



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة:

الذكاء العاطفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طالبات

ثانية ماستر علم النفس العيادي

دراسة بجامعة محمد خيضر بسكرة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر تخصص علم النفس العيادي

من اشراف:

د/ محمد بن خليفة

من اعداد:

- أنوار بوحفص

- بن عبد الله نجود

السنة الجامعية: 2024/2023



شكر وعرفان

الحمد لله الفتح العليم على ما انعم علينا بنعمة العقل وكل
النعم ما ظهر منها وما بطن، أحمدك ربي على توفيقك لنا ومدنا بالعزم
والقوة ولإكمال هذا العمل المتواضع.

نتقدم بالشكر الجزيل الى الوالدين الكريمين اللذين كانا سببا في
نجاحنا وتفوقنا فهما من يمتلكان الفضل الكبير لما توصلنا إليه من
درجة العلم وجزيل الشكر الى استأذنا المشرف "بن خلفه محمد" على
توجيهه وإرشاده لنا في هذه الرحلة، كما نتقدم بخالص التقدير
والاحترام لجميع أساتذتنا خلال الموسم الدراسي الجامعي وكل من
أفادنا بعلمه وبخبرته نهدي إليه هذا العمل المتواضع.



ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى تحديد العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي بجامعة بسكرة والمنهج المستخدم هو الوصفي الارتباطي، حيث تم تطبيق المسح الشامل لمجتمع الدراسة طلبة ثانية ماستر علم النفس العيادي حيث تكون مجتمع الدراسة من 150 طالبة عيادية حيث طبق عليهن مقياسا الذكاء العاطفي لبار-اون ومقياس الصحة النفسية ل" م صالح محمد فؤاد مكاوي". توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الذكاء العاطفي لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي جاء بدرجة متوسطة، أما بالنسبة لمستوى الصحة النفسية لديهن فجاءت النتيجة بأنهن يتمتعن بمستوى صحة نفسية مرتفع كما وتوصلت نتائج الدراسة إلى انه لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي.

الكلمات المفتاحية: الذكاء العاطفي، الصحة النفسية، الطالبة الجامعية.

Abstract

The current study aimed to determine the relationship between emotional intelligence and mental health among female students of a second master's degree in clinical psychology at the University of Biskra. The method used is descriptive, correlational, where a comprehensive survey was applied to the study population, students of a second master's degree in clinical psychology, where the study population consisted of 150 female clinical students, to whom it was applied. Bar-On's Emotional Intelligence Scale and the Mental Health Scale by Saleh Muhammad Fouad Makkawi. The results of the study showed that the level of emotional intelligence among second female students of the Master of Clinical Psychology was at an average level. As for their level of psychological health, the result was that they enjoyed an average level of psychological health. The results of the study also concluded that there is no statistically significant relationship between emotional intelligence and psychological health among students. Secondary female students, Master of Clinical Psychology.

الصفحة	العنوان
/	شكر وتقدير
/	ملخص الدراسة
/	قائمة الجداول
أ	مقدمة
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة	
1	1- إشكالية الدراسة
2	2- الدراسات السابقة
3	3- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة
9	4- أهمية الدراسة
10	5- أهداف الدراسة
10	6- فرضية الدراسة
الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة	
12	تمهيد
12	أولاً: الذكاء العاطفي
12	1- مفهوم الذكاء العاطفي
13	2- مرتكزات الذكاء العاطفي
14	3- أهمية الذكاء العاطفي
14	4- قياس الذكاء العاطفي
15	5- الذكاء العاطفي لدى الطالبة الجامعية
17	ثانياً: الصحة النفسية
17	1- مفهوم الصحة النفسية
18	2- أهمية الصحة النفسية
19	3- مستويات الصحة النفسية

21	4-علامات الصحة النفسية
24	5-اختلال الصحة النفسية
25	6-الصحة النفسية لدى الطالبة الجامعية
26	خلاصة الفصل
	الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة
28	تمهيد
28	1-منهج الدراسة
28	2-المجتمع الأصلي للدراسة
28	3-أدوات الدراسة
35	4-الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
35	5-حدود الدراسة
36	خلاصة
	الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها
38	تمهيد
38	1- عرض ومناقشة النتائج حسب التساؤل الأول للدراسة
39	2- عرض ومناقشة النتائج حسب التساؤل الثاني للدراسة
40	3- عرض ومناقشة النتائج حسب فرضية الدراسة
44	خلاصة
46	خاتمة
49	قائمة المراجع
/	قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
29	يمثل أبعاد مقياس الذكاء العاطفي	1
30	يمثل مفتاح تصحيح لمقياس الذكاء العاطفي	2
33	يمثل أبعاد مقياس الصحة النفسية	3
34	يمثل مفتاح تصحيح لمقياس الصحة النفسية	4
38	يوضح مستوى الذكاء العاطفي لدى طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي	5
38	يمثل النتائج الخاصة بمحاور الذكاء العاطفي	6
39	يوضح مستوى الصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي	7
40	يمثل النتائج الخاصة بمحاور الصحة النفسية	8
42	يوضح العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى لطالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي	9

فهرس الملاحق

اسم الملحق	الرقم
مقياس الصحة النفسية	1
مقياس الذكاء العاطفي	2
النتائج النهائية	3



مقدمة

إن التحديات التي يعيشها الفرد في حياته اليومية قد تؤثر في أفكاره وانفعالاته وكيفية تفسيره لتلك المواقف والأحداث، وطبيعة الفرد أنه كائن انفعالي، وهذه الأخيرة تشارك في كل كبيرة وصغيرة وتؤثر وتتأثر بأفكاره ومعتقداته. لذا لا بد من التوازن بين العاطفة والعقل لكي يتم الوصول إلى سلوك سوي ولكي لا يختل السلوك فلا تغلب العاطفة ولا العقل.

وتعد موضوعات مثل الذكاء العاطفي والسعادة وجودة الحياة والصحة النفسية من المفاهيم الأساسية في علم النفس الايجابي وهو فرع جديد وعصري بسبب ما يترتب عن الفرد من آثار ايجابية عديدة تعكس توافقه وصحته النفسية. فالذكاء العاطفي له دور مهم في العلاقات الاجتماعية واستمراريتها وبناء روابط اجتماعية ناجحة وإيجابية بين الأفراد، كما أن الكفاءة الوجدانية يبني عليها غيرها من الكفاءات مثل ضبط النفس.

وأن الحياة الجامعية من أبرز مراحل تنمية وتجديد وتطوير هاته الخاصة خصوصا لدى الطالب الجامعي الذي هو بحد ذاته ركيزة المجتمع عامة، لذا يجب أن يتمتع كل طالب بهاتين الصفتين بمستوى مقبول وجيد للاستمرار بعيش حياة هنية سواء على الجانب الشخصي أو المهني مستقبلا وهنا نقصد طالبات علم النفس الإكلينيكي بحكم أنهم أخصائيات نفسانيات في المستقبل ويجب عليهن تعليم وتنمية هذه المهارة لدى الأفراد الذين يعانون من ضعف في ذكائهم العاطفي مما يؤثر على حياتهم سلبا. وعلى هذا بات من الضروري البحث والاهتمام بالطالب الجامعي خصوصا المقبلين على ممارسة العيادية.

حيث أن الذكاء العاطفي يساعد على فتح أبواب التفاعل مع العواطف الداخلية، وهذا يسهم في فهم أعماق الذات وتفاصيلها النفسية، وهذا بدوره يمكن الطالبات من التعرف إلى مشاعرهم واحتياجاتهن العاطفية بشكل أفضل.

وانطلاقا من هذا الطرح جاءت هذه الدراسة لتحديد مستوى الذكاء العاطفي ومستوى الصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي من خلال جانب نظري وآخر تطبيقي حيث قسمت إلى أربعة فصول موسومة.

الفصل الأول: والموسوم بالإطار العام للدراسة

الفصل الثاني: الموسوم بمدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

الفصل الثالث: الموسوم بالإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

الفصل الرابع: الموسوم بعرض نتائج الدراسة ومناقشتها.

وفي الأخير خاتمة وقائمة المراجع.



الإطار العام للدراسة



الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1- إشكالية الدراسة

2- الدراسات السابقة

3- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة

4- أهمية الدراسة

5- أهداف الدراسة

6- فرضية الدراسة

1-الإشكالية :

يتزايد اليوم الاهتمام بالطالب الجامعي بزيادة دوره في الحياة الاقتصادية والاجتماعية , فالطالب الجامعي اليوم أمامه تحديات كبيرة تجعل منه يحض بمكانة مرموقة وباعتباره أكثر الفئات العمرية التي تبني الدولة آمالها عليه أن يكون جدير بهذه المكانة التي قدمت له لهذا عليه أن يمتلك كل المواصفات والقدرات التي تمكنه على العمل والتوافق مع مختلف التحولات التي تواجهه ومن خصائص الطالب الجامعي كسب علاقات اجتماعية ناجحة وان يكون قادر على العطاء في مجالات عديدة فهو لبنة صالحة في أمته ومجتمعه .كما قد يخضع الطالب الجامعي للعديد من التجارب والضغوط النفسية سواء ضغوط أكاديمية أو اجتماعية أو ضغوط الحياة عامة (اقتصادية ، أسرية ..) وهذه المواقف والأزمات قد تنعكس على سلوكه وانفعالاته في علاقاته مع الزملاء والدراسة...الخ.

فقدرة الطالب على التوافق ومواجهة الحياة بنجاح تعتمد على التوظيف المتكامل لقدراته العقلية والانفعالية وان النجاح في العلاقات الشخصية قد يعتمد على التفكير في خبراته الانفعالية والمعلومات الانفعالية والاستجابة بوسائل متوافقة انفعاليا. فالطالب يبذل مجهودا كبيرا من اجل التغلب على الصعاب، وتحقيق ذاته، وإثبات قدراته في ظل بيئة تعج بالتناقضات والمنافسة لتحقيق التوافق النفسي.

فعليه العمل على فهم انفعالاته الذاتية، ومعرفة مكونات وجدانه والاستبصار بقدراته والعمل على تطويرها. ومن اجل تحقيق والتوافق النفسي يتوجب عليه امتلاك مهارات فهم انفعالات الآخرين. والقدرة على التكيف وإدارة الضغوط النفسية وهذه المهارات كلها تندرج ضمن ما يسمى بمهارة الذكاء العاطفي.

وهذا ما أكدته دراسة حاج احمد يحي (2015) والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى الذكاء العاطفي لدى طلبة اليرموك وتبعاً لمتغيرات (الجنس -التخصص، والمستوى الدراسي، والمشاركة في الأنشطة اللامنهجية). حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الذكاء العاطفي لدى الطلبة مرتفع.

أما الصحة النفسية تجعل الفرد أكثر قدرة على الثبات والصمود اتجاه الشدائد والأزمات ومواجهتها ومحاولة التغلب عليها ، وتجعله أكثر حيوية وإقبالا على الحياة كما تجعله اقدر على المثابرة و الإبداع، وتساعد الفرد على فهم نفسه والآخرين من حوله وتجعله يدرك دوافع سلوكه محققا السعادة والرضا، فالطالب الجامعي يسعى لتحقيق التوافق مع التغيرات النفسية والاجتماعية والفسولوجية للوصول إلى أهدافه وطموحاته في ظل مطالب الحياة الجامعية التي تتوجب تحقيق الاستقلالية وتحمل المسؤولية وتحقيق الذات ككيان مستقل

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

بعيد عن الأسرة والتفاعل مع المجتمع الجامعي بإيجابية للوصول للسعادة وتحقيق الصحة النفسية، فالصحة النفسية للطالب لها نفس أهمية الصحة الجسدية، وتكمن هذه الأهمية في تحقيق التوافق في الوسط الجامعي من خلال تحقيق أهدافه وبناء مستقبله، وهذا ما قد يعرضه لبعض الضغوطات والمشكلات النفسية التي قد تؤثر على البناء النفسي، فالحياة النفسية والاجتماعية و الأكاديمية للطالب تتطلب منه نظرية ايجابية للتكيف معها والقدرة على حل المشكلات. وهذا ما أكدته دراسة توفيق الشهري (2018) التي هدفت إلى الكشف عن الصحة النفسية للطالب الجامعي.

و دراسة بدوي زينب، ودبار حنان (2023) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلبة سنة ثانية علم النفس بجامعة الوادي، حيث أسفرت نتائج الدراسة على أن مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة منخفض.

فمن خلال المعاشة اليومية للطالبات المختصات في علم النفس العيادي ثانية ماستر تم ملاحظة مجموعة من السلوكيات التي قد تدل على عدم تمتعهن بالذكاء العاطفي والصحة النفسية الايجابية مثل انخفاض في إدارة الضغوط والتحكم في الانفعالات و الوجدانات، وهذا ما دفع للقيام بهذه الدراسة للتأكد من مستوى الذكاء العاطفي لديهن ومستوى الصحة النفسية كذلك، خصوصا لأنهم مقبلات على الممارسة السريرية والتمهن في ميدان علم النفس العيادي ومساعدة الأخر على تحقيق التوافق النفسي والوصول إلى الحياة المهنية واكتساب مهارات إدارة الذات والتعاطف.

ونظرا لأهمية هذا الموضوع وارتباطه بالمستقبل المهني للمختصات النفسانيات وكون هذا الموضوع من ميادين علم النفس العيادي وعلم النفس الايجابي أيضا قد أجريت العديد من الدراسات السابقة للبحث في العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين ومن هذه الدراسات دراسة مليكة لكحل (2016) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طلبة علم النفس بالمسيلة والتي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين المتغيرين. لذا جاءت هذه الدراسة للإلمام بهذا الموضوع أكثر من خلال طرح التساؤل التالي :

هل توجد علاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي.

ويتفرع عن هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

- ما مستوى الذكاء العاطفي لدى طالبات ثانية ماستر عيادي؟

- ما مستوى الصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر عيادي؟

2-الدراسات السابقة:

في حدود وإطلاع الطالبتان الباحثتان تم الحصول على الدراسات التالية:

1-2- قام " بوخالفة حمزة " (2019) بدراسة ميدانية تحت عنوان الذكاء الوجداني وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة عشوائية بلغ عددها 20 طالب، من طلبة دكتوراه علوم وتقنيات النشاطات البدنية بالجامعة الجزائرية. حيث هدفت الدراسة إلى تحديد نوع العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية، استخدم المنهج الوصفي الارتباطي.

حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء الوجداني والصحة النفسية.

2-2- دراسة لطالبتان الباحثتان رحاب معمري و مريم جنجاني (2020) تحت عنوان الذكاء العاطفي كمنبئ بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة دراسة وصفية ميدانية بجامعة الوادي حيث هدفت الدراسة إلى قياس مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي ومعرفة العلاقة بينهما وكذلك قياس الفروق في مستوى الصحة النفسية وتكونت العينة من 150 طالب وطالبة . تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية .

3-2- دراسة "عائشة سالم سعيد" (2021) بعنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة كلية آداب حيث هدفت إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصحة النفسية، بالإضافة إلى تأثير بعض المتغيرات، اتبعت المنهج المستخدم في الدراسة هو المنهج الوصفي،،تم اختيار عينة الدراسة عن طريق العينة العشوائية 100 طالب استخدم الباحثان مقياسا الذكاء العاطفي والصحة النفسية .وجدت الدراسة أن مستوى الصحة النفسية والذكاء الانفعالي جاء برده مرتفعة وكانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصحة النفسية والذكاء الانفعالي , كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي.

4-2-دراسة الباحث "مجدوب احمد محمد قمر " تحت عنوان الصحة النفسية والذكاء الوجداني وعلاقتها ببعض المتغيرات (دراسة على عينه من طلبة كلية مروي التقنية) والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصحة النفسية والذكاء الوجداني، بالإضافة لبعض المتغيرات، والمنهج المستخدم هو الوصفي والعينة 100 طالب وطالبة عام 2015-2014. حيث أسفرت نتائج الدراسة أن مستوى الصحة النفسية الذكاء الانفعالي مرتفع وكانت هناك علاقة دالة إحصائياً بين الصحة النفسية والذكاء الوجداني

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد استعراض مجموعة من الدراسات السابقة المتعلقة بدراستنا والبالغ عددها 4 دراسات كلها تناولت الذكاء الوجداني وعلاقته بالصحة النفسية.

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة نلاحظ اشتراكها في الأهداف واشتراكها في تبني المنهج الوصفي وسعت إلى الكشف عن وجود علاقات ارتباطية بين متغير الذكاء العاطفي والصحة النفسية وبين عدة متغيرات، وأن الفئة المدروسة كانت أغلبيتها من الطلبة أما حجم العينات فهي متفاوتة عينات صغيرة ومتوسطة وكبيرة وفيها يخص الأدوات فقد تنوعت أيضاً فهناك من استعمل مقياس الذكاء العاطفي من إعداد الباحث وأخرى ليست من إعدادهم بل متبناة حسب المتغيرات التي تم قياسها. أما الأساليب الإحصائية فتناولت اغلب الدراسات السابقة معامل ارتباط بيرسون والذي يدل بالعلاقة بين متغيرين كميين، كذلك نجد بعض من أضافت أساليب أخرى كاختبار "ت" لدلالة الفروق ومعامل ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقاييس، ومعادلة سبيرمان وبراون للتأكد من صدق المقاييس والأشكال البيانية والوسيط تحليل البيانات بواسطة البرنامج الإحصائي SPSS.

