالٍ يكونون اقل قدرة على تنظيم الذات و التأقلم مع التغيرات والتحديات في حياتهم الاجتماعية والأسرية** .." فقد كان أصغر وسط حسابي حيث بلغ (3.64) وتمثلت بأكبر نسبة معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ(0.982) ومن المُلحوظ أن ارقام الانحرافات المعيارية غير متباعدة وهذا يفسر على قرب الاراء .

3- أبعاد المتغير المستقل والمتمثل بالذكاء العاطفي وفقاً لبعد المهارات الاجتماعية.

للتعرف على ردود العينة المختارة حول اسئلة البعد الثالث **الذكاء العاطفي والمهارات الاجتماعية** فقد تم اعتماد معاملات الاختلاف والانحرافات المعياري والمتوسط الحسابي، لكل فقرة من اسئلة البعد، والمبينة في جدول (١٣) كما يلي:

جدول (١٣) نتائج بُعد الذكاء العاطفي والمهارات الاجتماعية

ت	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الرتبة
١	هل تظن أن المستوى الأكاديمي والإدراك لعواطفك الذاتية يدعمك في "التكيّف مع التحديات اليومية على نحو أفضل"؟	٣,٨٨	٠,٨٧٢	%٢٢	٣
٢	هل تعتقد أن مقدرتك على ضبط مشاعرك السلبية تساهم في تخفيف مستويات التوتر والحزن لديك؟	**4.12**	**0.773**	**18%**	**1**
٣	هل تعتقد أن التعليم لديه القدرة على فهم أحاسيس الآخرين (التعاطف) وهل يساعدك في بناء روابط اجتماعية أقوى؟	**3.64**	٠,٩٤٢	%٢٦	٥
٤	هل ترى أن مهاراتك العلمية و التواصل المؤثر تسهم في تحسين علاقاتك مع زملائك في العمل أو دراستك أو الوسط الاجتماعي؟	**3.76**	٠,٩١	%٢٤	٤
5	هل "تعتقد أن مستوى الذكاء العاطفي يؤدي دوراً هاماً في بلوغ النجاح الاجتماعي و المهني والأسري"؟	**4.10**	٠,٨٦٣	%٢١	٢

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

إن في جدول اعلاه رقم (١٣) يظهر لنا أن الأوساط الحسابية للفقرات كانت أغلبها متقاربة إذ كانت افضل فقرة تمثل أعلى وسط حسابي وهي " **مقدرتك على ضبط مشاعرك السلبية تساهم في تخفيف مستويات التوتر والحزن لديك.**" حيث بلغ متوسطها الحسابي (4.12) وتمثلت بأقل معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ (0.773) وأما بالنسبة للفقرة وهي " **تعتقد أن التعليم لديه القدرة على فهم أحاسيس الآخرين (التعاطف) وهل يساعدك في بناء رو ابط اجتماعية أقوى ..**" فقد كان أصغر وسط حسابي حيث بلغ (3.64) وتمثلت بأكبر نسبة معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ(0.942) ومن المُلحوظ أن ارقام الانحرافات المعيارية غير متباعدة وهذا يفسر على قرب الاراء .

٤- أبعاد المتغير المستقل والمتمثل بالذكاء العاطفي وفقاً لبعد التعاطف .

للتعرف على ردود العينة المختارة حول اسئلة البعد الرابع التعاطف وفهم مشاعر الاخرين فقد تم اعتماد معاملات الاختلاف والانحرافات المعياري والمتوسط الحسابي، لكل فقرة من اسئلة البعد، والمبينة في جدول (١٤) كما يلي:

جدول (١٤) نتائج بُعد التعاطف وفهم مشاعر الاخرين

ت	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الرتبة
١	أكون مُدركاً لمشاعري وأحاسيسي وعواطفي تجاه الاخرين عندما أختبرها في المجتمع.	٤,٣٢	٠,٧٤٤	%١٧	١
٢	أستطيع السيطرة على عواطفي و انفعالاتي السلبية في المجتمع..	٣,٨٥	٠,٩٩٢	%٢٦	٤
٣	أحاول أن أستخدم قدرتي على مواجهة مصاعب الحياة لتحسين الاستقرار العائلي..	٤,٣٠	٠,٨١٥	%١٨	٢
٤	أتشوق لاكتشاف أحدث الوسائل العلمية لتحسين نوعية الحياة والاستقرار المهني والأسري	٤,٠١	٠,٩١٤	%٢٣	٣
5	يحبني الآخرون ويقدرونني حتى لو لم أتفق معهم في الرأي.	٣,٦٧	٠,٩٩٠	%٢٧	٥

