

جامعة مولود معمري - تيزي وزو -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس



عنوان المذكرة:

الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في الثانوي.

دراسة ميدانية بثانوية كسال أحمد ببوزقان و ثانوية عبد الرحمان إيلولي

بالاربعاء ناث إيراثن - تيزي وزو -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص علم النفس المدرسي

إشراف الاستاذة:

- د. لعباس نصيرة.

إعداد الطالبتان:

- موساوي مسيلية.

- مولى ديهية.

السنة الجامعية: 2025/2024

كلمة شكر

بسم الله الرحمن الرحيم الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبفضله تتحقق الغايات.
أتقدم بخالص الشكر وعظيم الامتنان لكل من كان له دور في إنجاز هذه المذكرة، ودعمي معنويا
أو علميا خلال مساري البحثي.

أولا، أعبر عن بالغ امتناني لمشرفتي الأستاذة الفاضلة "عباس نصيرة"، ما قدمته لي من توجيهات
قيمة، وملاحظات بناءة، وتشجيع مستمر كان له الأثر الكبير في إخراج هذا العمل إلى النور.
كما أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى كل الأساتذة الذين ساهموا في تكويني العلمي والمعرفي
طيلة سنوات دراستي الجامعية.

ولا أنسى أن أخص بالشكر كل من ساعدني في جمع المعطيات والمراجع، وشارك بتوجيه أو
نصيحة، أو دعمي بكلمة طيبة.

وختاما، أتقدم بعبارات العرفان والمحبة إلى أسرتي الكريمة، التي كانت السند والدعم الأول لي،
ولكل من آمن بقدراتي وسانديني في مسيرتي.

جزاكم الله عني كل خير، وجعل ما قدمتموه في ميزان حسناتكم.

شكرا

الاهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى التي جعل الله الجنة تحت أقدامها، وردة حياتي والتي أنارت درب حياتي بحبها وقلبها الحنون والعطوف أُمي العزيزة "فريدة مولى" حفظها الله وأطال في عمرها باليمن والبركات.

إلى الذي رباني على الفضيلة والأخلاق والدين والطاعة وشملني بالعطف والحنان وعلمني معنى الحياة ومصاحبته وعلمني العطاء دون الانتظار، إلى الذي أحمل اسمه بافتخار أبي العزيز "أعلي مولى" أرجوا من الله أن يمد في عمره ليرى ثمارا قد حان قطفها. إلى من شاركني حزن الام وحبهم يجري في عروقي ويلهج بذكرهم فؤادي أخواتي "ليندة" و"صبرينة" وأخي العزيز والغالي "ماسينيسا" حفظهم الله وأنار دربهم نورا وعلمنا. كلام الشكر وتقدير إلى صديقتي العزيزة صاحبة القلب الطيب والابتسامة الجميلة "مسيلية موساوي" التي كانت سند وعونا في مشواري الدراسي والمحبة والصدقة التي تجمع بيننا.

فالصدقة تعتبر من أسمى العلاقات التي تجمع بين الأشخاص وتستمر لسنوات طويلة، فالصديق الوفي يكون أفضل رفيق في الطريق. فأقدم لك الشكر والعرفان على وقوفك بجانبني دائما. وأخيرا إلى كل لأصدقاء ولأحباء اللذين شاركوني في تعبتي وجهدي.

ديهية

الإهداء

هذا النجاح بفضل الله ورعايته ن الذي ثبت قلبي وأمدني بالقوة لأتجاوز كل العقبات، راجية ان يكون عملي خلاصا لوجهه الكريم.

لنفسي، التي قاومت التعب، ونهضت رغم كل شيء، فكانت فخري واعتزاز.

لأمي، من كانت لي ملاذا، بدعائها وصبرها ومساندتها الدائمة.

لأبي، معلمي الأول وسندي، من ضحى لأجلي بصمت ومهد لي دروب النجاح بخطاه الثابتة.

لأخي، مصدر الطمأنينة والدعم الصادق الذي لا يتغير.

لزوجة اخي، الأخت الطيبة التي دعمتني بقلبها وروحها.

لشخص خاص، لم يذكر اسمه لكن حضر بروحه، دعمه، وصمته الذي كان امانا لي.

لصديقي، رفيقة الدرب والسهر، التي تشاركنا كل التحديات والنجاحات.

لصديقاتي، من كن نورا في طريقي ودفناً في لحظاتي.

وأخيراً، الحمد لله على كل قطرة عرق، وكل لحظة صبر، وكل دعاء مستجاب. ها انا اليوم انظر

الى حلمي وقد صار واقعا، وأقول لنفسي " لقد فعلتها بفضل الله، ثم بدعم من أحب".

مسيلية

الفهرس	
ا	ملخص البحث بالعربية
ب	ملخص البحث باللغة الأجنبية
ج	كلمة شكر
د	إهداء
هـ	فهرس المحتويات
و	قائمة الجداول
ز	قائمة الأشكال
01	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للإشكالية	
06	1. إشكالية الدراسة.
10	2. التساؤلات الدراسة.
11	3. فرضيات الدراسة.
11	4. أهداف الدراسة.
11	5. أهمية الدراسة.
12	6. تحديد المفاهيم الإجرائية.
الفصل الثاني: الطمأنينة النفسية	
تمهيد.	
15	1. تعريف الطمأنينة النفسية.
16	2. تفسيرات النظرية للطمأنينة النفسية.
17	1.2 النظرية البيولوجية الطبية.
17	2.2 نظريات علم النفس الإنساني.
21	2.3 النظريات النفسية.
26	2.4 النظريات السلوكية.

27	2.5 النظرية الاجتماعية.
27	3. أنواع الطمأنينة النفسية.
28	4. ابعاد الطمأنينة النفسية.
31	5. أهمية الطمأنينة النفسية.
33	6. مصادر الطمأنينة النفسية.
34	7. مكونات الطمأنينة النفسية.
35	8. خصائص الطمأنينة النفسية.
36	9. آثار الحرمان من الطمأنينة النفسية.
38	خلاصة.
الفصل الثالث: الذكاء الإنفعالي	
	تمهيد
41	1. تعريف الذكاء الانفعالي.
43	2. النشأة التاريخية لمفهوم الذكاء الانفعالي.
47	3. اهمية الذكاء الانفعالي.
49	4. النماذج النظرية للذكاء الانفعالي.
65	5. ابعاد الذكاء الانفعالي.
67	7. مهارات الذكاء الانفعالي.
69	8. خصائص وسمات الأذكياء انفعاليا.
73	خلاصة
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
	تمهيد.
77	1. التذكير بالفرضيات.
77	2. الدراسة الاستطلاعية.
77	1.2 اهداف الدراسة الاستطلاعية.
78	2.2 كيفية اجراء الدراسة الاستطلاعية.

78	3.2 عينة الدراسة الاستطلاعية.
82	4.2 تحديد مكان وزمان اجراء الدراسة الاستطلاعية.
82	5.2 نتائج الدراسة الاستطلاعية.
86	3. دراسة الأساسية.
86	1.3 منهج الدراسة الأساسية.
87	2.3 عينة الدراسة الأساسية وخصائصها.
92	3.3 مكان وزمان اجراء الدراسة الأساسية.
92	4.3 أدوات الدراسة الأساسية.
102	5.3 الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة الأساسية.
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
104	1. عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الأولى.
106	2. عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثانية.
109	3. عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة.
112	الاستنتاج العام.
	خاتمة.
	قائمة المراجع.
	الملاحق.

فهرس الجداول

رقم	العنوان	ص
01	التمييز بين نماذج القدرة والنماذج المختلطة للذكاء الإنفعالي (عن القاضي، 2012، ص40).	60
02	توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.	79
03	توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب مستوي الدراسي.	80
04	توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب السن.	81
05	قيمة الفرق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا للطمأنينة النفسية	83
06	قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة ألفا - كرونباخ للطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.	84
07	قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة التجزئة النصفية لطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.	84
08	قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة ألفا-كرونباخ للأبعاد الطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.	85
09	قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة التجزئة النصفية للأبعاد الطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.	86
10	توزيع افراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.	88
11	توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب الشعبة.	89
12	توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب السن.	90
13	توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب المستوى:	91
14	توزيع فقرات المقياس على محاوره.	96
15	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الذكاء الانفعالي بالمجال الذي ينتمي اليه،	99

	ومعاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، ومعاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40).	
101	معاملات ثبات مقياس الذكاء الانفعالي بطريقة الفا كرو نباخ:	16
102	درجات احتساب مستوى شيوع الذكاء الانفعالي:	17
104	علاقة الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدي المراهق المتمدرس.	18
107	الدلالة الإحصائية للفرق في درجات الطمأنينة النفسية حسب الجنس.	19
109	الدلالة الإحصائية للفرق في درجات الذكاء الانفعالي حسب الجنس.	20

فهرس الاشكال

ص	العنوان	رقم
53	مكونات الذكاء الإنفعالي وفقا لنموذج ماير وسالوفي.	01
58	نموذج بار-أون للأبعاد الرئيسية والفرعية للذكاء الإنفعالي.	02
79	عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.	03
80	توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب مستوي الدراسي.	04
81	توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب السن.	05
84	توزيع افراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.	06
85	توزيع افراد عينة الدراسة الأساسية حسب الشعبة.	07
86	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب السن.	08
87	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب المستوى.	09

ملخص الدراسة:

انطلقت هذه الدراسة من الأهمية المتزايدة التي يحظى بها موضوع الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي لدى المراهقين، خصوصا في المرحلة الثانوية التي تشكل فترة حرجة في النمو النفسي والاجتماعي للفرد، وتؤثر بشكل مباشر في تحصيله الدراسي وتوازنه الإنفعالي. وقد لوحظ أن العديد من المراهقين يعانون من اضطرابات انفعالية وشعور بعدم الإستقرار النفسي، ما دفعنا إلى التساؤل حول طبيعة العلاقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي، ومدى تأثير هذه المتغيرات ببعض الخصائص الديموغرافية، مثل الجنس.

بناء على ذلك، هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في كل من الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي تعزى لمتغير الجنس. وقد انطلقت الدراسة من الفرضيات التالية:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المستوى الطمأنينة النفسية تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذكاء الإنفعالي تعزى لمتغير الجنس.

وقد تم تطبيق الدراسة على عينة قوامها 140 مراهقا ومراهقة متمدرسين في المرحلة الثانوية، موزعين على السنتين الثانية والثالثة، وينتمون إلى شعبي العلوم التجريبية والآداب والفلسفة، وتم اختيارهم من بعض ثانويات ولاية تيزي وزو. ولجمع البيانات، تم استخدام مقياسين: أحدهما لقياس الطمأنينة النفسية للباحث إبراهيم ماسلو، والآخر لقياس الذكاء الإنفعالي للباحث العدر، بعد التأكد من صدقهما وثباتهما.

وبعد إجراء المعالجة الإحصائية باستخدام معامل بيرسون واختبار "ت"، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي، مما يدل على ارتفاع مستوى الطمأنينة النفسية لدى المراهقين ينعكس إيجاباً على قدرتهم على إدارة انفعالاتهم وفهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الطمأنينة النفسية تعزى لمتغير الجنس، مما يشير إلى أن الذكور والإناث يشتركون في نفس مستوى الشعور بالطمأنينة في هذه المرحلة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الإنفعالي تعزى لمتغير الجنس، وهو ما يعني أن الذكور والإناث يختلفون في قدرتهم على التعبير عن المشاعر وتنظيمها.

الكلمات المفتاحية: الطمأنينة النفسية - الذكاء الانفعالي - المراهق المتمدرس.

Résumé de l'étude :

Cette étude part de l'importance croissante accordée à la sérénité psychologique (la quiétude intérieure) et l'intelligence émotionnelle chez les adolescents, en particulier à l'étape de l'enseignement secondaire, qui constitue une période critique dans le développement psychologique et social de l'individu, et qui influence directement son rendement scolaire et son équilibre émotionnel. Il a été constaté que de nombreux adolescents souffrent de troubles émotionnels et d'un sentiment d'instabilité, ce qui nous a amenés à nous interroger sur la nature de la relation entre la sérénité psychologique et l'intelligence émotionnelle, ainsi que sur l'influence de certaines variables démographiques comme le sexe.

L'objectif de cette étude est donc d'examiner la relation entre la sérénité psychologique et l'intelligence émotionnelle chez les élèves du secondaire, et de vérifier s'il existe des différences statistiquement significatives selon le sexe dans ces deux variables. L'étude repose sur les hypothèses suivantes :

- Il existe une relation statistiquement significative entre la sérénité psychologique et l'intelligence émotionnelle chez les adolescents scolarisés au secondaire.
- Il n'existe pas de différences statistiquement significatives dans la sérénité psychologique selon le sexe.
- Il existe des différences statistiquement significatives dans l'intelligence émotionnelle selon le sexe.

L'étude a été menée auprès d'un échantillon de 140 adolescents, garçons et filles, inscrits en deuxième et troisième année du secondaire, issus des filières des sciences expérimentales et des lettres et philosophie, sélectionnés dans des lycées de la wilaya de Tizi Ouzou. Deux outils ont été utilisés pour la collecte des données deux échelles : l'une pour mesurer la réassurance psychologique par le chercheur Abraham Maslow, et l'autre pour mesurer l'intelligence émotionnelle par le chercheur Al-Adra, après avoir vérifié leur validité et leur fiabilité.

Après traitement statistiques à l'aide du coefficient de corrélation de Pearson et du test T de Student, les résultats suivants ont été obtenus :

Il existe une relation significative entre la sérénité psychologique et l'intelligence émotionnelle, ce qui signifie que plus le niveau de sérénité n'est élevé, plus l'individu est capable de gérer ses émotions et de comprendre celles des autres.

Aucune différence significative n'a été observée dans la sérénité psychologique selon le sexe, ce qui reflète une similarité du niveau de quiétude chez les garçons et les filles.

Des différences significatives ont été constatées dans l'intelligence émotionnelle selon le sexe, indiquant une variation dans les compétences émotionnelles entre les filles et les garçons.

Mots clés : réassurance psychologique - intelligence émotionnelle - adolescent scolarisé.

مقدمة:

لم تعد المؤسسة التربوية اليوم تعنى فقط بتنمية القدرات المعرفية والتحصيل العلمي لدى التلميذ، بل تعدى اهتمامها ذلك ليشمل أبعاده النفسية والإنفعالية والإجتماعية، إدراكا منها أن نجاح المتعلم لا يتوقف على الذكاء العقلي فقط، بل يرتبط أيضا بمدى توازنه النفسي وانسجامه الإنفعالي. وفي ظل التحولات الإجتماعية والثقافية والضغط اليومية التي يعيشها المراهق، بات من الضروري الإنتباه إلى العوامل النفسية التي قد تعزز أو تعيق تكيفه داخل الوسط المدرسي.

وتعد الطمأنينة النفسية من أبرز هذه العوامل، فهي شعور داخلي بالأمان والراحة، يعبر عن التوازن وجداني يمكن المراهق من مواجهة الضغوط والانفعالات المختلفة بثبات وهدوء. وهي بذلك تشكل أحد المكونات الأساسية للصحة النفسية السليمة، التي تنعكس على علاقة التلميذ بذاته، وبالآخرين، وبتحصيله الدراسي.

وفي المقابل، يبرز الذكاء الانفعالي كمفهوم حديث نسبيا، يعبر عن قدرة الفرد على فهم مشاعره ومشاعر الآخرين، والتحكم فيها، واستخدامها بشكل فعال في المواقف اليومية. وقد أثبتت الدراسات الحديثة ان الذكاء الانفعالي يعد عاملا مهما في التكيف الاجتماعي والنجاح الأكاديمي، بل وفي تحقيق الطمأنينة النفسية أيضا.

وبالعودة إلى خصوصية مرحلة المراهقة، التي تتسم بعدم الإستقرار النفسي وكثرة التغيرات الإنفعالية، تتضح أهمية دراسة العلاقة بين هذين المتغيرين: الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي، من أجل معرفة مدى تأثير أحدهما في الآخر، ومدى إختلاف هذه العلاقة باختلاف الجنس، خاصة في الوسط المدرسي، باعتباره فضاء تفاعليا يظهر فيه التلميذ مدى اتزانه وقدراته على التحكم في انفعالاته.

ومن هنا، جاءت هذه الدراسة لتبحث في العلاقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية، محاولة الإجابة عن مجموعة من التساؤلات المطروحة، ومعتمدة على خلفيات نظرية ونماذج علمية سابقة.

وقد تم تقسيم هذا البحث إلى قسمين الجانب النظري والتطبيقي، فالجانب النظري يحتوي على الفصول التالية:

الفصل الأول تناولنا فيه الإطار العام للإشكالية يحتوي على الإشكالية الدراسة، وتساؤلات، تحديد فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، تحديد المفاهيم الأساسية للدراسة.

أما الفصل الثاني تطرقنا فيه إلى الطمأنينة النفسية، تعريفها، نظرياتها، أنواعها، أبعادها، أهميتها، مصادرها، مكوناتها، خصائصها، وأثار الحرمان من الطمأنينة النفسية.

في الفصل الثالث خصص للحديث عن الذكاء الإنفعالي، من حيث تعريف، النشأة التاريخية لمفهوم الذكاء الإنفعالي، أهميته، نماذجه النظرية، أبعاده، مهاراته، خصائصه وسماته.

أما الجانب التطبيقي يتضمن فصلين:

بالنسبة للفصل الرابع يحتوي على الإجراءات المنهجية للدراسة منه التمهيد، التذكير بالفرضيات، الدراسة الاستطلاعية، أهداف الدراسة الاستطلاعية، كيفية إجراء الدراسة الاستطلاعية، عينة الدراسة الاستطلاعية، تحديد مكان إجراءها، نتائجها. الدراسة الأساسية، منهج الدراسة الأساسية، عينة الدراسة الأساسية وخصائصها، مكان وزمان إجراء الدراسة الأساسية، أدواتها، الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة الأساسية.

فيما يخص الفصل الخامس تناولنا فيه عرض وتفسير وتحليل ومناقشة نتائج البحث حيث يحتوي على تمهيد الفصل، عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى، الفرضية الثانية والثالثة.

وفي الأخير ختمنا دراستنا بمناقشة عامة وخاتمة واقتراحات الدراسة وعرض قائمة المراجع والملاحق.

الجانب النظري

الفصل الأول

الإطار العام للإشكالية الدراسة

1. إشكالية الدراسة.
2. التساؤلات.
3. فرضيات الدراسة.
4. أهداف الدراسة.
5. أهمية الدراسة.
6. تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة.

1. الإشكالية:

تعد مرحلة المراهقة من أبرز المراحل التي يمر بها الإنسان حيث ينتقل من عالم الطفولة إلى عالم الرشد حيث تصاحبها تغييرات بيولوجية نفسية اجتماعية ومعرفية. وتكمن أهمية هذه المرحلة في كونها فترة تتبلور فيها الهوية الذاتية، ويبدأ فيها الفرد في البحث عن مكانته داخل المجتمع. وفي ظل هذه التحولات يظهر دور المراهقة كمجال خصب لبناء المهارات النفسية الأساسية، فيصبح من ضروري أن يمتلك الفرد نوعاً من الإستقرار الداخلي الذي يعينه على قدرة فهم العواطف وتحكم فيها. بل يشمل أيضاً القدرة على مواجهة تغييرات في الحياة بثقة ومرونة ومن خلال تعزيز هذا التوازن النفسي يتمكن الفرد من تقليل صراعات الداخلية وتحقيق الهدوء الداخلي وبالتالي يكون قادراً على تفاعل بشكل ايجابي مع محيطه ومواجهة تحديات الحياة بطريقة أكثر نضجاً.

كل هذه المعطيات تجعلنا نقف عن مفهوم جوهري يعد من أساسيات التوازن النفسي وهو ما يعرف في علم النفس الطمأنينة النفسية. حيث عرفها (عودة 2002) بأنها "شعور النسبي بالراحة والسكينة ويختلف من شخص لآخر ويشعر بها الفرد أنه تحرر من التوتر والصراع والآلام النفسية كأنه خالياً من الإنفعالات الحادة واثقاً بنفسه راضياً عنها قادراً على إشباع حاجاته العضوية والغير العضوية كالحاجة إلى التقدير الإجماعي والانتماء وتقدير الذات وتحقيق الذات متقائلاً في الحياة محباً للخير وواثقاً بالله سبحانه تعالى بحسن الظن به ويثق بالآخرين ويشعر بأنه محبوب منهم (عودة 2002 ص 10).

حيث أشارا "ماسلوا" على ان الفرد يولد ولديه مستويات هذا الدوافع أو الحاجات الفسيولوجية والنفسية وإن إشباعها يلعب دوراً في تحقيق الطمأنينة النفسية، بينما يؤكد نظرية "كارل روجرز" هي القدرة على تلبية الحاجات ويتقبل الأمور التي يدركها الفرد في ذاته مما يحقق حالة من التوازن النفسي بينما شددت نظرية لازروس ان لا بد الشخص المطمئن ان

يتسم بالراحة والارتياح النفسي حيث لا يمكن أن يتحقق للفرد وهو يعاني من الاكتئاب أو القلق المزمن أيضا التقبل الإجتماعي حيث لا يمكن أن يتحقق الطمأنينة للفرد دون تقبله الإجتماعي أو قبوله من خلال علاقاته وسلوكياته (رافت عبد الله، 2001، ص163).

ونظرا لأهمية الطمأنينة النفسية وتأثيرها على الفرد إهتم العديد من الباحثين بدراستها في سياقات المختلفة ومن بينها نجد دراسة (بلعسلة فتحة 2020) الهدف من هذه الدراسة، دراسة العلاقة بين مستوى الطموح والطمأنينة النفسية لدى الطلاب الثانوي والمنهج المستخدم وهدفه عينة (158) تلميذ وتلميذة وتوصلوا النتائج أن هناك علاقة طردية بين الطموح والطمأنينة النفسية، أي كلما زادت الطمأنينة النفسية زاد الطموح. وهناك دراسة (سامية محمد 2001) والهدف من الدراسة هو دراسة العلاقة بين المناخ المدرسي والتحصيل العلمي والطمأنينة النفسية لدى الطالبات الجامعات في كلية التربية برياض منهج المستخدم وصفي وشملت العينة 232 طالبة في تخصصات الأدبية والنتائج التي توصلوا إليها أن هناك علاقة إيجابية بين المناخ المدرسي الإيجابي والطمأنينة النفسية أي أن البيئة الدراسية الجيدة تعزز الشعور بالطمأنينة. وهناك دراسات سعت إلى كشف عن العوامل المؤثرة فيها، خاصة ما يتعلق بالجنس والتخصص الدراسي. إلا أن نتائج هذه الدراسات جاءت متفاوتة، حيث أشارت بعضها إلى وجود فروق، في حين لم تجد أخرى فروقا دالة إحصائيا. كدراسة (العبيدي 2019) والهدف من هذه الدراسة كشف عن الطمأنينة النفسية لدى الطلبة كلية التربية الأساسية في جامعة الموصل بعد أحداث المدينة وفقا لمتغيرات الجنس الصف الدراسي والتخصص والمنهج المعتمد وصفي ارتباطي شملت العينة 200 طالب وطالبة وكانت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الطمأنينة النفسية لصالح الإناث، عدم وجود فروق دالة حسب التخصص الدراسي. ودراسة (عبد اللاوي 2020) والهدف من هذه الدراسة معرفة مستوى الطمأنينة النفسية لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوي والمنهج المستخدم وصفي تحليلي العينة المراهقون متمدرسون في مرحلة الثانوية (لم يذكر

العدد الدقيق للعينة) ونتائج كانت مستوى الطمأنينة النفسية متوسط لدى المراهقين ولا توجد فروق دالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس أو المستوى الدراسي.

وبناء على ما سبق، فإن الطمأنينة النفسية من أعظم النعم التي أنعم الله بها على عباده. وهو مصدر السكينة والطمأنينة، كما قال تعالى: "ألا بذكر الله تطمئن القلوب". (الرعد 28). تشير الأبحاث العلمية إلى أن الراحة يمكن أن تساعد في تحسين الصحة البدنية والعقلية وتساعد الأشخاص على التعامل مع ضغوط الحياة بقوة وهدوء. ولكن الحصول على هذه الراحة لا يأتي بالصدفة، بل يتطلب فهما عميقا للمشاعر والقدرة على إدارتها بفعالية. وهذا يسלט الضوء على أهمية الذكاء الإنفعالي، وهو عبارة عن مجموعة من المهارات النفسية التي يمكن أن تساعد الإنسان على فهم نفسه والتحكم في عواطفه، وبالتالي تعزيز الإستقرار النفسي والسلام الداخلي.

حيث يعرفه (جولمان 2000) الذكاء الإنفعالي بأنه "القدرة على التحكم في الاندفاعات والانفعالات والقدرة على قراءة مشاعر الآخرين وتعامل بمرونة داخل العلاقات".

يعد الذكاء الإنفعالي من المفاهيم النفسية التي حظيت باهتمام واسع في الدراسات الحديثة، نظرا لأهمية في فهم السلوك الإنساني والتفاعل الإجتماعي وقد أظهرت العديد من الدراسات أن الذكاء الإنفعالي يلعب دورا محوريا في النجاح الشخصي والمهني، فهناك بحوث تشير إلى أن الأفراد الذين يمتلكون مستوى عاليا من الذكاء الإنفعالي يتمتعون بمهارات أفضل في التواصل، واتخاذ القرار، وإدارة الضغوط، مما ينعكس على أدائهم في مختلف مجالات الحياة.

وقد أجريت العديد من الدراسات لاستكشاف أبعاده وعلاقاته بمختلف المتغيرات النفسية والسلوكية. وفيما يلي مقدمة لأبرز الدراسات السابقة التي تناولت هذا المفهوم من

وجهات نظر مختلفة. حيث يرى (برنت 1996) أن الأذكىاء إنفعاليا متوافقون، ودافئون، معدنهم أصيل مثابرون، متفائلون ويتمتعون بصحة عقلية ووجدانية وينكر (كورستيد 1999) أن أغلب الدراسات أشارت أن 80% من النجاح في العمل يرجع لذكاء الإنفعالي، لذلك نقول أن الذكاء الإنفعالي قد حظي باهتمام واسع النطاق في الأبحاث النفسية، ومن الدراسات التي تناولت الذكاء الإنفعالي نجد دراسة (جودة 2007) والهدف من هذه الدراسة دراسة العلاقة بين الذكاء الإنفعالي وكل من السعادة والثقة بالنفس والمنهج المستخدم وصفي ارتباطي حيث شملت العينة 231 طالبا وطالبة والنتائج التي توصلوا إليها هي وجود علاقة ايجابية بين الذكاء الإنفعالي وأساليب التربية التي يعتمدها الوالدان ودراسة تأثير المستوى التعليمي للوالدين والمنهج المستخدم هو الوصفي الارتباطي حيث شملت العينة 380 طالبة وتوصلوا إلى نتائج أن هناك علاقة ايجابية بين أسلوب التوجيه والإرشاد من قبل الوالدين والذكاء الإنفعالي مع وجود علاقة بين العقاب البدني والذكاء الانفعالي.

وتشير (دارسة أييمو 2007): "أن الذكاء الانفعالي والإنجاز الأكاديمي التي تهدف على معرفة تأثير الذكاء الإنفعالي على العلاقة بين الكفاءة الذاتية والإنجاز الأكاديمي استخدم المنهج الوصفي وتكونت العينة من 300 طالب وطالبة وتوصلوا نتائج أن هناك علاقة ايجابية بين الذكاء الإنفعالي والإنجاز الأكاديمي. ونجد أيضا دراسة (ماير وسالوفي 1999) أنها دراسة هدفت إلى تحديد الطبيعة التطورية للذكاء الإنفعالي لدى المراهقين الراشدين وتألقت العينة من 229 مراهقا وتراوحت أعمارهم بين (16.12 سنة) وأظهرت النتائج إلى أن أداء الراشدين كان أفضل من أداء المراهقين وكان معامل الارتباط عينة المراهقين بين الذكاء اللفظي والتعاطف مشابهما لما هو في عينة الراشدين وبناء على هذه النتائج استنتج الباحثون أن المراهقين كشفوا مستويات أدنى من الذكاء الإنفعالي مقارنة بالراشدين.

يعد الذكاء الانفعالي عنصرا أساسيا في بناء شخصية متوازنة وقادرة على التعامل بوعي مع مختلف المواقف الحياتية. فالفرد الذي يمتلك هذه القدرة يكون أكثر فهما لذاته، وأكثر قدرة على ضبط مشاعره والتفاعل مع الآخرين بشكل إيجابي، مما يجعله أكثر تكيفا واستقرارا نفسيا.

وعلى هذا الأساس أن الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي مرتبطان ارتباطا وثيقا حيث يعتبر الذكاء الإنفعالي أداة فعالة لتحقيق الإستقرار النفسي والتكيف الإيجابي مع مختلف المواقف الحياتية. ولهذا جاءت دراستنا على معرفة طبيعة العلاقة الموجودة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية، من خلال ك طرح الإشكالية التالية:

- هل توجد علاقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوي؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الطمأنينة النفسية تبعا لمتغير الجنس؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تبعا لمتغير الجنس؟

2. الفرضيات الدراسية:

- توجد علاقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في طمأنينة النفسية تبعا لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تبعا لمتغير الجنس.

3. أهداف الدراسة:

- التعرف عن العلاقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الإنفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوي.

- الكشف عن الفروق ذات دلالة إحصائية في الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.
- الكشف عن الفروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الإنفعالي تبعاً لمتغير الجنس.