فيما يخص النتائج: يتضح من العرض السابق طبيعة العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية كان هناك تشابه في النتائج في وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين.

ومنه نستخلص أن هناك تشابه في نتائج الدراسات السابقة سواء في الفروق أو طبيعة العلاقة.

تمت الاستفادة من الدراسات السابقة من حيث تحديد المنهج المناسب للدراسة الحالية والأساليب المعتمدة للوصول إلى النتائج وتفسيرها , كما ساهمت في توضيح أهمية الدراسة الحالية , وفي دعم مشكلة الدراسة وتطورها وفهمها ,في التعرف على أهم المصادر والمراجع , وكذا إثراء الإطار النظري , والإضافة التي قدمتها الدراسة الحالية هي تركيزها على الفئة المستهدفة وهي طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي عن طريق

المسح الشامل لأن هذه الفئة تمثل شريحة مهمة في المجتمع الجامعي بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة كما لهم تأثير على النواحي العلمية والعملية في المستقبل المهني للأخصائي النفسي .

3-التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

الذكاء العاطفي: أنه القدرة على مراقبة المشاعر والانفعالات الذاتية ومشاعر الآخرين، والقدرة الكلية للشخص ليتكيف مع متطلبات البيئة مثل السمات ما بين الشخصية والقدرات المعرفية.

ويعرف إجرائيا: بأنه الدرجة الكلية المتحصل عليها من قبل طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي جامعة بسكرة -شتمه- من خلال تطبيق مقياس الذكاء العاطفي لبار-اون.

الصحة النفسية: هي الحالة التي يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا ويشعر بالسعادة والكفاية والراحة النفسية، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته واستثمار طاقته، ويكون قادر على مواجهة مطالب الحياة وإدارة الأزمات النفسية. خليفي (2018 , 46)

وهي الوضعية النفسية التي يتواجد فيها الفرد من حيث شعوره بالرضا والتوافق والتكيف مع ذاته ومع الآخرين وكذا شعوره بالسعادة والاتزان الانفعالي وخلوه من الأمراض الجسدية والنفسية. شهري (2018, 181) ويتحدد المفهوم إجرائيا: بالدرجة التي يحصل عليها الطالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي من خلال تطبيق عليهم مقياس الصحة النفسية ل "صالح فؤاد محمد مكاوي " الذي يقيس السعادة في الحياة والرضا عن الذات والخلو النسبي من الأعراض المرضية والأمن النفسي.

4-أهمية الدراسة:

- * الاهتمام بالبر وفيل الشخصي للمختص النفسي العيادي.
- * الاهتمام بجانب من جوانب علم النفس الايجابي وهو الصحة النفسية التي تتعلم بتكامل جميع الوظائف النفسية من تقبل الذات والشعور بالسعادة والثقة بالنفس والرغبة في التقدم العلمي.
- * تطبيق الدراسة على طالبات علم النفس العيادي وهي فئة تمثل شريحة مهمة في المجتمع الجامعي بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة لما لهم من تأثير على النواحي العلمية والعملية في المستقبل المهني للأخصائي النفسي.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

* تتضح أهمية الدراسة في طبيعة المتغيرات التي تم تناولها فهي متغيرات ايجابية لها صداها في واقع علم النفس وخاصة المجال المهني.

* استهدفت الدراسة واقع الصحة النفسية والذكاء العاطفي لدى طالبات علم النفس العيادي بذلك هي تسعى لتحقيق رؤية استكشافية صحية واجتماعية لأخصائيات المستقبل باعتبار التمتع بالاستقرار النفسي وتحقيق الفرد لذاته والتكيف مع مجتمعه هو من ضمن محددات الصحة النفسية.

5-أهداف الدراسة:

- * التعرف على مستوى الذكاء العاطفي لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي.
- * التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي.
- * تحديد نوع العلاقة الموجودة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي.

6-فرضية الدراسة: استنادا إلى الدراسات السابقة المتوفرة لدى الطالبتان الباحثتان تم صياغة الفرضية التالية:
توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي.

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

تمهيد

أولاً: الذكاء العاطفي

- 1- مفهوم الذكاء العاطفي
- 2- أهمية الذكاء العاطفي
- 3- مرتكزات الذكاء العاطفي
- 4- قياس الذكاء العاطفي
- 5- الذكاء العاطفي لدى الطالبة الجامعية

ثانياً: الصحة النفسية

- 1- مفهوم الصحة النفسية
- 2- أهمية الصحة النفسية
- 3- مستويات الصحة النفسية
- 4- علامات الصحة النفسية
- 5- اختلال الصحة النفسية
- 6- الصحة النفسية لدى الطالبة الجامعية

خلاصة

تمهيد:

حظي مفهومي الذكاء العاطفي والصحة النفسية باهتمام الكثير من الباحثين في علم النفس الإيجابي خاصة وعلم النفس العيادي عامة حيث توالى هذه الدراسة على كيفية نجاح الفرد في جميع المجالات حياته سواء الأكاديمية أو المهنية أو حتى الشخصية، لذا سيتم التطرق في هذا الفصل على ما مفهوم هذين المتغيرين ومدى أهميتهما لدى الطالبات الجامعيات وعلاقتها ببعض.

أولاً: الذكاء العاطفي

1- مفهوم الذكاء العاطفي

يعرفه جيهر وآخرون (2001) (geher g et al):

أنه شكل من الأشكال المتميزة للذكاء، يتضمن القدرة على إدراك الانفعالات الخاصة وفهمها وتفسير عواطف الآخرين .

الذكاء الوجداني بأنه القدرة على الإحساس، Cristina casper كذلك ترى كريستينا كاسبر (2001)

والفهم والتحكم واستخدام المعرفة والقوة الانفعالية بوصفها مصدرا للطاقة الإنسانية والدافعية والتواصل والتأثير والانجاز. صافية (2013ص65)

(bar-on): كما عرف بارون

الذكاء العاطفي بأنه: مجموعة من المهارات غير المعرفية والتي تؤثر على أساليب التكيف مع الضغوط وقد عرف ماير الذكاء العاطفي بأنه مجموعة المهارات التي يعزى إليها تصحيح مشاعر الذات واكتشاف الملامح الانفعالية للآخرين، واستخدم تلك المشاعر في الدافعية والانجاز في حياة الفرد.

وعرف الباحثان عثمان ورزق الذكاء العاطفي إجرائياً على النحو الآتي :

"الذكاء العاطفي هو القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح، وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين وشاعرهم للدخول في علاقات ايجابية

تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية. ربيعي (2021) ص (183)

ويعرف إبراهيم (2005) الذكاء العاطفي بأنه عبارة عن مجموعة من الصفات الشخصية والمهارات الاجتماعية والوجدانية التي تمكن الشخص من تفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وعرفه أيضا الذكاء العاطفي بأنه قدرة الفرد على الاستخدام الذكي للعواطف وتكوين علاقات طيبة مع الآخرين.

وضبط الانفعالات بما يتناسب ومشاعر الآخرين وتوظيفها بطريقة تزيد من فرص نجاحه في الحياة ومن ثم يكون أكثر قدرة على ترشيد حياته النفسية والاجتماعية انطلاقا من هذه المهارات. الرؤوف (2018) ص (45).

نستنتج من التعاريف السابقة أن الذكاء العاطفي هو القدرة على فهم وإدراك الانفعالات الشخصية وانفعالات الآخرين وتفسيرها والتحكم فيها.

2- مرتكزات الذكاء العاطفي:

حدد هندري وينزجر أربعة مرتكزات للذكاء العاطفي هي كالتالي:

- القدرة على قراءة العواطف وترشيد الانفعالات وتقييمها بطريقة موضوعية والتعبير عنها بوضوح.
- القدرة على إطلاق المشاعر حسبما يقتضي الموقف وبطريقة تساعد على فهم الإنسان لذاته وللمن حوله وتفعيل علاقاته معهم.
- القدرة على سبر غور الآخرين وتوقع ما يريدون قوله واستيعاب المعلومات في سياقها ثم استخدام هذه المعلومات وزيادة فاعليتها.
- القدرة على التنظيم وإدارة النفس وتنميتها عاطفيا وفكريا وانفعاليا.

3- أهمية الذكاء العاطفي:

في كتاب صخر (2006.ciarrochiet.2021) ذكر أن الذكاء العاطفي يستعمل عادة لفهم أنفسنا والآخرين من خلال فهم الذكاء العاطفي نساعد أنفسنا حول النهج العاطفي كإشارة لنا لفهم المشاعر. فمع نظرية قدرات الذكاء العاطفي ويمكن تحديد كيف تعمل العاطفة كمصدر للمعلومات المهمة. مثال ذلك مشاعر الناس في موقف ما بوجود الذكاء العاطفي سيوفر إشارة مهمة حول ما حدث، وكيف سيتفاعل الناس بعد ذلك سيساعد الناس شخصا ما على تحليل الموقف في مناطق معينة بناء على معلوماتهم العاطفية لمساعدتهم على اتخاذ قرارات أفضل. ولتطوير الذكاء العاطفي نحتاج إلى التركيز على أربعة دوافع الوعي، احترام الذات والتحفيز.

3-1- الوعي: يتضمن وعي المرء بأفكاره ومشاعره وسلوكياته، يطور إستراتيجية "الفلاسفة". يتعلم الفلاسفة بسرعة ويراكمون المعرفة لكم يصعب عليهم الانتقال من النظرية إلى الممارسة وترجمة المعرفة إلى مهارات حقيقية.

3-2- احترام الذات: ويشمل القبول والقدرة على عدم الاعتماد على التقييمات والآراء الخارجية، والتصور الايجابي للعالم والتصميم. يساعد على إتقان إستراتيجية "النجوم". هؤلاء الناس واثقون من أنفسهم، لكنهم يميلون إلى التحدث لإثارة إعجابهم.

3-3- التحفيز: يتضمن الانفتاح على الأشياء الجديدة وتحديد الأهداف وتجربة الإخفاقات والسعي لتحقيق الذات ويساعد على إتقان إستراتيجية الأبطال يتمتع الأبطال بالتطوير الذاتي والانجازات لذا فهم يتحسنون باستمرار، ويمكنهم قيادة الناس. يتعرض الأبطال للإرهاق سريعا إذا لم يفهموا أسباب عملهم.

3-4- القدرة على التكيف: يتضمن التعاطف، والتسامح مع الإجهاد واتخاذ القرار ومهارات الاتصال. يطور استراتيجية "القادة" هؤلاء الأشخاص مقاومون للإجهاد ومتعاطفون ويعملون بجد لكنهم عرضة إلى لمتلازمة المحتال. هذا تشويه معرفي عندما يعد الشخص نفسه مخادعا ولا ينسب الانجازات إلى صفاته ومهاراته.

4- قياس الذكاء العاطفي: لا يزال قياس الذكاء الانفعالي في مهده يحاول أن يبدأ خطواته الأولى حديثا، فالدراسات التي أجريت في هذا المجال تكاد تكون نادرة، وربما يرجع ذلك إلى حداثة المفهوم نسبيا، رغم أنه أصبح تحت التركيز بين العامة والممارسين والباحثين والمتخصصين (Crauso, 2000).

4-1- القدرات التي يتم قياس الذكاء بناء عليها:

يحتوي الذكاء كقدرة عقلية عامة على عدد من القدرات العقلية الفرعية والتي يتم قياس الذكاء بناء عليها واهم هذه القدرات هي: فهم معاني الألفاظ والطلاقة اللفظية، الذاكرة، التصور المكاني سرعة الإدراك والاستدلال .
Source spécifiée non valide.

يعتمد قياس مخزون الكفاءة الانفعالية والاجتماعية (ESCI) على أداة قديمة تُعرف باسم استبيان التقييم الذاتي. تم تصميم هذا المقياس لتقييم القدرات الاجتماعية والانفعالية التي تساعد في تمييز الناس كقادة أقوى. ظهر عدد من المقاييس المختلفة لقياس مستويات الذكاء الانفعالي. تنقسم هذه الاختبارات عمومًا إلى نوعين: اختبارات التقرير الذاتي واختبارات القدرة، وسوف نتناول في هذا المقال اختبارات التقرير الذاتي بالتفصيل

4-2- اختبارات التقرير الذاتي: تعد اختبارات التقرير الذاتي هي الأكثر شيوعًا لأنها أسهل في الإدارة والتوصل إلى نتائج. في مثل هذه الاختبارات، يرد المستجيبون على الأسئلة أو العبارات بناءً على سلوكياتهم وشخصياتهم، وتتكون اختبارات التقرير الذاتي من مقياس خماسي. من ناحية أخرى، تتضمن اختبارات القدرة جعل الأشخاص يستجيبون للمواقف ثم تقييم مهاراتهم. غالبًا ما تتطلب مثل هذه الاختبارات من الأشخاص إثبات قدراتهم، والتي يتم تصنيفها بعد ذلك من قبل طرف ثالث.

ومن الأمثلة عليه: اختبار Mayer-Salovey-Caruso للذكاء الانفعالي (MSCEIT) حيث يقوم المتقدمون للاختبار بأداء مهام مصممة لتقييم قدرتهم على إدراك وتحديد وفهم وإدارة العواطف. أيضًا هناك الكثير من الموارد غير الرسمية والمجانية على الإنترنت بغرض التحقق من نكائك الانفعالي. **Source spécifiée non valide.**

5- الذكاء العاطفي لدى الطالبة الجامعية:

يشير الذكاء العاطفي إلى القدرة على التعرف على عواطف الفرد ومشاعر الآخرين وفهمها وأدارتها، فهو عامل حاسم في النجاح الشخصي والمهني وله تأثير كبير على علاقات الأفراد وصنع القرار. وأحد جوانب الذكاء العاطفي التي حظيت باهتمام كبير هي أنماط الذكاء العاطفي وهي أنماط فريدة للسلوك والفكر الذي يظهره الأفراد عند التعامل مع المعلومات العاطفية.

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

ويعرف أسلوب التعبير العاطفي إلى الأفراد المنفتحين والمعبرين عن مشاعرهم، إذ يميل هؤلاء الأفراد إلى الانفتاح والتواصل، وهم مرتاحون لمشاركة مشاعرهم مع الآخرين من ناحية أخرى يكون الأفراد الذين لديهم أسلوب التحكم العاطفي أكثر تحفظا وتحكما في تعبيرهم العاطفي ويميلون إلى الانطوائيين. وقد يكافحون للتعبير عن مشاعرهم بشكل فعال. بينما يشير أسلوب الوعي العاطفي إلى الأفراد المتناغمين بدرجة عالية مع مشاعر الآخرين ويميلون إلى التعاطف والحساسية.

وتعد العلاقة بين أنماط الذكاء العاطفي والتعليم معقدة ومتعددة الأوجه، وقد نجد الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من التعبير العاطفي والوعي العاطفي أنه من الأسهل بناء علاقات قوية مع المعلمين وزملاء الدراسة، مما يؤدي إلى بيئة تعليمية أكثر ايجابية وداعمة بالإضافة إلى ذلك قد يكون هؤلاء الأفراد مجهزين بشكل أفضل لفهم وإدارة عواطفهم، مما يسمح لهم بالاستمرار في التركيز والمشاركة في دراساتهم.

من ناحية أخرى قد يعاني الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من التحكم في بيئات تعليمية مشحونة عاطفيا. قد يجدون صعوبة في التعبير عن مشاعرهم بشكل فعال وطلب الدعم من الآخرين مما يؤدي إلى الشعور بالعزلة والتوتر. ومع ذلك قد يتفوق هؤلاء الأفراد أيضا في الموضوعات التحليلية والمنطقية حيث لا تكون العواطف بارزة.

بالتأكيد ، هناك بعض الاعتبارات المهمة الأخرى المتعلقة بأنماط الذكاء العاطفي على عكس الذكاء التقليدي ،فان الذكاء العاطفي ليس ثابتا ويمكن تطويره بمرور الوقت مع الممارسة ،حيث يمكن للمعلمين أن يؤدوا دورا حاسما في تعزيز تنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى طلابهم من خلال دمج التمارين والأنشطة التي تساعد الطلاب على فهم وتنظيم عواطفهم .وللذكاء العاطفي القدرة على تحسين الأداء الأكاديمي وأظهرت الأبحاث أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الذكاء العاطفي يميلون إلى الأداء الأكاديمي بشكل أفضل ومن المرجح أن ينجحوا في دراساتهم .ومن خلال تطوير مهارات الذكاء العاطفي يمكن للطلاب إدارة الإجهاد والمشتتات بشكل أفضل مما يسمح لهم بالبقاء مركزين وملتحمسين .