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

إن في جدول اعلاه رقم (١٤) يظهر لنا أن الأوساط الحسابية للفقرات كانت أغلبها متقاربة إذ كانت افضل فقرة تمثل أعلى وسط حسابي وهي " **أكون مُدركاً لمشاعري وأحاسيسي وعواطفي تجاه الاخرين عندما أختبرها في المجتمع.**" حيث بلغ متوسطها الحسابي (4.32) وتمثلت بأقل معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ (0.774) وأما بالنسبة للفقرة وهي " **يحبني الآخرون ويقدرونني حتى لو لم أتفق معهم في الرأي** .." فقد كان أصغر وسط حسابي حيث بلغ (3.67) وتمثلت بأكبر نسبة معامل اختلاف وحصلت على انحراف بلغ(0.990) ومن المُلحوظ أن ارقام الانحرافات المعيارية غير متباعدة وهذا يفسر على قرب الاراء .

عاشراً- اختبار الفرضيات :

اولاً - الفرض الرئيس الاول: وجود علاقة دالةً احصائياً للذكاء العاطفي بأبعاده الاربعة (الوعي بالذات ، التحكم بالنفس، التعاطف ، مهارات العلاقات الاجتماعية) ، وتتألف منها الافتراضات الاتية :

١ – الفرض الفرعي الاول : هناك علاقة دالةً احصائياً لمستوى الذكاء العاطفي يعزى لبعد الوعي بالذات في الاداء الوظيفي للعاملين بالمؤسسات الانسانية و التعليمية.

لغرض التحقق من الفرض الفرعي الاول(وجود علاقة معنوية) بعد الوعي بالذات على المتغير المعتمد (الاداء الوظيفي)، قمنا باستعمال تحليلات الانحدار الخطي (Regression of Linear) لبرهنة وجود ارتباط عند معدل ($\alpha \leq 5\%$) ، وجدول (١٥) يبين النتائج كما يلي:

الجدول (١٥)

المتغير	معامل الانحدار Beta	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل التحديد (R2)
الوعي بالذات وتحسين جودة الحياة	٢3٧0.	٤٥٢.٢١	0.000	٨٩0.7	٦٢٢0.

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

من نتائج جدول ١٥ (نلحظ هناك علاقة دالةً احصائياً عند معدل المعنوي $\alpha \leq 5\%$ بين العنصر المستقل(الوعي بالذات) والمتغير المعتمد (تحسين جودة الحياة والاستقرار الاسري) في المؤسسات الاجتماعية والتعليمية ، حيث ان معلمة الانحدار قدرت (Beta) (٠,٧٣٢) وهي ادالة احصائيةً فبلغت (0.000)أصغر من معدل المعنوية($\alpha \leq 5\%$)، وتدل معلمة الانحدار (Beta) فبلغت (**0.732**) إلى قيمة أثر العنصر المستقل على المتغير المعتمد) كما يشير معامل الارتباط المتعدد Rالبالغ (٠,٦٢٢) إلى قوة الارتباط بين العناصر التفسيرية وقيمة المتغير المعتمد ، وبالتالي تحقق الشرط الأول.

2 – الفرض الفرعي الثاني : هناك علاقة دالةً احصائياً لمستوى الذكاء العاطفي يعزى لبعد تنظيم الذات في الاداء الوظيفي للعاملين بالمؤسسات الاجتماعية والتعليمية.