4. أهمية الدراسة:

الطمأنينة النفسية تعتبر عنصراً هاماً في النمو الصحي والمتوازن للمراهقين، فهو يمكنهم من التكيف مع التغيرات والجسدية والعاطفية والاجتماعية التي تأتي مع هذه المرحلة الحساسة من الحياة. إن شعور المراهق بالأمان يساعده على بناء شخصية مستقرة، زيادة ثقته بنفسه، وتقليل احتمالية تعرضه للاضطرابات النفسية. كما أن الطمأنينة النفسية تعمل على تحسين قدرة الإنسان على اتخاذ القرارات تعرضه للاضطرابات النفسية، وعلى تحسين قدرة الإنسان على اتخاذ القرارات السليمة وتكوين علاقة إجتماعية صحية، وتحقيق طموحاته الأكاديمية والحياتية. ومن ثم فإن توفير بيئة داعمة وآمنة تعزز هذا الشعور بالاستقرار الداخلي أمر بالغ الأهمية لضمان التنمية النفسية والاجتماعية الصحية لدى المراهقين.

وتبرر أهمية الذكاء الإنفعالي في مساعدة المراهق فهم مشاعره والتحكم فيها، والتعاطف مع الآخرين، وبناء علاقات جيدة. كما يمكنه من اتخاذ قرارات سليمة والتأقلم مع التحديات اليومية مما استقراره النفسي ونجاحه الدراسي.

5. التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

- **الطمأنينة النفسية:** هو شعور المراهق بسلام الداخلي واستقرار عاطفي ورضاه عن نفسه وعن الحياة. كما يظهر ذلك من الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس خلال إجابته على فقرات مقياس طمأنينة النفسية للباحث إبراهيم ماسلو.
- **الذكاء الإنفعالي:** قدرة التلميذ التعرف على مشاعره ومشاعر الآخرين ومعرفة إدارة إنفعالاته والتفاعل مع المجتمع بشكل ايجابي، وهي الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس من خلال اجابته على مقياس الذكاء الانفعالي للباحث العدة.

- **المراهق المتمدرس:** هو التلميذ الذي يكون بين الفئة العمرية ما بين 16 إلى 19 سنة ومسجل رسمياً في مؤسسة التعليمية (ثانوية)، التي أجريت في ثانويتين "كسال احمد" ببوزقان وثانوية "عبد الرحمان ايلولي" بالأربعاء ناث ايراثن .

الفصل الثاني

الطمأنينة النفسية

تمهيد.

1. تعريف الطمأنينة النفسية.
2. تفسيرات النظرية للطمأنينة النفسية.
 - 1-2 النظرية البيولوجية.
 - 2-2 نظريات علم النفس الإنساني.
 - 3-2 النظريات النفسية.
 - 4-2 النظرية السلوكية.
 - 5-2 النظرية الاجتماعية.
3. أنواع الطمأنينة النفسية.
4. ابعاد الطمأنينة النفسية.
5. اهمية الطمأنينة النفسية.
6. مصادر الطمأنينة النفسية.
7. مكونات الطمأنينة النفسية.
8. خصائص الطمأنينة النفسية.
9. آثار الحرمان من الطمأنينة النفسية.

خلاصة.

تمهيد:

تعد الطمأنينة النفسية او الحاجة الى الأمان النفسي او ما يسميه البعض القوة الدافعية للطمأنينة النفسية من العوامل الأساسية المؤثرة على الصحة النفسية وقد حظيت باهتمام واسع من قبل الباحثين حيث يعتبرونها عنصرا جوهريا في التوازن النفسي وهي أحد المتغيرات في هذه الدراسة. وفي هذا الفصل سنتناول مفهوم الطمأنينة النفسية، التفسيرات النظرية للطمأنينة النفسية، أنواعها، ابعادها، أهميتها، مصادرها، مكوناتها وخصائصها وأثار الحرمان من الطمأنينة النفسية.

1. تعريف الطمأنينة:

1-1 الطمأنينة في اللغة:

الاطمئنان: هو سكون النفس.

وظمأنه اي خفضه سكنه وهداه.

واطمأن اليه يعني سكن، ثبت، استقر بمكان او غيره. انخفض بالمكان او فيه اتخذه

وطنا (مسعود، 1981، ص 162، 977).

وقد استخدم لفظ الأمن في اللغة العربية بمعنى الاطمئنان وعدم الخوف، فإنه يقال آمن

أمان وآمنة إذا اطمأن ولم يخف فهو آمن، والبلد الأمين الذي اطمأن اهله ويقال آمن فلان

على إذا وثق به واطمأن عليه (أبو عمرة عبد المجيد، 2012، ص 18).

وتعتبر الطمأنينة في اساسها النفسي هي الشعور بالهدوء والأمن وبعد عن القلق

والاضطراب وهي شعور ضروري لحياة الفرد والمجتمع، ومن اهم اسبابها اطمئنان الفرد على

نفسه وعائلته وماله واحساسه بالعطف والمودة ممن يحيطون به (الربيع، 1996، ص 2).

يمكننا القول ان الطمأنينة النفسية: هي الشعور بالهدوء والسلام والبعد عن القلق والذي

هو ضروري في حياة الفرد لأنه يمنح لشخص الاستقرار.

1-2 تعريف الطمأنينة النفسية اصطلاحاً:

يرى ماسلو الذي يعتبر من العلماء الأوائل الذين درسوا مفهوم الطمأنينة عن طريق

البحوث والدراسات العيادية، حيث عرف الطمأنينة النفسية بأنها "شعور الفرد بأنه محبوب

ومتقبل من طرف الآخرين ولديه مكانة بينهم، يدرك ان بيئته صديقة له، ودوره غير محبط

يشعر بها بندرة الخطر والتهديد والقلق" (الغزوي، 2005، ص 22).

نستنتج ان ماسلو ركز في تعريفه على قبول الشخص من طرف الآخرين والمجتمع ولكن لا تتوقف عند الآخرين بل أيضا التكيف النفسي الإيجابي ما نسميه المرونة.

ونقول أيضا التكيف النفسي انه محاولة الفرد التعايش والانسجام مع الدوافع الفسيولوجية المأكل والمشرب ولهذا نقول ان ماسلو لم يستغني عن هذه النقطة في نظريته وهذا ما وضحه لنا في هرمه ان الحاجات الفسيولوجية أساسية لإبقاء الحاجات الأخرى وهي الأساس الوحيد للدافعية المحرك أي المحرك الساسي للسلوك الإنسان.

واشار العدسي (1997) ان المقصود بالطمأنينة النفسية هو وجود علاقات متوازنة بين الفرد وذاته من ناحية وبينه وبين الأفراد والآخرين المحيطين به من ناحية اخرى، فإذا توفرت هذه العلاقة المتوازنة فإن سلوك الفرد يميل الى الاستقرار وبالتالي فإنه يصبح أكثر فاعلية للعمل والإنتاج بعيدا عن انواع القلق والاضطراب، ان عدم وجود هذه العناصر او تدنيها يعتبر مؤشرا على عدم الشعور بالطمأنينة (العطاس، 1434، ص16).

نستنتج ان العدسي أشار ان تكيف الفرد مع نفسه ومع البيئة المحيطة به يؤدي الى الاستقرار.

2. التفسيرات النظرية للطمأنينة النفسية:

اختلف مفهوم الطمأنينة النفسية وتعددت واختلنا الاتجاهات النظرية المفسرة لهذا المفهوم سواء بشكل مباشر او اخر غير مباشر.

لقد تناولت نظرية الحاجات والدوافع اشباع الحاجات في تشكيل سلوك الفرد وصحته، النفسية. وتعتبر نظرية الحاجات لماسلو الرائدة في ذلك حيث تطرقت الى الحاجة الى الامن ضرورة اشباعها لأنها الاساس في نمو الفرد النفسي في مراحل نموه.

ورغم كثرة واختلاف وتباين النظريات التي تناولت الشخصية الانسانية بالدراسة والتحليل الا ان معظم العلماء والباحثين ذهبوا الى ان شعور الفرد بالأمن والاطمئنان هو الركيزة الاساسية في تكوين شخصية الفرد وتحديد سلوكه وحيث ينتهي العلاج النفسي للمضطربين.

فيما يلي يعرض الباحث بعض النظريات المفسرة للطمأنينة النفسية.

1-2 النظرية البيولوجية الطبية:

من رواد هذه النظرية كالمان، جالتون، داروين، مندل، حيث يرى هؤلاء العلماء بان الشخص المطمئن نفسيا هو الشخص الذي لا يعاني من اي مرض في انسجة الجسم، وخاصة المخ، حيث يمكن ان تكون مثل هذه الامراض اما وراثية او مكتسبة خلال الحياة عن طريق العدوى، الاصابات، الجروح، او الخلل الهرموني الناتج عن الضغط النفسي الواقع على الفرد الغير المطمئن نفسيا (مصطفى فهمي، 1997، ص 28).

استنتج ان هذه النظرية لم تأخذ بعين الاعتبار عن العوامل النفسية والاجتماعية والبيئية وان الصحة النفسية المعقدة تتأثر بهذه العوامل وليس العوامل البيولوجية فقط ومن المهم الأخذ في هذه الجوانب خاصة عند النظر في الصحة النفسية.

2-2 نظريات علم النفس الانساني:

1-2-2 نظرية الحاجات لماسلو:

قام ابرهام ماسلو (1907.1930) بدراسة العوامل المؤثرة في صحة الانسان وخرج بنظرية الحاجات او نظرية الدافعية.

ويرى ماسلو في نظريته ان الفرد الانساني يولد ولديه مستويات من الدوافع او الحاجات الفسيولوجية والنفسية تنظم في شكل هرموني، (القريطي، 1998، ص 83)، وقد صنفها الى خمس فئات او مستويات تقع فيها حاجات الانسان الاساسية وهي حسب الترتيب الهرمي:

- الحاجات الفسيولوجية وتمثل قاعدة الهرم لأنها ضرورية وهي الأكثر اساسية اي انها لازمة لبقاء الكائن الحي على قيد الحياة، وتتمثل في السعي الى الطعام والماء والهواء والدفء والاشباع الجنسي.
- الحاجة الى الطمأنينة والامن تعلق الحاجة الفسيولوجية وتمثل هذه الحاجة عند ماسلو الحاجة الاساسية التي يلزم اشباعها من حماية ووقاية من الاخطار الخارجية والتخلص من الالم وعدم الراحة والتهديد حتى يستطيع الفرد ان ينمو نموا نفسيا سليما. وعندما يتمكن الفرد من اشباع حاجته الى الطمأنينة والامن فانه يسعى الى تحقيق الحاجات الاخرى.
- الحاجة الى الانتماء والحب وهي تعلق الحاجة الى الطمأنينة النفسية في الهرم وتتمثل في الحاجة الى الحب والعطف والصدقة والرغبة الى الانجذاب والتقبل من طرف الاخرين.
- الحاجة الى التقدير والاحترام في الترتيب الهرمي تعلق الحاجة الى الانتماء والحب وتتمثل في ان يكون الفرد حاجة الى تقدير نفسه وتقدير الاخرين والسعي الى المكانة والاحترام.
- الحاجة الى تحقيق الذات وتقع في قمة الهرم وهي تعلق كل الحاجات وتتمثل في التحصيل والإنجاز التعبير عن الذات كان يكون يقوم بأعمال وابتكارات واختراعات ذات قيمة للآخرين (احمد، 1999، ص127)

ويشير ماسلو الى بعض المسلمات حول الطبيعة الانسانية منها:

- ان كل واحدة منا له طبيعة داخلية ذات اساس بيولوجي مفطور عليها ولا تتغير بذاتها.
- ان هذه الطبيعة ذات صبغتين الصبغة الاولى ذاتية تميز الفرد عن الاخرين والصبغة الثانية خاصة بالجنس كله.

- انه في الامكان اخضاع هذه الطبيعة الداخلية للدراسة العملية للاكتشاف لا للاختراع.
- ان هذه العملية الانسانية في حدود ما توصلنا اليه ليست شريرة بطبعها وهي اما حيادية بين الخير والشر او انها طيبة.
- هذه الطبيعة الحيادية او الطيبة وليست شريرة فمن الافضل استحضارها وتشجيعها بدلا من كبتها وإذا ما سمحنا لها بقيادة حياتنا فسنصل الى السعادة والهناء.
- إذا ما تعرضت هذه الطبيعة الشريرة للكبت او الانكار فان الفرد سيصيبه الاعتدال ظاهريا او باطنيا اجلا او عاجلا.
- هذه الطبيعة الداخلية رغم انها لا تتغير ليست قوية او مسطرة مثل غرائز الحيوان وانما ضعيفة رقيقة يسهل للتدريب الخارجي او الضغوط الثقافية او الاتجاهات الخاطئة ان تقهرها على امرها.
- رغم ضعف البدائي لهذه الطبيعة فهي نادرة ما تغيب او تخفي عند الشخص العادي او حتى الشخص المعتل في حالة كبتها فإنها تظل كامنة تضغط بالحاح في سبيل تحقيق ذاتها.
- يجب ان ننظر الى الصفات السابقة من خلال ضرورة التدخل الخارجي حتى تكشف هذه الطبيعة عن ذاتها وتحققها وحتى نحول ما تتعرض له من خبرات الحرمان والالم الى خبرات مرضية.
- ان هذه الطبيعة الانسانية تدفع الافراد ان يتعرفوا ويفكروا بطريقة متكاملة وكلية ومن اجل ذلك كان السلوك البشري له سبب كما انه هدف.

وتفترض النظرية ان:

الحاجات الفسيولوجية اللازمة للإبقاء على الحياة تشكل الاساس لجميع الحاجات الاخرى وهي الاساس الوحيد للدافعية والمحرك الرئيسي للسلوك الانساني (دواني وديراني، 1983، ص49).

الانسان حاجاته بصفة نظامية ابتداء من حاجات المستوى الأدنى ثم ينتقل بالتدرج الى اشباع الحاجات التي تعلوها في الاهمية (العمرى والآخرى، 1996، ص 49).

تتوقف سعادة الفرد وصحته النفسية على مستوى الحاجات الذي استطاع الوصول اليه (الكناني، 1988، ص 187).

ويرى ماسلو ان الاطمئنان النفسى والانتماء والحب عوامل اساسية تقابلها حاجات اساسية عند الفرد ولهذا فان اشباع هذه الحاجات في السنوات المبكرة من حياة الفرد يؤدي الى مشاعر الامن في اية مرحلة عمرية تالية ام عدم الاشباع لهذه الحاجات او احباطها يؤدي الى اعراض مرضية (شقيير زينب، 1996، ص 14)

ويرى كذلك ماسلو ان اشباع حاجات الطمأنينة والامن يتم بوسائل كثيرة، وحسب طبيعة الفرد ومرحلة نموه، ولكن اهم الوسائل في ذلك تتم عن طريق تجنب الفرد مصادر الالم والقلق والبحث عن الطمأنينة، ولطمأنينة النفسية لدى ماسلو ابعاد اساسية هي ثلاثة اولها يتمثل في جانبها الايجابي وهو فيما يلي: (احمد عبد الحميد، 1992، ص 156).

- شعور الفرد بان الاخرين يتقبلونه ويعاملونه في دفى ومودة.
- شعور الفرد بالانتماء واحساسه بان له مكانا في الجماعة.
- شعور الفرد بالاطمئنان وقلة شعوره بالخطر والتهديد والقلق.

أرى ان نظرية ماسلو مفيدة لفهم حاجات الفرد ولكنها ليست ثابتة او قاعدة تنطبق على جميع الافراد، لكل فرد له ظروفه الخاصة.

2-2-2 نظرية الغرائز لمكادوجل:

حيث يرى صاحب هذه النظرية ماكادوجل انه يمكن ارجاع السلوك الانسانى الى مفهوم الغريزة حيث عرف الغريزة بانها استعداد فطري نفسى جسمي يولد به الكائن الحي ويهيئه لان

يسلك سلوكا خاصا في المواقف المختلفة وذلك بان يدرك المثير لهذا الموقف ثم يشعر بانفعال خاص بهذا المثير ثم ينزع الى القيام بتصرف ملائم لهذا الموقف.

يتضح من التعريف ان مسلمات نظرية ماكدوجل تتمثل في:

- كل سلوك له هدف يسعى الفرد لتحقيقه.
- اذ لكل غريزة انفعال خاص يميزها.
- ان الغريزة تتضمن عناصر الشعور الثلاثة، الادراك والوجدان والنزوع بمعنى (الادراك يثيرها والنشاط الانفعالي يصاحبها والسلوك تعبر به عن نفسها)
- ان التصرف الغريزي يتم بصورة متشابهة عند الافراد الجنس الواحد (احمد، 1999، ص122-123)

وافترض ماكدوجل وجود عدد من الدوافع الاولية يشتق منها عدد اخر من الدوافع وورد ذلك في 17 غريزة تعتبر المنابع الاصلية لجميع افعال الانسان ونشاطه (القريطي، 1998، ص83).

أرى انه افترض وجود 17 غريزة أساسية يرى انها تشكل الأساس لجميع أفعال الإنسانية وان كل غريزة تدمر بانفعال معين وتدفع الإنسان لیسلك سلوك معين ولكن رغم مساهمتها يربطها للسلوك بعوامل فطرية لكنها لم تعد كافية فهي تجاهلت دور البيئة ويجب ان تأخذ بعين الاعتبار ان هناك تفاعل بين العوامل الفطرية والبيئية.

2-3 النظريات النفسية:

2-3-1 نظرية التحليل النفسي لفرويد:

يعرف فرويد الطمأنينة النفسية على انها القدرة على الحب والحياة فلإنسان المطمئن نفسيا هو الذي يمتلك الانا لديه قدرتها الكاملة على التنظيم والإنجاز، ويمتلك مدخلا لجميع

اجزاء الهو ويستطيع ممارسة تأثيره عليه ولا يوجد عداء طبيعي بين الأنا والهو وانهما ينتميان لبعضهما البعض ولا يمكن فصلهما عمليا عن بعضهما البعض في حالة الطمأنينة والسكينة النفسية.

ويشكل الانا بهذا التحديد الاجزاء الواعية والعقلانية من الشخص في حين تتجمع الدوافع والغرائز اللاشعورية في الهو، حيث تتمرد وتنشق في حالة الاضطراب النفسي في حين تكون في حالة الطمأنينة النفسية مندمجة بصورة نفسية متناسبة، كما يضم هذا الشكل الأنا العليا والذي يمكن تشبيهه بالضمير من حيث الجوهر، وهنا في حالة الطمأنينة تكون القيم الاخلاقية العليا للفرد انسانية ومنظمة في حين تكون في حالة ضغط وعدم الاطمئنان النفسي شارة متهيجة من خلال تصورات اخلاقية جامدة ومرهقة (احمد عبد الحميد، 1993، ص168).

اعتقد فرويد ان الطمأنينة النفسية نسبية تكون لا شعورية في اغلب الاحيان اي ان الفرد لا يعي الاسباب الحقيقية لكثير من سلوكياته، وان الشخص المطمئن نفسيا هو الذي يستطيع اشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعيا، وقد ذكر السمات الاساسية للشخصية المطمئنة وهي: قوة الانا، القدرة على العمل، القدرة على الحب.

وتعد ميكانيزمات او جيل الدفاع في نظرية التحليل النفسي مبادئ لتفسير السلوك وفهم ديناميته ووظيفتها حماية الانا من التهديد والقلق ويتم استخدامها من جميع الافراد بدرجات متفاوتة فالأفراد العاديون يستخدمونها بدرجة معقولة لتعيينهم على التخفيف من وطأة الضغوط والاحباطات والصراعات ومشاعر الذنب وعلى التنفيس عن مشاعرهم وانفعالاتهم والحفاظ على صورة الذات وتزويد من رضاهم عن أنفسهم ومن ثم تكون مفيدة في تحقيق امنهم واطمئنانهم النفسي وتوافقهم الشخصي والاجتماعي.

اما الاغراق في استخدامها يؤدي الى سوء التوافق لأنها تحول بين الفرد والمواجهة الواقعية لمشكلاته (القريطي، 1998، ص142-145).

واستنتاجا لما سبق فالطمأنينة والتوافق النفسي يعني قدرة الأنا على التوفيق بين الدوافع الغريزية الصادرة عن الهو والعالم الخارجي والانا العلى، فالتوافق هو احدى وظائف الأنا الذي يضعف مع وجود انا اعلى صارم يؤدي الى التوافق سيئ في اتجاه المرض النفسي وهو ما تبين نتائجه تبعا لطبيعة المكبوت والقوى الكابتة المتصلة مع الامراض النفسية الى اشد الامراض العقلية استحقالا، كما ان علبة الهو والاشباع الفعلي للرغبات المناهضة لنسق القيم يشير الى التجاوزات والانحرافات (ابو يوسف محمد، 1997، ص65).

أرى انه ركز على الصراعات الداخلية دون إعطاء أهمية كافية للعوامل البيئية والاجتماعية أي ان الدعم العاطفي والاجتماعي أيضا يلعب دور كبير في تحقيق توازن النفسي عندما يتلقاه الفرد والعكس صحيح وان الفرد قد ينهار اذا كان محاطا بضغط اجتماعية ومادية التي تفوق قدرة الانا على التكيف.

2-3-2 نظرية فررم:

حيث يعتبر فررم ان الشخصية الآمنة او المطمئنة نفسيا هي التي تكون لديها تنظيم موجه في الحياة، ومستقبله للآخرين، ومتفتحة عليهم ولديها القدرة على التحمل والثقة والمحبة للآخرين ومقبولة من طرفهم.

أرى ان هذه النظرية تتوافق مع مفهومي الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي حيث ان الفرد المطمئن نفسياً يكون قادرا على فهم ذاته وتنظيم مشاعره وبناء علاقات قائمة وإيجابية مع الاخرين مما يجعل نظريته ذات أهمية خاصة في مرحلة المراهقة التي تتطلب توازنا نفسياً ومهارات انفعالية عالية لتجاوز صدمات وتحديات وذلك بمرونته واستطاعته على التكيف.

2-3-3 نظرية ادلر:

اعتقد ادلر ان الطبيعة الانسانية انانية وخلال عملية التربية بعض الافراد ينمون ولديهم اهتماما اجتماعي يتيح عنه رؤية الاخرين مستجيبين لرغباتهم، ومسيطرين على الدافع الاساسي

للمنافسة دون مبرر ضد الآخرين طلبا للسلطة والمسؤولية. حيث اعتبر ادلر العصاب على انه شكل خاطئ من اسلوب الحياة، والشذوذ الاجتماعي وتوصل ادلر ان المجتمع يشكل بنية اساسية للفرد لا يمكن الغاؤها. فقد حدد علم النفس الفردي مصطلح الشعور الجمعي، معيار للأمن والتوافق والاطمئنان النفسي والتفريق بين الاضطراب والسواء.

يرى ادلر ان الإنسان يولد بأنانية لكن التربية الجيدة تساعده على تنمية الاهتمام بالآخرين، العصاب يحدث عندما يعيش الفرد بأسلوب خاطئ يبتعد فيه عن المجتمع واعتبر ان الشعور بالانتماء والتعاون مع الآخرين هو أساس الصحة النفسية والتوازن الداخلي.

2-3-4 نظرية اريكسون:

يعتبر اريكسون الشخصية المتوافقة والمطمئنة نفسيا هي الشخصية التي تتميز بالثقة الاستقلالية. التوجه نحو الهدف، التنافس، الاحساس بالهوية، القدرة على الألفة والحب (مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، 1990، ص 86-87).

يرى اريكسون بأن الشخصية السليمة تتكون تدريجيا من خلال نجاح الفرد في تجاوز الصعوبات النفسية والاجتماعية في كل مرحلة من مراحل النمو. فكل سمة من سمات المذكورة مثل الثقة او الاستقلالية هي نتيجة لتجربة ناجحة في مرحلة معينة، مما يؤدي في النهاية الى شخصية متوازنة ومطمئنة نفسيا.

2-3-5 نظرية كاتل:

ينظر كاتل الى الدوافع على انها ضرورية لدراسة الشخصية واعتبر ان السمات الفطرية وكذلك المكتسبة نتيجة التفاعل مع البيئة هي محددات للسلوك.

فالسلوك الانساني ينشط ويوجه نحو اهداف معينة بواسطة السمات الدينامية.

حيث توصل كاتل من خلال ابحاثه التي استخدم فيها اختبار p.f 16 لعزل السمات الأولية للشخصية الى عزل بعدم الأمان او الاطمئنان او تحت مسمى آخر هو الاستهداف للذنب مقابل الثقة بالنفس.

ووجد ان مرتفعي الدرجة لديهم ميل دائم لتفريغ الذات والترقب والقلق والشعور بالذنب متقلبي المزاج واحيانا مكتئبين تماما، ويصفون انفسهم بأنهم يصيبهم الغم والاكتئاب عندما ينتقدون امام الآخرين و يشعرون بان الاصدقاء لا يحتاجون لهم بالقدر الذي يحتاجون فيه هم للأصدقاء، وان الانتقادات تشعرهم بالعجز اكثر مما تساعدهم والدرجة المرتفعة تعني القلق والنزعة للتأمل والبكاء بسهولة والاكتئاب والحزن والخوف والشعور بالوحدة وانقاص القيمة والانهازامية والانزعاج، بينما يتصف ذوي الدرجة المنخفضة بالثقة بالنفس وبأنهم لا يحبون الارتباط في المعاهدات او اتفاقيات او الارتباط بمعايير الاخرين (عبد الرحمن، 1998، ص53-492).

يرى ان السلوك البشر عند كاتل يتأثر بدوافع وسمات التي تكون فطرية ومكتسبة وتوصل في ابحاثه عند استخدام اختبار p.f 16 الى عزل سمة الاستهداف للذنب مقابل الثقة بالنفس والشخاص اللذين يعانون من درجة عالية من الاستهداف يكونون أكثر عرضة للقلق وتقلبات المزاجية والعجز عندما يتعرضون للنقد اما الأشخاص ذوو الدرجة المنخفضة فهم أكثر ثقة بنفس واكل تأثير عند الانتقادات.

2-3-6 نظرية جيلفورد:

جيلفورد اتفق مع الباحث كاتل في اعتماده على التحليل العاملي لاستخراج بعد الطمأنينة النفسية اي راحة البال عنده مقابل العصبية.

جيلفورد توصل الى ان الفرد الذي يحصل على درجة مرتفعة بعد الطمأنينة النفسية يتميز بأنه مرتاح ومسترخي أكثر وهادئ المزاج، أكثر منه عصبي سريع التهيج لا يتغلب بسهولة، قادر على التركيز انتباهه فيما امامه (عبد الخالق، 1988، ص163).

لقد اتفق مع الباحث كاتل، توصل ان الفرد الذي يتحصل على درجة عالية من طمأنينة يتميز بهدوء عكس العصبي سريع التهيج.

2-4 نظرية السلوكية:

يذهب اصحاب هذا التنظير الى ان هناك انماط للطمأنينة النفسية او عدم الاطمئنان متعلمة ومكتسبة وذلك من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد، والسلوك الإطمئنانى يشتمل على الخبرات التي تشير الى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة التي تقابل بالتعزيز او التدعيم والاطمئنان عند السلوكيين يعنى الانصياع للشروط التي يفرضها التعلم مع استبعاد السلوك التمهيدي غير الضروري، ان زمن الاطمئنان هو تلك المدة الكلية منذ بدء التعرض المطرد المنظم للمثير حتى اللحظة التي تستقر بعدها الاستجابة دون تغيير (طه فرج عبد القادر، 1993، ب، ت، 68).

ويرون ان آليات الدفاع او المكانيزمات التي يستخدمها الفرد تصبح عادة سلوكية لدى الفرد في حال نجاحها في منع القلق، ومن ثم الشعور بالاطمئنان النفسي والأمن.

ولقد اعتبر واطس وسكينر ان الطمأنينة النفسية والتلاؤم وعملية التوافق لا يمكن ان تنمو عن طريق الجهد الشعوري، ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة واثباتها.

ولقد انتقد كل من باندورا وماهوني وهما من السلوكيين المعرفيين انه عندما يجد الأفراد ان علاقتهم مع الآخرين غير مثابة فإنهم يبتعدون عنهم ويبدون اهتماما اقل فيما يتعلق بالتلميحات الاجتماعية وينتج عن ذلك عدم الاطمئنان وسوء التوافق (مدحت عبد الحميد، 1990، ص 88).

يرى ان الطمأنينة النفسية من خلال التعلم والتجارب، الشخص يتعلم ان يكون مطمئنا عندما يكافئ على سلوك معين.

اما باندورا فانقد هذا الرأي وقال ان الطمأنينة لا تعتمد فقط على التعلم بل أيضا على العلاقات الاجتماعية ودعم من طرف الآخرين.

2-5 النظرية الاجتماعية:

يعتقد اصحاب هذه النظرية ان الشخص المطمئن هو الشخص الذي استطاع ان يلتزم بقوانين مجتمعة ويسير وفقها ولا يخرج عنها، وهذه القوانين ليست ثابتة وخاصة لجميع المجتمعات، بل تخضع للثقافة والعادات والتقاليد الموجودة في كل مجتمع، فما يكون مقبول في مجتمع ما يكون مرفوضا في مجتمع آخر، ومن اصحاب وأنصار هذه النظرية فيروز وذنهام.

نستنتج ان الطمأنينة النفسية في هذه النظرية تكون نتيجة للتوافق مع قيم المجتمع التي يتبعها الفرد، وهذا يمكن ان يؤدي الى شعور الفرد بصراع داخلي بين قيم المجتمع وحاجاته الشخصية مما يؤدي الى قلة الطمأنينة النفسية رغم التزامه بقوانين المجتمع.

3. انواع الطمأنينة النفسية:

هناك انواع كثيرة للطمأنينة النفسية منها:

3-1 الطمأنينة الروحية:

لقد اوضح القرآن الكريم العديد من آياته الكريمة، منها اهمية الإيمان للإنسان، وما يحدثه الإيمان من بث الشعور بالأمن والطمأنينة في كيان الإنسان، وثمرات هذا الإيمان هو تحقيق سكينه النفس وامنها وطمأنينتها (رياض، 2008، ص55).

3.2 الطمأنينة الاقتصادية: ضمان مستوى معين من المعيشة للمواطنين وحمايتهم من

انواع معينة من المخاطر الاجتماعية والاقتصادية.

من خلال النظام الضمان الاجتماعي الذي ينطلق من اربعة عناصر رئيسية هي: المساعدة العامة، والتأمين الاجتماعي، وخدمات الرعاية الاجتماعية، والصحة العامة.