ويؤدي أيضا إلى تجربة تعليمية أكثر إرضاء وإثراء. العظيم (2020 ص102)

● الذكاء العاطفي يمكن قياسه وتطويره عبر عدة طرق واختبارات واستبيانات وهو عنصر مهم جدا في مسير الطالبة الجامعية المهنية أو الشخصية.

ثانيا: الصحة النفسية

1- مفهوم الصحة النفسية :

هي القدرة على التوافق مع نفسه ومع غيره من الأفراد وهذا المفهوم شامل غير محدد ويدل على قدرة الفرد على التوافق والتمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب. مليئة بالتحمس ويعني هذا أن يرضى الفرد عن نفسه وان يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين فلا يبدو منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي كما لا يسلك سلوكا اجتماعيا شادا بل يسلك سلوكا معقولا يدل على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي في ظل مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف. عبد الحليم (2008، ص8).

-الصحة النفسية هي التوافق التام بين الوظائف الجسمية المختلفة مع القدرة على مواجهة الصعوبات العادية المحيطة بالإنسان مع الإحساس الإيجابي بالنشاط والحيوية. أبو دلو. (2015ص34)

- يعرفها زهران (2005) بأنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا، شخصيا، انفعاليا، واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته، ويشعر بالسعادة مع نفسه، ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عاديا ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام. والصحة النفسية حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك، وليست مجرد غياب أو خلو من أعراض المرض النفسي.

-يعرفها القوسي على أن مفهوم الصحة النفسية يعبر على التوافق والتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية التي تطرأ عادة على الإنسان، مع الإحساس الايجابي بالسعادة والكفاية. فالفرد حسب هذا التعريف لا يعاني من أي مرض نفسي، لكنه دائما في حالة تأهب واستعداد لمواجهة صراعاته النفسية. وبسبب قدرته على حل مشاكله بثبات وعزم نتيجة تنوع ميكانيزماته الدفاعية وفعاليتها فانه يشعر بالسعادة. ناجية دايلي (2018، 175).

● تعد الصحة النفسية مفهوما شاملا يتجاوز غياب الأمراض النفسية ليشمل حالة من الرفاهية تسمح للشخص بالعيش حياة مرضية وإنتاجية ، فهي تتضمن جوانب عاطفية واجتماعية وذهنية تؤثر على كيفية تفكيرنا وشعورنا وسلوكنا، فالصحة النفسية تتضمن أبعاد رئيسية والتي تشمل : الرضا عن النفس أي الشعور بالقيمة والذاتية والثقة بالنفس والقبول الذاتي ، والتنظيم العاطفي أي أن القدرة على التعرف على المشاعر وفهمها والتعبير عنها بطريقة صحية ، وإقامة علاقات ايجابية أي بناء علاقات قوية وداعمة مع العائلة والأصدقاء والمجتمع، والتكيف مع التحديات والقدرة على مواجهة الضغوطات والمشاكل بطريقة فعالة ، بالإضافة إلى الإنتاجية وتحقيق الأهداف ، والمساهمة في المجمع والشعور المهني أي إيجاد مغزى وهدف في الحياة.

2- أهمية الصحة النفسية :

إن أهمية الصحة النفسية تكمن في كونها تقدم خدمات لكل من الفرد والمجتمع وكما يأتي:

2-1- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد:

إن الصحة النفسية مهمة جدا للفرد وذلك لعدة أمور نجلها فيما يلي:

التوافق: ويعني ذلك التوافق الشخصي بالرضا عن النفس وفهم نفسه والآخرين من حوله.

فهم الذات: فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع ذاته فهو يعرف ذاته ويعرف حاجاته وأهدافه.

الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر والاضطراب والصراعات المستمرة مما يجعله يشعر بالسعادة مع نفسه.

الصحة النفسية تجعل الفرد قويا تجاه الشدائد والأزمات وتجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل متكامل متناسق.

الصحة النفسية تجعل الأفراد قادرين على التحكم بعواطفهم وانفعالاتهم وبالتالي تجعلهم يسلكون السلوك السوي ويتعدون عن السلوك الخاطيء.

إن الهدف النهائي للصحة النفسية هو إيجاد أكبر عدد من الأفراد الأسوياء

2-2- أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع:

إن الصحة النفسية مهمة بالنسبة للمجتمع بمختلف مؤسساته، لأنها تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على نمو شخصية الفرد ويمكن أن نورد بعض النقاط الهامة لأهمية الصحة النفسية للمجتمع:

- الصحة النفسية السليمة بالنسبة للوالدين تؤدي إلى تماسك الأسرة والذي يؤدي إلى خلق جو ملائم لنمو شخصية الطفل المتناسكة وتجعل الأفراد أكثر قدرة على التوافق الاجتماعي.

- تعد الصحة النفسية ذات أهمية للمدرسة حيث أن العلاقة السوية بين الإدارة والمدرسين وبين المدرسين أنفسهم تؤدي إلى نموهم السليم والذي ينعكس على نمو التلاميذ فينمو نموا سليما كذلك فإن العلاقة الجيدة بين المدرسة والبيت تساعد على النمو النفسي للتلميذ.

- الصحة النفسية مهمة للمجتمع لأنها تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على نمو شخصية الفرد وعلى المجتمع الذي يعيش فيه.

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

- الصحة النفسية للمجتمع في غاية الأهمية لان المجتمع الذي يعاني من التمزق وعدم التكامل بين مؤسساته هو مجتمع مريض.

لذلك نستنتج مما سبق أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع وقدراتها على تحقيق التكامل والنماء والسعادة. أبو اسعد (2015.ص43)

الصحة النفسية هي الركيزة الأساسية لحياة الفرد والمجتمع فهي تمكن الفرد من تحقيق ذاته، والعيش بحياة مرضية، والمساهمة بشكل ايجابي في مجتمعه، فالصحة النفسية الجيدة بالنسبة للفرد فهي تعزز لديه الشعور بالسعادة والرضا، وتحسين في علاقاته الاجتماعية، وتحفزه على الانجاز والإنتاجية، كما أنها تساعد على التكيف مع ضغوطات الحياة، والتقليل من خطر الإصابة بالأمراض الجسدية وتساهم أيضا في الوقاية من المشكلات الاجتماعية مثل الجريمة والعنف.

أما بالنسبة للمجتمع فتعد الصحة النفسية الجيدة أساسا لتنمية رأس مال البشري وتعزز من التنمية الاقتصادية كما تساهم في خلق مجتمعات أكثر استقرارا وازدهارا. فالصحة النفسية هي مسؤولية فردية ومجتمعية ويجب على الجميع التعاون لخلق بيئة تعزز الصحة النفسية وقلل من الوصمة المرتبطة بيها.

3- مستويات الصحة النفسية :

إن نسبة الصحة النفسية تجعل من كلا الأمرين السواء واللاسواء يقعان على درجات سلم التوزيع الاعتدالي بين من يتمتع بالصحة النفسية بدرجة عالية وبين الواهين نفسيا بدرجة كبيرة، في حين تقع المستويات الأخرى بين هذين القطبين، ويرجع ذلك إلى عدم وجود حد فاصل بين الصحة النفسية والمرض النفسي.

ويؤكد " أبو حويج , والصفدي " أن الصحة النفسية لا توهب , ولكن تكتسب بتحسين الخلق مع الله ومع الناس، فكل شخص مسؤول عن صحته النفسية يكسبها بإرادته وجهوده في مجالات حسن الخلق تمت صحته النفسية ، وكلما نقصت هذه الجهود أو زادت في مجالات حسن الخلق تمت صحته النفسية ، فالصحة النفسية تزيد وتتنقص بجهود الفرد وإرادته ، وهي قابلة للتغيير بحسب أحواله النفسية وظروفه البيئية ، وما يعرض له من يسر أو عسر ، وما يجده في نفسه من هدى أو ضلال وما اكتسبه من عادات ومهارات وقدرات واتجاهات وقيم ، تيسر له الأفعال الحسنة أو السيئة لما استقر في قلبه من الإيمان .

ومع قابلية الصحة النفسية للزيادة والنقصان فهي حالة نفسية ثابتة نسبيا عند الفرد بحسب ما تعود عليه من أفعال وأفكار ومشاعر، فان تعود الخير وألفه، غلب على حالته النفسية في مواقف كثيرة، وان تعود على الشر وألفه، غلب على حالته الأهم.

من الأخطاء الشائعة تقسيم الناس إلى فئتين: فئة الأصحاء نفسيا، وفئة المنحرفين أو المضطربين أو الواهين نفسيا، يمكن تقسيم الناس بحسب مستوياتهم في الصحة النفسية إلى خمس فئات:

3-1-الأصحاء نفسيا بدرجة عالية :

عدهم قليل وتبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 2,5% وهم الذين تبدو عليهم علامات الصحة النفسية المرتفعة، أخطاؤهم، وقد اعتبرهم "مكسويه" خيرين بطبعهم واعتبرهم علماء "التحليل النفسي" "أنا قوية قادرة على تحقيق التوازن بين مطالب الأنا العليا وأهلو والواقع، واعتبرهم علماء "السلوكية" أصحاب سلوكيات حسنة مكنتهم من تحقيق التوافق الجيد مع المجتمع الذي يعيشون فيه، ووصفهم علماء "المذهب الإنساني" بالإنسان الكامل الذي نجح ذاته وفي إثبات كفاءاته وفي التعبير عن نفسه بصدق.

3-2- الاصحاء نفسيا بدرجة فوق المتوسط:

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 13,5% وهم الأصحاء نفسيا أيضا حيث ترتفع عندهم درجة الصحة النفسية وتتنخفض درجة الوهن، وينطبق عليهم ما قاله الغزالي وابن القيم عن الفئة الأولى، لكن بدرجة اقل منها فقلوبهم سليمة عامرة بالقوى، وتندرج سلوكياتهم في فئة السلوك الجيد جدا في مقياس وينطبق عليهم أيضا ما قاله علماء النفس عن الفئة الأولى ولكن بدرجة اقل منها.

3-3-العاديون في الصحة النفسية:

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 68% وهم أصحاء نفسيا بدرجة متوسطة أو قريبة من المتوسط، وأخطاؤهم محتملة وانحرافاتهم ليست فجة، لا تعوق توافقهم ولا تمنعهم من تحمل مسؤولياتهم نحو أنفسهم ونحو الآخرين. وتظهر عليهم علامات الصحة النفسية في السراء ومظاهر الوهن في الضراء، حيث يشعرون بالشقاء والتوتر والقلق كلما إصابتهم مصيبة أو تعرضوا لبلاء، ولكن بدرجة محتملة، يمكن تبديلها أو تغييرها بالإرشاد والتوجيه والنصح من المتخصصين وغير متخصصين.

3-4-الواهنون نفسيا بدرجة ملحوظة :

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 13,5% وهم الذين تتخفض عندهم الصحة النفسية وتزداد علامات وهنها، فتكثر الأخطاء، وتتعدد الآثام الباطنة والظاهرة، أو تظهر الانحرافات النفسية بدرجة تؤثر على صلتهم بالله وبالناس وبأنفسهم، ويسوء توافقهم في مواقف كثيرة، مما يجعلهم في حاجة إلى الرعاية والعلاج على أيدي المتخصصين، وقد يعالجون وهم يعيشون في المجتمع أو في أماكن متخصصة في علاج مشاكلهم وانحرافاتهم

3-5- الواهنون نفسيا بدرجة كبيرة:

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 2.5% وهم الذين تتخفض صحتهم النفسية بدرجة كبيرة، وتزداد مشكلاتهم وانحرافاتهم، ويسوء توافقهم، وقد يفقد صلتهم بالواقع، ولا يقدر على تحمل مسؤولية أفعالهم، ويصبح وجودهم مع الناس خطرا عليهم وعلى غيرهم، وتتنطبق عليهم صفات الفئة السابقة، ولكن بدرجة اشد، فانحرافاتهم فجة، مشكلاتهم معقدة، واضطراباتهم شديدة، وجرائمهم شنيعة ليس لها ما يبررها، وقلوبهم ميتة وعقولهم مختلة، فقدت القدرة على الإدراك المميز، والاختيار المسؤول. أبو حويج والصفدي (2001، ص62)

تختلف مستويات الصحة النفسية من شخص لآخر حيث أن الصحة النفسية الجيدة هم الأشخاص الذين يتمتعون بمشاعر ايجابية ومعنويات عالية، ولديهم شعور قوي بالذات وقيمة الذات، وهم قادرون على التعامل مع التوتر بشكل فعال، ويشعرون بالرضا في حياتهم. أما الأشخاص الذين لديهم صحة نفسية متوسطة فهم الذين يعانون من بعض الأعراض النفسية الخفيفة مثل القلق أو الحزن، وقد يواجهون بعض التحديات في التعامل مع التوتر أو العلاقات، ومع ذلك فهم قادرون بشكل عام على العمل بشكل جيد في حياتهم اليومية. أما الأشخاص الذين لديهم صحة نفسية منخفضة فهم يعانون من أعراض نفسية أكثر حدة مثل الاكتئاب أو القلق، وقد يواجهون صعوبة كبيرة في التعامل التوتر والعلاقات، وأيضا يكون لديهم صعوبة في العمل أو أداء المهام اليومية.

4-علامات الصحة النفسية :

4-1-الاتزان الانفعالي: الاتزان الانفعالي أو ما يسمى بالثبات الانفعالي حسب ما يسميه أصحاب نظرية التحليل النفسي. ويعرف بأنه هو الأساس الذي ينظم جميع جوانب النشاط الانفعالي , أو التقلبات الوجدانية بحيث تحقق للفرد الشعور بالاستقرار النفسي أو رضا الفرد عن نفسه , فالاتزان الانفعالي هو الوسيلة والاعتدال في الانفعالات والبعد عن التطرف الانفعالي , والتخلص من التباينات الانفعالية وتتميز الانفعالات باستقرارها وثبوتها نسبيا ويتسم سلوك الفرد المتزن انفعاليا بالاعتدال والبعد عن القلق , والتوتر العصبي والثقة بالنفس , والهدوء والقدرة على تحمل الإحباط والعقلانية , وحساس , ومتهيج انفعاليا , ومنزعج وغير موضوعي ومضطرب المزاج وكثير الصراع مع الآخرين . أبو اسعد (2015ص134)

4-2-التوافق: ويتضمن جانبين:

- **التوافق الاجتماعي:** ويقصد به حسن التكيف مع الآخرين في المجالات الاجتماعية التي تقوم على العلاقات بين الأفراد وأهمها الأسرة، والحياة المهنية، ويتضمن نجاح الفرد عن إقامة علاقة اجتماعية راضية مرضية.

-**التوافق الشخصي (الذاتي):** وهو الرضا عن النفس بان يقبل الفرد ذاته كما هي بكل جوانبها، وان يكون لديه مفهوم إيجابي عنها والأسرة لها دور كبير في تكوين هذا المفهوم الإيجابي من خلال الممارسات الوالدية داخل المحيط الأسري.

ويرى عبد الغفار 1976 أن إدراك الفرد بما زود بها من إمكانيات ورضاه عن نجاحه وإدراك أن الناس يختلفون فيما بينهم من حيث ما زودوا به من إمكانيات، سواء كانت عقلية، أو معرفية، أو انفعالية، من دلائل الصحة النفسية السليمة، لان هذا الاختلاف لصالح البشرية.

-**والتوافق النفسي** بنوعيه الاجتماعي والشخصي مظهر من مظاهر الصحة النفسية، يهدف إلى تحقيق الرضا عن النفس نتيجة شعور الفرد بالقدرة على تحقيق التكيف مع متطلباته ومع متطلبات العالم الخارجي وفي المقابل ينشا سوء التوافق عندما تتعارض حاجات الفرد ورغباته مع البيئة التي يعيش فيها، مما يؤدي إلى حدوث صراع نفسي واحباطات، وأمراض نفسية. دايلي (2018، ص186).

- الشعور بالسعادة مع النفس والآخرين:

غالبا ما يشعر الفرد المتمتع بالصحة النفسية السليمة بالطمأنينة والسعادة والابتهاج والفرح وبالراحة النفسية والسكينة والتسامح إزاء الذات والآخرين كما يبدي شعور بالأمل والتفاؤل مما يؤثر بشكل إيجابي وفعال على معنوياته ويعطيه مزيدا من الدافعية لبذل الجهد والنشاط عموما وإشباع حاجاته النفسية الأساسية والإقبال على الحياة وإدراك قيمتها وتقديرها حيث يرى أن فيها ما يجب الكفاح لأجله وعليه تعد مقدرة الفرد على بناء الروابط الأسرية المتينة وعلى الإسهام بدور إيجابي في المناسبات الاجتماعية وعلى إقامة وتكوين علاقات إنسانية وصدقات ناجحة مع الآخرين والاندماج مع الآخرين في محيط السكن والدراسة والعمل والتي تشبع حاجاته إلى الانتماء وتقدير الآخرين بذلك فاستمتاعه بهذه العلاقات يعد سندا وجدانيا هاما ومقوما أساسيا من مقومات الصحة النفسية. غالي (2014، ص21)

- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية:

أن الشخص الصحيح هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته وان يكون قادرا على إرجاء بعض حاجاته والشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يعتبر نفسه مسؤولا عن أعماله ويتحمل هذه المسؤولية عن طيب خاطر.