لغرض التحقق من الفرض الفرعي الاول(وجود علاقة معنوية) بعد تنظيم الذات على المتغير المعتمد (الاستقرار الوظيفي والاسري)، قمنا باستخدام تحليل الانحدار الخطي (Regression of Linear) لبرهنة وجود ارتباط عند معدل ($\alpha \leq 5\%$) ، وجدول (١٦) يبين النتائج كما يلي:

الجدول (١٦)

المتغير	معامل الانحدار Beta	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل التحديد (R2)
تنظيم الذات وتحسين جودة الحياة	٨٢٢0.	٩٧١.٢١	0.000	٨٣١0.	٠,٦٩٠

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

من نتائج جدول (١٦) نلحظ هناك علاقة دالةً احصائياً عند معدل المعنوي $\alpha \leq 5\%$ بين العنصر المستقل(تنظيم الذات) والمتغير المعتمد (الاستقرار الوظيفي والاسري)، حيث ان معلمة الانحدار قدرت (Beta) (٠,٨٢٢) وهي ادالة احصائيةً فبلغت (0.000)أصغر من معدل المعنوية($\alpha \leq 5\%$)، وتدل معلمة الانحدار (Beta) فبلغت (٠,٨٢٢) إلى قيمة أثر العنصر المستقل على المتغير المعتمد في المؤسسات التعليمية العراقية، كما يشير معامل الارتباط المتعدد Rالبالغ (٠,٨٣١) إلى قوة الارتباط بين العناصر التفسيرية وقيمة المتغير المعتمد ، وبالتالي تحقق الشرط الثاني.

٣ – الفرض الفرعي الثالث : هناك علاقة دالةً احصائياً لمستوى الذكاء العاطفي يعزى لبعد المهارات الاجتماعية في تحسين جودة الحياة المهنية والاسرية.

لغرض التحقق من الفرض الفرعي الاول(وجود علاقة معنوية) بعد المهارات الاجتماعية على المتغير المعتمد **(تحسين جودة الحياة المهنية والاسرية)**، قمنا باستخدام تحليل الانحدار الخطي (Regression of Linear) لبرهنة وجود ارتباط عند معدل ($\alpha \leq 5\%$) ، وجدول (١٧) يبين النتائج كما يلي:

الجدول (١٩)

المتغير	معامل الانحدار Beta	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل التحديد (R2)
المهارات الاجتماعية وتحسين جودة الحياة	0.662	13.580	0.000	0.748	0.559

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

من نتائج جدول (١٧) نلحظ هناك علاقة دالةً احصائياً عند معدل المعنوي $\alpha \leq 5\%$ بين العنصر المستقل(المهارات الاجتماعية) والمتغير المعتمد **(تحسين جودة الحياة المهنية والاسرية)** في المؤسسات التعليمية العراقية، حيث ان معلمة الانحدار قدرت (Beta) (٠,٦٦٢) وهي ادالة احصائيةً فبلغت (0.000)أصغر من معدل المعنوية($\alpha \leq 5\%$)، وتدل معلمة الانحدار (Beta) فبلغت (٠,٦٦٢) إلى قيمة أثر العنصر المستقل على المتغير المعتمد في المؤسسات المهنية و التعليمية العراقية، كما يشير معامل الارتباط المتعدد Rالبالغ (٠,٧٤٨) إلى قوة الارتباط بين العناصر التفسيرية وقيمة المتغير المعتمد ، وبالتالي تحقق الشرط الثالث.

٤ – الفرض الفرعي الرابع : هناك علاقة دالةً احصائياً لمستوى الذكاء العاطفي يعزى لبعد التعاطف في الا تحسين جودة الحياة المهنية والاسرية داء.

لغرض التحقق من الفرض الفرعي الرابع(وجود علاقة معنوية) بعد التعاطف على المتغير المعتمد (**تحسين جودة الحياة المهنية والاسرية**)، قمنا باستخدام تحليل الانحدار الخطي (Regression of Linear) لبرهنة وجود ارتباط عند معدل ($\alpha \leq 5\%$) ، وجدول (١٨) يبين النتائج كما يلي:

الجدول (١٨)

المتغير	معامل الانحدار Beta	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل التحديد (R2)
التعاطف وتحسين جودة الحياة	0.752	14.880	0.000	0.588	0.345