(Misra & misra, 2009, p3-4)

3.3 الطمأنينة الانفعالية: هي الشعور مركب في طياته شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان وأنه محبوب و متقبل من الآخرين بما يمكنه من تحقيق قدر كبير من الانتماء للآخرين، مع ادراكه لاهتمام الآخرين به وتفهمهم له حتى يستشعر قدر كبير من الدفء والمودة ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار ويضمن له قدرا من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي واحترام الذات ومن ثم الى توقع حدوث الأحسن في الحياة مع امكانية تحقيق رغباته في المستقبل بعيدا عن خطر الإصابة باضطرابات نفسية او صراعات او اي خطر يهدد امنه واستقراره في الحياة (شقير، 2005، ص7).

تعد الطمأنينة النفسية حالة شاملة تتجلى عدة جوانب في حياة الفرد. منها الطمأنينة الروحية تنبع من الإيمان، وتمنح الإنسان سكينه الداخلية وراحة نفسية. اما الطمأنينة الاقتصادية، فهي تتحقق من خلال توفير الاستقرار المعيشي والحماية من المخاطر الاجتماعية عبر أنظمة الضمان الاجتماعي. في حين تمثل الطمأنينة الانفعالية شعور الفرد بالأمان العاطفي والقبول الاجتماعي، مما يعزز التوازن الانفعالي واحترام الذات. وتكامل هذه البعاد يفضي الى صحة نفسية مستقرة وقدرة أفضل على مواجهة ضغوط الحياة.

4. ابعاد الطمأنينة النفسية:

تتمثل الأبعاد الأساسية للطمأنينة النفسية في:

4-1 الشعور بالتقبل والحب وعلاقات المودة والرحمة مع الآخرين:

لا يستطيع الفرد الشعور بالطمأنينة النفسية إلا من خلال التوازن العاطفي الذي يؤمن له وحدته المتكاملة في تقرير سلوكه، في حرية الاختيار وفي ممارسة علاقاته الاجتماعية

السليمة وتتحدد درجة هذه الوحدة في مظاهرها المتعددة بمستوى العلاقات الأسرية الجارية، فلا شعور بالطمأنينة الا عندما يكون الفرد يؤمن حاجاته ويتوفر له الحب والمودة، ويرى لبرستون ان العناصر الأساسية لتحقيق الطمأنينة تكمن في محبة الفرد في تقبله واستقراره، فمحبتة من محيطه تسهل له نموه الطبيعي والسليم ليس فقط على الصعيد العاطفي، وانما كذلك على الصعيد العقلي والاجتماعي (شكوري، 1995، ص128)

4-2 الشعور بالانتماء الى الجماعة والمكانة فيها:

المرء في حاجة الى ان يشعر بأنه فرد من مجموعة تربطه بهم مصالح مشتركة تدفعه الى ان يأخذ ويعطي، والى ان يلتمس منهم الحماية والمساعدة، كما أنه في حاجة الى ان يشعر بانه يستطيع ان يمد غيره بهذه الأشياء في بعض الأحيان، وينمو هذا الشعور بالانتماء ايضا مع الفرد حتى الى الجماعات الأخرى التي يجد فيها اشباع حاجته في الأمن العاطفي او الطمأنينة النفسية. وتشبع هذه الحاجة إذا شعر الفرد انه ليس قائما بذاته وانما عضو في مجموعة يشعر فيها بوجود علاقات طيبة بينه وبين غيره كما يقول دوركايم "الإنسان اجتماعي بطبعه".

4-3 الشعور بالسلامة والسلم:

المعنى الذي يشير اليه الشعور بالسلامة والسلام هو خلو الجو المحيط بالفرد من المشاحنات والمضايقات، ان من اشد الأجواء تأثيرا في ايجاد صعوبات في التكيف والطمأنينة النفسية والراحة هي وجود الفرد في جو مليء بالمشاحنات والمضايقات والاضطرابات، مما يجعل هذا المحيط نوعا من الجحيم في نظر الفرد. لذا يجب ان يكون المحيط خال من الصراعات والآلام النفسية.

ومن الأبعاد الثانوية الفرعية للطمأنينة النفسية نجد:

- إدراك العالم والحياة كبيئة صديقة حين يشعر بالعدل والكرامة.

- إدراك الآخرين بوصفهم محبين وطيبين.
 - الثقة في الآخرين وحبهم والارتياح لهم وحسن التعامل معهم.
 - التفاؤل وتوقع الخير والأمل والاطمئنان الى المستقبل.
 - الشعور بالهدوء والارتياح والاستقرار النفسي، والخلو من الصراعات.
 - الانطلاق والتحرر والتمركز حول والآخرين الى جانب الذات.
 - الشعور بالمسؤولية الاجتماعية وممارستها.
 - الشعور بالكفاءة والقدر على حل المشكلات وتملك تمام الأمور وتحقيق النجاح.
 - تقبل الذات والتسامح معها والثقة في النفس والشعور بالنفع والفائدة في الحياة.
 - المواجهة الواقعية للأمور وعدم التهرب منها.
 - الشعور بالسعادة والرضا عن النفس وفي الحياة.
 - الشعور بالتوافق والتكيف والصحة النفسية (حامد زهران، 1984، ص 156).
- ويذكر (سعد علي، 1999، ص 38) ان ماسلو عن اربعة عشر مؤشرا للطمأنينة النفسية يقدمها وفق السياق التالي:

- الشعور بالمحبة الآخرين وقبولهم ومودتهم.
- الشعور بالعالم وطنا والانتماء والمكانة بين المجموعة.
- مشاعر الأمان وندرة مشاعر التهديد والقلق.
- إدراك العالم والحياة بدفء حيث يستطيع الناس العيش بأخوة والصدقة.
- إدراك البشر بصفاتهم الخيرة من حيث الجوهر وبصفاتهم ودودين وخيرين.
- مشاعر الصداقة والألفة نحو الآخرين حيث التسامح وقلة العدوانية.
- الاتجاه نحو توقع الخير والإحساس بالتفاؤل بشكل عام.
- الميل الى السعادة والقناعة.

- مشاعر الهدوء والراحة والاسترخاء والاستقرار الانفعالي.
 - الميل الى الانطلاق من خارج الذات والقدرة على التفاعل مع العالم ومشكلاته بموضوعية دون التمرکز حول الذات.
 - تقبل الذات والتسامح معها وتفهم الاندفاعات الشخصية.
 - الرغبة فب امتلاك القوة والكفاية في مواجهة المشكلات بدلا من الرغبة في السيطرة على الآخرين والحزم والإيجابية اساس طيب لتقدير الذات والإحساس بالقوة والشجاعة.
 - الاهتمامات الاجتماعية وبروز التعاون والطف والاهتمام بالآخرين.
 - الخلو النسبي من الاضطرابات العصابية او الذهانية والقدرة المنظمة في مواجهة الواقع
- (عبد المجيد، 2004، ص 247-248).

الطمأنينة النفسية ليست شعورا لحظيا، بل هي حالة متكاملة تتطلب توازنا بين الفرد وذاته، وبين الفرد ومحيطه الاجتماعي، ولا تتحقق الا من خلال بيئة داعمة وعلاقات صحية، وشعور داخلي بالأمان والانتماء والتقدير.

5. أهمية الطمأنينة النفسية:

إن الأسرة كمجتمع صغير، لها وظيفة تهدف الى نمو الطفل نموا اجتماعيا، ويمكن ان يكون للأسرة تأثيرا سلبيا، لأن الفرد الذي لا يعيش التوازن في داخل أسرته يبحث عنه في خارجها وعلى ما ينقصه لكي يحقق توازنه. ومهما يكن حجم الأسرة فإن دورها يرتسم من خلال إيجاد العلاقات التي تؤدي الى الأمن والطمأنينة.

كما أن الطمأنينة النفسية من أهم الجوانب الشخصية المهمة والتي يبدأ تكوينها عند الفرد من بداية نشأته الأولى، خلال خبرات الطفولة التي يمر بها، ذلك المتغير الهام الذي كثيرا ما يصير مهددا في أية مرحلة من مراحل العمر، إذا ما تعرض الفرد لضغوط نفسية او اجتماعية او فكرية لا طاقة لها بها، مما يؤدي الى الاضطراب النفسي (شقيير، 1996، ص 296).

كما أن من أسباب فقدان الطمأنينة اخفاق الفرد في اشباع حاجاته، وعدم القدرة على تحقيق الذات، وعدم الثقة في النفس، والقلق، والمخاوف الاجتماعية، والضغط النفسي، وعدم الاستمتاع بالحياة، والمرض النفسي (حمزة، 2011، ص130).

إن الطمأنينة النفسية حالة من الاستقرار يعيشها الفرد تنعكس على تصرفاته، وحركاته، وتتمثل في مساندة المجتمع وتلبية احتياجاته الفورية من تقبل ودعم معنوي ومادي (ابو طالب، 2011، ص34).

ويرى عبد الرحيم الطمأنينة النفسية هي جذر الأمن الاجتماعي وهو يبدأ منذ اللحظة الأولى لميلاد الإنسان من خلال اشباع الأم للحاجات الأساسية المختلفة للوليد (عبد رحيم، 2007، ص101).

كما أن حرمان الفرد من الطمأنينة يجعله فريسة للمخاوف مما ينعكس سلبا على شتى جوانب حياته النفسية والاجتماعية (عبد الفتاح، 2003، ص45).

والطمأنينة النفسية للفرد حسب (موسى، 2016) من اهم الحاجات واكثرها التصاقا بكل الفرد بعينه. وقد ظل الإنسان منذ وجد على هذه الأرض يبحث عن الأمن من خلال سعيه الى تحقيق حاجاته الضرورية وتقوية علاقته بأخيه الإنسان، وبينه علاقته معه على الاحترام والقبول والتعاون وعلى مر الأزمنة تأرجحت هذه العلاقات بين القوة والضعف والحب والكراهية والمسالمة والاعتداء والعدل والظلم، فكان لابد من البحث والتعرف على وسائل تعينه على الشعور بالطمأنينة ومواجهة الأخطار (الغمري مريم، 2016، ص30).

ويشير دومي الى ان الإحساس بالراحة والهدوء وراحة البال تأتي في مصاف الأولويات الأولى للإنسان، وإن كل فرد يحاول الوصول اليها، ولكن بعض الناس يعتقد ان الوصول للسعادة عن طريق جمع المال او الاهتمام بالزينة البدنية او اي خصائص ذاتية اخرى، لكن

السعادة الحقيقية هي سعادة الروح، والسعادة تختلف باختلاف المواقف والظروف بين الفقر والغني والصحة والمرض، وكذلك حياة القلب والتي لا يصل اليها الإنسان الا بالإيمان (مظلوم مصطفى، 2014، ص 09).

الطمأنينة النفسية ضرورية للتنمية النفسية والاجتماعية للفرد. تبدأ من البيئة الأسرية التي توفر الأمان والدعم، وغيابها يؤدي الى فقدان الثقة والقلق والاضطرابات النفسية. وهي تساعد على تحقيق الذات والتوازن الداخلي، وتحسين العلاقات الاجتماعية. كما انها ترتبط بالإيمان والراحة، وتعد أساساً للأمن الاجتماعي والاستقرار في مختلف مراحل الحياة.

6. مصادر الشعور بالطمأنينة النفسية:

1-6 المستوى التعليمي:

فالمستوى التعليمي يحقق للفرد وضعاً اجتماعياً يشعره بالطمأنينة النفسية.

2-6 الثقافة:

دلت الدراسات ان التعصب العنصري يولد لدى المجموعات الثقافية احساساً بالتمييز والقوة والطمأنينة وان إدراك الطمأنينة يختلف باختلاف الثقافات.

3-6 وجود الشخص مع أفراد يعتنون به:

ان وجود الشخص مع افراد يعتنون به ويشاركونه الذوق وطريقة التفكير واساليب السلوك يحقق له قدر أكبر من الإحساس بالراحة والاسترخاء ويقدر اقل من التوتر والقلق.

4-6 السن:

كلما تقدم في العمر كلما كان اقل خوفاً خوفاً وأكثر احساساً بالطمأنينة.

5-6 بلوغ الهدف:

ان بلوغ يحقق للفرد الذات وتأكيدا، فالإنسان عندما يضع لنفسه اهدافا ويسعى لتحقيقها فإنه يدرك معنى لحياته والهدف منها فتصبح صورته عن ذاته أكثر ايجابية وبالتالي أكثر امانا للنفس.

6-6 التخلي عن موقف متوعد يهدد الفرد:

ان احساس الفرد بالذنب والإثم يورثه الخوف والقلق فخروجه عن القواعد التي وضعها المجتمع تعرضه للعقوبة واحساس الفرد بأنه مهدد بالعقوبة يزيد من قلقه واضطرابه، ولكن إذا أدرك الفرد التوبة والأعمال الصالحة تقربه لله وتحرره من الخوف حينئذ يزول ما يشعر به من تهديد او قلق ويصل الى درجة أفضل من الطمأنينة النفسية.

7-6 العائلة المباشرة (الأسرة):

ان احساس الفرد بالطمأنينة النفسية له جذوره العميقة في طفولته، فهو يحدث من خلال عملية التنشئة الاجتماعية التي تبدأ منذ اللحظات في الحياة الإنسان ولا يتحقق للطفل الطمأنينة إلا إذا أحس الطفل بأنه مقبول وانه محبوب حبا حقيقيا (العطاس، 1434، ص 37).

الطمأنينة النفسية تأتي من عدة مصادر مثل التعليم، الأسرة، العلاقات الجيدة، تحقيق اهداف والتقدم في السن. كما ان التوبة والإيمان يساعدان في الشعور بالراحة. وهي حالة من التوازن بين الراحة الداخلية والدعم الخارجي.

7. مكونات الطمأنينة النفسية:

يشير(جبر) ان الطمأنينة النفسية تتكون من:

7-1 الأول الداخلي:

يتمثل في عملية التكيف الاجتماعي، بمعي قدرة المرء على حل الصراعات التي تواجهه وتحمل الأزمات والحرمان.

7-1 الثاني الخارجي:

يتمثل في عملية التكيف الاجتماعي، بمعنى قدرة المرء على التلائم مع البيئة الخارجية والتوفيق بين المطالب الغريزية والعالم الخارجي والأنا الأعلى (جبر، 2006:82).

استنتج ان لطمأنينة النفسية مكونين وهما الصراع الداخلي والتكيف مع البيئة ويجب ان يكون توازن بين هذين العنصرين لأنها ليست حالة ثابتة، لهذا تتطلب جهدا مستمرا والشخص الذي يتمتع بطمأنينة النفسية يمكنه مواجهة التحديات بحكمة.

8. خصائص الطمأنينة النفسية:

يرى (سعد، 1999) ان الطمأنينة النفسية ظاهرة تكاملية نفسية معرفية فلسفية اجتماعية كمية وانسانية ويرى أن من اهم خصائصها ما يلي:

8-1 الخصائص النفسية:

عناك عدة خصائص نفسية للطمأنينة النفسية سيتم ذكر بعضها فيما يلي:

- تستند الى الطاقة النفسية يعبر عنه في مستويات من الكبت والتوتر والسيطرة الإرادية واللاإرادية للانفعالات والاندفاعات الشخصية.
- قابل للقياس في ضوء محك للإنجاز الشخصي الاجتماعي.
- تؤثر وتتأثر الطمأنينة النفسية بمستوى الإنجاز الشخصي والاجتماعي وبنمط الشخصية (الغامدي، 2015، ص201).

8-2 الخصائص المعرفية الفلسفية:

هناك عدة خصائص معرفية فلسفية للطمأنينة النفسية سيتم ذكر بعضها فيما يلي:

- اول ما تحدد به الطمأنينة النفسية هو قيمة الأشياء والموضوعات المهددة للذات ومعانيها المعرفية.

- أن التكوين المعرفي الفلسفي له القدرة على رفض مشاعر الخوف والقلق وتحليلها تحليل منطقي والعيش بأمن وطمأنينة.
- أن التكوين المعرفي الفلسفي يلعب دورا مهما في تكوين صورة ذهنية عن مهددات الأمن النفسي ويحدد نمط السلوك الذي نسلكه.

3-8 الخصائص الاجتماعية:

هناك عدة خصائص اجتماعية للطمأنينة النفسية سيتم ذكر بعضها فيما يلي:

- العلاقات الاجتماعية تنطبع في وجدان الفرد وفي خريطته المعرفية، وهي تؤثر وتتأثر بالأمن النفسي فيصعب الحيث عن أمن الشخصي دون هويته الاجتماعية.
- تختلف مهددات الاستقرار الأمن النفسي منى مجتمع لآخر، فما نعهده مهدد لأمننا ليس بشرط ان يكون مهدد للأمن النفسي في مجتمع آخر.
- التنشئة الاجتماعية لها دور مهم في تكوين الأمن النفسي لدى الفرد.

4-8 الخصائص الإنسانية:

- الطمأنينة النفسية سمة يشترك فيها ابناء البشر مهما كانت مراحلهم العمرية او مستوياتهم الاجتماعية، الثقافية او المعرفية. (الغامدي، 2015، ص201)
- الطمأنينة النفسية هي الشعور بالراحة والأمان الداخلي ن ناتج عن توازن في التفكير، وضبط المشاعر، والعلاقات الاجتماعية الجيدة. وهي حاجة أساسية لكل انسان مهما كان عمره وثقافته.

9. آثار الحرمان من الطمأنينة النفسية:

يشير (الخضري، 2003) الى ان الحرمان من الأمن النفسي، يختلف تأثيره على الصحة النفسية من شخص الى آخر، ومن مرحلة عمرية الى أخرى فإذا حدث حرمان في مرحلة الرشد فإن تأثيره قد يكون مؤقتا يزول بزوال اسبابه وتوفر الأمن النفسي ايضا إذا حدث الحرمان من

الأمن النفسي في مرحلة الطفولة المبكرة فإنه يعيق النمو النفسي ويؤثر سلباً على الحالة النفسية في جميع المراحل الحياة لأن الحرمان من الأمن النفسي قد يعني تهديد خطير لإشباع حاجات الطفل وهو ضعيف ولا يقوى على إشباعها فيشعر بالقلق وحرمان الذي ينمي فيه سمات التوافق التي من أهمها سمات القلق والعداوة والشعور بالذنب. كما أن فقدان الحاجة إلى الأمن النفسي يؤدي إلى توليد صراع نفسي واضطراب سلوكي في مرحلة الطفولة، وقد يؤدي إلى إضعاف ثقة الطفل بنفسه والتردد قبل الإقدام على أي عمل أو المجاهرة بالرأي وقد يصل الحد إلى الانكماش والانطواء على النفس، أو سلوك الطفل سلوكاً عدوانياً نتيجة لشعوره بعد المحبة من قبل الأفراد والبيئة التي يعيش فيها، كما يؤدي فقدان الشعور بالأمن النفسي فقدان الحاجات النفسية الأخرى، مما يؤدي إلى الانحراف السلوكي للفرد إلى درجة أنه يصبح خطراً على نفسه والمجتمع (سامية خالد ابرييم، 2020:82).

تعد الطمأنينة النفسية من الحاجات الأساسية للفرد، وحرمانه منها خاصة في مرحلة الطفولة، يؤدي إلى آثار نفسية وسلوكية خطيرة مثل القلق، العدوانية، ضعف الثقة بالنفس والانطواء. كما يمكن أن يسبب صراعات داخلية تؤثر على التوافق النفسي والاجتماعي للفرد، وقد تصل للانحراف السلوكي. لذا فإن توفير بيئة آمنة ومستقرة نفسياً يعد ضرورياً لنمو متوازن وصحي.

خلاصة البحث:

الطمأنينة النفسية هي حالة توازن واستقرار داخلي تساعد الأفراد على مواجهة الضغوط وتحقيق الراحة النفسية وهو عامل مهم في الصحة النفسية لأنه يتأثر بالعوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية.

ان عدم التعرف على الاضطرابات النفسية مبكرا قد يؤدي الى تفاقم المشكلات النفسية والحاجة الى التدخل العلاجي للحفاظ على توازن النفسي وان تحقيق الطمأنينة النفسية عملية مستمرة تتطلب الوعي الذاتي والمرونة والدعم النفسي والاجتماعي.

الفصل الثالث

الذكاء الإنفعالي

تمهيد.

1. تعريف الذكاء الإنفعالي.
2. النشأة التاريخية لمفهوم الذكاء الإنفعالي.
3. أهمية الذكاء الإنفعالي.
4. النماذج النظرية للذكاء الإنفعالي.
5. أبعاد الذكاء الإنفعالي.
6. مهارات الذكاء الإنفعالي.
7. خصائص وسمات الأذكياء إنفعاليا.

خلاصة.

تمهيد:

يعد مفهوم الذكاء الإنفعالي من المفاهيم الحديثة نسبياً في المجال السيكلوجي، حيث نشأ نتيجة لإهتمام الباحثين بدراسة الجوانب غير المعرفية للفرد لفهم سلوكه وتفسيره. إذ تقف العديد من الإنجازات والأداءات وراء قدرة الفرد على إدراك انفعالاته والتحكم فيها، فضلاً عن التكيف مع التغيرات المتسارعة في المواقف والضغوط الإجتماعية.

يتناول هذا الفصل الجانب النظري لمفهوم الذكاء الإنفعالي من حيث تعريفاته، النشأة التاريخية لمفهوم الذكاء الإنفعالي، أهمية الذكاء الانفعالي، النماذج النظرية للذكاء الانفعالي، أبعاد الذكاء الانفعالي، مهارات الذكاء الانفعالي، خصائص وسميات الاذكياء إنفعاليا.

1. تعريف الذكاء الإنفعالي:

إهتم معظم الباحثين في مجال الذكاء الإنفعالي بالإنفعالات ودورها في السلوك، باعتبارها إستجابة متكاملة للكائن الحي تعتمد على إدراكه للمواقف الخارجية أو الداخلية، وتشمل تغيرات وجدانية، فيزيولوجية وعضلية.

وتباينت تعريفات الباحثين حول الذكاء الإنفعالي فهناك من يراه أنه مجموعة من القدرات العقلية، وهناك من يراه مجموعة من المهارات الإنفعالية والإجتماعية فلا يوجد تعريف جامع مانع للذكاء الإنفعالي يتفق عليه جميع علماء النفس، وسأتناول البعض من التعريفات على النحو التالي:

عرف ماير وسالوفي (Mayer, Salovey, 1997) الذكاء الإنفعالي بأنه : "القدرة على الإدراك لإنفعالات الذاتية، وفهمها، وتقييمها للتعبير عنها، وبالضبط إستعداد وتطوير المشاعر لتسيير عمليات التفكير وتنظيمها والسيطرة عنها، والمعرفة الإنفعالية لزيادة النمو الإنفعالي المعرفي". (In Gagnon, 2009, p4)

وعرف حسين (2003) الذكاء الإنفعالي أنه: "مجموعة من الصفات الشخصية والمهارات الإجتماعية والوجدانية التي تمكن الفرد من تفهم مشاعره ومشاعر الآخرين، وتعطيه القدرة على التعامل الإيجابي معها محققا بذلك السعادة لنفسه ولمن حوله". (عين أبو زيتون)

ويشير سعادة (2009) الذكاء الإنفعالي بأنه: "الإستخدام الذكي للعواطف والانفعالات ويتضمن ذلك تفاعلا بين القدرات المعرفية والمهارات الشخصية والإجتماعية، بحيث يساعد ذلك الفرد في توجيه سلوكه وتفكيره، بما يزيد من فرص التكيف والنجاح في ميادين الحياة". (سعادة، 2009، ص 141).

كما يرى ديولكس وهيكس والذكاء الإنفعالي بأنه: "معرفة الفرد مشاعره وكيفية توظيفها من أجل تحسين الأداء وتحقيق الأهداف التنظيمية، مصحوبة بالتعاطف والفهم لمشاعر الآخرين مما يؤدي إلى علاقة ناجحة معهم". (عن الدردير، 2004، ص28)

كما يعرف جورج الذكاء الإنفعالي بأنه: "قدرة الفرد على إدراك مشاعره من خلال التفكير وفهم المعرفة الإنفعالية وتنظيمها، بحيث يستطيع أن يؤثر في مشاعر الآخرين (عن حسين، 2010، ص50).

ويرى سالوفي وسرود وولوري وايبيل الذكاء الإنفعالي بأنه: "القدرة على مراقبة الفرد مشاعره وعواطفه الشخصية ومشاعر الآخرين ليميز بينها، ويستخدم هذه المعلومات لتكون موجها لتفكيره وأفعاله".

وأشار النعيمي (2010) الذكاء الإنفعالي بأنه: "قدرة الفرد على معرفة ذاته وتقديرها، وضبط انفعالاته وتغييرها وفق الظروف، والتكيف لمواجهة متطلبات الحياة، وتحمل الضغوط والتفاوض والرغبة في التفوق وقدرته على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين، وأداء الأدوار القيادية بنجاح. (النعيمي، 2010، ص87)

ويعرف المغازي (2003) الذكاء الإنفعالي بأنه: "معرفة الفرد لنفسه ولآخرين الذين يتعامل معهم الفرد". (المغازي، 2003، ص62)

نستنتج مما تقدم أنه يمكن تقسيم التعريفات التي تناولت الذكاء الوجداني إلى ثلاثة

أقسام:

أ- القسم الأول: تناولت تعريفات الذكاء الإنفعالي بأنه القدرة على فهم الإنفعالات الذاتية والتحكم فيها وتنظيمها وفق إنفعالات الآخرين والتعامل الإيجابي مع نفسه الآخرين ويندرج في هذا القسم تعريفات ماير وسالوفي.

ب- القسم الثاني: تناول الذكاء الانفعالي بمجموعة من الصفات الشخصية والمهارات الإنفعالية والإجتماعية التي يتمتع بها الفرد، ويندرج في هذا تعريفات حسين وسعادة.

ت- القسم الثالث: تناول الذكاء الانفعالي بأنه قدرة الفرد على الإدراك والفهم الجيد لمشاعره ومشاعر الآخرين وتنظيمها وحسن استعمالها وتوجيهها، ما يشير إلى أهمية الخبرات التي يمر بها الفرد لتعديل رؤيته وخبراته الخاصة ويندرج في هذا القسم تعريفات المغازي والنعيمي.

2. النشأة التاريخية لمفهوم الذكاء الانفعالي:

يعد الذكاء الانفعالي مفهوم له جذوره التاريخية الراسخة، وإن كان من أحداث أنواع الذكاءات في مجال علم النفس مع بداية التسعينات، ويظهر ذلك منذ محاولة وكسلر (1985)، الذي تعرض إلى هذا الجانب في اختياراته المشهورة للذكاء والتفكير العقلاني، والتعامل على نحو فعال مع البيئة واعتبر ان العوامل الشخصية والانفعالية والاجتماعية إحدى الجوانب غير المعرفية للذكاء، ولم يكن وكسلر الوحيد الذي أشار إلى أهمية الجوانب غير المعرفية للذكاء، إذ أن الذكاء الانفعالي الذي يتماثل مع الذكاء الاجتماعي تناوله عند ثورندايك (1920) منذ العشرينات إلى أواخر الثلاثينات من القرن الماضي، حيث قام بتقسيم المفهوم الاجتماعي للذكاء إلى ثلاثة أقسام: الذكاء الميكانيكي، الذكاء المعنوي والذكاء الاجتماعي (بوزقاق وبوشلاق، 2014، ص120) .

واهتم سبيرمان (1927) بالذكاء الانفعالي، حيث اقترح ما أسماه بالعلاقة السيكلوجية بين أنواع العلاقات العشر التي تؤلف قانون إدراك العلاقات وقد عرفها بأنها القدرة على إدراك أفكار الآخرين من حوله عن طريق التمثيل بينها وبين عالمه الداخلي (أبو حطب، 1996، ص374).

وقدم فؤاد أبو حطب تصنيفا ثلاثيا للذكاء يتكون من: الذكاء المعرفي، الذكاء الاجتماعي والذكاء الانفعالي (عن عبد العظيم وعبد العظيم، 2006، ص20).

ولقد كان الاهتمام الفعلي بالذكاء الانفعالي في العصر الحديث على يد هوارد جاردنر (1983) في نظريته عن الذكاءات المتعددة، حيث أشار إلى وجود ثمانية أنواع من الذكاء من بينها الذكاء البين الذاتي (الذكاء الانفعالي).

وانتقد ستبرج (1985) من خلال نظرية السياق الاتجاه التقليدي الذي حصر الذكاء ضمن مجموعة من النشاطات التحليلية في السياق الأكاديمي ورأى أنه من غير المعقول استخدم الاختبارات العقلية المشبعة بالمواقف الأكاديمية للتنبؤ بأداء الأفراد في المجالات المهنية والاجتماعية، طالب بتوسيع المفهوم ليشمل الحياة اليومية ليشمل الحياة اليومية للفرد، والذي عرف بالذكاء الاجتماعي والعملية وأن هذا النوع من الذكاء قدر بالتنبؤ بأداء الفرد في نشاطاته اليومية (عن الأسر وكفافي، 2000، ص77).

وتعد نهاية الثمانينات وبداية التسعينات من القرن العشرين، بداية استخدام مفهوم الذكاء الانفعالي، حيث يرى البعض أن جرينزبان بان هو أول من استخدم هذا المفهوم في التراث السيكولوجي إذ حاول تقديم نموذج موحد لتعلم الذكاء الانفعالي في ضوء نظرية بياجيه للنمو المعرفي ونظرية التحليل النفسي، ونظرية التعلم الاجتماعي، ويذكر أن الذكاء الانفعالي يمر تعلمه بثلاثة مستويات: التعلم الجسمي والتعلم بالنتائج والتعلم التركيبي التمثيلي (عن عثمان، 2001، ص169).

كما يرى البعض أن جوزيف لودو الأمريكي هو الذي اكتشف منطقة الذكاء الانفعالي إذ يرى أن جزءا صغيرا من المنبهات التي تثير انفعالاتنا، موجودة على مستوى غدة صغيرة بالدماع.