- التعاون والتفاعل (المبادأة):

إن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يحقق الطبيعة الاجتماعية، وهي التعاون الذي يعتمد عليه الآخرين كما انه يقرر في الوقت نفسه حاجته إلى الآخرين وحول ذلك أشار " مصطفى فهمي " إلى ضرورة التضحية وخدمة الآخرين وجعلها من أهم سمات الشخص الذي يريد أن يتمتع بالصحة النفسية، والتفاعل شيء أساسي للصحة النفسية وهذا يبني على إدراك الإنسان لما حوله فبادراك الفرد للواقع الاجتماعي حوله والتعامل المثمر معهم ومواجهة ظروفه الطارئة بما يلزم. هذه كلها تؤلف طرقا في مسالة التفاعل بين الفرد ومحيطه.

- العناية بالصحة الجسمية والبدنية:

إذ لا شك أن الصحة الجسمية والخلو من الأمراض العضوية ينتج أفعالا نفسية من نوع خاص تعرف بالصحة النفسية. الأسود، (2019، ص133)

- **الدافعية والدافع إلى الانجاز:** يشير مفهوم الدافعية إلى اتجاه أو حالة عقلية تبين مدى رغبة الفرد في الانجاز والنجاح، ولما كانت هذه الحاجة اتجاها أو حالة عقلية، فمن المتوقع وجودها بين الأفراد جميعهم بمستويات متباينة يمكن قياسها والتعرف إليها. وهي أيضا حالة فسيولوجية نفسية داخلية، تحرك الفرد للقيام بسلوك معين في اتجاه معين لتحقيق هدف محدد، وإذ لم يتحقق هذا الهدف يشعر الفرد بالضيق والتوتر حتى يحققه، وتصنف الدافعية إلى أنواع عديدة، أبرزها الدوافع الشعورية واللاشعورية، فالشعورية هي تلك التي تدفع الفرد إلى القيام بسلوك معين دون أن يعرف ما الذي يدفعه للقيام بهذا السلوك. وكثيرا ما تكون الدوافع اللاشعورية غطاء أو رد فعل لدوافع لاشعورية دفينية.

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

كما توجد هناك أيضا دوافع فردية، ويتميز بها الأفراد عن بعضهم البعض، فبعضهم يكتسبها لخبراته الخاصة، والبعض الآخر يكتسبها لأنه يميل إليها، وذلك في مقابل الدوافع الجماعية، والتي تصدر عادة عن أكثر من شخص، أي عن جماعة أو عن شخص ضمن جماعة صغيرة. اسماعيلي، جلولي (2022ص102)

- التفوق العقلي:

يعبر عن التكوين العقلي للفرد وهو مظهر من مظاهر نشاطه العقلي والمعرفي وهذا النشاط يساعد على تحقيق مستوى مناسب من الصحة النفسية. بدوي، دبار (2023، ص13)

-الشعور بالرضا عن الذات (تقبل الذات):

أن يكون الفرد مدركا لإمكاناته وقدراته وميوله ورغباته، أن يعطي نفسه حق قدرها وان يتسامح مع نفسه ويحترمها، الشعور بقدرته على التعامل مع المستجدات ويستمتع بأبسط أمور الحياة اليومية. أبو دلو (2015، ص 38)

-القدرة على العمل:

تعتبر القدرة على العمل والإنتاج والكفاية فيهما وفق ما تسمح به قدراته ومهاراته من أهم دلائل الصحة النفسية، فالعمل هو إحدى صور النشاط الطبيعي للإنسان ولذلك فمن الخطأ أن نعتبره تهديدا للالتزان النفسي للإنسان أو انه يضر بصحته النفسية وان الفرد عندما يزاول مهنة أو عملا فنيا فان الفرصة تواتح له استغلال كل قدراته وتحقيق أهدافه الحيوية الأمر الذي يحقق له الرضا والسعادة النفسية. الداھري (2010، 45)

الصحة النفسية هي حالة من الرفاهية تسمح للشخص بالإدراك الكامل لقدراته وإمكاناته، والتعامل مع ضغوطات الحياة بشكل ايجابي والعمل بشكل منتج ، والمساهمة في مجتمعه بشكل فعال ، فمن علامات الصحة النفسية الجيدة هي الشعور بالرضا عن النفس أي يشعر الفرد بثقة كبيرة في النفس وتقدير الذات ، والتواصل الاجتماعي الجيد حيث يتمتع الفرد بعلاقات ايجابية مع العائلة والأصدقاء ويشعر بالانتماء إلى المجتمع ، ويتواصل بشكل فعال مع الآخرين ، والتحكم في المشاعر حيث أن الفرد ذو الصحة النفسية الجيدة يتمكن من التعبير عن مشاعره بشكل صحي ، والتحكم في انفعالاته ، ويتكيف مع التغيرات في حياته ، والإنتاجية حيث يتمكن الفرد من التركيز على مهامه وانجاز أعماله بشكل فعال. والمرونة حيث يتمكن الفرد من التعامل مع الضغوطات والتحديات بشكل ايجابي والتكيف مع ظروفه الصعبة والتعافي من الأزمات، وأيضا الشعور بالسعادة حيث يشعر الفرد بالسعادة والرضا عن الحياة.

ويستمتع بالأنشطة التي يقوم بها. فللحفاظ على صحة نفسية جيدة يجب على الحصول على قسط كاف من النوم، وتناول نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة بانتظام والتقليل من التوتر كممارسة تقنيات الاسترخاء مثل اليوغا والتأمل، وقضاء وقت مع العائلة والأصدقاء .

- تحقيق الذات واستغلال القدرات : وتظهر من خلال فهم النفس، التقييم الواقعي للذات، وتقبل نواحي النقص، ووضع أهداف ومستويات طموح واقعي.

- التكامل النفسي : ويظهر من خلال الأداء الوظيفي المتكامل، والتمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي.

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

- القدرة على مواجهة مطالب الحياة : وتظهر من خلال القدرة على مواجهة احباطات الحياة اليومية، وتقدير وتحمل المسؤولية والترحيب بالخبرات الجديدة.
- السلوك العادي: ويظهر من خلال القيام بالسلوك السوي العادي المؤلف الغالب على حياة غالبية الناس العاديين، والعمل على تحسين مستوى التوافق النفسي، والقدرة على التحكم في ذات وضبط النفس.
- العيش في سلامة وسلام : التمتع بالصحة النفسية والصحة الجسمية والصحة الاجتماعية والسلام الداخلي والخارجي، والإقبال على الحياة بوجه عام والتمتع بها، والتخطيط للمستقبلي بثقة وأمل.
- ويظهر من خلال الأدب والالتزام وطلب الحلال واجتتاب الخطأ، وببشاشة الوجه وبذل المعروف وكف الأذى وإرضاء الناس في السراء والضراء ولين القول وحب الخير للناس، والكرم وحسن الجوار وقول الخير، وبر الوالدين، والحياة والصلاح، والصدق والبر. والوقار والصبر، والشكر والرضا، والحلم والعفة، والشفقة. أبو اسعد (2015، ص 67)

تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بعدة خصائص تميزها عن الشخصية المرضية، ومن أهم هذه الخصائص: توافق الطالب مع نفسه وبيئته، والشعور بالسعادة مع الذات والآخرين والقدرة على مواجهة مطالب الحياة وإدارة الأزمات النفسية وتكون شخصيته سوية متكاملة ويكون سلوكه سوي.

5-اختلال الصحة النفسية:

إن اختلال الصحة النفسية بمفهومها العام هي حالة دائمة أو مؤقتة تبدو في عجز الفرد وإخفاقه في حل مشكلاته اليومية على ما ينتظره الغير منه أو ما ينتظر هو من نفسه ويبدو من هذا التحديد لاختلال الصحة النفسية أنها ذات مجالات مختلفة.

فهناك سوء التوافق الاجتماعي ويتمثل في عجز الفرد عن مجاراة قوانين الجماعة ومعاييرها أو عجزه عن عقد صلات اجتماعية راضية مع من يعاملهم من الناس ومع والديه وإخوانه وزملائه، وزوجته، وأطفاله، وكذا رؤسائه.

وسوء التوافق الشخصي يبدو من عدم رضا الفرد عن نفسه أو استصغاره لها أو عدم الثقة فيها أو كرهها أو إدانتها.

ونعرف اختلال الصحة النفسية على أنها استجابة لا سوية، تصدر عن شخص تعرض لموقف تتمثل فيه ظروف ضاغطة واختلال الصحة النفسية المزمنة فتستمر فترة طويلة.

كما يظهر اختلال الصحة النفسية بمظاهر عديدة ومختلفة منها ما تكون على شكل انحراف خفيف، أو مشكلة سلوكية، أو أمراض نفسية، ومن بين مظاهر اختلال الصحة النفسية نجد خاصة: الانطواء، الوحدة، فقدان الثقة بالنفس، عدم الشعور بالراحة والأمن، الحزن، الإحساس بالعجز أمام أي شيء، فقدان الأمل، الإحساس باليأس. راضية (2008، ص 35-36)

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

فجميع هذه العوامل البيئية والنفسية والاجتماعية من شأنها حرمان الأفراد من التمتع بالاستقرار النفسي والصحة النفسية، وبالتالي انتشار وظهور الانحرافات وحالات القلق والأنماط السلوكية غير السليمة وغيرها من الآثار السلبية شهباز (2022، ص 459).

● الصحة النفسية محور اهتمام كل فرد في المجتمع، حيث يجاهد ويبدل كل ما بوسعه للوصول إلى الحالة الايجابية للصحة النفسية. إلا انه توجد العديد من العوامل التي قد يوجهها الفرد، وتؤدي به إلى ضعف صحته النفسية واختلالها وانخفاض مستواها مثل: الفقر وتدني مستوى التعليم والبطالة وانخفاض مستوى المعيشي ومستوى الدخل بالإضافة إلى الشعور بعدم الأمن والأمان وفقدان الأمل، ومن أشكال اختلال الصحة النفسية الأمراض *disorders* أو الاضطرابات *disorders* أو الانحرافات النفسية *perversions* والعقلية والسيكوسوماتية.

6- الصحة النفسية لدى الطالبة الجامعية:

تعد الصحة النفسية ركيزة أساسية من ركائز الحياة السوية والمرضية، وتتمثل في حالة من الرفاهية حيث تمكن الفرد من مواجهة ضغوط الحياة وتحقيق إمكاناته وتطوير مهاراته والسعي لتحقيق أهدافه والتعلم والعمل بشكل جيد والتركيز على الإنتاجية والإبداع، وإقامة علاقات ايجابية مع الآخرين والتفاعل معهم بشكل بناء. فالصحة النفسية هي مطلب أساسي تقوم عليه حياة الفرد والمجتمع، وذلك لارتباطهما بقدرة الفرد على تحقيق التكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش ويعمل ويدرس فيه محققا السعادة والرضا.

ومع تسارع التطور في جميع المجالات، وتزايد الأزمات والحوادث الضاغطة والتغيرات المتسارعة في مختلف جوانب الحياة، باتت الصحة النفسية للطالبات تشكل عنصرا أساسيا لنجاحهم وتحقيق طموحاتهم.

ففي ظل مطالب الحياة الجامعية التي تتطلب الاستقلالية وتحمل المسؤولية وتحقيق الذات، يواجه الطالبات العديد من التحديات التي تؤثر على التوافق النفسي والاجتماعي الفيزيولوجي.

وتكمن أهمية الصحة النفسية للطالبة الجامعية في تكيفهم مع البيئة الجامعية والتعامل مع مختلف الضغوطات الدراسية والشخصية، وتساعد الصحة النفسية الطالبات على تحقيق أهدافهم الأكاديمية حيث تؤثر الصحة النفسية بشكل مباشر على القدرة على التعلم وانجاز المهام الدراسية. فمع شعورهم بالراحة النفسية يتسنى لهم التفكير بوضوح، وحل المشكلات بكفاءة، مما يعزز من أدائهم الأكاديمي. كما تعد الصحة النفسية الجيدة أساسا للبناء النفسي السليم والشخصية المتزنة، فهي تمكن الطالبات من اتخاذ القرارات السليمة والتعامل مع التحديات بفاعلية، مما يساعدهم على بناء مستقبلهم المهني والشخصي بشكل ايجابي. كما أن الصحة النفسية تلعب دورا هاما في تحقيق السعادة والرضا. حيث يمكن للطالبات تعلم مهارات التأقلم مثل تقنيات الاسترخاء وإدارة الضغوط والتفكير الايجابي مما يساعدهن على التعامل مع التحديات بفاعلية. وممارسة عادات صحية حيث أن إتباع نظام غذائي صحي كممارسة الرياضة بانتظام والحصول على قسط كاف من النوم على تحسين الصحة النفسية العامة. بدوي، دبار، (2023، ص10)

الفصل الثاني: مدخل مفاهيمي لمتغيرات الدراسة

فالصحة النفسية تساعد الطالبات على زيادة وعيهم بذاتهن. وإدراكهن لسلوكياتهن وتنمية شعورهن بالاستقلالية والتزامهن بالمسؤولية الاجتماعية في تعاملهن مع المجتمع.

كما يفيد امتلاك الطالبات لصحة نفسية سليمة في زيادة شعورهن بالكفاءة الذاتية والثقة بالنفس. وقدرتهن على التفاعل الاجتماعي، واكتسابهن نضجا انفعاليا يمكنهن من ضبط النفس، ويساعدهن على توظيف طاقتهن وإمكانياتهن في أعمال مشبعة، وتحررهن من الأعراض العصابية. وتعزيز مواقفهن الإنسانية وتمسكهن بنظام من القيم، وتقبلهن لذاتهن وأوجه القصور العضوية لديهن.

الأسود (2019ص129)

فالصحة النفسية هي حلقة وصل ضرورية للطالبة الجامعية، مما يترتب من آثار ينجم عنها إما تخريج جيل يتمتع بالاستقلالية في شخصيته ويتكامل لوظائفه النفسية، العقلية، والاجتماعية. أو العكس. حيث أن المعاناة التي تسود الوسط الجامعي تترك أثرا واضحا على الصحة النفسية للطالبة الجامعية، حيث تعتبر الصحة النفسية بأنها عملية تكيف أو توافق نفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية ووحدها وتقبل الفرد لذاته، وتقبل الآخرين له بحيث يترتب على هذا كله الشعور بالسعادة والراحة النفسية، فتحقيق الصحة النفسية لدى الطالبة الجامعية يحقق بالضرورة مؤسسات ذات طابع علمي وتربوي تتمتع بالسلامة وقادر على النمو والسير نحو الأفضل. بلقندوز (2017، ص249)

خلاصة الفصل:

لوصول إلى التوافق والتكيف مع المحيط سواء الجامعي أو المهني أو غيره لابد من تطوير هاتين المهارتين الذكاء العاطفي والصحة النفسية للتمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب والوصول إلى الرضا والتوافق النفسي، واختلال هذين المتغيرين قد يؤدي إلى اختلال في سلوك الفرد وسوء توافقه مع المحيط، وقد تتطور إلى اضطرابات عقلية أو حتى اضطرابات شخصية.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراة الميدانية

تمهيد

1- منهج الدراة

2- المجتمع الأصلي للدراة

3- أدوات الدراة

4- الأساليب الإحصائية

5- حدود الدراة

خلاصة

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل وصفا لإجراءات المنهجية التي اتبعت لتحقيق أهداف البحث والتحقق من فرضياته، وذلك من حيث تحديد المنهج المتبع في دراسة إشكالية البحث وتحديد مجتمع البحث والعينة التي سوف يشملها، والأدوات المستخدمة في جمع البيانات والمعلومات اللازمة عن متغيري البحث، والأساليب الإحصائية التي استخدمت لتحليل البيانات والمعلومات التي جمعت.

1-منهج الدراسة:

المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي الذي يمكن بواسطته معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية ومن ثم معرفة درجة تلك العلاقة بينهما.

2-المجتمع الأصلي للدراسة: مجموع طلبة السنة الثانية ماستر علم النفس العيادي هو 170 طالب مقسم إلى 20 ذكور و150 إناث. وبما أن الدراسة وصفية والفئة المستهدفة هي الإناث فقد تم تطبيق أدوات جمع البيانات على كل الإناث حيث قامت الطالبتان الباحثتان بمسح شامل لكل أفراد المجتمع المستهدف.

3-أدوات الدراسة: تعتبر أدوات البحث من العناصر الأساسية في أي بحث علمي، فالباحث يعتمد عليها في جمع المعلومات وحقائق الدراسة ويتم اختيارها وفق الموضوع.