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

من نتائج جدول (١٨) نلحظ هناك علاقة دالةً احصائياً عند معدل المعنوي ($\alpha \leq 5\%$) بين العنصر المستقل(المهارات الاجتماعية) والمتغير المعتمد (**تحسين جودة الحياة المهنية والاسرية**) في المؤسسات المهنية و التعليمية العراقية، حيث ان معلمة الانحدار قدرت (Beta) (٠,٧٥٢) وهي ادالة احصائيةً فبلغت (0.000)أصغر من معدل المعنوية($\alpha \leq 5\%$)، وتدل معلمة الانحدار (Beta) إلى قيمة أثر العنصر المستقل على المتغير المعتمد في المؤسسات التعليمية العراقية، كما يشير معامل الارتباط المتعدد البالغة (٠,٥٨٨) إلى قوة الارتباط بين العناصر التفسيرية وقيمة المتغير المعتمد ، وبالتالي تحقق الشرط الرابع.

ثانياً – الفرض الرئيس الثاني : توجد علاقة جوهرية لمستوى الذكاء العاطفي يعزى تحسين جودة الحياة المهنية والاسرية للعاملين في المؤسسات المهنية و التعليمية تعزى للخصائص الشخصية والمتمثلة في العمر – النوع الاجتماعي – المؤهل العلمي – الخبرة الوظيفية، عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 5\%$)

جدول (١٩) نتائج تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) لكشف الفروق في اتجاهات الموظفين عينة الدراسة للخصائص الشخصية والمتمثلة في العمر – النوع الاجتماعي – المؤهل العلمي – الخبرة الوظيفية.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مربعات الخطأ	قيمة F	P_{Value}	الدلالة الإحصائية
بين المجموعات	٢٤,٤٦٢	١	٢٤,٤٦٢	١١٠,٦٨	٠,٠٠٠	معنوي ذات دلالة
داخل المجموعات	١٢,٨١٨	٥٨	٠,٢٢١			
المجموع	٣٧,٢٨٠	٥٩				

المصدر: اعدته الباحثة في بناءاً على قيم التحليل الاحصائي لبيانات النزول الميداني.

يتبين من الجدول (١٩) انه دال احصائي وهذا يعني انه وجود فروقات احصائية وهذا يعني ان العينة لها اجابات غير متساوية، والعينة تختلف في الاجابات من ناحية للخصائص الشخصية.

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

الإدراك الذاتي والمشاعر الشخصية يرى أغلب المستطلَعين أن الإدراك بمشاعرهم يساعدهم على "التكيف مع الضغوط اليومية بشكل أفضل، هذه النتيجة تعكس أهمية الإدراك الذاتي كأحد المكونات الأساسية للذكاء العاطفي".

التحكم بالمشاعر (التحكم بالذات) يرى أغلب المستطلَعين أن التحكم في المشاعر السلبية يساهم في تقليل مستويات القلق والاكتئاب"، ويعتبر التحكم بالنفس مهارة جوهرية من مهارات "الذكاء العاطفي التي تمكن الأفراد من إدارة مشاعرهم السلبية مثل الغضب، القلق، والاكتئاب".

التعاطف وبناء العلاقات الاجتماعي يرى أغلب المستطلَعين أن القدرة على التعاطف تساعد في بناء علاقات اجتماعية أقوى. التعاطف هو أحد أهم مكونات الذكاء العاطفي لأنه يعزز الفهم المتبادل بين الأفراد مما ينعكس إيجابًا على الاستقرار النفسي والأسري.

مهارات التواصل الاجتماعي البناء يرى أغلب المستطلَعين أن مهارات التواصل الفعال "تساهم في تحسين علاقاتهم الاجتماعية والمهنية و التواصل الفعال هو الأساس الذي تقوم عليه جميع العلاقات الإنسانية.

مما له. دورًا هامًا في تحقيق النجاح المهني، في بيئة العمل الحديثة لأنه لم تعد القدرات التقنية والمعرفية كافية لتحقيق النجاح المهني، بل أصبح الذكاء العاطفي عاملًا حاسمًا في تطوير المهارات القيادية .

ويرون وأن أغلب الأفراد ذوي الذكاء العاطفي العالي لديهم قدرة أكبر على التأقلم مع التغيرات والتحديات لبناء مجتمعات أكثر وعيًا.