وقدم ماير وسالوفي نموذجا للذكاء الانفعالي إذ يعتبر البعض أن هذين الباحثين هما من أطلقا مصطلح (Emotional intelligence)

ويشير البعض إلى أن جذور مفهوم الذكاء الانفعالي ترجع إلى ما ورد سنة 1996 في كتاب جولمان الأول (Emotional intelligence) الذي يتضمن مجموعة من البحوث التي تناولت تأثير مراكز المخ في إنفعالات الفرد، ومن ثم أدائه وعلاقاته مع الآخرين، كما يتضمن أيضا دراسات ماير وسالوفي، والبرامج المدرسية المصممة لمساعدة الأطفال في تطوير المهارات الإنفعالية والإجتماعية.

وذكر جولمان أن فهمه للذكاء الإنفعالي مبني على مفهوم جار ندر في نظريته حول الذكاءات المتعددة وبشكل خاص الذكاء الشخصي والذكاء الإجتماعي. وقد برز جولمان من خلال دراساته حول المخ وعلم السلوك كباحث نفسي متميز ضمن جماعة من الباحثين المهتمين بأن الإختبارات التقليدية للذكاء المعرفي قليلا ما تخبرنا عما تسهم به في نجاح الفرد في الحياة، واستمرت جهوده في دراسة الذكاء الإنفعالي مع إصدار كتاب ثان سنة 1998.

أوضح فيه أهمية الذكاء الإنفعالي للفرد في مجال العمل (عن حسن، 2007، ص22-23).

واعتقد جولمان أن الذكاء الإنفعالي في بعض الأحيان يمكن أن يكون أكثر قوة وتأثيرا في حياة الإنسان من الذكاء العام، حيث يسهم في تحسين التحصيل الدراسي، وخفض السلوك العدواني، والقدرة على أداء بشكل أفضل، وذكر أن الذكاء العام يتنبأ فقط بما يقارب 20% عن عوامل نجاح الإنسان في الحياة، في حين يعود 80% من النجاح إلى عوامل أخرى ترتبط بالذكاء الإنفعالي (عن أبو زيتون، 2010، ص17).

كما قام بار-اون بعمل دراسات رائدة في أوائل الثمانينات وهو الذي قام بوضع أول نموذج وطرح نموذجا للذكاء الإنفعالي من حيث أنه مجموعة من المهارات الإنفعالية والإجتماعية المتمثلة في (الوعي الذاتي للإنفعالات وفهمها والتعبير عنها وإقامة علاقات مع الآخرين)، الذي تؤثر في القدرات الكلية للشخص ليتكيف مع متطلبات وضغوطات الحياة (Cherniss, Goleman, 2001, p16).

وقد أشار ماير وسالوفي (1997) والبهدل (2013) الوارد في (السمادوني، 2007، ص30-37) و(بن جامع، 2010، ص32) إلى أن مفهوم الذكاء الإنفعالي في تطوره مر بخمس مراحل هي:

• المرحلة الأولى (1900-1969)

وفيها تناولت الدراسات النفسية الذكاء الإنفعالات كمواضيع ضيقة ومنفصلة، حيث تميزت هذه المرحلة بانفصال الدراسات السيكولوجية المهمة بالذكاء على تلك المهمة بالوجدان والانفعال والعواطف.

فالاتجاه السائد في علم النفس يؤكد على انفصال الجوانب الإنفعالية عن العمليات العقلية، وذلك لأن الذكاء والانفعال وفقا لهذا الاتجاه مفهومان متعارضان.

• المرحلة الثانية (1970-1989)

وقد تميزت هذه المرحلة بظهور مؤشرات لظهور الذكاء الإنفعالي منها:

- الدمج الحاصل بين الدراسات المعرفية (دراسات الذكاء) والدراسات الإنفعالية (دراسات العواطف والمشاعر) لدراسة تفاعل العواطف والأفكار وتأثير كل منهما في الآخر، وذلك نتيجة ظهور اتجاه جديد في علم النفس ينظر إلى العلاقة بين الذكاء الإنفعالي والذكاء المعرفي كعلاقة تكامل وتفاعل متبادل.

-تطور حقل الاتصالات غير اللفظية والتأكد على أهمية إدراك المعلومات غير اللفظية ومنها المعلومات المتعلقة بالعواطف والمشاعر والانفعالات.

-تنامي الدراسات النظرية والتطبيقية في مجال الذكاء الإجتماعي والتي تركز في جانب منها على الجانب الوجداني الإنفعالي العاطفي.

• المرحلة الثالثة (1990-1993)

شهدت هذه الفترة بداية ظهور مصطلح الذكاء الإنفعالي في العديد من الدراسات والمقالات العلمية حيث نشر ماير وسالوفي مقالا أول سنة 1990، والذي يهدف إلى توضيح وتحديد مفهوم الذكاء الإنفعالي إضافة إلى نشر مقال ثان والذي يهدف إلى إثبات أن الذكاء الإنفعالي هو نوع شرعي من أنواع الذكاء العام.

• المرحلة الرابعة (1994-1997)

تميزت هذه الفترة مفهوم الذكاء الإنفعالي خارج الأوساط الأكاديمية أي في الميادين العلمية والمهنية المختلفة، وثم توسيع مفهومه من خلال كتاب جولمان، وظهور كتب أخرى تناولت الذكاء الإنفعالي.

• المرحلة الخامسة (من 1998 إلى الوقت الحاضر)

تميزت هذه الفترة بالاهتمام الأكاديمي الجاد بموضوع الذكاء الإنفعالي، حيث قامت بتمحيص مفهوم الذكاء الإنفعالي من خلال الدراسات والكتابات المتعلقة بطبيعته ومكوناته وكيفية قياسه.

3. أهمية الذكاء الانفعالي:

تتضح أهمية الذكاء الانفعالي في تحقيق التواصل والتوافق مع الآخرين من خلال فهم مشاعر والتعاطف معهم كما يساعد الذكاء الانفعالي الأفراد على الابتكار، الحب،

المسؤولية، الإهتمام بالآخرين بالإضافة إلى تكوين أفضل الصداقات والعلاقات الإجتماعية، كما أنه توجد علاقة بين الذكاء الإنفعالي والتوجه نحو الأهداف والرضا عن الحياة. وهذا ما أثبتته دراسة رايف في (حسونة وأبوناشي، 2006: 55-56)، كما يعتبر مصدرا للمعلومات وذا أهمية في صنع القرار، ويساعد على تنظيم المشاعر والتحكم فيها ويعد مؤشرا للصحة النفسية والجسمية للفرد، ويعتبر مصدرا للتوصل مع الآخرين من خلال تعبيرات الوجه والمهارات الإنفعالية وما تحمله من مشاعر متبادلة بين الأفراد (القاسم، 2011 ص28).

لم يلق موقع الشعور والعواطف اهتماما كبيرا في الفترات السابقة، ولكن في العصر الحالي الذي تتفكك فيه بنية المجتمع بصورة متسارعة، وتنتشر فيه ظواهر مثل الأنانية والعنف والفرغ الروحي والمشكلات العاطفية والإنفعالية المختلفة، وفي ظل الدراسات والأبحاث المتعلقة بعواطف الإنسان والدراسات المتعلقة بالدماغ وآليات علمية في ظل التكنولوجيا الحديثة، والتي أصبح بفضلها من الممكن رؤية كيف تعمل الخلايا المعقدة في اللحظات التي يفكر فيها الفرد أو يشعر أو يتخلل، كان لا بد من التوجه بالإهتمام بالناحية الإنفعالية للإنسان (علا محمد، 2009، ص ص44-45).

لقد أثبتت الدراسات التي تناولت هذا المفهوم ان التخلص من الإنفعالات والمواقف الضاغطة من خلال الإفصاح عنها وعدم كبتها يقلل من آثار بعض الأمراض كالأورام السرطانية، فمن بين الصفات المشتركة لمرضى السرطان أنهم يعتمدون على كبت عواطفهم وانفعالاتهم، وقد تبين أن الذكاء الإنفعالي يساعد في التخفيف من حدة الكثير من العواطف الحبيسة عند الأفراد حيث يعمل على تنظيف الدماغ من الشوائب التي تولدها تلك العواطف.

وتظهر أهمية الذكاء الإنفعالي في المجال التربوي من خلال الأبحاث التربوية التي أجريت على الدماغ، والتي تشير إلى أن الصحة العاطفية أساسية ومهمة للتعلم الفعال وهي

أهم عنصر لنجاح الطالب في المدرسة، ولقد ثبت أن الذكاء الإنفعالي متنبئ جيد للنجاح في المستقبل أكثر من الوسائل التقليدية، كالمعدل التراكمي، معامل الذكاء، ودراجات الإختبارات المعمارية، من هنا جاء الإهتمام بالذكاء الإنفعالي من طرف الشركات الكبرى والجامعات والمدارس في جميع دول العالم (الشواورة، 2006، ص22)

حيث أكد جولمان 1995 في دراسة لعينة من الطلاب الآسيويين المتفوقين أكاديميا أن لديهم سمات وجدانية التي تؤهلهم إلى ذلك مثل المغامرة التي تتضح في وجودهم (حسونة، وأبو ناشي، 2006، ص53).

4. النماذج النظرية للذكاء الإنفعالي:

لقد شهد موضوع الذكاء الإنفعالي في السنوات الأخيرة إهتماما متزايدا، وقد صاحب هذا الإهتمام ظهور عدد من النماذج النظرية التي حاولت تحديد أبعاد هذا المفهوم، واعداد المقاييس المقننة لقياسه.

وقد اختلف المنظرون في تحديد هذه الأبعاد، حيث صنف ماير وسالوفي وكاروزو نماذج الذكاء الانفعالي إلى نوعين هما: نماذج القدرة للذكاء الانفعالي والنماذج المختلطة للذكاء الانفعالي، وجاءت هذه النماذج النظرية كما يلي:

4-1 نماذج القدرة الإنفعالي :

نظر أصحاب هذا التناول النظري إلى الذكاء الانفعالي على أنه شبيه إلى حد كبير بالذكاء اللفظي والميكانيكي إلا أنه يعمل ويؤثر في المحتوى الانفعالي، وأنه يتضمن مهارة الفرد في التعرف على المهارات الانفعالية والاستدلال المجرد مستعينا بهذه المعلومات (عن بار-أون، 2004، ص5).

ويؤكد هذا النموذج على المكونات المعرفية للذكاء الانفعالي، حيث يركز على إدراك وتنظيم الانفعالات والتفكير فيها، ويقدم تنبؤات عن البنية الداخلية للذكاء. فالذكاء الإنفعالي نوع من أنواع الذكاء الذي يلبي ثلاثة محكات:

- محك أول هو المحك المفاهيمي والذي يعني أن الذكاء الإنفعالي يعكس أداء عقليا.
- محك ثاني هو محك الإرتباطي والذي يعني أن الذكاء الإنفعالي يصف منظومة من القدرات المترابطة داخليا، وتلك القدرات العقلية الموصوفة في الذكاءات الأخرى ولكنها متميزة عنها.
- محك ثالث هو المحك النمائي والذي يعني أن الذكاء الإنفعالي ينمو مع زيادة العمر والخبرة، وذلك من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الرشد (عن حسن، 2007، ص37).

ويؤكد أنصار هذا النموذج على أن الذكاء الانفعالي من أفضل أنواع الذكاءات لأنه يتضمن الإنفعالات الداخلية والخارجية المسيرة للنمو، ولارتباطه بالسمات الانفعالية للمشكلات.

وتجدر الإشارة إلى وجود مجموعة من المفاهيم تستخدم للتعبير عن الذكاء الانفعالي وفقاً لنموذج الذكاء الانفعالي كقدرة عقلية مثل: الإدراك غير اللفظي، الكفاءة الانفعالية، الإبداع الانفعالي الدافعية، الاستنباط الانفعالي للمؤشرات الاجتماعية، الذكاء الشخصي والذكاء الإجتماعي (حسن، 2007، ص38).

• نموذج ماير وسالوفي (1990):

نقلا عن (حسن، 2007، ص39) ذكر شرنيس أن مصطلح الذكاء الإنفعالي تم استخدامه لأول مرة عام 1990 من قبل ماير وسالوفي لوصف الخصائص الإنفعالية التي تظهر أهميتها في تحقيق النجاح، وتتضمن هذه الخصائص: التقمص الانفعالي، ضبط

النزاعات أو المزاج، تحقيق محبة الآخرين، المثابرة أو الإصرار، التعاطف أو الشفقة، التعبير عن الانفعالات أو الأحاسيس وفهمها، الاستقلالية، القابلية للتكيف، حل المشكلات بين الآخرين، المودة والإحترام.

وقد اعتبر هذان الباحثان الذكاء الإنفعالي شكلاً من أشكال الذكاء الاجتماعي، وهو مجموعة من القدرات العقلية والإنفعالية والاجتماعية التي بها يعي الفرد انفعالاته ويفهمها، ويسعى لتنظيمها لتوجيه سلوكه وحل مشكلاته. وقد أطلق الباحثان على نموذجهما للذكاء الإنفعالي نموذج القدرة.

وتظهر مكونات الذكاء الإنفعالي لدى ماير وسالوفي على النحو التالي:

- أ- الوعي الإنفعالي بالذات: يعني معرفة الفرد وفهمه لمشاعره وأسبابها.
- ب- معالجة الإنفعالات: وتعني تدبر الفرد أمر هذه المشاعر والإنفعالات وإدارته للضغوط.
- ت- دافعية الإنجاز: وتعني أن يكون الفرد مصدر دافعية ذاته، وأن يتحكم في اندفاعاته ويقاوم الإحباطات ويتحمل الغموض ويؤجل الإشباع للوصول إلى الهدف.
- ث- التعاطف: ويعني معرفة الفرد وفهمه لمشاعر الآخرين.
- ج- المهارات الاجتماعية: وتعني تدبر الفرد أمر علاقاته بالآخرين، وتفاعله معهم والحساسية تجاه إحتياجاتهم ورغباتهم، والقدرة على الإستماع لهم والتخفيف عن مشاعرهم.

وقام نموذج ماير وسالوفي على مفهوم القدرة وفصله عن السمات الأخرى، حتى يمكن تحليل تلك القدرة بشكل مستقل، إظهار مدى الاستفادة منها في سلوك الفرد وكفاءته العامة في الحياة.

وقد أدخل ماير وسالوفي سنة 1997 تعديلاً على مفهوم الذكاء الانفعالي، حيث قدما تعريفاً يجمع بين فكرة أن الانفعال يجعل تفكيرنا أكثر ذكاء، وفكرة التفكير بشكل ذكي نحو حالتنا الإنفعالية، أي أن هذا النموذج تناول كلا من الإنفعالات والتفكير وهما يعملان مع بعضهما البعض في التوافق.

وحدد ماير وسالوفي أربعة مجالات واسعة لقدرات الذكاء الانفعالي يمكن ترتيبها في شكل هرمي يبدأ من المهارات الدنيا والأكثر جزئية (العمليات النفسية الأساسية) وتترج حتى تصل للمهارات العليا والأكثر عمومية (العمليات التكاملية الأكثر تعقيداً).

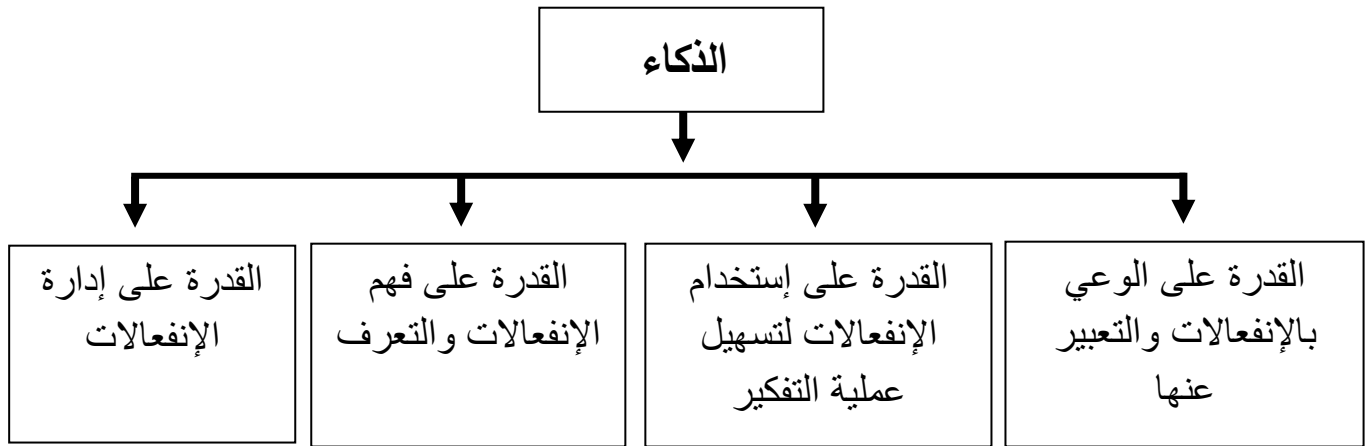
ويرى ماير وسالوفي وكارزوز وسيتارنيوس أن استخدام الانفعالات لتسهيل التفكير العقلي يتضمن استخدام الانفعالات لتعزيز التفكير في حين أن باقي القدرات تتضمن التفكير في الانفعال، بالرغم من أن قدرة فهم الانفعالات لها صياغة معرفية.

ويفترض هذا النموذج أن فهم الانفعالات يرتبط بصورة كبيرة بالتفكير المجرد، أي أن هناك تكاملاً بين فهم الانفعال والمعالجة المعرفية والتفكير المجرد. ورتب كل من نيوسام وزملاؤه وماير وسالوفي وكارزوز وسيتارنيوس تلك القدرات في تنظيم هرمي نجد في قاعدته الإدراك الإنفعالي ويليه التيسير الإنفعالي للتفكير ثم الفهم الإنفعالي وفي قمة الهرم إدارة الإنفعالات. وقدم ماير وسالوفي (1997) شكلاً أكثر توضيحاً وتفسيراً للقدرات الأساسية والفرعية للذكاء الإنفعالي.

وقدم ماير وسالوفي وكارزوز سنة 2000 نموذجهم الجديد للذكاء الانفعالي، من حيث أنه قدرة الفرد على معرفة معاني الانفعالات والعلاقات الانفعالية، والتفكير وحل المشكلة على أساسها. فالذكاء الانفعالي يكون متضمناً في القدرة على إدراك الانفعالات، وتمثل المشاعر المرتبطة بها، وفهم المعلومات المتعلقة بهذه الانفعالات، والتعامل معها أو استخدامها ومعالجتها (عن حسن، 20، ص 43).

ويشير حسن (2007) إلى أن النموذج الجديد للذكاء الإنفعالي لماير وسالوفي وكاروزو يتكون من أربعة مجالات:

- إدراك وتحديد الإنفعال لدى الآخرين.
- الاستفادة من الإنفعال لتيسير المعرفة والأداء.
- فهم أسباب ونتائج الإنفعالات.
- تنظيم الإنفعالات لدى الذات ولدى الآخرين.



شكل رقم (1): مكونات الذكاء الإنفعالي وفقا لنموذج ماير وسالوفي

(عن السمادوني، 2007، ص107).

ويمكن تفصيل هذه القدرات على النحو التالي:

- **القدرة على الوعي بالانفعالات والتعبير عنها بدقة:**
وتعني قدرة الفرد على معرفة انفعالاته، وقدرته على تمييز مشاعره ومشاعر الآخرين.

- **القدرة على استخدام الانفعالات لتسهيل عملية التفكير:**
وتعني قدرة الفرد على استخدام الانفعالات كوسيلة لتوليد التفكير من خلال نقل المشاعر والأحاسيس وفهمها وتحليلها، وتوظيفها في عملياته المعرفية لتسهيل عمل نقل هذه العمليات.

إن فهم الانفعالات هو شكل من أشكال المعالجة المعرفية، والذي يعني استثارة البنية المعرفية التي تحدث تغييرات فيها مما ينعكس على النظام المعرفي العام للفرد خلال معالجته المعرفية للمواقف الأخرى.

- القدرة على فهم الانفعالات والتعرف عليها:

وتعني القدرة على فهم الانفعالات المعقدة والسلاسل الانفعالية، وكيفية انتقال الانفعالات من مرحلة إلى أخرى. ويعتبر فهم تسلسل الانفعالات والمشاعر جوهر الذكاء الانفعالي. فالغضب مثلاً من المحتمل أن يطرره الشعور بالغضب، والغيرة تدعم الكراهية والعدوان.

- القدرة على إدارة الانفعالات:

وتعني القدرة على التنظيم الواعي للانفعالات لتعزيز النمو الانفعالي والفكري، ويشمل على تنظيم الانفعالات في ذات الفرد ولدى الآخرين، كمعرفة كيف تهدأ النفس بعد مشاعر الغضب مثلاً أو القدرة على التخفيف من قلق شخص آخر.

• نموذج ليندا ألد (1997) :

تعد ليندا ألد من رواد نموذج للذكاء الإنفعالي كقدرة عقلية، حيث تعتبره مقياساً لنجاح الفرد أو فشله في عملية الاستدلال أو الاستجابة للمشاعر التي تقابله في مواقف معينة، وتستلزم هذه العملية استحضار الذكاء المعرفي في جوانب المشاعر الإيجابية والسلبية، وبذلك تعتبر مقياساً منطقياً لمدى صحة الاستجابات الانفعالية من الناحية المعرفية (Elder, 1997, p40).

ووصف ألدن الفرد الذكي وجدانيا بأنه: " الفرد القادر على تحديد رغباته، وتصبح استجاباته الانفعالية في إطار هذه الرغبات منطقية وأن يكون سلوكه عقلاني، بمعنى أن يلتزم بالتفكير السليم والحكم الصائب" (Elder, 1997, p41).

ركزت ألدن في نموذجها للذكاء الانفعالي على الانفعالات في تفاعلها مع التفكير داخل العقل من خلال ثلاثة جوانب وهي:

- الجانب الإدراكي من العقل ويتضمن العمليات المعرفية المرتبطة بالتفكير كالتحليل والمقارنة والتقييم.
- الجانب الذي يتعلق بنقل الانفعال وتوجيهه على نحو يناسب السلوك أي الإتيان بالانفعال بما يناسب ظروف الموقف.
- الجانب الذي يكون بمثابة المحرك للعقل البشري والدافع الأساسي للسلوك مع تحديد خبرات النجاح أو الفشل التي يمر بها الفرد بناء على أهدافه ورغباته ودوافعه. والجوانب الثلاثة تعمل معا في علاقة تفاعل مستمر.

وأضافت ألدن أن هناك ارتباطاً بين الذكاء والمشاعر من خلال ما يعرف بالتفكير الناقد الذي يعتبر مفتاح الذكاء الانفعالي وهو الوسيلة الوحيدة التي نفهم بها إتجاهات الفكرية.

4-2 النماذج المختلطة للذكاء الإنفعالي:

تختلف النماذج المختلطة للذكاء الانفعالي تماماً عن نماذج القدرة، حيث ينظر أصحاب هذا التناول إلى الذكاء الانفعالي على أنه خليط من السمات والاستعدادات والمهارات والكفاءات والقدرات، وأن عناصره هي عوامل شخصية وليست قدرات. وأطلق على هذا التناول النظري اسم "النماذج المختلطة للذكاء الإنفعالي". ومن رواده جولمان وبار-أون.

ويشير نيوسام وزملاؤه (2000) إلى أن النماذج المختلطة للذكاء الانفعالي تؤكد أن الذكاء الانفعالي نزعة أو وجدان أكثر منه قدرة معرفية، أي أنها تجمع بين الانفعالات الشخصية أو سمات الشخصية مع الانفعالات في سياقها الاجتماعي من خلال النشاط الاجتماعي والتفاعل مع الآخرين، كما تتناول المكون الانفعالي وتعامله مع الدوافع وحالات الإدراك (Newsame & al..., 2000, p107).

وقد ظهرت مجموعة من المفاهيم التي ترتبط بالنماذج المختلطة للذكاء الإنفعالي وهي:

الانفتاح، التفاؤل، تقدير الذات، السعادة الذاتية، الذكاء العملي، دافع الإنجاز، عدم القدرة على التعبير الانفعالي، الانفعال السار وغير السار، التفكير البنائي، قوة الأنا، التقبل الاجتماعي، التفكير الاجتماعي، كما ترتبط هذه المفاهيم أيضا مع ابعاد الشخصية الرئيسية وهي: الدفء، التوكيدية، الثقة بالنفس، تنظيم الذات، تنظيم الآخرين (خرنوب، 2003، ص31).

• نموذج بار-أون:

يعد بار-أون من رواد النماذج المختلطة للذكاء الانفعالي، حيث يرى أن مفهومه يمثل الجانب غير المعرفي من الذكاء العام الذي توصل إليه وكسلر، والذي لم ينكر الجوانب غير المعرفية بالرغم من أنه كان أكثر اهتماماً بالجوانب المعرفية.

ونقلا عن (أحمد، 2007، ص77) يتكون نموذج بار-أون (1997) من خمسة أبعاد

رئيسية:

- الوعي بالمشاعر الذاتية:

ويعني فهم الفرد لذاته وتمكنه من التمييز بين مشاعره المتداخلة والمشاعر المحددة الواضحة، لكي يصل إلى معرفة الطريقة التي تتحول فيها المشاعر من موقف لآخر، وهذا يعني أنه على اتصال دائم بمشاعره ويستطيع أن يعبر عنها، وأن يحدد احتياجاته المرتبطة بها.

- الكفاءة الإجتماعية:

تعني قدرة الفرد في تكوين علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، والتواصل والتعاطف معهم، والفهم المتبادل للمشاعر الانفعالية، وتكوين العلاقات الشخصية المرضية معهم، والتعرف على اهتمامات الآخرين وتقدير وتفهم مشاعرهم.

- القدرة على التكيف:

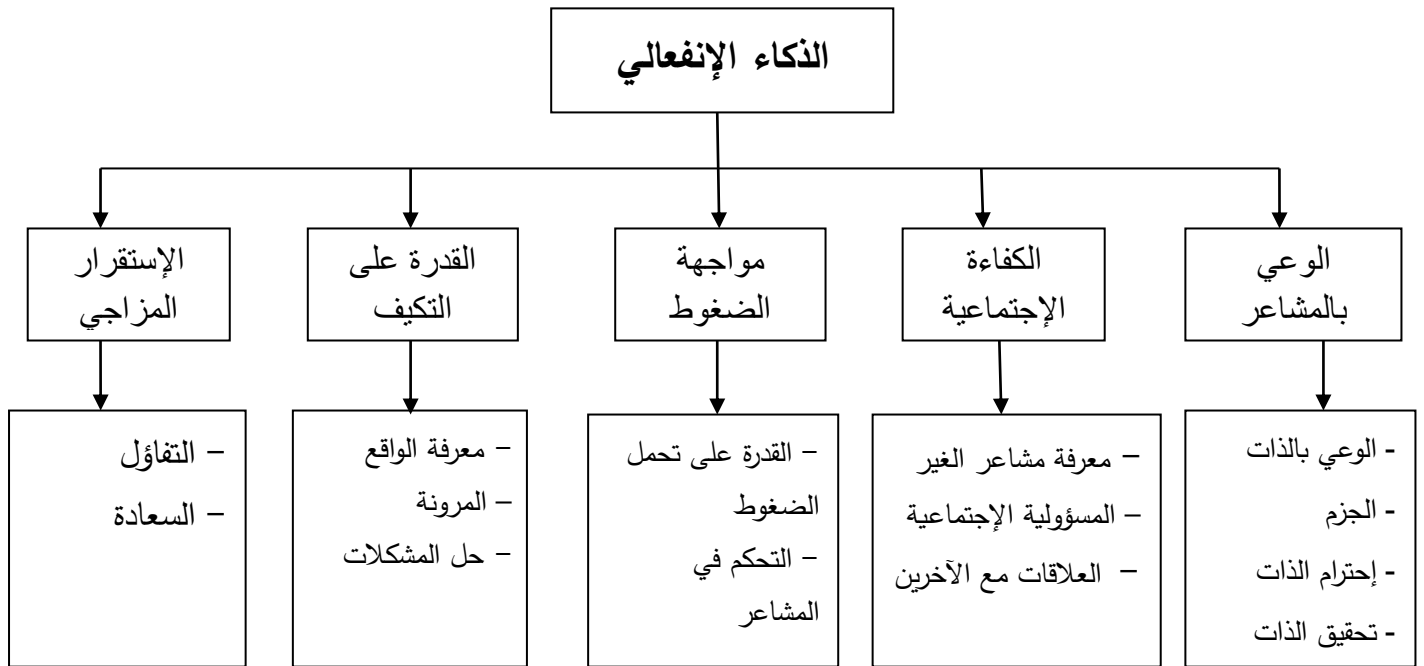
وتعني قدرة الفرد على التصرف بمرونة وواقعية مع صور التغير المختلفة المحيطة به، بحيث يكون قادرا على إيجاد الطرق الإيجابية في التعامل بكفاءة مع الأحداث والمشكلات اليومية.

- القدرة على مواجهة الضغوط:

وتعني قدرة الفرد على إدارة الضغوط والتكيف معها بفعالية كبيرة.

- الحالة المزاجية العامة:

وتعني قدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة، والحفاظ على مكانته ومركزه الإيجابي داخل المجتمع وبه السعادة والتفاؤل.



شكل رقم (02): نموذج بار-أون للأبعاد الرئيسية والفرعية للذكاء الإنفعالي

(عن جلال، 2008، ص 77).

• نموذج جولمان:

يرى بعض الباحثين أن الفضل في إنتشار مفهوم الذكاء الإنفعالي يرجع إلى جولمان بإصدار كتابه الشهير (Emotional intelligence) عام 1996 الذي قدم فيه تعريفه للذكاء على أنه "قدرة الفرد على تعرف إنفعالاته وإنفعالات الآخرين، وتحفيزه لذاته وإدارته لإنفعالاته ومعالجته لعلاقاته مع الآخرين" (عن حسن، 2007، ص 47).

ونقلا عن (الدريير، 2004، ص 31) و(حسن، 2007، ص 48). جاءت مكونات

الذكاء الإنفعالي وفقا لنموذج جولمان كما يلي:

- الوعي بالذات:

ويقصد به معرفة واكتشاف الفرد لانفعالاته، وقدرته على التعبير عنها، ومعرفة أسبابها ومعانيها وقدرته على تقدير ذاته بتحديد جوانب القوة والضعف فيها، وتقديره الدقيق لانفعالاته وعواطفه، وقدرته على ربط مشاعره بما يفكر فيه، والثقة في ذاته وإمكاناته.