ونظرا لطبيعة الموضوع في هذه الدراسة تم اعتماد على مقياسين اثنين هما مقياس الذكاء العاطفي "البار أون" ومقياس الصحة النفسية ل " صالح محمد فؤاد مكايي".

Bar-onParker:التعريف بمقياس الذكاء العاطفي

أعد هذا المقياس وفقا أنموذج السمات أو النموذج المختلط، وهو من ضمن مقاييس التقرير الذاتي، أعد استنادا إلى الأبحاث الذي أجراها بارون وقد طبق على عينة تعد بالآلاف كما أشارت نور ألهي (2009) وعن فئات عمرية يتعدى سنها 16 سنة.

وصف المقياس: يتألف المقياس من 60 فقرة ذات تدرج رباعي موزعة على 6 أبعاد هي:

أرقام الفقرات	الأبعاد
07-17-*28-31-43-53*	الكفاءة الشخصية
2-5-10-14-20-24-41-36-45-51-55-59	الكفاءة الاجتماعية
3-*6-11-*15-21*-26*-35-39-46*-49-54*-58	ادارة الضغوط النفسية
12-16-22-25-30-34-38-44-48-57	الكفاءة التكيفية
1-4-9-13-19-23-29-32-37*-40-47-50-56-60	كفاءة المزاج الايجابي العام
8-18-27-33-42-52	كفاءة الانطباع الايجابي

الجدول (1) يمثل أبعاد مقياس الذكاء العاطفي

* تطبيق الاختبار: يشتمل المقياس إضافة إلى لائحة الأسئلة ورقة تتضمن المعلومات ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة الاسم واللقب الجنس السن، كما تتضمن هذه الورقة التالي: فيما يلي مجموعة من العبارات التي تشير إلى شعورك وسلوكك نحو بعض السلوكيات المطلوب أن تضع علاقة صحيح مقابل العبارة التي تشعر أنها تنطبق عليك.

قبل تقديم المقياس للطالبات للإجابة على فقراته، قدم الباحثان توضيحات حول الهدف من هذا المقياس وطمأنة الطالبات بخصوص استخدامات استجاباتهم ثم توزيع الأوراق عليهم مع إعطاء إشارة الانطلاق وضع الاستجابات دون تقييدهم بوقت معين.

تصحيح المقياس: يعتمد المقياس إلى أربع بدائل هي: تنطبق بدرجة عالية - تنطبق بدرجة كبيرة - تنطبق بدرجة متوسطة - وتنطبق بدرجة ضعيفة. تعطى القيم (1-2-3-4) على التوالي في حالة الفقرات ذات الاتجاه الموجب أما في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب يتم عكس الأوزان.

مفتاح تصحيح مقياس الذكاء العاطفي:

المجال	التقدير
60-120	منخفض
120-180	متوسط
180-240	مرتفع

- جدول (02) يوضح مفتاح التصحيح لمقياس الذكاء العاطفي

الخصائص السيكومترية للمقياس: من اجل الدقة في النتائج المتحصل عليها في اي بحث من البحوث النفسية، على الباحث أن يتأكد من صلاحية الأداة التي سوف يجمع بها بيانات عن موضوع البحث وصدقه وثباته، وللتأكد من أن أداة الدراسة صالحة لقياس متغيرات الدراسة تم التأكد من بعض الخصائص السيكومترية لهذه الأداة من خلال ما يلي:

الصدق: حيث يعتبر صدق الأداة شرطاً يجب توفره في الاختبار الجيد، كما يدل على مدى نجاح الاختبار في القياس والتشخيص والتنبؤ عن ميدان السلوك الذي وضع الاختبار لأجله.

الخصائص السيكومترية لمقياس الذكاء العاطفي:

الصدق:

1-1- صدق الاتساق الداخلي: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين الأبعاد والدرجة الكلية، من اجل التأكد من مدى توفر الصدق الداخلي لمقياس الداء الوجداني.

من خلال دراسة حبش (2018) تبين أن جميع معاملات الارتباط على التوالي: (0,864 - 0,545 - 0,475 - 0,641 - 0,753 - 0,607) دالة مع الدرجة الكلية للمقياس، ويظهر وجود ارتباطات قوية بين الدرجة الكلية للمقياس وبين الأبعاد الستة التي تكونه. (حبش بشير، 2018، 156)

1-2- الصدق التمييزي أو صدق المقارنة الطرفية: تعتبر هذه الطريقة إحدى الطرق التي يتم من خلالها التحقق من صدق الاختبارات حيث يرى أبو جلاله (1999) إن تمييز الاختبار بين المتمكنين من الكفايات وغير المتمكنين مؤشراً من مؤشرات صدقه. حيث اتضح بعد حساب مستوى دلالة اختبار "ت" وجود فروق ذات

دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسطات درجات الطلبة الذين تحصلوا على درجات مرتفعة في أداة الدراسة ومتوسط درجات الطلبة الذين تحصلوا على درجات منخفضة ويظهر ذلك من خلال ارتفاع متوسطات الطلبة ذوي الدرجات المرتفعة في الأبعاد الستة، وانحرافهم المعياري تراوح بين (2.15، 4.46) وقد كان صغيرا مقارنة بقيم الانحراف المعياري . وكلها حملت صدقا تمييزيا مقبولا . (يمكن الاطلاع على المرجع الذي سبق ذكره).

1-3- صدق الاتساق الداخلي: حيث تم في هذه الدراسة حساب مدى ارتباط البنود بالأبعاد فيتضح انه لم يتم

ابتعاد أي بند حيث أن جميع معاملات ارتباط البنود بالدرجة الكلية للبعد الذي يندرج ضمنه دالة

إحصائيا حيث تتراوح بين (1900 _ 0,705) بمعنى أن جميع معاملات ارتباط موجبة دالة عليه تكون العلاقة بين البنود والدرجة الكلية للبعد الرئيسي علاقة طردية موجبة. مما يشير إلى تجانس بنود مقياس الذكاء العاطفي المطبق على عينة من الطلبة.

2- ثبات مقياس الذكاء العاطفي:

2-1- معامل ثبات ألفا كرو نباخ:

تم حساب ثبات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس "الذكاء العاطفي" باستخدام معامل ألفا كرو نباخ.

يمثل معامل ألفا كرو نباخ متوسط قيم طرق التجزئة الممكنة للمقياس عند تقدير الثبات. ولهذا يعتبر الأكثر دقة واستقرار والأقل تذبذبا. وتم حساب معامل ألفا عن طريق استخراج درجات الثبات على الأبعاد الستة حيث تراوحت معاملات الثبات كما هو موضح في الجدول رقم (02) بين [0.371 إلى 0.80] هذا يعطي دليلا على التناسق الداخلي للمقياس. والذي يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسط درجات الطلبة الذين تحصلوا على درجات مرتفعة في أداة الدراسة ومتوسط درجات الطلبة الذين تحصلوا على درجات منخفضة في الأداة وذلك لصالح مرتفعي درجة على المقياس. ويظهر ذلك من خلال ارتفاع متوسطات طلبة ذوي الدرجات المرتفعة في الأبعاد الستة المكونة لأداة الدراسة حيث كانت متوسطا تهم على التوالي: (80-13-43-38-93-35-43-29-09-46) , وانحرافهم المعياري تراوح بين (2,15-4,43) وقد صغير مقارنة بقيم الانحراف المعياري للطلبة الذين ينتمون إلى فئة الثلث الأدنى التي تتراوح بين (5,40-2,07) وهذا يعني إن تشتت درجات عند الطلبة الذين حصلوا على درجات منخفضة في المقياس وابتعادها عن المتوسط كان كبير نوعا ما . إذ ما قارنا بقيم الفئة العليا , أما اختبار أل " ت" المحسوبة كانت كلها دالة عند مستوى (0,01) حيث كان اخفض قيمة لها هي 11,567 وأعلى قيمة هي 3,629 وكلها قيم دالة

تدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مرتفعي الدرجات . هذا فيما يخص الأبعاد الستة المكونة للمقياس ، أما الدرجة الكلية للمقياس فنجد أن المتوسط الحسابي لدرجات الثلث الأعلى للطلبة في المقياس (108,203) بانحراف معياري (7,747) أما متوسط الحسابي لدرجات الطلبة في الثلث الأدنى قدر بـ (144,22) بانحراف معياري (8,33) ، ولمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات الدرجة الكلية تم حساب اختبار "ت" والذي قدر بـ (23,124) بدرجة حرية (106) وعند مستوى الدلالة (0,01) . وحسب النموذج الذي قدمه بار-اون والذي يصف من خلاله الذكاء العاطفي فان الطلبة الذين حصلوا على درجات مرتفعة في المقياس فأنتهم يتميزون بدرجة ذكاء مرتفعة والقدرة على إدراك انفعالاتهم والتحكم فيها ، ولهم القدرة على التأثير فيمن حولهم . إذن فالمقياس يميز بين مرتفعي الدرجات ومنخفضي الدرجات وبذلك نحكم على صدقه وقدرته على التمييز .

2-2 - طريقة التجزئة النصفية :

2-2-1 طريقة التجزئة النصفية (معامل جاتمان) : حيث بلغت قيمة مؤشر الثبات بطريقة التجزئة النصفية (معامل جاتمان) للدرجة الكلية (0,503) في حين كانت بالنسبة للأبعاد: الكفاءة الشخصية (0,699) ' والاجتماعية (0,665) ، وكفاءة ادارة الضغوط (0,640) ، أما بعد الكفاءة التكيفية (0,824) ، كفاءة المزاج الايجابي (0,670) ، كفاءة الانطباع الايجابي (0,190) ، تعتبر قيم مؤشرات ثبات المقياس المستخرجة بهذه الطريقة مقبولة تدل على تمتع المقياس بمؤشرات ثبات جيدة.

2-2-2 طريقة التجزئة النصفية (معامل سيبرمان) : حيث بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية معامل سيبرمان (0,51) للدرجة الكلية في حين بلغت بالنسبة للأبعاد: الكفاءة الشخصية (0,70) ، الكفاءة الاجتماعية (0,66) ، كفاءة ادارة الضغوط (0,70) ، الكفاءة التكيفية (0,83) ، المزاج العام (0,67) ، الانطباع الايجابي (0,19) ، ويلاحظ أن كفاءة الانطباع الايجابي حصلت على أضعف ارتباط من بين الأبعاد الستة ، ورغم ذلك حصل المقياس على معامل صدق مقبول بطريقة سيبرمان

التعريف بمقياس الصحة النفسية):إعداد صلاح فؤاد محمد مكاي

وصف المقياس:

هو مصمم لقياس مستوى الصحة النفسية لدى الأفراد في أعمار زمنية مختلفة (18-55) ويتضمن هذا المقياس على (56) فقرة موزعة على ثمانية أبعاد موضحة في الجدول الآتي:

أرقام الفقرات	الأبعاد
2-5-10-16-18-24-27-34-38-40-43-47-50-54-56	السعادة في الحياة
1-7-12-16-21-34-49-52-55	الرضا عن الذات
3-9-13-19-26-31-45	رضا الآخرين
6-11-17-28-36-44-53	الرضا المهني
4-8-14-29-73-42	الخلو النسبي من الأعراض المرضية
15-20-25-31-39-46	وجود معنى للحياة
22-30-32-35-41	الأمن النفسي
23-33-48-53-51-55-56	الأمن الاقتصادي

الجدول (03) يمثل أبعاد مقياس الصحة النفسية

الهدف من إعداد المقياس:

يهدف مقياس الصحة النفسية إلى التعرف التقديري على مستوى الصحة النفسية لدى الأفراد في أعمار زمنية مختلفة (18-55 عاما) وتقدير مستويات الصحة النفسية المختلفة منخفض، متوسط، مرتفع، لدى شرائح عمرية وأيضاً لدى الجنسين بحيث إذا ما طبق المقياس على أي شريحة عمرية وبالتحديد الدرجة الخام التي يحصل عليها المفحوص يمكن التعرف على مستوى الصحة النفسية المقابل لهذه الدرجة ومن ثم يعتبر هذا المقياس من المقاييس التي تصلح على فئات عمرية مختلفة كذلك على كل من الجنسين.

اصحيح المقياس:

ولاصحيح مقياس الصحة النفسية يتم تقدير كل عبارة من عبارات المقياس حيث تأخذ هذه العبارات استجابة ثلاثية هي:

أوافق 3 -أوافق إلى حد ما 2 -لأوافق-3 وذلك للاستجابة الموجبة

وتكون العكس للاستجابة السالبة: 1-أوافق 2-أوافق إلى حد ما-3 لا أوافق

مفتاح اصحيح مقياس الصحة النفسية:

المجال	التقدير
56-93.33	منخفض
93.33-130.66	متوسط
130.66-168	مرتفع

جدول (04): يوضح مفتاح التصحيح لمقياس الصحة النفسية

الخصائص السيكومترية لمقياس الصحة النفسية:

1-الصدق:

1-1- الصدق التمييزي لفقرات المقياس : من خلال دراسة بن حمودة(2020) تبين أن أعلى قيمة لفقرات

مقياس الصحة النفسية هو 6,091 وأقل قيمة فيه هي 0,000.

مما يدل على أن كل فقرات المقياس دالة والاختبار صادق.

2-1- صدق المقارنة الطرفية : من خلال دراسة بن حمودة (2020) والتي توصلت إلى أن "ت المحسوبة

تقدر ب6, 100 المقابلة لدرجة الحرية 18 عند مستوى الدلالة. 0,01

مما يدل على أن المقياس صادق يمكن الاعتماد عليه.

2- معاملات ثبات مقياس الصحة النفسية:

2-1- ثبات التجزئة النصفية:

من خلال دراة بن حمودة (2020) والتي توصلت إلى أن قيمة (ر) المحسوبة تقدر بـ 0,72 عند مستوى الدلالة 0,01 ودرجة حرية 55.

وبالتالي يمكن القول أن الأدلة ثابتة ويمكن الاعتماد عليها.

2-2 - ثبات ألفا كرو نباخ:

من خلال دراة بن حمودة (2020) تبين أن قيمة معامل الثبات الفا كرو نباخ 0,828 عند مستوى الدلالة 0,01 وهو مرتفع. وهذا يدل على اتساق عالي وتجانس الأدلة.

-ومن هنا نستنتج أن المقياس ثابت ويمكن الاعتماد عليه واستخدامه. (بن حمودة، 2020، 63)

4- الأساليب الإحصائية:

"في هذه الدراسة وهو عبارة عن مجموعة من القوائم **Spss** تم اعتماد النظام الإحصائي " والأدوات التي يمكن عن طريقها إدخال البيانات التي يحصل عليها الباحث العلمي عن طريق الاستبيانات التي تم توزيعها، ومن ثم القيام بتحليلها (التحليل الإحصائي) وهو يعتمد على المعلومات الرقمية ويستعمل بكثرة في المناهج الوصفية.

المتوسط الحسابي: وهو أهم مقاييس النزعة المركزية وأكثرها استعمالا في حالة التوزيعات البسيطة.

الانحراف المعياري: يفيد في معرفة متوسط انحرافات القيم عن متوسطها الحسابي.

معامل الارتباط بيرسون: يمثل قوة العلاقة الخطية بين المتغيرين. الذكاء العاطفي والصحة النفسية.

1- حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة يلي:

-الحدود المكانية: ينتمي مجتمع الدراسة إلى جامعة محمد خيضر بسكرة قطب - شتمه-

-الحدود البشرية: تشمل هذه الدراسة طالبات علم النفس العيادي في جامعة بسكرة -شتمه-

-الحدود الزمانية: طبقت الدراسة خلال الموسم الجامعي 2024/2023 في شهري فيفري ومارس.

-الحدود الموضوعية :

- علم النفس العيادي: هو فرع من فروع علم النفس العام، وهو العلم الذي يهتم بدراسة الأشخاص الذين يعانون من الاضطرابات التوافقية في الشخصية، ويهتم بدراسة وتشخيص الاضطرابات النفسية الخفيفة كالعصابات والعيوب الكلامية.

- علم النفس الايجابي: أحد الفروع الجديدة لعلم النفس حيث يوفر أرضية نظرية لمواصلة البحث في هذا المجال، وينص على انه مجال يهتم بدراسة وتحليل خبرات الشخصية الذاتية المقدره أو ذات القيمة أو جودة الوجود الذاتي الشخصي، والقناعة والرضا في الماضي والأمل، التفاؤل في المستقبل، والتدفق والسعادة في الحاضر. أما على المستوى الفردي فيدرس ويحلل السمات الايجابية في الفرد: كالقدره على الحب والعمل، الجرأة، ومهارات العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، المثابرة، الانفتاح العقلي والشغف الروحي والموهبة والحكمة. وعلى المستوى الجماعي: يدرس الفضائل والمؤسسات المدنية التي تحرك الأفراد تجاه المواطنة الصالحة، والمسؤولية الأدب والأخلاق وخلق العمل والتحمل. (هنا، الصحة النفسية)

- علم النفس الصحة: دراسة العمليات النفسية والسلوكية في الصحة والمرض والرعاية الصحية. يهتم بفهم الكيفية التي تساهم العوامل النفسية والسلوكية والثقافية في الصحة البدنية والمرض. يمكن أن تؤثر العوامل النفسية على الصحة مباشرة.