التوصيات:

١- تطوير مهارة الذكاء العاطفي "للأفراد لتحقيق توازن أفضل بين حياتهم الشخصية والمهنية"، وبناء علاقات اجتماعية أكثر صحة واستدامة، كون ان الذكاء العاطفي يمثل أحد أهم الأدوات التي يمكن للأفراد استخدامها "لتحسين جودة حياتهم على المستويات المختلفة: "النفسي، الاجتماعي والمهني".

٢- تجهيز بعض الفعاليات والتطبيقات التي تساعِد على تطوير نوعية الحياة ودعمها في الجامعات والمؤسسات الانسانية عن طريق الاهتمام بتحديث الدورات فيها بما يؤدي إلى تعزيز مستوى الطموح.

٣- العمل على تحفيز حركات البحث العلمي في محاور الذكاء الاجتماعي وأقسامه، وأيضاً جودة الحياة نظراً لأهميتهما.

٤- إدخال مفهوم نوعية الحياة في بعض مناهج علم النفس في الجامعات ليساعد في استيعاب الطلبة لمعايير نوعية الحياة.

المصادر:

١. إبراهيم، باسل. (٢٠١٣) .*درجة الذكاء الاجتماعي والذكاء الوجداني والإحساس بالسعادة* .غزة: رسالة ماجستير، جامعة الأزهر

٢. بار-أون، روي. (١٩٩٧) *Emotional Quotient Inventory (EQ-i).* Toronto: Multi-Health Systems.

٣. بيومي القط، جيهان. (٢٠١١) .(*الذكاء الاجتماعي والسمات الشخصية وعلاقتهما بالكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة* .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٤. جابر، عبد الحميد. (١٩٩٧) *الذكاءات المتعددة: نظرية وتطبيقات تربوية* .القاهرة: دار الفكر العربي.

٥. جبر، محمد. (٢٠٠٥ .(*جودة الحياة والصحة النفسية* .عمان: دار المسيرة.

٦. خالد، المطيري. (٢٠٠٠ .(*الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالكفاءة الذاتية* .الكويت: مجلة العلوم التربوية والنفسية.

٧. خليل، محمد خليل. (٢٠٠٩ .(*العلاقة بين الذكاء الاجتماعي والتفكير الناقد والعلاقة ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة* .رسالة ماجستير، جامعة دمشق.

٨. الخناق، علي. (٢٠٠٥ .(*جودة الحياة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية* .رسالة ماجستير، جامعة بغداد.

٩. زياد، ثابت. (٢٠٠١ .)*الذكاء الاجتماعي عند جاردنر وثورندايك* .مجلة جامعة الأقصى، فلسطين.

١٠. زهران، حامد. (٢٠٠٠ .)*الصحة النفسية والعلاج النفسي* .القاهرة: عالم الكتب.

١١. سليمان، عسقول، خليل. (٢٠٠٩).*الذكاء الاجتماعي وأثره في العلاقات الاجتماعية لدى طلبة الجامعات* .غزة: مجلة جامعة الأزهر.

١٢. عارف، محمود منسي، وعلي كاظم. (٢٠٠٦ .)*مقياس جودة الحياة* .بغداد: منشورات جامعة بغداد.

13. Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D.R. (2004). *Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications*. Psychological Inquiry, 15(3), 197–215.
14. Meijs, N., Cillessen, A.H.N., Scholte, R.H.J., Segers, E., & Spijkerman, R. (2008). *Social intelligence and its relationship to the social environment and academic achievement*. Journal of Educational Psychology, 100(2), 482–491.
15. Newman, D. A., & Joseph, D. L. (2020). *The Rise of Emotional Intelligence: A Meta-Analytic Review*. Journal of Organizational Behavior.
16. Petrides, K.V., & Furnham, A. (2001). *Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies*. European Journal of Personality, 15(6), 425–448.
17. Sameer, Babu M. (2007). *Measuring the Level of Social Intelligence and Violence among Upper Secondary School Students*. Journal of Educational Psychology.
18. Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). *Emotional Intelligence*. Imagination, Cognition and Personality, 9(3), 185–211.
19. Zeidner, M., Roberts, R. D., & Matthews, G. (2002). *Can Emotional Intelligence be Schooled?*. Journal of Humanistic Psychology, 44(2), 70–86.