- تنظيم الذات:

ويقصد به قدرة الفرد على إدارة أفعاله وأفكاره، وانفعالاته ومشاعره وعواطفه بطريقة متوافقة ومرنة عبر مواقف وبيئات مختلفة سواء أكانت اجتماعية أم مادية. فالشخص الذي لديه القدرة على إدارة انفعالاته لا يسمح لأي موقف أن يؤثر في حالته المزاجية، كما يركز على أفعاله وما الذي يجب أن يقوم به، كما يعبر عن مشاعره بطريقة إيجابية، حيث التخلص من الانفعالات السلبية وترشيد الانفعالات بصورة تساعد الفرد على التوافق مع المواقف.

- الدافعية:

تتضمن دافعية الفرد الإنجاز أو التحصيل، والمثابرة وتحمل الضغوط والإحباط في سبيل إنجاز الأعمال، والتفاؤل والتحدي والمخاطرة، والعمل المتواصل دون ملل أو إجهاد، والتزامه بالوعود والتعهدات مع الآخرين، وتركيزه في عمله حتى في الظروف الضاغطة.

- التعاطف:

ويقصد به قراءة مشاعر الآخرين من صوتهم أو تعبيرات وجههم، وليس بالضرورة مما يقولون.

إن معرفة مشاعر الغير قدرة إنسانية أساسية نراها حتى لدى الأطفال. وفي هذا الصدد يقول جولمان "إن الطفل في الثالثة من عمره والذي يعيش في أسرة محبة، يسعى لتهدئة غيره من الأطفال أو التعاطف معهم إذا بكوا". كما يعني التعاطف أيضا الحساسية

والتأثر بمشاعر الآخرين والنظر إلى الأمور من منظورهم ومشاركة الغير الآمهم وأفراحهم وقراءة المشاعر غير المنطوقة والتواصل معهم.

- المهارات الإجتماعية:

ويقصد بها التعامل مع الآخرين بطريقة إيجابية من خلال بناء واسع يطلق عليه جولمان الكفاءة الإجتماعية وتشمل المهارات التي يحتاج إليها الفرد لكي يصبح قائداً يكتسب شعبية وفعالاً في علاقاته مع الآخرين. كما تعني قدرة الفرد على فهم مشاعر الآخرين وانفعالاتهم ومراعاتها بالصورة التي يتطلبها الموقف وهي تظهر في صورة القدرة على التأثير في الآخرين والتواصل معهم، وقياداتهم بصورة فعالة (عن حسن، 2007، ص48).

ويشير البحث الحالي إلى الفرق القائم بين نماذج القدرة والنماذج للذكاء الوجداني الوارد في (القاضي، 2012، ص ص 41-40) كما يلي:

جدول رقم (01): التمييز بين نماذج القدرة والنماذج المختلطة للذكاء الإنفعالي (عن القاضي، 2012، ص40).

الرقم	نماذج القدرة	النماذج المختلطة
1	مقاييسها مصممة بطريقة تجعل إجابة واحدة صحيحة وتناسب المسألة المعروضة.	مقاييسها مصممة بطريقة التقرير الذاتي تعكس تفضيلات شخصية أو ميولاً فردية.
2	لقياسها يتم استخدام اختبارات الأداء الأقصى.	لقياسها يتم استخدام اختبارات الأداء المميز.
3	وجود عدد قليل من الأدوات لقياس تركيباتها الرئيسية ضئيلة العدد.	وجود عدد كبير من الأدوات لقياس هذه النماذج وذلك بتعدد مظاهر هذه النماذج.
4	لا تتعلق بذكاء الفرد المعرفي ولا بشخصيته.	لا تتعلق بذكاء الفرد المعرفي بل بشخصيته.

3-3 نماذج نظرية أخرى للذكاء الإنفعالي:

• نموذج شتاينر:

ونقلا عن (الغنام، 2014، ص16) تناول شتاينز نموذجي جولمان (1995) و(1997) وقام بتوضيحهما مشيراً إلى الذكاء الإنفعالي يشتمل على المكونات التالية:

- الوعي بالذات:

قدرة الفرد على فهم مشاعر الذاتية.

- إدارة الإنفعالات:

قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وإنفعالاته على نحو فعال، وقدرته على إدراتها وضبطها، والقدرة على التغلب على الخبرات الانفعالية.

- التعاطف:

قدرة الفرد على معرفة مشاعره وإنفعالات الآخرين السيئة، والتعامل معها على نحو فعال. فالشخص ذو الذكاء الإنفعالي العالي يكون قادراً على التناغم مع التعمق في فهم انفعالات الآخرين والتناغم مع الإشارات الإجتماعية التي تشير إلى ما يحتاجه الآخرون.

- العلاقات الإجتماعية:

قدرة الفرد على مساعدة الآخرين لتهدئة مشاعرهم، وذلك يكون انفعاله موجه داخلياً، وقدرته على إخفائه إذا كان انفعالاً سلبياً يؤثر في الآخرين، أي يتصرف بطريقة لائقة.

- الإتصال:

قدرة الفرد على الإصغاء للآخرين، وقدرته على التحدث بعقلانية، وقدرته على التعبير عن مشاعره وإنفعالاته على نحو فعال.

• نموذج كوبر وصواف:

وضع كوبر وصواف نموذجا يفسر مكونات الذكاء الانفعالي اللازمة في العمل، والمكونات هي:

- الوعي بالذات:

قدرة الفرد على تحديد وتقدير الانفعالات أو القوى التي يمتلكها والتي تتطابق مع مفهوم الوعي بالذات لدى جولمان.

- تحفيز الذات:

قدرة الفرد على العمل بفعالية في مواقف العمل الضاغطة، كما أنه يقوم بالمبادرة والنشاط الذاتي.

- التعاطف:

قدرة الفرد على التغلب على القلق ومقاومة الإحباط لديه أثناء العمل. كما أنه يشعر بانفعالات الآخرين ومساعدتهم في مقاومة الإحباط.

- تناول العلاقات الإجتماعية:

قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية في محيط العمل تعتمد على الثقة المتبادلة. وبذلك يتصف هذا الفرد بالصراحة الانفعالية والصحة النفسية، وقدرته على استغلال وجهات نظر الآخرين وتحويلها إلى طاقة خلاقية تزيد من مستوى أدائه.

- النمط الشخصي:

قدرة الفرد على العمل بفاعلية تحت الضغط، كما يتميز بقدرته على تحمل المسؤولية.

• نموذج ديولويكس وهيجز:

قام ديولويكس وهيجز بدراسة تحليل مفهوم الذكاء الانفعالي لدى العديد من الباحثين للوقوف على ما يعنيه هذا المفهوم، وتوصل الباحثان إلى أن الذكاء الانفعالي يشتمل على خمسة مكونات هي:

- الوعي بالذات:

معرفة الفرد لمشاعره واستخدامها في اتخاذ قرارات واثقة.

- تنظيم الذات:

إدارة الفرد لانفعالاته بشكل يساعده ولا يعوقه.

- تحفيز الذات:

يستخدم الفرد قيمه وتفضيلاته العميقة من أجل تحفيز ذاته وتوجيهها لتحقيق أهدافه.

- التعاطف:

إحساس الفرد بمشاعر الآخرين والقدرة على فهمها وإدارة انفعالات الآخرين.

- المهارة الإجتماعية:

قدرة الفرد على قراءة وإدارة انفعالات الآخرين من خلال علاقته معهم وإظهار الحب والإهتمام بهم، واستخدام مهارات الإقناع والتفاوض وبناء الثقة، وتكوين شبكة علاقات إجتماعية ناجحة. والعمل ضمن فريق عمل.

• نموذج وايزنجر:

إستند وايزنجر في بناء نموذجة على نظرية ماير وسالوفي في الذكاء الإنفعالي حيث يتضمن هذا النموذج ثلاث كفاءات متصلة بالبعد الشخصي وكفاءتين متصلتين بالبعد بين-الشخصي والتي تتمثل فيما يلي:

أولاً: البعد الشخصي والذي يشتمل على:

- الوعي بالذات: مراقبة الفرد لنفسه من خلال أفعاله ومحاولة التأثير لنتائج أفعاله لتصبح أكثر فعالية.
- إدارة الإنفعالات: فهم الفرد لانفعالاته الذاتية والسيطرة على هذه الانفعالات واستخدام ذلك في التعامل مع الأمور بشكل منتج.
- الدافعية الذاتية: تمييز واستخدام المصادر المتاحة للدافعية (الداخلية والخارجية) لاستغلال الفرص بفاعلية وهذه الكفاءة تتضمن الحديث الذاتي وتدريب الذات.

ثانياً: البعد بين-الشخصي: والذي يشتمل على:

- الإتصال الجيد: تطوير مهارات اتصال فاعلة، والانخراط في ممارسات الاتصال الفاعل في بناء العلاقات.
- مراقبة الإنفعالات: مساعدة الآخرين في إدارة انفعالاتهم واستغلال قدراتهم بأقصى درجة ممكنة.

• نموذج مونتمايور وسبي:

يرى مونتمايور وسبي أن الذكاء الإنفعالي الذي قدمه بعض الباحثين مثل ماير وسالوفي وجولمان وبار-أون يمكن تصنيفه إلى قسمين رئيسيين بضمنان مشاعر الفرد مقابل مشاعر الآخرين، والوعي مقابل إدارة الإنفعالات.

أشارت سعاد جبر سعيد الوارد في الغنام (2007، ص17) أن الذكاء الإنفعالي وفقاً

لنموذج منتمايور وسبي يتضمن أربعة أبعاد هي:

- الوعي الإنفعال للذات: القدرة على تمييز انفعالاته الذاتية.
- الوعي الإنفعالي الآخرين: القدرة على تمييز انفعالات الآخرين.

- الإدارة الإنفعالية للذات: الكفاءة التي تمكن الفرد من السيطرة على انفعالاته الذاتية.
- الإدارة الإنفعالية الآخرين: الكفاءة التي تمكن الفرد من السيطرة على إنفعالات الآخرين.

نلاحظ مما تقدم أن عددا من النماذج للذكاء الإنفعالي حاولت تحديد الأبعاد الأساسية المكونة له، حيث صنفت هذه النماذج وفقا لهذه المكونات على اعتباره أن الذكاء الإنفعالي قدرة عقلية وهو موجود في نموذج ماير وسالوفي وليندة ألد، فهو يناسب الدراسات الأكاديمية والبحثية، تركز على معالجة المعلومات العاطفية بكفاءة وتركز على الأداء وليس على السمات الشخصية مثال في بيئة العمل تستخدم نموذج ماير وسالوفي لقياس قدرتهم على إدارة التوتر (أداء)، أو اعتباره مزيج من السمات والاستعدادات والمهارات والقدرات والكفاءات مثل نموذج بارأون وجولمان عناصرها هي عوامل شخصية وليست قدرات مثال قد تستخدم نموذج جولمان لتدريب المديرين على التعاطف (سمة). كما ظهرت نماذج أخرى كالنموذج شتاينز، كوبر وصواف، ديوليكس وهيجز... تناولت الذكاء الإنفعالي محددة أبعاده الأساسية المكونة له كالوعي بالذات، إدارة الإنفعالات، التعاطف، العلاقات الإجتماعية، الإتصال.

5. أبعاد الذكاء الإنفعالي:

- يذكر الباحثون أبعاد متعددة للذكاء الإنفعالي كل منهم حسب وجهة نظره وإتجاهه العلمية إذ نجد ماير سالوفي الذي حددا أربعة أبعاد رئيسية للذكاء الإنفعالي وهي:
- إدراك وتقييم الإنفعالات والتعبير عنها: ويرتبط بقدرة الفرد على إدراك إنفعالات الآخرين، وتقييمها والتعبير عنها بدقة وبشكل فعال أمام الآخرين.

- استخدام الإنفعالات لتسهيل التفكير: ويشير هذا البعد إلى القدرة على استخدام الإنفعالات، كوسيلة لتوليد التفكير من خلال نقل المشاعر والأحاسيس، وفهمها وتحليلها وتوظيفها، في عملياته المعرفية لتسهيل عمل هذه العمليات وعدم إعاقتها.
- فهم وتحليل الإنفعالات: ويتمثل هذا البعد بالقدرة على فهم الإنفعالات وترابطها وتكاملها وتقدير معانيها.
- التنظيم التكاملي للإنفعالات: يركز هذا البعد على التنظيم الواعي للإنفعالات من أجل تعزيز النمو الإنفعالي السليم للفرد، ويتمثل هذا البعد في القدرة الإفتتاح على المشاعر والأحاسيس وتعديلها من أجل تطوير النمو الشخصي للذات (بلال، 2014، ص33).

كما نجد جولمان **Goleman** والذي قسم الذكاء الإنفعالي إلى أربعة أبعاد وهي:

- الوعي بالذات: ويعني معرفة الفرد بحالته المزاجية وبإنفعالاته عند حدوثها.
- إدارة الإنفعالات: وتعني قدرة الفرد على تحمل الإنفعالات القوية، وأن لا يكون عبدا لها، كما تتضمن (الحفز الذاتي) وهي القدرة على توظيف الإنفعالات في زيادة الدافعية.
- الوعي الإجتماعي: ويقصد به معرفة وإدراك مشاعر الآخرين، مما يؤدي إلى القدرة على المشاركة الوجدانية معهم وتحقيق التناغم الوجداني معهم.
- المهارات الإجتماعية: ويقصد بها التعامل مع الآخرين، بناء على فهم ومعرفة مشاعرهم، وإدارة التفاعل معهم بشكل فعال يسمح بتحقيق أفضل النتائج (بلال، 2014، ص34).

فيؤكد أن أهم الكفايات التي تميز الأشخاص الأكثر فعالية ونجاحا في الحياة هي الوعي الإنفعالي، والتعاطف (**Bar-on**) أما والمرونة، والتفاوض والسعادة، والقدرة على حل

المشكلات والكفاية الإجتماعية والقدرة على إقامة علاقات شخصية وضبط الإندفاع وتحمل التوتر (بلال، 2014، ص34).

ولقد توصل كلا من (فاروق السيد عثمان وعبد السميع رزق) إلى الذكاء الإنفعالي يتكون من خمسة أبعاد وهي:

- **المعرفة الإنفعالية:** وهي القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للإنفعالات والمشاعر الذاتية، والتمييز بينها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر الذاتية والأحداث الخارجية.

- **إدارة الإنفعالات:** وهي القدرة على التحكم في الإنفعالات السلبية وتحويلها إلى إنفعالات إيجابية، وممارسة مهارات الحياة الإجتماعية والمهنية بفاعلية.

- **تنظيم الإنفعالات:** القدرة على توجيه الإنفعالات والمشاعر نحو تحقيق الإنجاز والتفوق، وإستعمال الإنفعالات والأحاسيس في صنع أفضل القرارات.

- **التعاطف:** وهو القدرة على إدراك إنفعالات الآخرين، والتوحد معهم إنفعالياً، وفهم مشاعرهم وإنفعالاتهم والتناغم معها.

- **التواصل:** وهو التأثير الإيجابي القوي في الآخرين، مع معرفة متى يفضل إتباعهم ومساندتم (السيد عثمان ورزق، 2001، ص48-49).

ومما سبق نلاحظ إختلاف واضح في تحديد بعض من أبعاد الذكاء الإنفعالي، وذلك يدل على تنوع وتعدد الإتجاهات العملية التي إهتمت بمفهوم الذكاء الإنفعالي وتحليله إلى أبعاد ليسهل فهمه.

6. مهارات الذكاء الإنفعالي:

ترتبط مهارات الذكاء الإنفعالي بمتغيرات ذات طابع إنفعالي كما يشير إليها عاكشة (2005) على النحو التالي:

- **الثقة:** ويقصد بها إحساس الفرد بقدرته على السيطرة وضبط الذات، إضافة إلى الإحساس بالتفاؤل والإستبشار بالمستقبل، مما يؤدي بطبيعة الحال إلى الإحساس بالقدرة على الإنجاز والثقة والقدرة على النجاح.
- **حب الإستطلاع والفضول المعرفي:** ويتدعم هذا الفضول في إكتشاف المتعلم للأشياء الجديدة وإستمتاعه بهذا الإكتشاف والإبتهاج العام عند تعلم ومحاولة تقضي الحقائق الجديدة والإقبال على المخاطرة والتصدي للمجهول.
- **القصد والإستقرار النية والسلوك الهادف:** ويقصد به إظهار المتعلم رغبته في التأثير على مجمل الظروف البيئية، مما يدعم المثابرة والإصرار على تحقيق أهداف حتى وإن بدت بعيدة المنال، وكذلك تدعيم ميلهم إلى حل المشكلات والتغلب عليها.
- **الإرتباط بالآخرين:** ويقصد به القدرة على الإندماج الإجتماعي مع الآخرين، مما يدعم إمكانية النجاح في المدرسة، وإكتساب العديد من المهارات الإجتماعية.
- **القدرة على التواصل:** وتتمثل في القدرة على تبادل الرسائل الإنفعالية غير المنطوقة وفهمها والقدرة على معالجتها معرفياً، وإستخلاص دلالتها الإجتماعية، وإعادة صياغتها بصورة إيجابية تساعدهم على التفاعل الإيجابي مع الآخرين (عكاشة، 2005، ص85).

ويشير التميمي (2002) إلى أن هناك خمس مهارات الذكاء الإنفعالي هي على

النحو الآتي:

- **مهارات الإدراك الذاتي:** ويقصد بها أن يدرك الناس الأذكياء كيف يحسون ويشعرون وماذا يدفعهم ويحفزهم وما الذي يبعث الإحباط في نفوسهم كيف يؤثرون في نفوس الغير.

- مهارات الإجتماعية: وتختص بكيفية الإتصال بالآخرين وكيفية إقامة العلاقات والروابط وأن يحسن الفرد الإنتباه والإصغاء، ويكيف إتصالاته بالآخرين حسب ما يتلائم مع إحتياجات هؤلاء الناس.
- التفاوض: وتنمي هذه الكفاية من خلال بناء مواقف إيجابية في الحياة، والنظرة للمستقبل بتفاوض ومحاولة تحقيق الأهداف رغم كل العقبات والمصاعب.
- التحكم العاطفي: وتتحقق تلك المهارات، من خلال التعامل مع الإرهاق والقلق، وحالات الإجهاد العصبي والخلافات الشخصية مع الآخرين بهدوء وإنضباط في السلوك.
- مهارات المرونة: وتتحقق هذه المهارات، من خلال التكيف مع التغيرات، وإستعمال المرونة في حل المشكلات لوضع خيارات أخرى وإيجادها (زكي محمود، 2015، ص30).

ومما سبق نستخلص أن للذكاء الإنفعالي مهارات عديدة، كالثقة وحب الإستطلاع والتفاوض والتحكم والإرتباط بالآخرين، والقدرة على تواصل وغيرها من المهارات وتشمل مجموعة من القدرات الشخصية والإجتماعية التي تعزز القدرة على التحكم بالمشاعر بناء علاقات إيجابية والتأثير في البيئة المحيطة لتحقيق النجاح الشخصي والإجتماعي.

7. خصائص وسمات الذكاء إنفعاليا:

يتميز الأذكاء بمجموعة مميزات وخصائص، وقد تم إستخدام مصطلح الذكاء العاطفي، الإنفعالي، الوجداني لوصف الخصائص العاطفية التالية:

• **التقمص العاطفي:**

أو يقصد بها تكوين المشاعر، وهنا يتطلب من الفرد أن يتقمص مشاعر الآخرين، بشكل مؤقت حسب المواقف أو الحاجة، ويتعدى هذا التقمص الموقف، ويستطيع الفرد تكوين مشاعره كمشاعر الآخرين، ويتفهم إحساساتهم وآلامهم أو أفراحهم، ويشاركهم هذه المشاعر.

• **ضبط المزاج:**

يقصد به قدرة الفرد على السيطرة على حالته المزاجية، والتحكم في مشاعره، بحيث لا يدفع الآخرين ثمن حالته المزاجية، وهذا الأمر يجب أن يتوفر في الأشخاص الذين لهم علاقات مباشرة مع عدد من الناس، مثل المعلمين أو الموظفين الذين يتعاملون مع الجمهور.

• **تحقيق محبة الآخرين:**

يقصد بها كسب حب الآخرين، من خلال مهارات معينة يجب أن تتوافر لدى الفرد.

• **التعاطف أو الشفقة:**

يجب على الفرد أن يتعاطف مع الآخرين ويقدر ظروفهم ويواسيهم في أحزانهم وآلامهم، ويشفق على المريض المحتاج، ويكثر من السؤال عليهم.

• **التعبير عن المشاعر أو الأحاسيس وفهمها:**

يقصد بهذه المهارة، قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وإحساساته للآخرين، وأن يكون إيجابيا في التوصيل هذه المشاعر لهم، كما يجب أن يكون قادرا على فهم مشاعرهم وتفسيرها، ويمكن تقسيم الأفراد في هذا الصدد إلى ثلاثة أنواع:

النوع الأول: هو الشخص الإيجابي في توصيل المشاعر، وهو شخص قادر على المبادرة والإفصاح عن مشاعره لغيره، وهو مرسل جيد للمشاعر.

النوع الثاني: هو الشخص السلبي في توصيل المشاعر، وهو شخص يتلقى المشاعر من الآخرين ويجب عليها بمثل ما استلمها وهو مستقبل جيد للمشاعر.

النوع الثالث: وهو الشخص الفاقد للقدرة على الإرسال والاستقبال للمشاعر، فهو لا يفصح عن مشاعره للآخرين، ولا يرد على مبادرتهم له بأي شيء.

• القابلية للتكيف:

وهذه الخاصية تعني قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الإجماعية الجديدة، والتأقلم معها بشكل سريع وناجح مثل الانتقال من صفوف الدراسة إلى العمل أو الانتقال من حياة العزوبية إلى الحياة الزوجية دون مشاكل تذكر أثناء هذا الانتقال.

• الإستقلالية:

والمقصود بها الإستقلالية العاطفية عن الآخرين بحيث أن تكون للفرد مشاعره الخاصة، وتفضيلاته الشخصية دون أن يحاكي مشاعر الآخرين ويقلدهم في تفضيلاتهم، ويستقل عاطفياً عن الوالدين، فليس بالضروري أن يحب ما يحبون ويكره ما يكرهون.

• المودة والود:

وهذا يعني السؤال عن الآخرين وودهم دون تحقيق مصلحة خاصة.

• الإحترام:

أي التعامل مع الآخرين بإحترام، خاصة مع الأكبر سناً الأرفع مقاماً والحديث معهم بشكل مهذب، وعدم رفع الصوت.

• حل المشكلات:

يصادف الإنسان الكثير من المشكلات أثناء تفاعله مع البيئة وهو إذا لم يستطيع التغلب على ما يتعرض طريقة من مشكلات فإنه يشعر بالإحباط الذي يؤدي إلى الصراع

النفسي، وليس من الميسور التغلب على المشكلات إلا إذا وقفنا على أسبابها، وهذا بدوره يتطلب التغلغل في حياة الفرد ماضيه وحاضره وأهدافه المستقبلية، وهو وحدة كاملة لا تتجزأ وترتبط مشكلات الفرد بعدة عوامل منها تكوينه العضوي، وحالته الصحية وسماته الشخصية، وعلاقته الأسرية، ونشاطه المهني، والتعليمي، ونشاطه الإجتماعي (بلال، 2014، ص 38).

من خلال ما سبق نلاحظ أن الأذكاء إنفعاليا يتمتعون بخصائص وسمات تميزهم عن الآخرين الذين لا تتوافر فيهم هذه الخصائص ومن أبرز هذه السمات: كسب محبة الآخرين وإحترامهم، السيطرة على الحالة المزاجية، التحكم في المشاعر، بناء علاقات إيجابية، الدافعية الذاتية. هذه السمات تجعل الأذكاء إنفعاليا أشخاصا مميزين وناجحين في حياتهم الشخصية والمهنية.

خلاصة:

يعد الذكاء الإنفعالي من الموضوعات التي حظيت باهتمام متزايدة في الآونة الأخيرة، حيث احتل مكانة بارزة ضمن مجالات البحث في علم النفس، على الرغم من الجدل القائم حول تعريفه ونماذجه النظرية. وقد كشف الدراسات عن دوره المحوري في نجاح الفرد على المستويين الشخصي والمهني، إذ لا يقتصر النجاح في الحياة على القدرات المعرفية فحسب، بل يعتمد أيضا على المهارات الانفعالية والاجتماعية التي يمتلكها الفرد. وانطلاقا من أهمية هذا المفهوم، تناولت العديد من الأبحاث الذكاء الإنفعالي بوصفه عاملا حاسما في التكيف مع متطلبات الحياة المختلفة، بما في ذلك الحياة الأسرية، المدرسية، والمهنية. وإذا كان الذكاء المعرفي يمثل مفتاح الفهم والتحليل، فإن الذكاء الإنفعالي هو مفتاح النجاح الفعلي في الحياة اليومية، لما له من تأثير بالغ في بناء العلاقات الإيجابية واتخاذ القرارات السليمة.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1. التذكير بالفرضيات.
2. الدراسة الاستطلاعية.
 - 1.2 اهداف الدراسة الاستطلاعية.
 - 2.2 كيفية اجراء الدراسة الاستطلاعية.
 - 3.2 عينة الدراسة الاستطلاعية.
 - 4.2 تحديد مكان وزمان اجراء الدراسة الاستطلاعية.
 - 5.2 نتائج الدراسة الاستطلاعية.
3. الدراسة الأساسية.
 - 1.3 منهج الدراسة الأساسية.
 - 2.3 عينة الدراسة الأساسية وخصائصها.
 - 3.3 مكان وزمان اجراء الدراسة الأساسية.
 - 4.3 أدوات الدراسة الأساسية.
 - 5.3 الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة الأساسية.

تمهيد:

للجانِب التطبيقِي أهمية بالغة في الدراسة الميدانية، لأنه الجانِب المكمل للقسم النظري والذي يطلعنا على أهم النتائج المتحصَل عليها. كما يحاول الإجابة بطريقة منهجية على التساؤلات الدراسة، وتحقق من فرضيات الدراسة.

ونحاول في هذا الفصل عرض الجانِب التطبيقِي وفقا للأسس المنهجية العلمية المعتمدة عليها، حيث تشمل على العناصر التالية: التذكير بالفرضيات، والدراسة الاستطلاعية بكل خطواتها والنتائج التي توصلنا إليها، ثم الدراسة الأساسية التي احتوت المنهج الوصفي وعينة الدراسة وخصائصها بالإضافة إلى مكان وزمان إجرائها والأدوات التي استعملت وفي الأخير الأساليب الإحصائية المستعملة.

1. التذكير بالفرضيات:

- توجد علاقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس.

2. الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية أول خطوة يلجأ إليها الباحث للتعرف على ميدان بحثه وجمع أكبر عدد ممكن من المعلومات حول الموضوع المراد دراسته والتحقق من وجود العينة يجمع الخصائص المراد البحث فيها وطريقة اختيارها، بالإضافة إلى التحقق من سلامة وصلاحيّة أدوات جمع البيانات. كما تساعد الدراسة الاستطلاعية بالدرجة الأولى في بناء الإشكالية وصياغة الفرضيات لأنها تعتبر قراءة ميدانية للموضوع.

وبناءً على ذلك تم القيام بالدراسة الاستطلاعية بغرض تحقيق مجموعة من الأهداف المتمثلة في العنصر التالي:

1-2 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تكمن أهداف الدراسة الاستطلاعية فيما يلي:

- التعرف أكثر على موضوع الدراسة ومعرفة عن قرب كل العناصر التي يمكن أن تفيد في دراسته من خلال التعرف على الميدان.
- التقرب أكثر من الميدان للتعرف على خصائص المجتمع الأصلي والحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات التي ستأخذ بعين الاعتبار عند اختيار منهج الدراسة وتحديد حجم وطريقة وخصائص عينة الدراسة الأساسية.
- دراسة الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة من خلال تؤكد من صدقها وثباتها.

2-2 كيفية اجراء الدراسة الاستطلاعية:

بعد حصولنا على رخصة على الترخيص من طرف الجامعة لإجراء بحث ميداني توجهنا مباشرة الى مؤسسة حيث استقبلنا المدير الذي وجهنا الى المستشارة، التي كانت شريكا أساسيا في تنظيم الدراسة ومساعدتي في التوجيه نحو الفئة المستهدفة. بعد ذلك قمنا بالتوجيه الى التلاميذ، حيث تم توزيع المقاييس المتمثل في مقياس الطمأنينة النفسية للباحث (ابراهيم ماسلو، 1952) ومقياس الذكاء الانفعالي للباحث (العدرة، 2021) عليهم بعناية، حرصنا على ان تكون الأسئلة واضحة ومباشرة لتسهيل عليهم الإجابة وتساعدنا في جمع البيانات المطلوبة.