خلاصة الفصل:

لا تكتمل أي دراسة علمية بالجانب النظري فقط بل يستدعي الامر معالجة المفاهيم المتناولة في الجانب النظري بتحويلها الى متغيرات في ميدان البحث. وهذا طبقا لاختيار المنهج المناسب لما تقتضيه الدراسة وكان اختيار المنهج الوصفي الارتباطي لمعالجة هذا الموضوع. الذي يسمح لنا باتخاذ اجراءات بحثية متمثلة في اختيار مجتمع الدراسة.

وتم تطبيق كل من مقياس الذكاء العاطفي لبار_اون ومقياس الصحة النفسية لصلاح محمد فؤاد مكاي. وذلك بعد التأكد من خصائصها السيكومترية ومن صلاحياتها. وبعدما جاءت عملية معالجة المعطيات احصائيا للتأكد من مدى تحقق الفرضية. وهذا ما سيتم مناقشته في الفصل الموالي.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

-تمهيد

- 1- عرض ومناقشة النتائج حسب التساؤل الأول
 - 2- عرض ومناقشة النتائج حسب التساؤل الثاني
 - 3- عرض ومناقشة النتائج حسب فرضة الدراسة
 - 4- الاستنتاج العام
 - 5- الاقتراحات والتوصيات
- خلاصة الفصل

تمهيد:

نعرض في هذا الفصل النتائج التي تم التوصل إليها بعد تطبيق إجراءات الدراسة الأساسية عرض الفرضية، سنحاول تفسير هذه النتائج ومناقشتها وتعد هذه المرحلة من أهم مراحل البحث العلمي باعتبارها المرحلة التي يقوم فيها الباحث باستخراج الأدلة والمؤشرات العلمية الكمية والكيفية التي تبرهن وتؤكد قبول الفرضية أو عدم قبولها.

1- عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة :

1-1- عرض ومناقشة النتائج حسب التساؤل الأول:

المتغير	مجتمع الدراسة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
الذكاء العاطفي	150	166,27	14,94	0,05

جدول (05) يوضح مستوى الذكاء العاطفي لدى طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي

من خلال الجدول السابق الخاص بنتائج مقياس الذكاء العاطفي لطالبات سنة ثانية ماستر علم نفس عيادي تبين أن المتوسط الحسابي للطالبات قدر بـ (166,27) مما يدل على أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى متوسط من الذكاء العاطفي أما فيما يخص الانحراف المعياري فقد قدرت درجته بـ (14,94) وتعد هذه القيمة صغيرة وقل من المتوسط مما يدل على أن طبيعة القيم متقاربة وعلى هذا الأساس فهي متجانسة

1_2- عرض النتائج الخاصة بأبعاد الذكاء العاطفي:

البعد	مجتمع الدراسة	المتوسط الحسابي	أدنى قيمة ممكنة	القيمة المتوسطة	أعلى قيمة ممكنة	المستوى
الكفاءة الشخصية	150	14.12	6	15	24	متوسط
الكفاءة الاجتماعية	150	34.393	12	30	48	متوسط
إدارة الضغوط النفسية	150	31.926	12	30	48	متوسط
الكفاءة التكيفية	150	27.58	10	25	40	متوسط
كفاءة المزاج الايجابي	150	43.1	14	35	56	مرتفع
كفاءة الانطباع الايجابي	150	15.153	6	15	24	متوسط

الجدول(06) يمثل النتائج الخاصة بمحاور مقياس الذكاء العاطفي

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

من خلال الجدول السابق لوحظ أن هناك تفاوت أو تباين في المتوسط الحسابي لكل بعد من أبعاد الذكاء العاطفي حيث كان في المرتبة الأولى بعد كفاءة المزاج الإيجابي بمتوسط قدر ب (43.1) , ثم في المرتبة الثانية بعد الكفاءة الاجتماعية بمتوسط قدر ب (34.393) , أما في المرتبة الثالثة بعد إدارة الضغوط بمتوسط قدر ب (31.926) و ثم يليه في المرتبة الرابعة بعد الكفاءة التكيفية بمتوسط قدر ب (27.58), ثم يليه في المرتبة الخامسة بعد كفاءة الانطباع الإيجابي بمتوسط قدر ب (15,153), وفي الأخير بعد الكفاءة الشخصية الذي قدر بمتوسط (14,12).

وهذا ما ظهر من خلال ما سبق أن طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي يتمتعن بذكاء عاطفي متوسط وهذا ما ظهر من خلال استجابتهن على الأبعاد التالية (الكفاءة الشخصية , الكفاءة الاجتماعية , إدارة الضغوط النفسية , الكفاءة التكيفية , كفاءة الانطباع الإيجابي) مما يدل على قدرتهن على تمييز عواطفهن والقدرة على إدراك واستخدام وتحليل العواطف وحتى مشاعر الآخرين واستخدام المعلومات العاطفية لتوجيه التفكير والسلوك ووصفها بشكل مناسب وسوي وذو كفاءة عاطفية جيدة , كيفية التعامل معهم وفقا لاستجاباتهم العاطفية وقدرتهم أيضا على بناء علاقات اجتماعية صحية كما لديهم الإمكانيات وتطوير القدرات الإبداعية لديهم وإدارة المشاعر الذاتية والتحكم في الضغوط التي تتعرض لها الطالبة الجامعية في الحياة (الشخصية , الاجتماعية , المهنية , الأكاديمية)

والقدرة على حل المشاكل بشكل عقلاني وسليم وإعطاء حلول سريعة دون انفعال. كما هو موضح في بعد كفاءة إدارة الضغوط.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من:

خالد عبد الله الحموري (2017): والتي توصلت إلى أن الذكاء العاطفي لدى الطلبة الموهوبين متوسطا.

2- عرض ومناقشة النتائج حسب التساؤل الثاني:

المتغير	مجتمع الدراسة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة
الصحة النفسية	150	136,34	12,38	0,05

جدول (07) يوضح مستوى الصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي

نلاحظ من خلال الجدول (2) الخاص بنتائج مقياس الصحة النفسية. وان المتوسط الحسابي للأفراد عينة الدراسة قدر ب (136,34) مما يدل على أن طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي يتمتعون بمستوى مرتفع

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

من الصحة النفسية بالمقارنة مع الدرجات الكمية لمقياس الصحة النفسية [93,33-130,66] أما فيما يخص الانحراف المعياري فقد قدرت درجته ب(12,38)

1_2- عرض نتائج الخاصة بأبعاد الصحة النفسية:

المستوى	أعلى قيمة ممكنة	القيمة المتوسطة	أدنى قيمة ممكنة	المتوسط الحسابي	مجتمع الدراسة	البعد
مرتفع	45	30	15	37	150	السعادة في الحياة
مرتفع	21	14	7	17,34	150	الرضا عن الذات
مرتفع	21	14	7	16,03	150	رضا الآخرين
مرتفع	21	14	7	16,69	150	الرضا المهني
مرتفع	18	12	6	14,15	150	الخلو النسبي من الأعراض المرضية
مرتفع	15	10	5	12,7	150	وجود معنى في الحياة
متوسط	15	10	5	10,87	150	الأمن النفسي
متوسط	12	8	4	8,55	150	الأمن الاقتصادي
مرتفع	168	112	56	136,34	150	المجموع

جدول (08) يمثل النتائج الخاصة بمحاور مقياس الصحة النفسية.

يتضح من خلال الجدول السابق أن هناك تباين في المتوسط الحسابي لكل بعد من أبعاد الصحة النفسية حيث كان في المرتبة الأولى بعد السعادة في الحياة بمتوسط قدر بـ (37) ثم في المرتبة الثانية بعد الرضا عن الذات بمتوسط قدر بـ (17,34) أما في المرتبة الثالثة بعد الرضا المهني بمتوسط قدر بـ (16,69) ثم يليه في المرتبة الرابعة بعد رضا الآخرين بمتوسط قدر بـ (16,03) أما في المرتبة الخامسة بعد الخلو النسبي من الأمراض بمتوسط قدر بـ (14,15) ثم يليه بعد وجود معنى في الحياة بمتوسط قدر بـ (12,7) وبعد الأمن النفسي بمتوسط قدر بـ (10,87) وفي الأخير بعد الأمن الاقتصادي بمتوسط قدر بـ (8,55) حيث جاءت كلها مرتفعة ماعدا بعد الأمن النفسي والاقتصادي درجة متوسطة وعليه فان درجة الصحة النفسية مرتفعة لدى طالبات سنة ثانية ماستر علم نفس عيادي .

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

ويتضح من خلال هذه النتائج يمكن القول إن طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي يتمتعون بمستوى مرتفع من الصحة النفسية أي أن لديهم القدرة على التوافق والتكيف مع ذواتهن ومع الآخرين. وكذلك التحكم في رغباتهم وميولاتهن التي قد تؤثر على سلوكياتهم لذا يسعون إلى التوازن بين ما يرغبون فيه وبين السلوك الذي يؤدي بهم إلى طريق النجاح.

ويعود هذا الارتفاع في الصحة النفسية إلى تحقيق التوازن النفسي الذي يأتي من الانخراط والانسجام الإيجابي للطالبات مع ذواتهن ومع الآخرين سواء في الأسرة أو في جماعة الرفاق أو في المحيط الجامعي.

فثمرات الصحة النفسية تظهر على الطالبات في جميع جوانبها الشخصية والاجتماعية والتفاعلية , ويمكننا رد ذلك إلى انسجام الطالبات مع ذواتهن ومحيطهن الاجتماعي سواء الأسري أو التربوي مما يجعلهم متوازنين نفسياً إلى درجة مقبولة ذلك لأنهن تعودن على أخذ المسؤولية في مختلف الميادين الحياة اليومية والاعتماد الشبه كلي على أنفسهن ومسايرة واقعهن وتقبله خاصة أنهن طالبات مقبلين على التخرج والحياة العملية مما شكل عندهم ضغوطات نفسية والحيرة والتوتر , مما يجعلهن يعانون من صعوبات في اتخاذ القرارات (الشخصية – الأكاديمية – المهنية) والمسؤوليات والمواقف الضاغطة التي تزيد من القلق النفسي الذي يعيقهم على تحقيق هدفهم الشخصي المتمثل في النجاح الأكاديمي والمهني وبالتالي العيش في اطمئنان وسعادة إيجابية وتحقيق السلامة النفسية .

ولقد انسجمت هذه النتائج مع بعض الدراسات السابقة التي تطرقت إلى قياس مستوى الصحة النفسية مثل: دراسة زينب بلقندوز (2017): والتي توصلت إلى انه يوجد مستوى عالي من الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم.

و دراسة زهرة الأسود (2020): والتي أظهرت نتائجها أن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفعاً. دراسة إيمان محمود عبد الحميد القماح (2023): التي توصلت إلى أن طلاب الجامعة يتمتعون بمستوى جيد من الصحة النفسية

2-2- عرض ومناقشة النتائج حسب فرضية الدراسة:

تتص فرضية الدراسة على:

وجود علاقة دالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي. ولمعرفة تلك العلاقة قام الباحثان بحساب معامل الارتباط (بيرسون) لتحديد نوع العلاقة:

*دالة عند مستوى الدلالة (0,01)

مستوى الدلالة	قيمة الارتباط المحسوبة	عدد أفراد العينة	التقنية
			الإحصائية المتغيرات
0,05	0,22	150	الذكاء العاطفي
			الصحة النفسية

الجدول (09) يوضح العلاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي

من خلال نتائج الجدول السابق نجد انه تبلغ نسبة معامل الارتباط بيرسون بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية (0,22) وهي قيمة أكبر من الدلالة الإحصائية المعتمدة عند مستوى الدلالة (0,05) وبالتالي نتوصل إلى عدم تحقق الفرضية التي قمنا بطرحها، ونقبل الفرضية الصفرية التي تتص على عدم وجود علاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم نفس عيادي.

نصت الفرضية على انه: توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات

ثانية ماستر علم النفس العيادي.

من خلال الجدول رقم (09) والذي سجل (0.22) عند الدلالة الإحصائية وهي قيمة أكبر من الدلالة المعتمدة (0.05)، نتوصل من النتائج السابقة على عدم تحقق الفرضية التي قمنا بطرحها، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية التي تتص على عدم وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات ثانية ماستر علم النفس العيادي.

ومن خلال استجاباتهم على أبعاد المقياس يمكن القول أن: التغيير في الذكاء العاطفي لا يصاحبه بالضرورة تغيير في مستوى الصحة النفسية. وربما يكون ذلك راجع إلى أن المحيط الاجتماعي الذي تعيش فيه الطالبات لا يفرض عليهم تحديات تستدعي توظيف مهارات الذكاء العاطفي من اجل التكيف وبالتالي لا يشترط

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

مستوى الصحة النفسية ذلك، أو بعبارة أخرى أن مستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة مستقل في تغييره عن الذكاء العاطفي وإن هناك عوامل أخرى مسؤولة عن التغيير في الصحة النفسية.

وقد اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج العديد من الدراسات التي توصلت إلى وجود علاقة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية مثل:

دراسة "لكحل مليكه" (2017): والتي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية.

دراسة "مجذوب احمد محمد احمد قمر" (2016): والتي توصلت إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية.

دراسة "رحاب معمرى" ومريم جنجاني (2020) والتي أظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية دالة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية

دراسة "بوخالفة حمزة" (2019) والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية

والتي فسرت هذه النتيجة بأنها كلما ارتفعت درجة الصحة النفسية كلما زاد درجة الذكاء العاطفي، في تنظيم وضبط ومعرفة الانفعالات بنفس المقدار.

فالأفراد الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة وذكاء عاطفي عالي يجيدون القدرة على التحكم بعواطفهم وتنظيم مشاعرهم والتعامل معها بفاعلية ، حتى في المواقف الصعبة وينظرون إلى تحديات الحياة كفرص للنمو والتطور بدلا من رؤيتها كعقبات تقف في طريقهم ويفهمون مشاعر الآخرين ويعبرون عن أفكارهم ومشاعرهم بوضوح وفاعلية ويدركون نقاط قوتهم وضعفهم ، ويعملون على تطوير أنفسهم باستمرار ، فالصحة النفسية تدعم الفرد على انسياب حياته النفسية وجعلها خالية من التوترات والصراعات المستمرة وتجعله أكثر حيوية ومثابرة وإقبالا على الحياة وتساعده على اختيار واتخاذ قرارات تجعله بعيدا عن التناقض في سلوكه وتعامله ، كما إنها تجعل الفرد متحكما في عواطفه وانفعالاته ويتجنب السلوك الخاطيء ويسلك السلوك السوي. كما انفقت الدراسة الحالية مع دراسة " خير الدين هادية" (2018) في نتائجها التي تمحورت حول عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين.

خلاصة:

بعد عرض ومناقشة نتائج الدراسة تبين من خلالها أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي والصحة النفسية لدى طالبات الثانية ماستر علم النفس عيادي.



خاتمة

يعد الذكاء العاطفي والصحة النفسية مفهومان أساسيان في علم النفس الايجابي وعلم النفس عامة وذلك للأهمية البالغة للانفعالات والعواطف في الوقت الراهن، حيث تزايد اهتمام الباحثين بدراسة الحياة الانفعالية للإنسان من ناحيتها الايجابية ومدى مساهمتها في تحقيق الصحة النفسية .

ولعل هذا ما دفع للبحث في موضوع الذكاء العاطفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طالبات علم النفس العيادي ثانياً ماستر ومن خلاله تم التوصل إلى: أن مستوى الذكاء جاءا بنسبة متوسطة والصحة بنسبة مرتفعة وأيضاً لا توجد علاقة بينهما وعليه يمكن القول بأن الفرضية لم تتحقق، وتبقى هذه النتائج نسبية

وأخيراً نرجو أن تساهم هذه الدراسة ولو بالقليل في إثراء معلومات الطالب في كل ما يتعلق بالذكاء العاطفي أو الصحة النفسية.

*** توصيات واقتراحات:**

- ✓ العمل على برمجة ندوات ومحاضرات عامة لتعريف الطلبة بالذكاء العاطفي ومكوناته، وأهميته في الحياة والعلاقات الاجتماعية والنجاح في العمل.
- ✓ الاهتمام بالأنشطة الطلابية أكثر كنوع من التشجيع على تنمية واكتساب الطلبة مهارات الذكاء العاطفي وتحسين النظرة الجيدة للحياة.
- ✓ بناء برنامج إرشادي من أجل دعم الصحة النفسية للطلاب الجامعي.
- ✓ العمل على تعزيز الصحة النفسية لدى الطالبات من خلال تدريس المساقات العلمية وإشراكهن في مختلف الأنشطة وفتح الأفاق المستقبلية أمامهن.
- ✓ إنشاء خلية إصغاء وإعلام بهدف توعية الطلبة بمختلف تخصصاتهم بمطالب وأولويات هذه المرحلة ومساعدتهم في حل المشكلات النفسية والاجتماعية والدراسية.
- ✓ وبالرغم من الأهداف المحققة من الدراسة إلى أن موضوع دراستنا يحتاج إلى دراسات مستقبلية حول واقع الصحة النفسية.