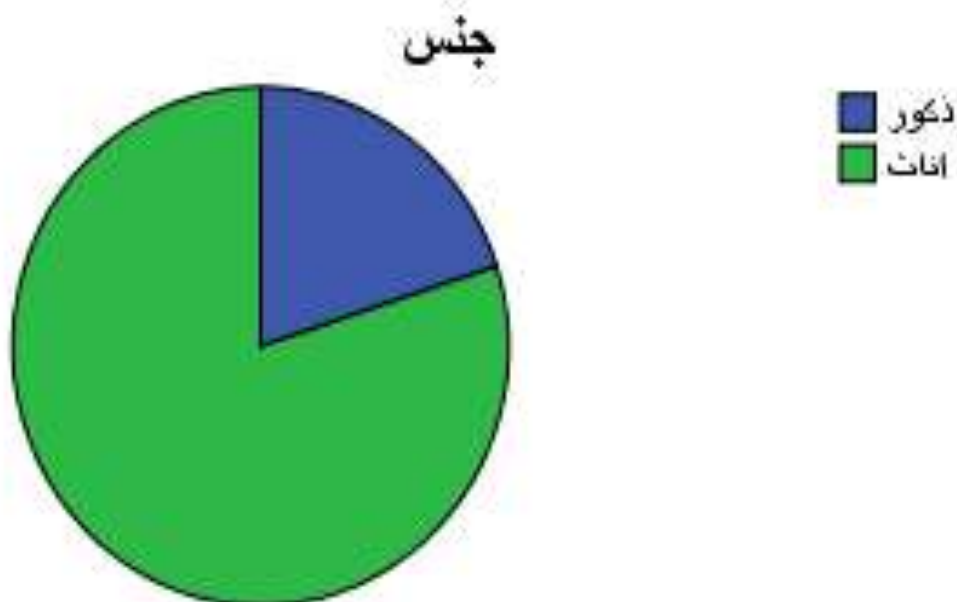
2-3 عينة الدراسة الاستطلاعية:

شملت عينة الدراسة الاستطلاعية 40 مراهق متمدرس في التعليم الثانوي، الجدول التالي يوضح ذلك:

أ- حسب الجنس:

جدول رقم (02): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الجنس
20%	8	ذكور
80%	32	اناث
100%	40	المجموع



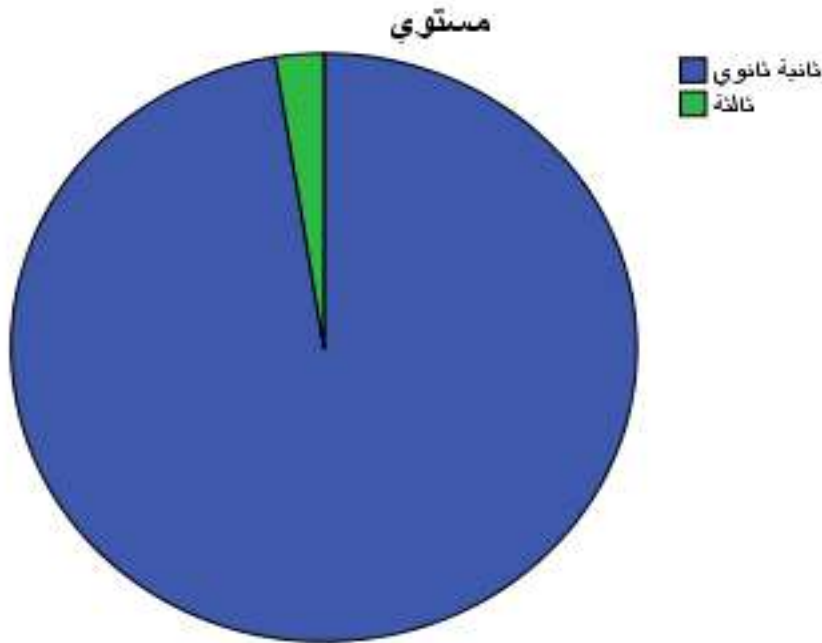
شكل رقم (03): يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس

نلاحظ من خلال الجدول (01) والشكل رقم (1) ان نسبة 20% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية ذكور في حين نجد ان نسبة 80% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية اناث.

ب . حسب المستوى:

جدول رقم (03): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب مستوى الدراسي.

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الشعبة
97,5%	39	ثانية ثانوي
2,5%	01	ثالثة ثانوي
100%	40	المجموع



شكل رقم (04): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب مستوى الدراسي.

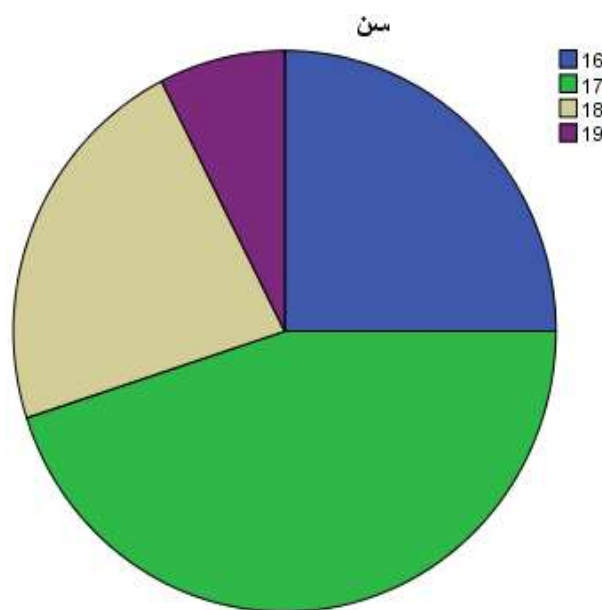
نلاحظ من خلال الجدول (02) والدائرة ان نسبة 97,5 % من المراهقين المتمدرسين

في السنة الثانية ثانوي، ونسبة 2,5 % من المراهقين المتمدرسين في السنة الثالثة ثانوي.

ج . حسب السن:

جدول رقم (04): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب السن.

النسبة المئوية	عدد الأفراد	السن
25%	10	16 سنة
45 %	18	17 سنة
22,5 %	9	18 سنة
7,50	3	19
100 %	40	المجموع



شكل رقم (05): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاستطلاعية حسب السن.

نلاحظ من خلال الجدول (03) والدائرة ان نسبة 25% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية عمرهم 16 سنة في حين ان نسبة 45% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية عمرهم 17 سنة ونسبة 22,5 % من المراهقين المتمدرسين في الثانوية عمرهم 18 سنة ونسبة 7,5% مراهقين متمدرسين في الثانوية عمرهم 19 سنة.

2-4 تحديد مكان وزمان اجراء الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بالدراسة الاستطلاعية على مستوى الثانويتين، ثانوية "كسال احمد" ببوزقان وثانوية "عبد الرحمان إيلولي" بالأربعاء ناث ايراثن في شهر فيفري من السنة الدراسية الجارية 2025.2024.

2-5 نتائج الدراسة الاستطلاعية:

حيث توصلنا بعد الدراسة الاستطلاعية إلى :

- تحديد موضوع الدراسة بدقة
 - الإطلاع بعمق على جوانب وتفاصيل موضوع الدراسة.
 - ضبط فرضيات الدراسة بشكل نهائي.
 - تحديد المنهج العلمي المناسب.
 - تحيد عينة الدراسة.
 - حساب الخصائص السيكومترية للطمأنينة النفسية التي جاءت كالتالي:
- لتكييف المقياس على أفراد العينة في البيئة الجزائرية تم دراسة الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال حساب صدقه وثباته.

• صدق المقارنة الطرفية للطمأنينة النفسية:

اعتمدنا على طريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) باتباع الخطوات التالية:

- ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية ترتيبا تصاعديا من أدنى درجة إلى أعلى درجة.
- أخذ نسبة من هذه العينة في ثلاثي العينة، تمثل في طرفين، الطرف الأدنى أي الطلبة الذين تحصلوا على أدنى درجات، وفي الطرف الأعلى، أي الطلبة الذين تحصلوا على أعلى درجات.

- حساب الفروق بتطبيق معادلة t test بالنسبة لعينتين مستقلتين غير متجانستين، فتحصلنا على النتائج التالية:

جدول رقم (05): يوضح قيمة الفرق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا للطمأنينة النفسية

الدلالة الاحصائية	Sig	T .TEST	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المجموعات
دالة	0,00	-13,40	5,31	101,53	13	المجموعة العليا
احصائيا			5,32	129,53	13	المجموعة الدنيا

نلاحظ من خلال الجدول أن قيمة Sig = 0,00 وهي أقل من 0,05، فنقول أن هناك فروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا، كما أن المتوسط الحسابي لدرجات المراهقين العليا بلغت 101,53 بانحراف معياري 5,31، وهو أقل من المتوسط الحسابي لدرجات المراهقين الدنيا البالغ 129,53 بانحراف معياري 5,32، فيمكن القول أن المقياس استطاع أن يتميز بين طرفي الخاصية المدروسة، وبالتالي فهو صادق، أي يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

• ثبات المقياس الطمأنينة النفسية:

تم حساب الثبات (ألفا كرونباخ) (Alpha de Cronbach) وهو كمؤشر على ثبات التجانس الداخلي للمقياس، بالإضافة إلى ذلك خضعت عبارات أداة الدراسة لاختبار معاملات الثبات Reliability المتعلقة بمحاورها، وبطريقة التجزئة النصفية وهي مؤشر على ثبات الاستقرار على عينة الدراسة الاستطلاعية قوامها 40 تلميذ كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (06): قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة ألفا - كرونباخ للطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.

ألفا - كرونباخ	
0,85	الطمأنينة النفسية

يتبين من جدول أن قيمة معامل الثبات لأفراد عينة الدراسة الاستطلاعية بطريقة ألفا كرونباخ بلغت 0,85، وهذا يدل على أن المقياس تتمتع بدرجة ثبات عالية مما يسمح استخدامه في البحث الحالي باطمئنان.

جدول رقم (07): قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة التجزئة النصفية لطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.

سبيرمان براون	التجزئة النصفية	
0,74	0,59	الطمأنينة النفسية

يتبين من جدول أن قيمة معامل الثبات لأفراد عينة الدراسة الاستطلاعية طريقة التجزئة النصفية بلغت 0,59 وبلغ معامل سبيرمان براون المعدل 0,74 هذا يدل على أن تتمتع بدرجة ثبات عالية مما يسمح استخدامه في البحث الحالي باطمئنان.

تشير نتائج هذا الجدول إلى أن معامل سبيرمان-براون بلغ 0.74، وهي قيمة جيدة تشير إلى ثبات زمني مقبول للمقياس، أما معامل الارتباط بين نصفي المقياس فقد بلغ 0.59، وهو أيضا مقبول ويدعم صلاحية المقياس من حيث ثبات الاستقرار.

تُعد هذه النتائج مؤشرا إيجابياً على أن المقياس يُظهر اتساقاً وثباتاً عند تطبيقه على عينة مماثلة، مما يعزز من صدقية البيانات المستخلصة منه.

جدول رقم (08): قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة ألفا-كرونباخ للأبعاد الطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.

الطمأنينة النفسية	ألفا كرونباخ
الراحة النفسية	0,68
الشعور بالتفاؤل	0,47
شعور الفرد بالرضا	0,80
الثقة بالله	0,55
التمركز حول المجتمع	0,78

يتضح من الجدول أن معاملات الثبات لأبعاد مقياس الطمأنينة النفسية تراوحت بين (0.47) و(0.80)، حيث سجّل بعد "شعور الفرد بالرضا" أعلى قيمة بثبات قدره (0.80)، يليه بعد "التمركز حول المجتمع" بثبات (0.78)، ثم بعد "الراحة النفسية" (0.68)، وبعد "الثقة بالله" (0.55)، بينما سجّل بعد "الشعور بالتفاؤل" أدنى قيمة بثبات (0.47).

وعلى الرغم من التباين في درجات الثبات، إلا أن أغلب الأبعاد تقع ضمن الحدود المقبولة إحصائياً، خاصة في الدراسات النفسية التي تقبل معاملات تبدأ من 0.60 كحد أدنى في الدراسات الاستطلاعية، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات مقبولة تسمح باستخدامه في البحث الحالي باطمئنان، مع ضرورة أخذ الحذر في تفسير نتائج البعد ذي الثبات المنخفض (الشعور بالتفاؤل).

جدول رقم (09): قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة التجزئة النصفية للأبعاد الطمأنينة النفسية لعينة الدراسة الاستطلاعية.

الطمأنينة النفسية	التجزئة النصفية	سبرمان براون
الراحة النفسية	0,52	0,68
الشعور بالتفاؤل	0,28	0,44
شعور الفرد بالرضا	0,64	0,78
الثقة بالله	0,26	0,42
التمركز حول المجتمع	0,55	0,71

يتبين من الجدول أن قيمة معامل الثبات لأفراد عينة الدراسة الاستطلاعية بطريقة التجزئة النصفية للأبعاد الطمأنينة النفسية وهي علي التوالي الراحة النفسية بلغت 0,58، وبلغت قيمة ثبات سبيرمان براون 0,68، والشعور بالتفاؤل بلغ 0,28، وبلغت قيمة ثبات سبرمان براون 0,44، أما شعور الفرد بالرضا بلغت 0,64، وبلغت قيمة ثبات سبرمان براون 0,78 والثقة بالله بلغت 0,26، وبلغت قيمة ثبات سبرمان براون 0,42 والتمركز حول المجتمع بلغ 0,55، وبلغت قيمة ثبات سبرمان 0,71 وهذا يدل علي أن أبعاد الطمأنينة النفسية تتمتع بدرجة ثبات مما يسمح استخدامه في البحث الحالي باطمئنان .

3. الدراسة الأساسية:

3-1 منهج الدراسة:

تعددت مناهج البحث العلمي بتعدد الدراسات واختلافها، وفيما يخص هذه الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي، باعتباره الأنسب لهذه النوع من الدراسة والذي يعتبر من أكثر نماذج انتشارا وشيوعا، فهو يركز على ما هو الآن حيث، يعرفه "مجدي عزيز إبراهيم" بأنه كل استقصاء على ظاهرة او بحث ينصب على ظاهرة من ظواهر النفسية او التعليمية كما هي في الحاضر، بقصد تشخيصها والكشف على جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها وبين الظواهر النفسية او التعليمية او الاجتماعية، ولا يعتمد المنهج الوصفي على وصف الظاهرة

فقط، بل يفسر ويقوم للوصول الى تعميمات ذات معنى حول الظاهرة المدروسة، وتعتمد طرق القياس في المنهج الوصفي غالبا على الملاحظة، الاختبارات، دراسة حالة، المقابلة، الاستطلاعات، والاستفتاءات (مجدي عزيز إبراهيم، 1989، ص54).

3-2 عينة الدراسة الأساسية:

تتكون عينة الدراسة الأساسية من 140 مراهقا متمدرسا في المرحلة الثانوية، موزعين على السنتين الثانية والثالثة من التعليم الثانوي. وينتمي افراد العينة الى شعبي العلوم التجريبية والآداب والفلسفة.

• طريقة اختيار العينة:

هناك طرق عديدة لاختيار عينة البحث وفي بحثنا هذا قمنا باختيار الطريقة العشوائية البسيطة.

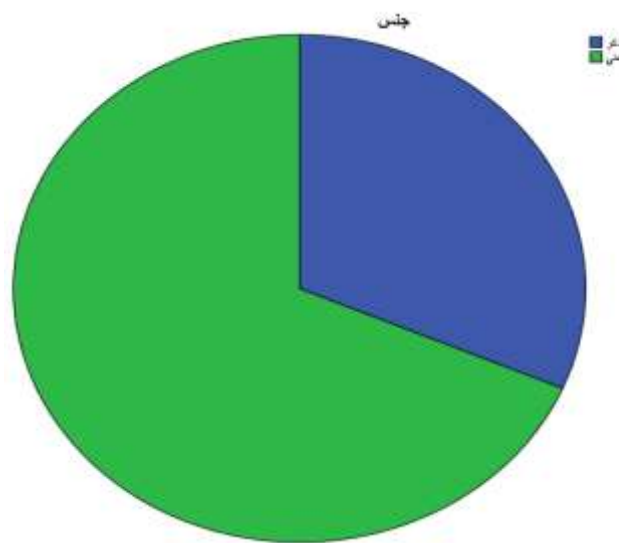
حيث تعرف العينة العشوائية البسيطة على انها العينة التي يتكون فيها جميع افراد المجتمع الأصلي معرفين ومحدددين، وبشرط فيها توفر الفرصة المتكافئة لكل فرد من افراد المجتمع لأن يكون ضمن العينة المختارة (غريب ح، 2016، ص104).

• خصائص الدراسة الأساسية:

أ. حسب الجنس:

جدول رقم (10): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.

النسبة المئوية	عدد الافراد	الجنس
31.43 %	44	ذكور
68.57 %	96	إناث
100 %	140	المجموع



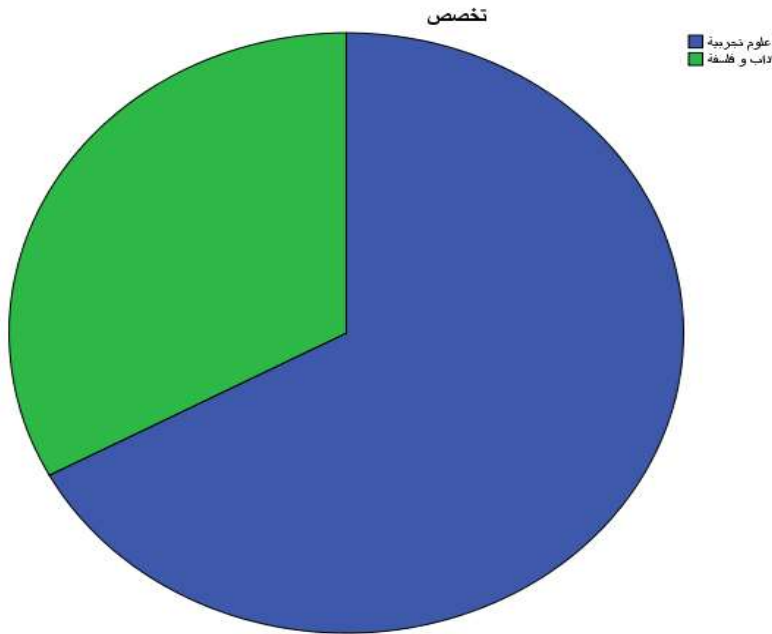
شكل رقم (06): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.

نلاحظ من خلال اغلبيه عينة الدراسة اناث بتكرار 96 بنسبة 68.57% أكثر من الذكور بتكرار 44 وبنسبة 31.43%.

ب - حسب الشعبة:

جدول رقم (11): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب الشعبة.

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الشعبة
67.14%	94	علوم تجريبية
32.86%	46	آداب وفلسفة
100%	140	المجموع



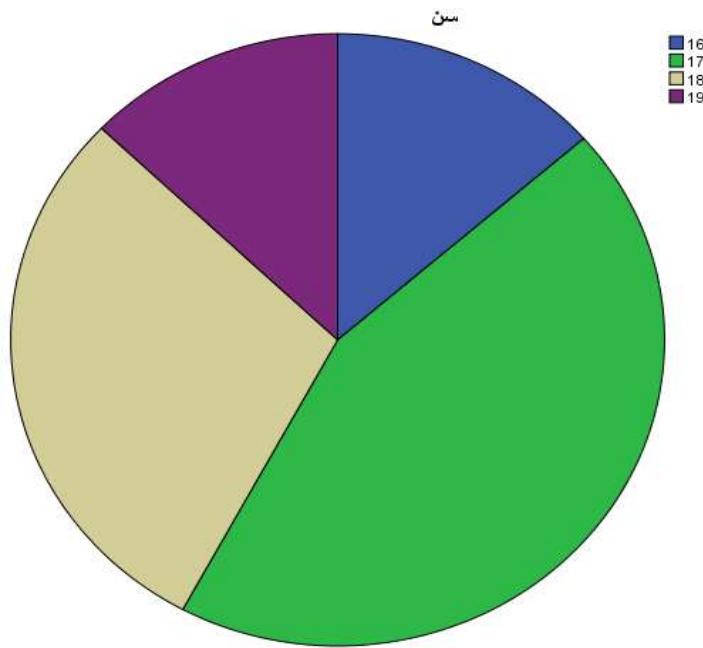
شكل رقم (07): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب الشعبة.

من خلال الجدول ان نسبة 67.14% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية يدرسون علوم تجريبية في حين ان نسبة 32.86% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية يدرسون آداب وفلسفة.

ج . حسب السن:

جدول رقم (12): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب السن.

النسبة المئوية	عدد الافراد	السن
14.28 %	20	16 سنة
44.28 %	62	17 سنة
28.58 %	40	18 سنة
12.86 %	18	19 سنة
100 %	140	المجموع



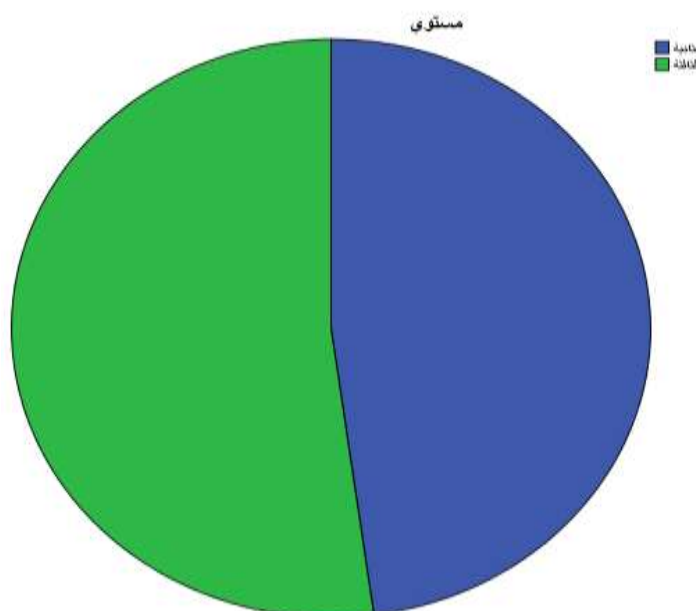
جدول رقم (08): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب السن.

من خلال الجدول ان نسبة 14.28% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية عمرهم 16 سنة في حين ان نسبة 44.28% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية عمرهم 17 سنة ونسبة 28.58% من المراهقين المتمدرسين في الثانوية عمرهم 18 سنة ونسبة 12.86% مراهقين متمدرسين في الثانوية عمرهم 19 سنة.

د. حسب المستوى:

جدول رقم (13): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب المستوى:

النسبة المئوية	عدد الافراد	المستوى
47,9 %	67	السنة الثانية
52,1 %	73	السنة الثالثة
100 %	140	المجموع



شكل رقم (09): يمثل توزيع افراد عينة الدراسة الاساسية حسب المستوى:

نلاحظ من خلال الجدول والدائرة ان نسبة 47,9 % من المراهقين المتمدرسين في السنة الثانية ثانوي، ونسبة 52,1 % من المراهقين المتمدرسين في السنة الثالثة ثانوي.

3-3 تحديد مكان وزمان اجراء الدراسة الاساسية:

قمنا بالدراسة الأساسية على مستوى الثانويتين، ثانوية "كسال احمد" ببوزقان وثانوية "عبد الرحمان إيلولي" بالأربعاء ناث ايراثن في حدود أوائل شهر مارس الى أواخر شهر أبريل من السنة الدراسية الجارية 2025/2024.

3-4 أدوات الدراسة الأساسية:

ان كلمة أداة من ناحية منهجية البحث العلمي تعني الوسيلة التي تستخدم لجمع البيانات البحث، ولدراسة المتغيرات الدراسة الحالية تطلب الأمر استعمال اداتين لجمع البيانات سنتطرق اليها بالتفصيل فيما يلي:

3-4-1 مقياس الطمأنينة النفسية:

يهدف مقياس الطمأنينة النفسية الى التعرف على بعض السمات ومواقف الأمن والطمأنينة النفسية والصحة النفسية لدى المراهقين.

ولقد مر اعداد بعدة مراحل حتى وصل الى صورته النهائية ومن مصادر بناء مقياس الطمأنينة النفسية عند المراهقين.

3-4-1-1 تحديد محاور مقياس الطمأنينة النفسية:

أ- الشعور بالراحة النفسية والاستقرار الانفعالي:

نقصد به شعور الطالب بالراحة مما يستلزم تخلصه من مشاعر القلق والتوتر والإجهاد الضيق والانقباض والسيطرة على الواقع والقدرة على التخلص من الأوهام والشعور بالتعب والتخلص من الأعباء النفسية والاجتماعية وضبط الأحاسيس والتعبير عنها بصورة مقبولة نفسيا واجتماعيا.

ب- الشعور بالتفاؤل والحصول على الخير:

يعني النظرة الإيجابية للحياة التي تجعل الفرد يتقبلها ويقبل عليها بحيوية ونشاط واعتقاده ان الفرد خير بطبعه وان نتائج الأمور تكون صحيحة وسليمة في صالحه.

ت- شعور الفرد بالرضا والسعادة:

نقصد بها قدرة الفرد على فهم نفسه وتقييمها بشكل موضوعي واقعي وتطوير قدراته وامكانياته واستثمارها وموجهة الضغوط وتقبله لذاته وتحديد أهداف حياته مما يؤدي به الى الشعور بالإنتاج والتطور والاستقلالية وتحمل المسؤولية.

ث- الثقة بالله:

ونقصد بها التسليم بأن لا ملجأ ولا منجا من الله إلا الله سبحانه وتعالى وعدم الخوف من الموت وحسن التوكل على الله والإيمان والرضا بالقضاء والقدر خيره وشره.

ج- التمرکز حول مجتمع والجماعة وإشباعه لحاجاته البيولوجية:

تعني قدرة الفرد على نسج علاقات اجتماعية ومعاونتهم والاندماج الاجتماعي في الحي السكني والمحيط الجامعي والعمل، وبدورها تشبع حاجاته للانتماء والحب والتقدير من الآخرين ومساندتهم والشعور بحبهم وودهم، اما إشباع الحاجات البيولوجية فيعني توفر متطلبات الحياة اليومية من مشرب ومأكل وملبس... الخ وإشباع الحاجة الجنسية على ان يكون الفرد متزنا فيها.

3-4-1-2 الصورة الأولية للمقياس:

بعد تحديد المحاور الخمسة للمقياس قمنا بصياغة فقرات المقياس بواقع 15 فقرة لكل بعد وبلغ عدد فقرات المقياس في صورته الولية 75 فقرة وقد صيغت الفقرات من خلال واقع استجابات افراد العينة في الاستبانة المفتوحة، ومن خلال الاطلاع على المقاييس والاختبارات

النفسية التي اهتمت بقياس الطمأنينة النفسية راعيا في صياغة الفقرات بعض القواعد التي أشار إليها وانج:

- ان تكون الفقرة واضحة المعنى سهلة السلوب.
- ان تكون الفقرة لها دلالة امنية.
- ان تقيس الفقرة فعلا الطمأنينة النفسية.
- ان تمثل الفقرة مواقف واقعية.

اعتمدنا في تحديد نمط الاستجابة لفقرات المقياس على ليكرت لملاءمتها للمقياس وهي أكثر شيوعا ودقة وغالبا ما تكون نتائجها صادقة وثابتة (عبد الخلق احمد، 1993، ص185).

3-4-1-3 طريقة التصحيح:

يتم تصحيح الاستجابات على الفقرات الموجبة بإعطاء ثلاث درجات للاستجابة (دائما) ودرجتين للاستجابة (أحيانا) ودرجة واحدة فقط للاستجابة (ابدا)، كما يتم العكس في تصحيح الاستجابات على الفقرات السالبة بإعطاء درجة واحدة (دائما) ودرجتين للاستجابة (أحيانا) وثلاث درجات للاستجابة (ابدا)، وبذلك تدل الدرجات المرتفعة على المقياس على الطمأنينة النفسية بينما تدل الدرجات المنخفضة على عدم الاطمئنان النفسي.

3-4-1-4 دراسة الخصائص السيكومترية لمقياس الطمأنينة النفسية:

أ- الصدق:

يشير صدق المقياس الى قدرته على قياس الظاهرة او الخاصية التي وضع لقياسها او ان يقيس الاختبار فعلا ما وضع لقياسه (احمد محمد الطيب، 1999، ص292).

ويعد صدق المقياس اول واهم خطوة في حكم صلاحية المقياس ولذا تم استخراج صدق مقياس الطمأنينة لدى للمراهقين من خلال خطوات التالية:

• الصدق الظاهري:

تم عرض مقياس الطمأنينة النفسية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، حيث تم الاستعانة بهم لإبداء آرائهم حول: مناسبة او عدم مناسبة الفقرات لقياس الطمأنينة النفسية لدى الطلبة للمراهقين، مناسبة الفقرات للمحور الذي وضعت فيه، او عدم مناسبة بدائل الاستجابة المستخدمة امام الفقرات، وضوح العبارات وسلامتها اللغوية وخلوها من الغموض، مناسبة البعاد المقياس لمفهوم الطمأنينة النفسية ومكوناتها، اقتراح أي تعديل ان وجد.

ومن خلال تفريغ الاستمارات التي تم توزيعها على الأساتذة المحكمين اعتمدنا نسبة الاتفاق 80 % فما فوق من المحكمين، وذلك باعتبار ان الفقرات صالحة لقياس الطمأنينة النفسية ومناسبة للمحور الذي وضعت فيه، وتم استبعاد الفقرات التي لو تحصا على نسبة اتفاق 80% أو انها فقرات متكررة، كما تم إعادة صياغة بعض الفقرات وتعديل البعض الآخر في ضوء الملاحظات والاقتراحات التي وضعها الأساتذة المحكمين، ونتيجة للخطوات سابقة الذكر، تم استبعاد 16 فقرة فاصبح مقياس الطمأنينة النفسية يحتوي على 56 فقرة موزعة على خمسة محاور كما يحدده الجدول التالي:

جدول رقم 14: يوضح توزيع فقرات المقياس على محاوره.

رقم	المحور	عدد فقرات
1	الشعور بالراحة النفسية والاستقرار	11
2	التفاؤل والحصول على الخير	11
3	الشعور بالرضا والسعادة	13
4	الثقة في الله	10
5	التمركز حول المجتمع وإشباع الحاجات العضوية	14
المجموع	05 محاور	59

• صدق الاتساق الداخلي لمقياس الطمأنينة النفسية:

للتحقق من الاتساق بين الفقرات المقياس والتعرف على مدى ارتباطه درجة كل فقرة بالدرجة الكلية في كل محور واختبار صدق المقياس ككل قمنا بالخطوات التالية:

أخذنا نتائج 52 مراهق الذين طبق عليهم المقياس عند حساب ثباته في التطبيق الأول، وتم رصد درجات فقرات كل محور من المحاور الخمسة في ورقة مستقلة، ثم حسبت معاملات الارتباط بين كل فقرة في كل محور وبين الدرجة الكلية لكل محور من المحاور الخمسة البالغ عدد فقراتها 59.

حيث يتضح من خلال الجدول الملحق رقم (04) ان 7 فقرات غير دالة احصائياً منها (1) فقرة في محور الشعور بالراحة النفسية والاستقرار، و(2) فقرة في محور الشعور بالتفاؤل والحصول على الخير، و(1) فقرة في محور الشعور بالرضا والسعادة، و(1) فقرة في محور الثقة بالله، و(2) فقرة في محور التمركز حول المجتمع والجماعة وإشباع الحاجات البيولوجية. وذلك يصبح عدد الفقرات المرتبطة بالمحاور (52) فقرة وللتأكد من صدق المحتوى المقياس ككل وارتباطه فقراته بعضها ببعض قمنا بحساب معاملات ارتباط درجة كل فقرة من

الفقرات (52) في المقياس بدرجة المقياس الكلية والجدول الملحق رقم (5) يوضح ذلك، فمن خلاله هناك 2 فقرة من فقرات المقياس غير دالة إحصائياً هي (1) فقرة في محور الشعور بالرضا والسعادة، و(1) فقرة في محور التمركز حول المجتمع والجماعة وإشباع الحاجات البيولوجية. وقد تم حذفها من المقياس لعدم ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس.

وبذلك أصبح يتكون مقياس الطمأنينة النفسية لدى للمراهقين في صورته النهائية من 50 فقرة تتراوح درجات الطلبة عليها بين (50 و 150 درجة)، وهذه الفقرات موزعة على محاور المقياس كالتالي:

- الشعور بالراحة النفسية والاستقرار من 1 الى الفقرة 10.
- الشعور بالتفاؤل والحصول على الخير من 11 الى الفقرة 19.
- الشعور بالرضا والسعادة من 20 الى الفقرة 30.
- الثقة بالله من 1 الى الفقرة 39.
- التمركز حول المجتمع والجماعة وإشباع الحاجات البيولوجية من 40 الى الفقرة 50.

ب- ثبات مقياس الطمأنينة النفسية:

• التطبيق وإعادة تطبيق:

توضحت نتائج معاملات الارتباط بين الدرجة التي تحصل عليها أفراد العينة في كل محور من محاور في التطبيق الأول وبين درجاتهم في نفس المحاور في التطبيق الثاني تراوحت بين (0.77 و 0.84) كما يتضح ان معامل الارتباط لدرجات أفراد العينة الكلية في المقياس بلغ 0.81 وان جميع معاملات الارتباط عالية ولها دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $0.01 = 0.32$.

• معامل الفا كرو نباخ:

حيث وجد ان معامل الفا للمقياس يساوي 0.84 وهو معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01).

• طريقة التجزئة النصفية:

بواسطة معامل الارتباط سييرمان براون حيث وجد ان معامل الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية يساوي 0.78 وهو معامل ثبات مرتفع أيضا ودال إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

وبهذا تأكدنا من ثبات وصدق مقياس الطمأنينة النفسية لاستخدامه في قياس الطمأنينة النفسية لدى المراهقين.

3-4-2 مقياس الذكاء الانفعالي:

من اجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس الذكاء الانفعالي المستخدمة في بعض الدراسات، اعتمد على المقياس المستخدم في دراسة (العدرة، 2021) وطور ليلائم اهداف الدراسة.

3-4-2-1 الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء الانفعالي:

أ- صدق المقياس: استخدم نوعان من الصدق كما يلي:

• الصدق الظاهري:

للتحقق من الصدق الظاهري او ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس الذكاء الانفعالي، عرض المقياس بصورته الاولية على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة دكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، وقد بلغ عددهم (9) محكمين، وقد تشكل المقياس في صورته الاولية من (25) فقرة، اذ اعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة وبناء ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، وعدلت صياغة بعض الفقرات.

صدق البناء:

للتحقق من صدق المقياس استخدمت الباحثة أيضا صدق البناء، على عينة استطلاعية مكونة من (40) من عينة المراهقين المتفوقين دراسيا في فلسطين، ومن خارج عينة الدراسة

المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي اليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مه درجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس والجدول (15) يوضح ذلك:

جدول (15): قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الذكاء الانفعالي بالمجال الذي ينتمي اليه، ومعاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، ومعاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40).

المجال	رقم الفقرة	معامل الارتباط بالمجال	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	الدرجة الكلية للبعد
التواصل الاجتماعي	1	**0.50	**0.58	
	2	**0.71	**0.77	
	3	**0.58	**0.65	
	4	**0.76	**0.81	
	5	**0.63	**0.78	
				**0.87
تنظيم الانفعالات	6	**0.68	**0.78	
	7	**0.67	**0.78	
	8	**0.65	**0.73	
	9	**0.61	**0.72	
	10	**0.68	**0.73	
				**0.80
إدارة الانفعالات	11	**0.63	**0.75	
	12	**0.74	**0.81	
	13	**0.65	**0.78	
	14	**0.74	**0.80	

	**0.73	**0.62	15	
**0.92				
	**0.69	**0.52	16	المعرفة الانفعالية
	**0.86	**0.79	17	
	**0.69	**0.58	18	
	**0.78	**0.64	19	
	**0.87	**0.74	20	
**0.83				
	**0.69	**0.52	21	التعاطف
	**0.86	**0.79	22	
	**0.69	**0.58	23	
	**0.78	**0.63	24	
	**0.73	**0.56	25	
**0.72				

*دال احصائيا عند المستوى الدلالة ($p < 0.05$).

**دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($p < 0.01$).

نلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2،3) ان معامل الارتباط الفقرات تراوحت ما بين (43،89)، كما ان جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة احصائيا، اذ ذكر (جارسيا،2011) ان قيمة معمل الارتباط التي تقل عن (30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (30 . يساوي 70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (70) تعتبر قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

ب- ثبات مقياس الذكاء الانفعالي:

للتأكد من ثبات مقياس الذكاء الانفعالي وابعاده، وُزِع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (40) من المراهقين المتفوقين دراسيا في فلسطين ومن خارج عينة الدراسة

المستهدفة، وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وابعاده، فقد استخدمت معادلة الفا كرو نباخ على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (25) فقرة والجدول (3.3) يوضح ذلك:

جدول (16): معاملات ثبات مقياس الذكاء الانفعالي بطريقة الفا كرو نباخ:

الفا كرو نباخ	عدد الفقرات	البعد
70	5	التواصل الاجتماعي
63	5	تنظيم انفعالات
81	5	إدارة الانفعالات
73	5	المعرفة الانفعالية
87	5	التعاطف
92	25	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول ان قيم معاملات معامل ثبات الفا كرو نباخ لمجالات مقياس الذكاء الانفعالي تراوحت بين (63،87)، كما يلاحظ ان معامل ثبات الفا كرو نباخ للدرجة الكلية بلغ (92) وتعد هذه القيمة مناسبة، وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على عينة الأصلية.

3-2-4-2 تصحيح مقياس الذكاء الانفعالي:

تكون مقياس الذكاء الانفعالي في صورته النهائية بعد قياس الصدق من (25) فقرة موزعة على خمسة مجالات كما هو موضح في الملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للذكاء الانفعالي.

قد طلب من المستجيب تقدير اجابته عن طريق تدرج ليكرت خماسي، واعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: تنطبق تماما (5) درجات، تنطبق كثيرا (4) درجات، تنطبق الى حد ما (3) درجات، تنطبق قليلا (2) درجتان، لا تنطبق (1) درجة واحدة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى شيوخ الذكاء الانفعالي المدركة لدى عينة الدراسة، حولت العلامة وفق مستوى الذي يتراوح من (1الى5) درجات وتصنيف المستوى الى ثلاثة مستويات: مرتفع، متوسط ومنخفض، وذلك وفقا للمعادلة الآتية:

$$1.33 = \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى (الترج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \frac{5-1}{3} = \text{طول الفئة}$$

وبناء على ذلك فان مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (17): درجات احتساب مستوى شيوخ الذكاء الانفعالي:

مستوى منخفض	2.33 فأقل
مستوى متوسط	3.67-22.4
مستوى مرتفع	5-3.68

3-5 الأساليب الإحصائية:

لا شك فيه ان كل بحث ميداني يتطلب استخدام أساليب إحصائية ومحددة وخاصة به، وتمتاز هذه الأساليب في كونها قادرة على تغريغ البيانات احصائيا، اما الأساليب المستعملة في هذا البحث هي: النسبة المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل بيرسون، اختبار T.Test، الفا كرونباخ.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بفرضيات البحث.

1-1 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى.

1-2 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية.

1-3 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة.

الاستنتاج العام.

1- عرض وتحليل ومناقشة النتائج الخاصة بفرضيات البحث.

1-1 - عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى:

بعد حساب معامل الارتباط برسون بين الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهق المتمدرس والتي توصلنا إلى النتائج التالية:

جدول رقم (18): يمثل علاقة الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهق المتمدرس.

القرار الاحصائي	قيمة Sig	معامل ارتباط بيرسون	متغيرات الفرضية	حجم العينة
دالة احصائيا عند 0,01	0,000	0,43	الطمأنينة النفسية الذكاء الانفعالي	140

تبين من خلال الجدول بعد المعالجة الإحصائية إلى وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهق المتمدرس حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون: 0.43، وهي قيمة دالة احصائيا عند 0.01 أقل من القيمة المحسوبة.

مناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الأولى:

اظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهقين، مما يدل على ان الإحساس بالسكينة والتوازن الداخلي يلعب دورا أساسيا في تنمية مهارات المراهق في التعرف على مشاعره وتنظيمها والتفاعل الإيجابي مع محيطه. ويمكن تفسير هذه العلاقة من خلال تعدد العوامل التي تساهم في تعزيز الشعور بالطمأنينة النفسية، اذ يعد المستوى التعليمي من بين أهم هذه العوامل، كونه يمنح الفرد مكانة اجتماعية ويعزز من ثقته بنفسه، وهو ما ينعكس إيجابيا على استقراره النفسي وانفعاله. كما ان الخلفية الثقافية للفرد تلعب دورا في بناء هذا الإحساس حيث يُشعر الانتماء الثقافي الفرد بالتمايز والقوة، ما يرفع من ادراكه للطمأنينة النفسية. ولا يمكن اغفال أهمية العلاقات

الاجتماعية، فوجود الفرد ضمن محيط داعم يشاركه القيم والتفكير والسلوك يخفف من حدة التوتر والقلق ويعزز الراحة النفسية، إضافة الى ذلك، فإن التقدم في السن يساهم في التقليل من مشاعر الخوف والارتباك، مما يكسب الفرد مزيداً من الاستقرار الداخلي. ويعد بلوغ الهدف عاملاً مهماً أيضاً، حيث ان الفرد الذي يضع لنفسه اهدافاً ويسعى لتحقيقها يشعر بالإشباع النفسي وبأن لحياته معنى، وهو ما يدعم صورة إيجابية عن الذات ويمنحه شعوراً بالأمان، كما ان تخلي الفرد عن المواقف التهديدية او الشعور بالذنب، عبر التوبة والسلوك الإيجابي، يحرره من القلق ويقوده الى مستوى اعلى من الطمأنينة. وتعد الأسرة بدورها اللبنة الأولى في تنمية الشعور بالطمأنينة النفسية، اذ يبدأ ذلك منذ الطفولة عبر التنشئة الاجتماعية التي تغرس في الفرد مشاعر القبول والحب، مما ينعكس إيجاباً في مراحل لاحقة من حياته.

وهو ما يتماشى مع ما أشارت اليه دراسة **بالعسلة فتيحة (2020)** التي بينت وجود علاقة طردية بين الطمأنينة النفسية في تعزيز الجوانب النفسية الإيجابية التي تؤثر على الذكاء الانفعالي، كذلك تدعم دراسة **سامية محمد (2001)** هذه النتائج عبر اظهار ان المناخ الدراسي الإيجابي على تعزيز الطمأنينة النفسية والتي بدورها قد تساهم في تطوير مهارات الذكاء الانفعالي مثل التنظيم الانفعالي والقدرة على التعامل مع المشاعر، كما تتفق مع النتائج دراسة **باتريك وكيمنجر (1998)** التي أظهرت ان نقص الأمن النفسي نتيجة ادراك الخلافات السرية يؤثر سلباً على تنظيم الانفعالي للأطفال ويزيد من اعراض القلق والاكتئاب، وأثبتت دراسة **جودة (2007)** علاقة إيجابية بين الذكاء الانفعالي وكل من السعادة والثقة بالنفس وهما مكونان رئيسيان في مفهوم الطمأنينة النفسية، كما وجدت دراسة **اديمو (2007)** ان الذكاء الانفعالي يرتبط بتحقيق الذات والنجاح الأكاديمي مما يعزز الإحساس بالكفاءة والاستقرار النفسي. ومن الناحية النظرية تتفق هذه النتائج مع "نظرية ماسلو" للحاجات التي ترى ان الطمأنينة النفسية تمثل حاجة اساسية من الحاجات الإنسانية تؤثر بشكل مباشر على قدرة الفرد في التحكم والانتباه لعواطفه وعواطف الآخرين أي الذكاء الانفعالي، وأيضاً تدعم

"نظرية فروم" هذه العلاقة حين تقول ان الفرد المطمئن نفسيا يكون قادرا على فهم ذاته وتنظيم مشاعره وبناء علاقات إيجابية مع الاخرين وأيضا توجد "نظرية السلوكية لباندورا" التي تتوافق مع دراسة باتريك و كيمنجر التي تؤكد تأثير البيئة الأسرية والمجتمعية على التعلم الانفعالي والتنظيم النفسي كما تدعم هذه النتائج نماذج نفسية وعلى رأسها "نموذج باراون" للذكاء الانفعالي الذي يعتبر الكفاءة الانفعالية مثل التحكم في الانفعالات إدارة الضغط والمهارات الاجتماعية التي تساهم في التكيف النفسي والاستقرار الذاتي وهي عناصر جوهرية في تكوين الطمأنينة النفسية، كذلك يظهر "نموذج جولمان" ان الوعي بالذات وتنظيم الانفعالات ضروريان لتكوين علاقات اجتماعية صحية ومواجهة التحديات بمرونة مما يؤدي بدوره الى الشعور الدائم بالأمان النفسي.

انطلاقا من النتائج المحصلة، يتضح ان الطمأنينة النفسية تشكل أرضية خصبة لتطور الذكاء الانفعالي، فالفرد الذي يعيش حالة من السكينة الداخلية والتوازن النفسي يكون أكثر قدرة على الوعي بمشاعره وضبطها والتفاعل مع مشاعر الاخرين بمرونة وذكاء. وهذا يبرز الدور الحاسم الذي تؤديه الطمأنينة النفسية في تشكيل الكفاءات الانفعالية والاجتماعية، خاصة في مرحلة حساسة كمراهقة الفرد.

1-2 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية:

أسفر اختبار (ت) للدلالة الإحصائية للفرق في درجات الطمأنينة النفسية حسب الجنس

على النتائج التالية:

جدول رقم (19): يمثل الدلالة الإحصائية للفرق في درجات الطمأنينة النفسية حسب الجنس.

المتغير	الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	T	SIG	&	القرار
الطمأنينة النفسية	ذكور	44	118,06	12,80	0,23	1,37	0,17	0,05	غير
	إناث	96	115,01	11,92					دال

لاختبار الفرضية التي تفيد بوجود فروق ذات دلالة إحصائية الطمأنينة النفسية بين الجنسين، ثم تطبيق اختبار ت لعينتين مستقلتين متجانستين، فكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التي تشير إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الطمأنينة النفسية ، حيث ان مستوى الدلالة المحسوب ت = 1.37 أكبر من $\alpha = 0.05$.

مناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثانية:

تشير نتائج الدراسة الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الطمأنينة النفسية، وهو ما يدل على ان الشعور بالطمأنينة لدى المراهقين ليس مرتبطا بالجنس بقدر ما يربط بعوامل أخرى أعمق وأكثر تأثيرا، مثل نوعية العلاقات الاجتماعية، مدى الدعم العاطفي، واستقرار البيئة المحيطة بهم. فمرحلة المراهقة تعد مرحلة انتقالية دقيقة يمر فيها الفرد بتغيرات بيولوجية ونفسية واجتماعية كبيرة، غالبا ما تكون احتياجات الذكور والإناث في هذه المرحلة متقاربة، خصوصا فيما يخص الأمن النفسي، الحاجة الى الحب، والانتماء والقبول. فهذه الحاجات ليست مقتصرة على جنس دون آخر، بل هي مشتركة بين الجميع، تتأثر بمدى توفر بيئة داعمة ومستقرة أكثر مما تتأثر بالجنس ذاته.

قد يعود غياب الفروق بين الجنسين الى تشابه الظروف النفسية والاجتماعية التي يعيشها افراد العينة، سواء داخل الأسرة او المدرسة. فإذا توفر للمراهق، ذكرا كان او أنثى،

نفس المستوى من الاحتواء الأسري، والتقدير والاستقرار في البيئة الدراسية، فمن الطبيعي الا يظهر فرق جوهري في شعوره بالطمأنينة النفسية. كما ان التحولات المجتمعية المعاصرة، خصوصا في المجال التربوي، أصبحت أكثر وعيا بضرورة تحقيق التوازن والدعم النفسي لكلا الجنسين دون تمييز، مما قلل من تأثيرات الجندرية في بعض الجوانب النفسية مثل الطمأنينة. وقد انسجمت هذه النتائج مع ما توصلت اليه مجموعة من الدراسات السابقة حيث بينت دراسة عبد اللاوي (2020) واياذ اقرع (2005) اللتين وجدت ان الطمأنينة النفسية كانت متوسطة ولم تختلف بين الجنسين كما وأثبتت أيضا دراسة جودة (2007) على عدم وجود فروق بين الذكور والإناث، كما تتفق نتائج هذه الفرضية مع دراسة بالعسلة فتيحة (2020) التي أظهرت على عدو وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين الجنسين لدى طلاب مرحلة الثانوية، وأيضاً دراسة عمر حجاج (2014) التي بينت على عدم وجود فروق دالة احصائيا في مستوى الطمأنينة النفسية تعزي لمتغير الجنس حيث اظهرت الدراسة ان الشعور بالأمن النفسي لا يختلف بين الذكور والإناث من تلاميذ أقسام نهائية في التعليم الثانوي والتي تؤكد ان الجنس لا يعد عاملا حاسما في تحديد مستوى الطمأنينة النفسية لدى المراهقين. ومن الناحية النظرية يمكننا تفسير هذه النتيجة بالاستناد الى "النظرية الاجتماعية" التي تؤكد ان الطمأنينة النفسية تتبع من تفاعل الفرد مع محيطه الاجتماعي ومدى دعمه من قبل الأسرة والمدرسة والمجتمع بغض النظر عن جنسه، فإذا كان الذكر والأنثى يعيشان في بيئة متقاربة من حيث الأمان والدعم العاطفي من الطبيعي ان لا تظهر فروق جوهرية في شعورهما بالطمأنينة، وكذلك "نظرية ماسلو" التي تضع المن في قاعدة الهرم باعتباره حاجة أساسية يسعى الجميع لإشباعها بغض النظر عن الجنس فعندما تتوفر بيئة مشبعة بالأمان والدعم فإن ذلك ينعكس إيجابيا على الطمأنينة النفسية لكلا الجنسين بنفس الدرجة، كما تفسر "نظرية ادلر" هذه النتيجة من خلال تأكيدها على أهمية الشعور بالانتماء والتقدير الاجتماعي، وهي عوامل تؤثر في الطمأنينة بغض النظر عن كون الفرد

ذكرًا او انثى، ما يعزز فكرة تلاشي الفروقات بين الجنسين اذ توفرت هذه الظروف النفسية والاجتماعية الداعمة.

في ضوء هذه النتائج يتضح ان الشعور بالطمأنينة النفسية لدى المراهقين قد يكون سمة مستقرة نسبيًا لا تتأثر بشكل كبير باختلاف الجنس، مما يعكس تقاربًا في أساليب التكيف والانفعالات بين الذكور وإناث في هذه المرحلة.

3-1 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة:

جدول رقم (20): يمثل الدلالة الإحصائية للفرق في درجات الذكاء الانفعالي حسب الجنس.

المتغير	الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	T	SIG	&	القرار
الذكاء الانفعالي	ذكور	44	89.79	19.84	6.229	0.015	0.988	0.05	غير
	إناث	96	89.84	14.24					دال

لاختبار الفرضية التي تفيد وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين الجنسين، ثم تطبيق اختبار ت لعينتين مستقلتين متجانستين، فكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التي تشير إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الذكاء الانفعالي ، حيث ان مستوي الدلالة المحسوب ت = 0.015 اقل من & = 0.05.

مناقشة النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة:

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث من تلاميذ المرحلة الثانوية، ويمكن تفسير هذا المعطى بأن الفروق بين الذكور والإناث في أساليب التعبير عن المشاعر، وضبط الانفعالات، والاستجابة النفسية للمواقف المختلفة، قد تكون ناتجة عن عوامل بيولوجية واجتماعية وثقافية متشابكة، تؤثر في طريقة تفاعل كل من الجنسين مع ذاته ومع محيطه.

فالإناث غالبا ما ينشأن في بيئة تسمح لهن بالتعبير عن مشاعرهن والانخراط في علاقات تواصل اجتماعي أكثر دفئا وعمقا، مما يسهم في تعزيز مهارتهن الانفعالية مثل التعاطف، الوي بالذات، وتنظيم الانفعالات. بينما قد يربي الذكور على نماذج ضبط أكثر صرامة في التعبير الانفعالي، وتشجيع على الكبت والصلابة، مما يؤثر سلبا على تطور بعض جوانب الذكاء الانفعالي لديهم، كالتعبير الحر عن المشاعر او إدراك مشاعر الآخرين.

وقد جاءت هذه النتيجة متوافقة مع ما توصلت اليه مجموعة من الدراسات السابقة، حيث أظهرت دراسة **علي (2004)** التي أجريت على عينة من الأحداث الجانحين والمعرضين للجنوح، حيث أظهرت وجود فروق دالة احصائيا في الذكاء الانفعالي تبعا لمتغير الجنس اذ تبين ان الذكور كانوا أكثر تعاطفا وتمتعا بمهارات اجتماعية مقارنة بالإناث، كما نجد دراسة **بار. اون وياكر** حيث أظهرت ان الإناث أفضل من الذكور في ابعاد الذكاء الانفعالي، ودراسة **احمد علوان (2011)** التي اشارت نتائجها الى وجود فروق دالة احصائيا الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث لصالح الإناث، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسات **ليسلي برودي** وجودي و **جوديث هيل** التي وجدت اختلافا في العواطف بين الجنسين، حيث ترى: "ان البنات يتطورن في اللغة بسهولة وبسرعة عن الأولاد، وهذا ما يجعل البنات أكثر حدة في اظهار مشاعرهن و اكثر مهارة عن الأولاد في استخدام الكلمات ليكشفن ردود أفعال العاطفية بديلا عن المعارك الجسدية وعلى النقيض من ذلك، لاحظت الباحثتان ان الأولاد ممن لا يتلقون تأكيدا لفظيا للمؤثرات التي يواجهونها، قد لا يدركون كثيرا حالتهم الانفعالية او حالة غيرهم" (**عن جولمان، 2000، ص190**).

ويقرر **جولمان** ان البنات يصبحن خبيرات في قراءة الإشارات العاطفية اللفظية وغير اللفظية وفي التعبير عن مشاعرهن وتوصيلها للآخرين، اما الأولاد فيصبحون خبراء في الحد من الانفعالات التي تعرضهم للانتقاد او الانفعالات الشعور بالذنب، وتظهر المواقف العقلانية العاطفية المختلفة بين الجنسين قوية جدا في الإنتاج العلمي فقد انتهت مئات الدراسات ان

النساء أكثر تعاطفا من الرجال بسبب قدرتهن على قراءة المشاعر الدفينة لشخص آخر من تعبيرات وجهه وصوته (جولمان، 2000، ص191).

كما أشار جولمان الى ان المرأة تتميز بهرمون اوسيتوسين والذي اثبت عليه العلماء بأنه هرمون (ضبط المزاج) وهذا الهرمون هو سبب وراء لجوء المرأة الى الصديقات او افراد السرة للتخلص من الضغوط دون انسحاب او الاندفاع او العدوان كما يفعل الرجال (عن جلال، 2008، ص81).

الاستنتاج العام:

دلت نتائج هذه الدراسة عن مجموعة من الاستنتاجات المهمة التي تؤكد على العلاقة الوثيقة بين الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوية. فقد بينت النتائج تحقق الفرضية الأولى، مما يدل على ان الطمأنينة النفسية تعد عاملاً مساعداً وأساسياً في تنمية مهارات الذكاء الانفعالي، حيث يساهم الشعور بالأمان والاستقرار الداخلي في تعزيز قدرة الفرد على التعرف على انفعالاته وتنظيمها والتعامل معها بكفاءة.

كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين الذكور والإناث، وهو يدل على ان الإحساس بالطمأنينة النفسية يتأثر بعوامل أعمق من متغير الجنس، كالخبرات الاجتماعية والدعم الاجتماعي، والبيئة التربوية.

أما بخصوص الذكاء الانفعالي، فقد اثبتت النتائج وجود فروق دالة احصائياً تعود لمتغير الجنس، وكانت لصالح الإناث، مما يعكس تأثير اساليب التنشئة والتكوين النفسي والاجتماعي في تشكيل القدرات الانفعالية، ويؤكد على ان الإناث أكثر انفتاحاً تجاه مشاعرهن مقارنة بالذكور، حيث تتفق هذه النتائج مع دراسة بار. اون وباكس حيث أظهرت ان الإناث أفضل من الذكور في ابعاد الذكاء الانفعالي ودراسة احمد علوان (2011) التي اشارت نتائجها الى وجود فروق دالة احصائياً لذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث لصالح الإناث ودراسة القمش (2010) التي اثبتت وجود فروق دالة احصائياً في ابعاد الذكاء الانفعالي حيث تفوقت الإناث على الذكور، ودراسة رزق (2003) التي اسفرت نتائجها عن وجود فروق بين الجنسين من الطلبة على مكونات الذكاء الانفعالي لصالح الإناث.

انطلاقاً من هذه النتائج، يمكن القول ان الطمأنينة النفسية تعد ركيزة أساسية لتحقيق الذكاء الانفعالي، وان تعزيزها يمثل مدخلاً فعالاً لتنمية الكفاءة الانفعالية لدى المراهقين. كما

ان مراعاة الفروق المرتبطة بالجنس امر ضروري عند تصميم البرامج التربوية والنفسية الموجهة لهذه الفئة، بما يدعم الصحة النفسية والتكيف السليم في الحياة المدرسية والاجتماعية.

خاتمة:

تعد الطمأنينة النفسية من أبرز المؤشرات التي تعكس توازن الفرد الداخلي واستقرار الانفعالي، تمثل حالة من السكون الذهني والارتياح الوجداني، تجعل الفرد أكثر قدرة على التكيف مع ضغوط الحياة ومواجهة مواقفها المتغيرة. وتزداد أهمية هذه الطمأنينة في مرحلة المراهقة باعتبارها فترة انتقالية حساسة، تمتزج فيها التغيرات البيولوجية، المعرفية والانفعالية، ما يعرض على الفردان يمتلك آليات فعالة للسيطرة على التوتر والصراع الداخلي.

وقد كشفت الدراسة الحالية عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الطمأنينة النفسية والذكاء الانفعالي لدى المراهقين، مما يعزز الفرضية القائلة بأن الفرد الذي يتمتع بمستوى جيد من الذكاء الانفعالي يكون أكثر قدرة على الشعور بالطمأنينة فالذكاء الانفعالي لا يقتصر فقط على التعرف المشاعر، بل شمل أيضا التحكم فيها، تنظيمها، والتعبير عنها بطريقة صحية، مما يقلل من التوتر والقلق ويعزز الشعور بالأمان النفسي.

ومن زاوية أخرى أثيرت النتائج أن الجنس لا يؤثر بشكل كبير في مستوى الطمأنينة النفسية، مما يشير إلى أن هذا الشعور لا يتحدد بعوامل بيولوجية فقط، بل يرتبط بدرجة كبيرة بمهارات الفرد النفسية والاجتماعية، ومدى قدرته على مواجهة المواقف الضاغطة بمرونة انفعالية. وقد دعمت هذه النتائج مجموعة من النظريات النفسية، مثل نظرية فرود، ماسلو، كاتل وادلر التي أكدت جميعها على أهمية الطمأنينة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي واعتبارها من شروط نمو الشخصية السوية.

وفي هذا السياق، فإن الذكاء الانفعالي تعد من أهم المهارات النفسية التي ينبغي تنميتها لدى المراهقين، كونه يساهم في بناء شخصية متزنة، قادرة على الفهم، التعاطف، وضبط الانفعالات، واتخاذ القرارات الصائبة في ظل التوتر والضغط. ولا يمكن تحقيق ذلك

إلا من خلال بيئة تربوية داعمة، ومرافقة نفسية سليمة، تمكن المراهق من التعبير عن مشاعره وفهم ذاته بشكل أفضل.

إن الطمأنينة النفسية ليست حالة عابرة، بل هي حصيلة تفاعل مستمر بين عوامل داخلية (كالتفكير، المشاعر، القيم) وعوامل خارجية (كالأسرة، المدرسة، المجتمع) وهي هدف تربوي وإنساني يمكن الوصول إليه من خلال تعزيز وعي الذاتي، تنمية مهارات الذكاء الانفعالي، وتوفير بيئة واعية وداعمة لمشاعر الفرد وتجاربه.

وبناء على ما سبق، فإن الاهتمام بطمأنينة النفسية للمراهقين ينبغي أن يحتل موقعا متقدما من السياسات التربوية والنفسية، لأنها تشكل أساس الصحة النفسية وسلامة الأداء السلوكي والاجتماعي، وتفتح المجال أمام تنمية شاملة لشخصية المراهق في مختلف جوانبها، كما يعد الذكاء الانفعالي أداة إستراتيجية لتحقيق هذا التوازن النفسي والوجداني.