قائمة المراجع

- 1- إبراهيم صفية (2013) الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغط النفسية لدى عينة من الأمهات العاملات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والأسرية في محافظة عسير، مذكرة ماجستير تخصص إرشاد نفسي
- 2- أبو أسعد أحمد عبد اللطيف (2015) الصحة النفسية منظور جديد، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الطبعة الأولى، عمان - الأردن.
- 3- أبو النصر مدحت (2008) تنمية الذكاء العاطفي، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة، الطبعة الأولى.
- 4- أبو حويج مروان، عصام الصفدي (2009)، مدخل إلى الصحة النفسية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الطبعة الأولى، عمان -الأردن.
- 5- أبو دلو جمال (2015) الصحة النفسية، دار أسامة للنشر والتوزيع، الطبعة مزيدة ومنقحة، عمان - الأردن.
- 6- الأسود زهرة (2019) مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الوادي، مجلة دراسات لجامعة عمار ثلجي الاغواط، العدد 77.
- 7- برادبيري ترافيس، جين جريفر (2013) الذكاء العاطفي، مكتبة جرير. تنمية ذاتية وقسم علم نفس ص
- 8- جلولي سناء، اسماعيلي يامنة، (2022)، مؤشرات الصحة النفسية: مقارنة نظرية مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 3، المجلد 1 .
- 9- خالد عبد الله الحموري (2017) مستوى الذكاء الروحي لدى الطلبة الموهوبين وعلاقته بالذكاء العاطفي " دراسة ميدانية على الطلبة الموهوبين في مركز الأمير فيصل بن خالد لرعاية الموهوبين في منطقة أبها" المجلة العلمية لكلية التربية - جامعة أسيوط جامعة الملك خالد -كلية التربية - قسم التربية الخاصة، المجلد 33، العدد 10.
- 10- داليا عبد الحسين أحمد (2023) أثر الذكاء العاطفي في تعزيز الأداء الوظيفي، قسم هندسة والإنتاج والمعادن
- 11- رابح الطيب الحسين (2011) المجلة العربية للتطوير والتفوق العدد 3، المجلد 2.
- 12- راضية حاج لكحل (2007) الصحة النفسية للمسنين دراسة مقارنة بين المسن في الأسرة الممتدة والأسرة النووية بمدينة بسكرة رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي.
- 13- ربيعي (2021) دور الذكاء العاطفي في تعزيز الأداء الوظيفي لمراقبة الحاجات وتخفيض مسؤولياتهم "بحث تطبيقي في عينة من مكاتب التدقيق في العراق" مجلة المثني للعلوم الإدارية، المجلد 11 العدد3. ص183
- 14- زهران حامد عبد الحميد (2005) الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة، الطبعة الرابعة، القاهرة.

- 15- زينب بدوي، دبار حنان (2020) مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الوادي، مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، العدد 10، المجلد 6.
- 16- زينب بلقندوز (2017) واقع الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم، مجلة العلوم النفسية والتربوية. العدد 1، المجلد 3.
- 17- سارة بن حمودة (2020) جودة الحياة لدى الطالب الجامعي وعلاقتها بالصحة النفسية ودراسة ميدانية على عينة من طلبة الماستر، فرع علوم اجتماعية -مذكرة مكملة لمتطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي، جامعة غرداية.
- 18- سلامي دلالي (2016)، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، الوادي العدد 15 مارس ص 164-179.
- 19- شريفي هناء، الصحة النفسية من منظور علم النفس الايجابي، قسم علم النفس جامعة الجزائر 2
- 20- شهري وفيق (2018) الصحة النفسية للطالب الجامعي، مجلة الفكر المتوسطي، العدد 13، جامعة وهران 2 جانفي.
- 21- طارق عبد الرؤوف وايهاب عيسى (2018) الذكاء العاطفي والذكاء الاجتماعي، المجموعة العربية للتدريب والنشر، القاهرة -مصر، الطبعة الأولى.
- 22- مريم غالي (2013) الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة -دراسة المقارنة بين طلبة العلوم الاجتماعية وطلبة علوم وتكنولوجيا -مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية. تخصص الصحة النفسية والتكيف المدرسي، وهران.
- 23- ناجية دايلي (2018) معايير السواء ومؤشرات الصحة النفسية دراسة نظرية تحليلية، مجلة العلوم الاجتماعية، العدد 27، المجلد 15.
- 24- نادية خليفي (2018) الصحة النفسية وعلاقتها بالضغط النفسية لدى طلبة الجامعة، دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري تيزي وزو، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، العدد 8.
- 25- يحي حاج أحمد (2015) مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات (الجنس-التخصص-المستوى الدراسي-المشاركة في الأنشطة اللامنهجية)، جامعة غرداية العدد 8.
- 26- Mayer. salovey .crauso (2000) models of emotional intelligence handbook of intelligence .cambredge university press.



قائمة الملاحق

الملاحق

أختي الطالبة تحية طيبة وبعد: أرجو منك أن تقرئي كل سؤال وأن تجيب عليه بأن تختار إجابة من الإجابات التي أمامك علامة في الخانة المناسبة :

- مع مراعاة الدقة والمصادقية أمر مهم.
- إجابتك محاطة بالسرية التامة ولا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.
- البيانات الشخصية:
- التخصص:

مقياس الصحة النفسية (إصلاح محمد فؤاد مكاوي)

لا أوافق	أوافق إلى حد ما	أوافق	الفقرة	
			معاملة الآخرين تجعلني راض عن نفسي	1
			أشعر بالسعادة لأن حياتي جديرة بأن تعاش	2
			أشعر أن الآخرين راضيين عني	3
			منذ الصغر وأنا أعاني من بعض الأمراض المزمنة	4
			أشعر بالسعادة لأنني قادر على حل مشاكلي	5
			أشعر بأن تخصصي له مستقبل	6
			رغم بذل مجهود لإنجاز أعمالي إلا أنني غير راضي عن نفسي	7
			أشعر أنني أعاني من بعض المشكلات النفسية	8
			أشعر أن معظم أصدقائي راضيين عني	9
			أشعر باليأس عندما أجد الآخرين غير سعداء	10
			تخصص دراستي له قيمة لكن ليس في بلدي	11

قائمة الملاحق:

			أشعر أنني راض عن نفسي رغم ضغوط الحياة	12
			منذ صغري والآخرين يتقبلونني	13
لا أوافق	أوافق إلى حد ما	أوافق	الفقرة	
			أود الذهاب إلى الطبيب النفسي لكن الظروف تحول دون ذلك	14
			ليس لدي عزيمة واردة في إيجاد معنى في حياتي	15
			أكون سعيدا عندما أكون راض عن حياتي	16
			أود أن أغير من تخصص دراستي لأن لا قيمة له	17
			منذ فترة واليأس يملأ حياتي	18
			رغم تصرفاتي الجيدة إلا أن الآخرين غير راضيين عني	19
			الحب هو الأساس الذي يجعل لحياتي معنى	20
			اقترابي من الله يجعلني راض عن نفسي	21
			أشعر بالخوف من المستقبل	22
			أشعر بأن مستقبلي المادي غير مستقر	23
			أشعر بالراحة عندما أجد الآخرين سعداء	24
			عندما ألتزم بقضاء الشعائر الدينية , تكون حياتي ذات قيمة	25
			أشعر أن الله راض عني	26
			الشعور باليأس من همتي	27
			رغم أن الآخرون لا يقبلون على نوع دراستي إلا أنني أحبه	28
			بعض أقاربي يعانون من بعض الأمراض النفسية	29
			أشعر بالأمان عندما أكون مع الآخرين	30

قائمة الملاحق:

			أحاول أن أتصرف بطريقة من خلالها يتقبلني أقربائي	31
			رغم محاولاتي على حل مشاكلي , إلا أنني أشعر بعدم الأمان	32
			الأمر المادية تسترعي اهتمامي أكثر من شيء آخر	33
			لا أشعر بالسعادة رغم أنني راض عن نفسي	34
			أشعر بالقلق اتجاه مستقبلي	35
			الآخرون ينظرون لنوع دراستي بغير احترام	36
			أشعر أنني أعاني من بعض الاضطرابات النفسية	37
			رغم أن حياتي مليئة بالضغط إلا أن السعادة تلازمني	38
			معنوياتي المرتفعة لها دور في إيجاد معنى في حياتي	39
			الفقرة	
لا أوافق	أوافق إلى حد ما	أوافق		
			أظهر للآخرين أنني سعيد ولكني غير ذلك	40
			أشعر بالخوف دون سبب منذ الصغر	41
			منذ فترة وأنا أعاني من الأرق أثناء النوم	42
			حياتي مليئة بالحزن رغم قلة المشاكل بها	43
			أرى أن مهنتي في المستقبل لها قيمة	44
			أتعهد أن أحسن من أفعالي كي يتقبلني الآخرين	45
			الإحباط المتكرر يجعل حياتي بلا معنى	46
			رغم أن الحزن لا يفارقني، إلا أنني اعمل بجدية	47
			لا أجد صعوبة في حياتي المادية	48
			لا أشعر بالرضا عن ذاتي لعد التزامي بواجباتي الدينية	49

قائمة الملاحق:

			50	أشعر أن السعادة الحقيقية لا توجد في حياتي
			51	أشعر بالقلق لعدم اطمئناني على المستقبل المادي
			52	أشعر بالرضا لأنني أعمل بجدية
			53	رغم أن نوع دراستي له قيمة إلا أنني أشعر بأنه غير مريح ماديا
			54	أشعر باليأس سريعا عندما أقع في أي مشكلة
			55	لا أتقبل ذاتي لقصوري في القيام بواجباتي
			56	مهما أربح من أموال، إلا أنني أشعر بالعوز المادي.

قائمة الملاحق:

" مقياس الذكاء العاطفي لـ " بار-اون

معلومات أولية:

.....: الجنس.....:تاريخ الميلاد: الاسم واللقب

القسم: الفوج.....:

تعليمات عامة: فيما يلي مجموعة من العبارات التي تشير إلى شعورك وسلوكك نحو بعض الموضوعات أو المواقف والمطلوب أن تضع علامة (X) على العبارة التي تناسب انطباق الفقرة عليك، علما أن إجاباتك مخصصة لغرض البحث العلمي فقط.

رقم	الفقرة	درجة عالية	درجة كبيرة	متوسطة	ضعيفة
1	استمتع بالتسلية				
2	أجيد فهم مشاعر الآخرين				
3	لدي القدرة على تهدئة نفسي				
4	أشعر أنني متهيج				
5	اهتم بما يحدث مع الآخرين				
6	من الصعب علي أن أسيطر على غضبي				
7	من السهل علي إخبار الآخرين بمشاعري				
8	أقبل كل من التقى به				
9	اشعر بالثقة بنفسي				
10	أتفهم عادة كيف يشعر الآخرون				
11	لا أتمكن من المحافظة على هدوئي				
12	أحاول استعمال طرائق مختلفة للإجابة على الأسئلة الصعبة				
13	أعتقد أن معظم الأشياء التي أنجزها مرضية				
14	لدي القدرة على احترام الآخرين				

قائمة الملاحق:

				انزعج بشكل مبالغ به من بعض الأمور	15
				من السهل على فهم أشياء جديدة	16
				أستطيع التحدث بسهولة على مشاعري	17
				أفكر بأي شخص أفكار ايجابية	18
				* لدي أمل بما هو أفضل	19
				الحصول على الأصدقاء أمر هام	20
				أتشاجر مع الناس	21
				باستطاعتي فهم أسئلة صعبة	22
				أحب أن ابتسم	23
				أحاول أن لا أؤدي مشاعر الآخرين	24
				أحاول تفهم المشكلة حتى أتمكن من حلها	25
				أنا عصبي	26
				لا شيء يزعجني	27
				يصعب على التحدث عن مشاعري الداخلية العميقة	28
				أعلم أن الأمور ستصبح على ما يرام	29
				أستطيع تقديم إجابات جيدة على أسئلة صعبة	30
				باستطاعتي وصف مشاعري بسهولة	31
				*أعرف كيف أقضي أوقاتا جيدة	32
				*علي قول الحقيقة	33
				أستطيع الإجابة بطرائق عديدة عن السؤال الصعب عندما أريد	34
				أغضب بسرعة	35
				أحب أن أعمل من أجل الآخرين	36
				لا أشعر بسعادة كبيرة	37
				استخدم بسهولة طرائق مختلفة في حل المشكلات	38

قائمة الملاحق:

				يتطلب كثير من الوقت حتى اغضب	39
				مشاعري جيدة تجاه نفسي	40
				أكون أصدقاء بسهولة	41
				اعتقد أنني الأفضل في كل ما أنجزه مقارنة بغيري	42
				يسهل على البوح بمشاعري	43
				عند الإجابة عن الأسئلة الصعبة أحاول التفكير بحلول عديدة	44
				أشعر بالاستياء عندما تؤذي مشاعري الآخرين	45
				عندما غضب من أحد أبقى هكذا مدة طويلة	46
				أنا سعيد بنوعية شخصيتي	47
				أجد حل المشكلات	48
				يصعب على الانتظار في الدور	49
				استمتع بالأشياء التي اصنعها	50
				أحب أصدقائي	51
				* ليس لدي أيام سيئة	52
				لدي صعوبة في البوح لآخرين بأسراري	53
				أغضب بسهولة	54
				*أعرف ما إذا كان صديقي غير سعيد	55
				* أحب شكلي	56
				لا أتهرب من الأمور الصعبة	57
				عندما أغضب أتصرف بدون تفكير	58
				اعرف متى يكون الآخرون غير سعداء حتى لو لم يخبروني	59
				أنا راض عن الشكل الذي أبدو عليه	60

Frequencies

Notes

Output Created		11-MAY-2024 00:40:57
Comments		
	Data	C:\Users\Administrator\Desktop\مقياس الصحة النفسية_1.sav
	Active Dataset	DataSet1
Input	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.

Notes

<p>Syntax</p>	<p>FREQUENCIES VARIABLES= 59س 58س 57س 65س 64س 63س 62س 61س 60س 71س 66س 67س 68س 69س 70س 77س 72س 73س 74س 75س 76س 82س 78س 79س 80س 81س 88س 83س 84س 85س 86س 87س 94س 89س 90س 91س 92س 93س 99س 95س 96س 97س 98س 103س 100س 101س 102س 107س 104س 105س 106س 111س 108س 109س 110س 115س 112س 113س 114س 116س /FORMAT=NOTABLE /STATISTICS=STDDEV SEMEAN MEAN MEDIAN MODE SUM /GROUPED= 58س 57س 64س 59س 60س 61س 62س 63س 70س 65س 66س 67س 68س 69س 76س 71س 72س 73س 74س 75س 82س 77س 78س 79س 80س 81س 85س 83س 84س 91س 86س 87س 88س 89س 90س 97س 92س 93س 94س 95س 96س 102س 98س 99س 100س 101س 106س 103س 104س 105س 110س 107س 108س 109س 113س 111س 112س 116س 114س 115س /ORDER=ANALYSIS.</p>
<p>Resources</p>	<p>Processor Time 00:00:00.02 Elapsed Time 00:00:00.02</p>

قائمة الملاحق:

[DataSet1] C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية_1.sav

Statistics

		أستمع بالتسلية	أجيد فهم مشاعر الآخرين	لدى القدرة على تهدئة نفسي	أشعر أنني متهيج	أهتم بما يحدث للآخرين
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		3.27	3.09	2.81	2.84	2.47
Std. Error of Mean		.061	.065	.086	.082	.074
Median		3.34 ^a	3.14 ^a	2.91 ^a	2.91 ^a	2.45 ^a
Mode		4	3	4	4	2
Std. Deviation		.750	.797	1.054	1.004	.902
Sum		491	464	421	426	370

Statistics

		من الصعب علي أن اسيطر على غضبي	من السهل علي اخبار الناس بمشاعري	أتقبل كل من التقى به	أشعر بالثقة بنفسي	اتفهم عادة كيف يشعر الآخرين
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.86	1.95	2.56	3.21	2.77
Std. Error of Mean		.080	.079	.089	.065	.077
Median		2.92 ^a	1.81 ^a	2.54 ^a	3.28 ^a	2.79 ^a
Mode		4	1	2	4	3
Std. Deviation		.976	.972	1.090	.797	.937
Sum		429	293	384	481	415

قائمة الملاحق:

Statistics

		لا أتمكن من المحافظة على هدؤني	أحاول استعمال طرائق مختلفة للاجابة على الأسئلة الصعبة	أعتقد أن معظم الأشياء التي انجزها سوف تكون مرضية	لدي القدرة على احترام الآخرين	انزعج بشكل مبالغ به من بعض الأمور
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.56	2.84	2.69	3.23	2.42
Std. Error of Mean		.082	.071	.086	.075	.079
Median		2.58 ^a	2.87 ^a	2.73 ^a	3.37 ^a	2.45 ^a
Mode		3	3	3	4	3
Std. Deviation		1.007	.875	1.050	.921	.964
Sum		384	426	403	484	363