فاستنادا الى ما توصلت اليه الدراسة من نتائج، نقترح مجموعة من التوصيات العملية

التالية:

✓ ادماج أنشطة موجهة داخل المؤسسات التربوية تهدف الى تعزيز الطمأنينة النفسية لدى التلاميذ، كأشطة الاسترخاء، التعبير الفني، الكتابة الوجدانية، مما يخلق بيئة صافية ومريحة وداعمة.

✓ تنظيم ورشات تدريبية لفائدة التلاميذ حول تنمية مهارات الذكاء الانفعالي، مثل الوعي باذات، ضبط الانفعالات والتعاطف مما يساعدهم على فهم مشاعرهم والتعامل معها بشكل صحي.

✓ تكوين الأساتذة والمربين في مجال التعامل مع الجوانب النفسية والانفعالية للتلاميذ، وتدريبهم على استراتيجيات التواصل الهادئ والمساندة العاطفية داخل القسم.

✓ تعزيز العلاقات الإيجابية بين التلميذ ورفاقه واساتذته من خلال اعتماد على أساليب تعلم تعاونية تتيح للتلميذ التفاعل، وتحفز لديه الشعور بالانتماء والأمان داخل المدرسة.

✓ احداث فضاء داخل المؤسسة مخصص للدعم النفسي يشرف عليه مرشد نفسي مؤهل، يمكن للتلاميذ اللجوء اليه عند الشعور بالضيق او القلق، مع ضمان السرية والثقة.

✓ القيام بمتابعة دورية للتلاميذ من الناحية النفسية، لا سيما أولئك الذين يبدو سلوكيات انسحابية، عدوانية، او ضعفا في التحصيل، لأنها قد تخفي اضطرابا في الطمأنينة النفسية او الذكاء الانفعالي.

✓ التركيز على المرافقة النفسية خلال فترات الامتحانات والانتقال الدراسي، لما تمثله من مصادر ضغط لدى المراهق، مع توفير مساحات للتنفيس والتعبير.

✓ تعزيز الشراكة بين الأسرة والمدرسة في دعم التلميذ نفسيا وانفعاليا، من خلال لقاءات توعوية ودورات تكوينية لأولياء الأمور حول التواصل الإيجابي مع الأبناء.

✓ تشجيع التلاميذ على الانخراط في النوادي المدرسية والأنشطة اللاصفية، لما لها من دور في تخفيف الضغط وتنمية مهارات الحياة والانفعالات الإيجابية.

قائمة المراجع:

1. أبو حطب، فؤاد (1996). الذكاء الشخصي: النموذج والبرنامج بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية .
2. أبو زيتون، جمال عبد الله (2010)، الذكاء الإنفعالي لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين الملتحقين بالمدارس الخاصة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية مجلة العلوم التربوية والنفسية 11(4)، 14-40.
3. أبو عمرة عبد المجيد عواد(2012). الأمن النفسي وعلاقته بمستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى طلبة الثانوية العامة " دراسة مقارنة بين أبناء الشهداء وأقرانهم العاديين في محافظه غزة" رسالة ماجستير. كلية التربية. جامعة الأزهر غزة، فلسطين.
4. أبو محمد يوسف (1997). الصحة النفسية وسيكولوجية الفرد، ط1، مكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر.
5. أحمد الخالق (1988). الأبعاد الأساسية للشخصية، ط4، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية، مصر.
6. أحمد عبد الحميد (1992). علم النفس الصحة، ط1، مكتبة علم الكتب، القاهرة، مصر.
7. أحمد محمد (1999). علم النفس العام، ط1، مكتبة عين الشمس، القاهرة، مصر.
8. الأعرس، صفاء وكفافي، علاء الدين (2000). الذكاء الوجداني. القاهرة: دار قباء للنشر.
9. الشواورة، ياسين سالم (2006). علاقة الذكاء الإنفعالي بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية عبد طلبة جامعة مؤتة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة.

10. بارأون، روفين (2004). قائمة نسبة الذكاء الإنفعالي (ترجمة محمد حبشي حسن) الإسكندرية : دار الوفاء.
11. بن جامع، إبراهيم (2010). الذكاء الإنفعالي وعلاقته بفعالية القيادة. دراسة ميدانية على إطارات الإدارة الوسطى بمركز تكرير البترول. سكيكة رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة منتوري . قسنطينة، الجزائر.
12. بوزفاق، سميرة وبوشلاق، نادية (2014). دراسة مستوى الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال المعاقين ذهنيا (متلازمة داون). مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ورقلة، العدد 14.
13. جبر محمد (2006). بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالأمن النفسي، القاهرة الهيئة المصرية العام للكتاب.
14. جلال، أحمد سعد (2008). الإختبارات والمقاييس الشخصية. القاهرة: الدار الدولية للإستثمارات الثقافية للنشر.
15. جولمان، دانيل (2000). الذكاء العاطفي. (ترجمة ليلي الحبلي) عالم المعرفة.
16. حسن سالي علي (2007). الذكاء الوجداني لمعلمات رياض الأطفال الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
17. حسن، سالي علي (2007). الذكاء الوجداني المعلمات رياض الأطفال. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
18. حسونة أمل محمد وأبو ناشئ منى سعيد(2006). الذكاء الوجداني الطبعة الأولى، مصر، الهرم، الدار العالمية للنشر والتوزيع.
19. حمزة بوزرزور، (2011). دور التداخل بين المركز ومستوى الطموح في إدراك الضغط لدى الطلبة الجامعية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر2، الجزائر.

20. خرنوب، فتون (2003). بعض الأساليب المعرفية وسمات الشخصية الفارقة بين ذوي الذكاء العاطفي المنخفض لدى طلبة المرحلة الثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة (معهد الدراسات والبحوث التربوية)، جامعة القاهرة.
21. الخضر، عثمان محمود (2002). الذكاء الوجداني، هل هو مفهوم جديد ؟ مجلة الدراسات النفسية 12(1)، 32.5.
22. داووني كمال ديراني عبد (1983). اختبار ماسلو للشعور الأمن صدق البيئة الأردنية، مجلة الدراسات التربوية، المجلد 10، العدد 2.
23. الدردير، عبد المنعم أحمد (2004). دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي. القاهرة : عالم الكتب للنشر.
24. الربيع فيصل خليل (1996). أثر الأمن النفسي وبعض الخصائص الديموغرافية للمعلم في ادائه، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة البرموك، السعودية.
25. زهران حميد (1984). علم النفس الإجتماعي، ط5، علم الكتب، القاهرة، مصر.
26. سامية خالد ابراهيم (2020). سيكولوجية الأمن النفسي، دار التعليم الجامعي الإسكندرية، مصر.
27. سحر فتيحة، رايح نجاه. الذكاء الإنفعالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي. دراسة ميدانية بولاية تيزي وزو، مذكرة تخرج شهادة ماستر في علوم التربية تخصص علم النفس التربوي، قسم العلوم الإجتماعية.
28. سعادة، رشيدة (2009). الذكاء الإنفعالي مقارنة بالكفاءات. مجلة الواحات للبحوث والدراسات، العدد 5، 135-154.
29. سعد علي (1999). مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي، بحث ميداني غير حضاري مقارن، مجلة دمشق، المجلد 115، العدد 1، سوريا.
30. السمدوني، إبراهيم (2007). الذكاء الوجداني (أسسه، تطبيقاته، تنميته). عمان: دار الفكر للنشر.

31. شقير زينب (1996). القيمة التنبؤية لبعض الحالات الإكلينيكية المختلفة من الطمأنينة النفسية والتفائل والتشاؤم وقلق الموت، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، العدد 123، مصر.
32. طه فوج عبد القادر (1993). موسوعة علم النفس وتحليل النفسي، ط1، دار سعاد صباح، الكويت.
33. عياد إسماعيل محمد عبد الله علي آل علي الغامدي (2015). أمن النفس وعلاقاته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة الدمام، مجلة علوم التربية بينها، العدد 18. ج1.
34. عبد الحميد علي (2007). الأمن الإجتماعي، في كلية الآداب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القادسية، العراق.
35. عبد الرحمان عدس (1998). بناء الثقة وتنمية القدرات في تربية الأطفال، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، الأردن.
36. عبد العظيم، سلامة وعبد العظيم حسين وطه حسين (2006). الذكاء الوجداني للقيادة التربوية. عمان: دار الفكر للنشر.
37. عبد الفتاح أحمد (2003). إستراتيجية تربوية لمواجهة تحديات الداخلة الأمن العمومي، دراسة مستقبلية. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة المنصورة.
38. عبد المجيد (2004). المعاملة والأمن النفسي لدى التلاميذ مدرسة الابتدائية، مجلة الدراسات النفسية.
39. عثمان، فاروق السيد (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.
40. العطاس عبد الرحمان (1434). الشعور بطمأنينة والوحدة النفسية لدى الأيتام المقيمين في دور الرعاية لدى ذويهم "دراسة مقارنة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أمقري، السعودية.

41. العمري بسام السلطان (1996). درجة التحقيق حاجة الإحساس لدى الأعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الرسمية، دراسات في العلوم التربوية، المجلد 123 العدد الأول.

42. العمري مريم محمد سالم (2016). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى أبناء مرضى الفصام العقلي، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

43. الغنزي محمد (2005). علاقة إشترك الطلاب في الجماعات النشاط الطلابي بالأمن النفسي والإجتماعي، ولدى اضطراب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الإجتماعية، الرياض، السعودية.

44. عودة فاطمة، يوسف إبراهيم (2002). المناخ النفسي وعلاقته بالطمأنينة الإنفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. رسالة ماجستير. بجامعة غزة.

45. عيسى، جابر محمد عبد الله ورشوان، ربيع عبدة أحمد (2006). الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال. مجلة الدراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان، 12(4) .

46. فهمي مصطفى (1997). سيكولوجية التعلم ط1، مكتبة الإنجلوا مصرية، القاهرة، مصر.

47. القريطي عبد المطلب (1998). في الصحة النفسية ط1، الفكر العربي، بيروت، لبنان.

48. الكناني صالح (1988). مدى تحقيق تنظيم الهرمي للحاجات عند ماسلوا مجلة التربية، جامعة المنصورة، العدد 9، الجزء الثالث، مصر.

49. لبوازدة عبد الحق (2017). الضغوط النفسية لدى الطلبة الجامعيين، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الإجتماعية، جامعة الجزائر 2، الجزائر.

50. محمد، عبد الرحمن علا (2009). الذكاء الإنفعالي وعلاقاته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية، الطبعة الأولى، دار صفاء، عمان.
51. مدحت عبد الحميد (1990). الصحة النفسية والتفوق الدراسي، دار النهضة العربية، بدون طبعة، بيروت، لبنان.
52. مسعود جبران (1981). قاموس رائد المجلد الأول والثاني ط4، دار العالم للملايين. القاهرة، مصر.
53. مظلوم مصطفى علي رمضان (2014). العلاقة بين الأمن والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة، بحث منشورة، مجلة كلية التربية، جامعة زقا زيف.
54. موسى محمد (1986). الأمن النفسي، جدة، دار الأندلس الخضراء.
55. النعيمي، هادي صالح رمضان (2010) أثر برنامج إرشادي في تنمية الذكاء الوجداني لدى طلبة كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، 10(2)، 79-113.
56. غريب حسين (2016). المنهجية المطبقة في الدراسات الاجتماعية والنفسية، دار الضحى للنشر، الطبعة الأولى، الجلفة.
57. المغازي، إبراهيم محمد، مجلة كلية التربية ع32، جامعة طنطا 2003، بلد النشر، بيروت، لبنان.
58. بلال، نجمة (2014). الذكاء الوجداني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلاب القطب الجامعي تامدة. رسالة ماجستير، جامعة تيزي وزو، الجزائر.
59. لسيد عثمان، فاروق وعبد السميع رزق، محمد (2001). الذكاء الإنفعالي مفهومه وقياسيه. مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد 58.
60. -عكاشة، محمود فتحي (2005). علم النفس الصناعي، الإسكندرية: مطبعة الجمهورية.
61. زكي محمود سرحان، سهير (2015). الدافعية للتعلم والذكاء الإنفعالي وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بغزة. رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة.

المراجع باللغة الأجنبية:

62. Gagnon. M (2009). L'applicabilité du teste d'intelligence émotionnelle Mayer-Salovey-Carus (MSEIT) chez les personnes âgées de doctorat en psychologie, université Laval.
63. Elder. L (1997). Critical thinking: **The key to emotional intelligence** approche to Enhance social and emotional Learning journal of school Health, 21(1), 186-191.
64. Newsome,S, Day, A .L.,& Catano, V.M (2000). **Assessing the predictive validity of emotional.**
65. Chernaiss, C, Golman. D (2001). **The emotionally intelligent workplace.**

الملاحق

ملحق رقم (01): إمتبيان الطمأنينة النفسية

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أخي الطالب أختي الطالبة:

الأسئلة التي يحتويها المقياس الذي بين يديك هي وسيلة من أجل الحصول على بعض البيانات، والتي تساعدنا في إتمام بحثنا.

لذا نرجو منك التعاون والمساعدة، أجب (ي) من فضلك على كل فقرات المقياس.

إجابتك ستكون في منتهى السرية وستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

أولاً: البيانات الشخصية.

الجنس: ذكر أنثى السن:

التخصص: السنة:

ثانياً - التعلية : أمامك عدد من العبارات. اقرأ كل عبارة بعناية، وحدد (ي) إذا كانت تنطبق عليك دائماً أو أحياناً، أو أبداً، وذلك بوضع إشارة (x) تحت الخانة التي تناسب مع رأيك. شكراً لتعاونك

رقم	العبارة	دائماً	أحياناً	أبداً
أ- الشعور بالراحة النفسية والاستقرار				
01	عندما أكون بين الآخرين أشعر بالارتياح			
02	أخاف من عدم قدرتي إدارة الأمور لبلوغ الأهداف			
03	أشعر أنني راض عن حياتي			
04	أحزن لفترة طويلة من المواقف التي أهان فيها			
05	أن شخص سعيد بصفة عامة			
06	أشعر بالرضا عن تصرفاتي			

			أشعر أنني نافع ومفيد في الحياة	07
			أشعر بالصحة والقوة	08
			أجيد التعبير عن أفكاري وآرائي	09
			أغضب بسهولة	10
ب - الشعور بالتفاؤل والحصول على الخير				
			أشعر عموماً أن حظي حسن	11
			أشعر بأنني إنسان متفائل	12
			أفكر كثيراً في المستقبل	13
			أشعر بأنني عبء على الآخرين	14
			أشعر بأن كل الأمور تنتهي على ما يرام	15
			أشعر بأن الحياة صعبة وثقيلة	16
			أعتقد أن الجهد الشخصي يذلل العقبات مهما عظمت	17
			أميل للمشاركة في المنافسات والمسابقات	18
			أشعر بالقلق من وقوع مكروه لي	19
ج- الشعور بالرضا والسعادة				
			أفضل الهروب من المواقف غير السارة	20
			أشعر غالباً بالضيق من الدنيا	21
			أنظر للحياة عادة أنها مكان مريح لعيش فيها	22
			أشعر بأنني غير منسجم في الحياة بدرجة كبيرة	23
			أشعر بأن حظي في الحياة عادل	24
			أشعر كثيراً بأنني لا أحب الحياة	25
			أشعر بأنني واثق من نفسي إلى درجة كافية	26
			أشعر بأنني شخص ناجح في الدراسة	27
			أشعر بأنني في حالة حسنة	28
			يضايقني الشعور بالنقص	29

			أتصرف عادة تصرفات طبيعية	30
د - الثقة في الله				
			أشعر بالقناعة والرضا	31
			أشعر بالسعادة بعد أداء واجباتي الدينية	32
			عندما أصاب بمشكلة صحية أو مالية أصبر واحسب الاجر على الله	33
			أتوكل وأعتمد في كل أموري على الله سبحانه وتعالى	34
			أفتقر إلى الثقة في الله	35
			أشعر بأني غير راض عن الدنيا	36
			أشعر بأني حظي في الدنيا عادل	37
			أتضايق عندما لا أتمكن من بلوغ هدفي	38
			إيماني بأن كل شيء مقدر يجعلني أقل تلهفا وقلقا	39
هـ - التمرکز حول المجتمع والجماعة				
			أجد سهولة الوقوف في القاعة أمام الطالبة للتكلم في موضوع ما	40
			أحب أن أكون بين الآخرين	41
			أشعر بأن الآخرين يميلون الي	42
			أقبل آراء أصدقائي في تصرفاتي	43
			أشعر بأني أحب الآخرين	44
			أفرح لفرح الآخرين	45
			أشعر بأني محترم من الآخرين بصفة عامة	46
			أشعر أن الآخرين يرون بأني غير طبيعي	47
			أشعر بأن الآخرين يعاملونني معاملة جيدة	48
			أستطيع أن أعمل بصفة جيدة ومنسجمة مع الآخرين	49
			أحبذ أن يراني الآخرين كما أنا	50

استبيان الذكاء الانفعالي

أولاً- المتغيرات التصنيفية:

الجنس: ذكر أنثى

مكان السكن: مدينة قرية

المستوى الاقتصادي للأسرة: منخفض متوسط مرتفع

ثانياً- مقياس الذكاء الانفعالي: يرى غولمان (Goleman 2000)، الذكاء الانفعالي باعتباره

قدرة الفرد على مراقبة انفعالاته وانفعالات الآخرين والتمييز بينهما، واستخدام المعلومات الانفعالية كدليل للفرد في التفكير والسلوك.

الرجاء وضع إشارة (X) في المكان الذي تراه مناسباً:

الرقم	الفقرة	واضحة	غير واضحة	مناسبة	غير مناسبة	التعديل
أولاً- التواصل الاجتماعي						
01	يسهل علي التواصل مع الغرباء					
02	لدي القدرة في التأثير على زملائي لتغيير آرائهم الاجتماعية					
03	أعتبر نفسي موضع ثقة من قبل زملائي في المدرسة وخارجها					
04	أنظم أفكاري أثناء التواصل مع الآخرين					
05	أتجنب الغضب إذا ضايقني أحد زملائي					
المجال الثاني: تنظيم الانفعالات						
06	أنجز الأعمال الموكلة لي بعيداً عن التوتر					
07	أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به					

					أضع عواطفني جانبا عندما أقوم بإنجاز واجباتي	08
					أحقق النجاح حتى تحت الضغوطات	09
					أستجيب لأي موقف بانفعالات مناسبة	10
المجال الثالث: إدارة الانفعالات						
					تساعدني مشاعري الصادقة على النجاح في مواجهة الضغوط	11
					أتحكم في مشاعري وتصرفاتي	12
					أنفذ المهمات الصعبة في الوقت والشكل المطلوب	13
					أستخدم الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة بيسر	14
					تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات مهمة في حياتي	15
المجال الرابع: المعرفة الانفعالية						
					أعتبر نفسي مسؤولاً عن انفعالات	16
					أستطيع التعبير عن مشاعري بعد تفكير عميق	17
					أستطيع إدراك أن مشاعري صادقة	18
					أستخدم انفعالاتي الإيجابية في قيادة حياتي	19
					أستطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار خاص بي أو بالآخرين	20
المجال الخامس: التعاطف						
					لدي استعداد لسماع مشكلات زملائي الطلبة	21
					أحس باحتياجات زملائي وأساعدهم على إشباعها	22
					أجيد فهم مشاعر زملائي وأتعامل معها للبناء عليها	23
					أشعر بالانفعالات التي لا يضطر زملائي للإفصاح عنها	24
					أجيد التعامل مع انفعالات زملائي	25

خصائص عينة الدراسة

نتائج الفرضيات

Corrélations

		طمأنينة	ذكاء
طمأنينة	Corrélation de Pearson	1	,437**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	140	140
ذكاء	Corrélation de Pearson	,437**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	140	140

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

هناك علاقة بين الذكاء و الطمأنينة النفسية

نتائج الفرضية الفروق في الطمأنينة حسب الجنس ليست هناك فروق

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
طمأنينة	ذكر	44	118,0682	12,80334	1,93018
	اناث	96	115,0104	11,92652	1,21725

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances	Test-t pour égalité des moyennes								
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
									Inférieure	Supérieure
طمأنينة	Hypothèse de variances égales	,231	,632	1,376	138	,171	3,05777	2,22225	-1,33630	7,45183
	Hypothèse de variances inégales			1,340	78,392	,184	3,05777	2,28194	-1,48488	7,60041

نتائج فروق في الذكاء = ليست هناك فروق

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
ذكاء	ذكر	44	89,7955	19,84191	2,99128
	اناث	96	89,8438	14,24472	1,45385

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
									Inférieure	Supérieure
ذكاء	Hypothèse de variances égales	6,229	,014	-,016	138	,987	-,04830	2,94884	-5,87905	5,78246
	Hypothèse de variances inégales			-,015	64,096	,988	-,04830	3,32587	-6,69230	6,59571

نتائج الدراسة الاستطلاعية

Effectifs

Statistiques

		جنس	سن	مستوي
N	Valide	40	40	40
	Manquante	0	0	0

جنس

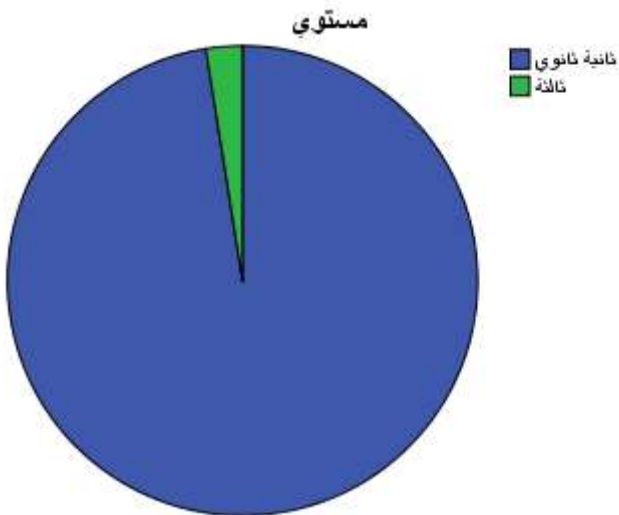
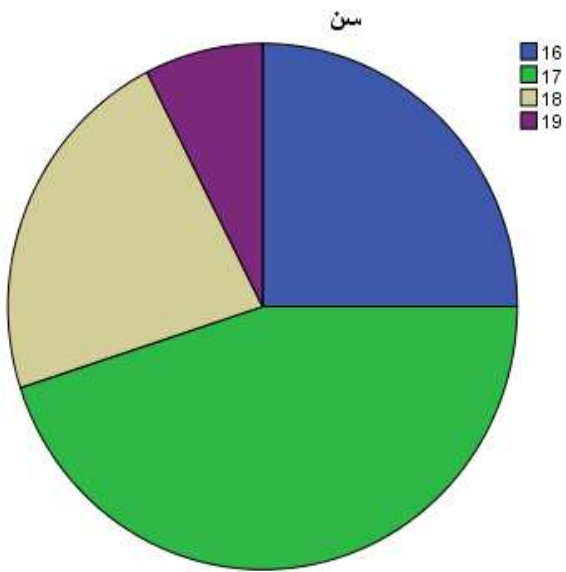
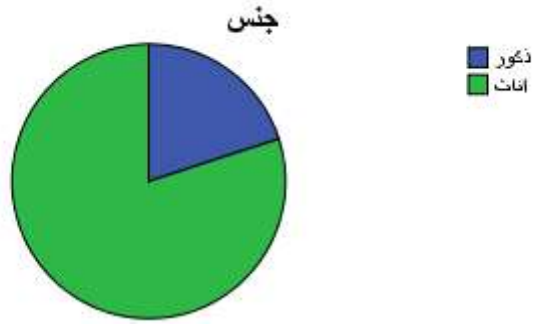
		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكور	8	20,0	20,0	20,0
	اناث	32	80,0	80,0	100,0
Total		40	100,0	100,0	

سن

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	16	10	25,0	25,0	25,0
	17	18	45,0	45,0	70,0
	18	9	22,5	22,5	92,5
	19	3	7,5	7,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

مستوي

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ثانوي ثانية	39	97,5	97,5	97,5
	ثالثة	1	2,5	2,5	100,0
Total		40	100,0	100,0	



Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Observations Valide	40	100,0
Observations Exclus ^a	0	,0
Total	40	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,859	50

RELIABILITY

```
/VARIABLES=س1 س2 س3 س4 س5 س6 س7 س8 س9 س10 س11 س12 س13 س14 س15 س16 س17 س18  
س19 س20 س21 س22 س23 س24 س25 س26 س27 س28 س29 س30 س31  
س32 س33 س34 س35 س36 س37 س38 س39 س40 س41 س42 س43 س44 س45 س46 س47 س48 س49  
س50  
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL  
/MODEL=SPLIT.
```

Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Observations Valide	40	100,0
Observations Exclus ^a	0	,0
Total	40	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

	Partie 1	Valeur	,732
		Nombre d'éléments	25 ^a
Alpha de Cronbach	Partie 2	Valeur	,819
		Nombre d'éléments	25 ^b
		Nombre total d'éléments	50
Corrélation entre les sous-échelles			,590
Coefficient de Spearman-	Longueur égale		,742
Brown	Longueur inégale		,742
Coefficient de Guttman split-half			,738

a. Les éléments sont : 1س, 2س, 3س, 4س, 5س, 6س, 7س, 8س, 9س, 10س, 11س, 12س, 13س, 14س, 15س, 16س, 17س, 18س, 19س, 20س, 21س, 22س, 23س, 24س, 25س.

b. Les éléments sont : 26س, 27س, 28س, 29س, 30س, 31س, 32س, 33س, 34س, 35س, 36س, 37س, 38س, 39س, 40س, 41س, 42س, 43س, 44س, 45س, 46س, 47س, 48س, 49س, 50س.

RELIABILITY

```
/VARIABLES=س1 س2 س3 س4 س5 س6 س7 س8 س9 س10
/SCALE ('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.
```

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
	Valide	40	100,0
Observations	Exclus ^a	0	,0
	Total	40	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,687	10

Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Valide	40	100,0
Observations Exclues ^a	0	,0
Total	40	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

	Partie 1	Valeur	,425
		Nombre d'éléments	5 ^a
Alpha de Cronbach	Partie 2	Valeur	,603
		Nombre d'éléments	5 ^b
		Nombre total d'éléments	10
Corrélation entre les sous-échelles			,521
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,685
	Longueur inégale		,685
Coefficient de Guttman split-half			,681

a. Les éléments sont : 1س, 2س, 3س, 4س, 5س.

b. Les éléments sont : 6س, 7س, 8س, 9س, 10س.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=س11 س12 س13 س14 س15 س16 س17 س18 س19
/SCALE ('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.

```

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach ^a	Nombre d'éléments
-,476	9

a. La valeur est négative en raison d'une covariance moyenne négative parmi les éléments. Par conséquent, les hypothèses du modèle de fiabilité ne sont pas respectées. Vous pouvez vérifier les codages des éléments.

Statistiques de fiabilité

	Partie 1	Valeur	,205
		Nombre d'éléments	5 ^a
Alpha de Cronbach	Partie 2	Valeur	-,420 ^b
		Nombre d'éléments	4 ^c
		Nombre total d'éléments	9
Corrélation entre les sous-échelles			-,286 ^d
Coefficient de Spearman-	Longueur égale		-,803 ^d
Brown	Longueur inégale		-,447 ^d
Coefficient de Guttman split-half			-,777

a. Les éléments sont : 11س, 12س, 13س, 14س, 15س.

b. La valeur est négative en raison d'une covariance moyenne négative parmi les éléments. Par conséquent, les hypothèses du modèle de fiabilité ne sont pas respectées. Vous pouvez vérifier les codages des éléments.

c. Les éléments sont : 15س, 16س, 17س, 18س, 19س.

d. La corrélation entre les sous-échelles (moitiés) du test est négative. Par conséquent, les hypothèses du modèle de fiabilité ne sont pas respectées. Les statistiques qui sont fonction de cette valeur peuvent présenter des estimations en dehors des limites théoriquement possibles.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=س20 س21 س22 س23 س24 س25 س26 س27 س28 س29 س30
/SCALE ('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.
    
```

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,800	11

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,663
		Nombre d'éléments	6 ^a
	Partie 2	Valeur	,699
		Nombre d'éléments	5 ^b
		Nombre total d'éléments	11
		Corrélation entre les sous-échelles	,647
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	,785
		Longueur inégale	,787
		Coefficient de Guttman split-half	,775

a. Les éléments sont : 20س, 21س, 22س, 23س, 24س, 25س.

b. Les éléments sont : 25س, 26س, 27س, 28س, 29س, 30س.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=س31 س32 س33 س34 س35 س36 س37 س38 س39
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.
    
```

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,558	9

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,617
		Nombre d'éléments	5 ^a
	Partie 2	Valeur	,245
		Nombre d'éléments	4 ^b
		Nombre total d'éléments	9
		Corrélation entre les sous-échelles	,267
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	,422
		Longueur inégale	,424
		Coefficient de Guttman split-half	,417

a. Les éléments sont : 31س, 32س, 33س, 34س, 35س.

b. Les éléments sont : 35س, 36س, 37س, 38س, 39س.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,786	11

Statistiques de fiabilité

Partie 1	Valeur	,717
	Nombre d'éléments	6 ^a
Partie 2	Valeur	,625
	Nombre d'éléments	5 ^b
Nombre total d'éléments		11
Corrélation entre les sous-échelles		,558
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale	,716
	Longueur inégale	,717
Coefficient de Guttman split-half		,704

a. Les éléments sont : 40س, 41س, 42س, 43س, 44س, 45س.

b. Les éléments sont : 45س, 46س, 47س, 48س, 49س, 50س.

الصدق التمييزي

Statistiques de groupe

	المبحوثين	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الدرجات الدنيا	الدرجات الدنيا	13	101,5385	5,31688	1,47464
	الدرجات العليا	13	129,5385	5,33253	1,47898

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
الدرجات Hypothèse de variances égales	,421	,522	-13,407	24	,000	-28,00000	2,08852	-32,31050	23,68950
ت Hypothèse de variances inégales			-13,407	24,000	,000	-28,00000	2,08852	-32,31050	23,68950