Statistics

		من السهل علي فهم أشياء جديدة	أستطيع التحدث بسهولة عن مشاعري	افكر بأي شخص أفكار ايجابية	لدي أمل بما هو أفضل	الحصول على أصدقاء أمر هام
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.57	2.37	2.62	3.03	2.65
Std. Error of Mean		.071	.086	.082	.106	.081
Median		2.54 ^a	2.32 ^a	2.60 ^a	3.21 ^a	2.63 ^a
Mode		2	2	2	4	2
Std. Deviation		.870	1.058	1.001	1.292	.990
Sum		385	355	393	455	398

Statistics

		أتشاجر مع الناس	بإستطعتي فهم أسئلة صعبة	أحب أن أبتسم	أحاول أن لا أؤذي مشاعر الآخرين	أحاول تفهم المشكلة حتى أتمكن من حلها
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		3.26	2.79	3.42	3.51	3.10
Std. Error of Mean		.079	.069	.068	.065	.079
Median		3.43 ^a	2.79 ^a	3.54 ^a	3.61 ^a	3.25 ^a
Mode		4	3	4	4	4
Std. Deviation		.965	.846	.830	.792	.968
Sum		489	419	513	526	465

قائمة الملاحق:

Statistics

		أنا عصبي	لا شيء يزعجني	يصعب علي التحدث عن مشاعري الداخلية العميقة	أعلم أن الامور ستصبح على ما يرام	أستطيع تقديم إجابات جيدة على أسئلة صعبة
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.72	2.21	2.37	3.13	2.67
Std. Error of Mean		.291	.075	.086	.080	.070
Median		2.43 ^a	2.15 ^a	2.33 ^a	3.29 ^a	2.68 ^a
Mode		2	2	2	4	3
Std. Deviation		3.558	.917	1.059	.974	.863
Sum		408	332	356	470	401

Statistics

		بإستطاعتي وصف مشاعري بسهولة	أعرف كيف أفضي أوقاتي الجيدة	علي قول الحقيقة	أستطيع الاجابة بطرائق عديدة عن السؤال الصعب عندما أريد	أغضب بسرعة
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.39	2.87	2.78	2.76	2.57
Std. Error of Mean		.084	.074	.081	.067	.087
Median		2.36 ^a	2.92 ^a	2.85 ^a	2.78 ^a	2.61 ^a
Mode		2	3	3	3	3
Std. Deviation		1.029	.910	.996	.825	1.070
Sum		359	430	417	414	386

قائمة الملاحق:

Statistics

		أحب ان اعلم من اجل الآخرين	لا اشعر بسعادة كبيرة	استخدم بسهولة طرائق مختلفة في حل المشكلات	يتطلب كثير من الوقت كي اغضب	مشاعري جيدة اتجاه نفسي
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.55	2.83	2.66	2.35	2.87
Std. Error of Mean		.083	.081	.066	.086	.083
Median		2.55 ^a	2.92 ^a	2.67 ^a	2.32 ^a	2.99 ^a
Mode		2	3	3	2	4
Std. Deviation		1.020	.995	.810	1.056	1.019
Sum		383	424	399	353	431

Statistics

		اكون اصديقاء بسرعة	اعتقد اني الافضل في كل ما انجز مقارنة بغيري	يسهل علي البوح بمشاعري	عند الاجابة عن الاسئلة الصعبة احاول التفكير بحلول عديدة	اشعر بالاستياء عندما تؤدي مشاعر الآخرين
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.86	2.66	2.50	2.67	2.27
Std. Error of Mean		.086	.085	.086	.077	.083
Median		2.93 ^a	2.72 ^a	2.47 ^a	2.71 ^a	2.23 ^a
Mode		4	3	2	3	2
Std. Deviation		1.056	1.042	1.054	.945	1.014
Sum		429	399	375	401	340

قائمة الملاحق:

Statistics

		عندما اغضب من احد ابقى هكذا مدة طويلة	انا سعيد بنوعية شخصيتي	اجيد حل المشكلات	يصعب عليا الانتظار في الدور	استمتع بالاشياء التي اصنعها
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.50	3.16	2.71	2.72	3.17
Std. Error of Mean		.091	.080	.078	.083	.075
Median		2.49 ^a	3.32 ^a	2.76 ^a	2.81 ^a	3.29 ^a
Mode		2	4	3	3	4
Std. Deviation		1.110	.977	.952	1.017	.923
Sum		375	474	406	408	475

Statistics

		احب اصدقائي	ليس لدي ايام سيئة	لدي صعوبة في البوح للاخرين باسراري	اغضب بسهولة	اعرف ما اذا كان صديقي غير سعيد
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		3.10	2.32	2.53	2.54	2.85
Std. Error of Mean		.076	.085	.087	.099	.087
Median		3.23 ^a	2.24 ^a	2.55 ^a	2.57 ^a	3.02 ^a
Mode		4	2	3	4	4
Std. Deviation		.925	1.038	1.060	1.208	1.071
Sum		465	348	380	381	428

Statistics

	احب شكلي (راض (عن جسدي	لا اتهرب من الامور الصعبة	عندما اغضب اتصرف من دون تفكير	اعرف متى يكون الآخرون غير سعداء حتى ولو لم يخبروني بذلك	انا راض عن الشكل الذي ابدو عليه
N	Valid 150 Missing 0	150 0	150 0	150 0	150 0
Mean	3.07	2.81	2.61	3.05	3.55
Std. Error of Mean	.084	.075	.093	.073	.059
Median	3.24 ^a	2.87 ^a	2.68 ^a	3.12 ^a	3.63 ^a
Mode	4	3	4	4	4
Std. Deviation	1.034	.917	1.140	.892	.720
Sum	460	421	392	457	532

a. Calculated from grouped data.

FREQUENCIES VARIABLES= _87;1 _87;2 _87;3 _87;4 _87;5 _87;6 _87;7 _87;8 _87;9 _87;10 _87;11 _87;12
_87;13 _87;14 _87;15 _87;16 _87;17 _87;18 _87;19 _87;20 _87;21 _87;22 _87;23 _87;24 _87;25 _87;26
_87;27 _87;28

_87;29 _87;30 _87;31 _87;32 _87;33 _87;34 _87;35 _87;36 _87;37 _87;38 _87;39 _87;40 _87;41
_87;42 _87;43 _87;44 _87;45 _87;46 _87;47 _87;48 _87;49 _87;50 _87;51 _87;52 _87;53 _87;54 _87;55
_87;56

/STATISTICS=STDDEV SEMEAN MEAN MEDIAN SUM

/ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

Notes

Output Created		11-MAY-2024 00:46:28
Comments		
	Data	C:\Users\Administrator\Desktop\مقياس الصحة النفسية_1.sav
	Active Dataset	DataSet1
Input	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax		<p>FREQUENCIES VARIABLES= 2 س 1 س 11 س 10 س 9 س 8 س 7 س 6 س 5 س 4 س 3 س 12 س 13 س 14 س 15 س 16 س 17 س 18 س 19 س 20 س 21 س 22 س 23 س 24 س 25 س 26 س 27 س 28 س</p> <p>29 س 30 س 31 س 32 س 33 س 34 س 35 س 36 س 37 س 38 س 39 س 40 س 41 س 42 س 43 س 44 س 45 س 46 س 47 س 48 س 49 س 50 س 51 س 52 س 53 س 54 س 55 س</p> <p>/STATISTICS=STDDEV SEMEAN MEAN MEDIAN SUM</p> <p>/ORDER=ANALYSIS.</p>
Resources	Processor Time	00:00:00.05
	Elapsed Time	00:00:00.03

قائمة الملاحق:

[DataSet1] C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية\مقياس_1.sav

Statistics

		معاملة الاخرين تجعلني راضي عن نفسي	اشعر بالسعادة لان حياتي جديرة بان تعاش	اشعر ان الاخرين راضيين عني	منذ الصغر وانا اعاني من بعض الامراض المزمنة	اشعر بالسعادة لانني قادر على حل مشاكلي
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.24	2.66	2.32	2.69	2.58
Std. Error of Mean		.058	.043	.048	.049	.048
Median		2.00	3.00	2.00	3.00	3.00
Std. Deviation		.711	.529	.583	.601	.582
Sum		336	399	348	404	387

Statistics

		اشعر بان تخصصي له مستقبل	رغم بذل مجهود لانجاز اعمالى الا انني غير راضي عن نفسي	اشعر انني اعاني من بعض المشكلات النفسية	اشعر ان معظم اصدقائي راضيين عني	اشعر باليأس عندما اجد الاخرين غير سعداء
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.57	2.45	2.32	2.39	2.23
Std. Error of Mean		.052	.053	.061	.053	.061
Median		3.00	3.00	2.00	2.00	2.00
Std. Deviation		.638	.651	.745	.653	.743
Sum		386	367	348	358	334

قائمة الملاحق:

Statistics

		تخصص دراستي له قيمة لكن ليس في بلدي	اشعر اني راض عن نفسي رغم رغم ضغوط الحياة	منذ صغري والآخرين يتقبلونني	اود الذهاب الى الطبيب النفسي لكن الظروف تحول دون ذلك	ليس لدي عزيمة واردة في ايجاد معنى في حياتي
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		1.77	2.67	2.59	2.45	2.58
Std. Error of Mean		.066	.045	.048	.060	.054
Median		2.00	3.00	3.00	3.00	3.00
Std. Deviation		.814	.550	.592	.738	.658
Sum		265	401	389	368	387

Statistics

		اكون سعيدا عندما اكون راض عن حياتي	اود ان اغير من تخصص دراستي لان له قيمة	منذ فترة والياس يملا حياتي	رغم تصرفاتي الجيدة الا ان الآخرين غير راضيين عني	الحب هو الاساس الذي يجعل لحياتي معنى
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.92	2.77	2.45	2.47	2.31
Std. Error of Mean		.024	.045	.059	.055	.054
Median		3.00	3.00	3.00	3.00	2.00
Std. Deviation		.296	.545	.720	.673	.665
Sum		438	416	368	371	346

Statistics

	اشعر بان مستقبلي المادي غير مستقر	اشعر بالخوف من المستقبل	اقترابي من الله يجعلني راض عن نفسي	اشعر بالراحة عندما اجد الاخرين سعداء	عندما التزم بقضاء الشعائر الدينية تكون حياتي ذات قيمة	
N	Valid Missing	150 0	150 0	150 0	150 0	
Mean		2.89	2.18	2.13	2.72	2.85
Std. Error of Mean		.031	.058	.060	.043	.035
Median		3.00	2.00	2.00	3.00	3.00
Std. Deviation		.376	.705	.739	.532	.424
Sum		433	327	320	408	428

Statistics

	اشعر ان الله راض عني	الشعور باليأس من همتي	رغم ان الاخرون لا يقبلوني على نوع دراستي الا اني احبه	بعض اقاربي يعانون من بعض الامراض النفسية	اشعر بالأمان عندما اكون مع الاخرين	
N	Valid Missing	150 0	150 0	150 0	150 0	
Mean		2.55	2.63	2.44	1.96	2.06
Std. Error of Mean		.045	.047	.061	.066	.055
Median		3.00	3.00	3.00	2.00	2.00
Std. Deviation		.551	.572	.746	.810	.678
Sum		382	395	366	294	309

قائمة الملاحق:

Statistics

		احاول ان اتصرف بطريقة من خلالها يتقبلني اقربائي	رغم محاولاتي على حل مشاكلي الا انني اشعر بعدم الامان	الامور المادية تسترعي اهتمامي اكثر من شيء اخر	لا اشعر بالسعادة رغم اني راض عن نفسي	اشعر بالقلق اتجاه مستقبلتي
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		1.85	2.20	2.14	2.41	2.07
Std. Error of Mean		.062	.058	.060	.057	.058
Median		2.00	2.00	2.00	3.00	2.00
Std. Deviation		.754	.714	.733	.697	.706
Sum		278	330	321	362	311

Statistics

		الاخرون ينظرون لنوع دراستي بغير احترام	اشعر اني اعاني ببعض الاضطرابات النفسية	رغم ان حياتي مليئة بالضغوط الا ان السعادة تلازمني	معنوياتي المرتفعة لها دور في ايجاد معنى في حياتي	اظهر للاخرياتي سعيد ولكني غير ذلك
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.23	2.45	2.50	2.77	2.02
Std. Error of Mean		.059	.058	.048	.037	.062
Median		2.00	3.00	3.00	3.00	2.00
Std. Deviation		.727	.710	.588	.451	.755
Sum		335	368	375	416	303

Statistics

		اشعر بالخوف دون سبب منذ الصغر	منذ فترة وانا اعاني من الارق اثناء النوم	حياتي مليئة بالحزن رغم قلة المشاكل بها	ارى ان مهنتي في المستقبل لها قيمة	اتعمد ان احسن من افعالي كي يتقبلني الاخرين
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.36	2.27	2.50	2.59	1.86
Std. Error of Mean		.062	.063	.060	.050	.063
Median		3.00	2.00	3.00	3.00	2.00
Std. Deviation		.753	.774	.730	.615	.777
Sum		354	340	375	388	279

قائمة الملاحق:

Statistics

		الاحباط المتكرر يجعل حياتي بدون معنى	رغم ان الحزن لايفارقني الا انني اعمل بجدية	لا اجد صعوبة في حياتي المادية	لا اشعر بالرضا عن ذاتي لعدم التزامي بواجباتي الدينية	اشعر ان السعادة الحقيقية لا توجد في حياتي
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.19	2.01	2.14	2.19	2.48
Std. Error of Mean		.065	.067	.055	.066	.059
Median		2.00	2.00	2.00	2.00	3.00
Std. Deviation		.798	.815	.676	.808	.721
Sum		328	301	321	329	372

Statistics

		اشعر بالقلق لعدم اطمئناني على المستقبل المادي	اشعر بالوضالانني اعمل بجدية	رغم ان نوع دراستي له قيمة الا انني اشعر بانه غير مريح ماديا	اشعر بالياس سريعا عندما اقع في اي مشكلة	لا اتقبل ذاتي لقصوري في القيام بواجباتي
N	Valid	150	150	150	150	150
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2.14	2.58	2.32	2.26	2.32
Std. Error of Mean		.062	.048	.058	.063	.062
Median		2.00	3.00	2.00	2.00	2.00
Std. Deviation		.760	.582	.708	.772	.754
Sum		321	387	348	339	348

Statistics

		مهما اربح اموال الا انني اشعر بالعوز المادي
N	Valid	150
	Missing	0
Mean		2.63
Std. Error of Mean		.051
Median		3.00
Std. Deviation		.630
Sum		394

Frequency Tabl

معاملة الاخرين تجعلني راضي عن نفسي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	24	16.0	16.0	16.0
اوافق الى حد ما	66	44.0	44.0	60.0
موافق	60	40.0	40.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بالسعادة لان حياتي جديرة بان تعاش

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	4	2.7	2.7	2.7
اوافق الى حد ما	43	28.7	28.7	31.3
اوافق	103	68.7	68.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر ان الاخرين راضيين عني

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	9	6.0	6.0	6.0
اوافق الى حد ما	84	56.0	56.0	62.0
اوافق	57	38.0	38.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

منذ الصغر وانا اعاني من بعض الامراض المزمنة

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
اوافق	11	7.3	7.3	7.3
اوافق الى حد ما	24	16.0	16.0	23.3
لا اوافق	115	76.7	76.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بالسعادة لانني قادر على حل مشاكلي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
لا اوافق	7	4.7	4.7	4.7
اوافق الى حد ما	49	32.7	32.7	37.3
اوافق	94	62.7	62.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بان تخصصي له مستقبل

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
لا اوافق	12	8.0	8.0	8.0
اوافق الى حد ما	40	26.7	26.7	34.7
اوافق	98	65.3	65.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

رغم بذل مجهود لإنجاز اعمالى الا اننى غير راضى عن نفسى

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
اوافق	13	8.7	8.7	8.7
اوافق الى حد ما	57	38.0	38.0	46.7
لا اوافق	80	53.3	53.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر اننى اعانى من بعض المشكلات النفسية

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
اوافق	25	16.7	16.7	16.7
اوافق الى حد ما	52	34.7	34.7	51.3
لا اوافق	73	48.7	48.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر ان معظم اصدقائى راضيين عنى

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
لا اوافق	14	9.3	9.3	9.3
اوافق الى حد ما	64	42.7	42.7	52.0
اوافق	72	48.0	48.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

اشعر بالياس عندما اجد الاخرين غير سعداء

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid اوافق	28	18.7	18.7	18.7
اوافق الى حد ما	60	40.0	40.0	58.7
لا اوافق	62	41.3	41.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

تخصص دراستي له قيمة لكن ليس في بلدي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid اوافق	71	47.3	47.3	47.3
اوافق الى حد ما	43	28.7	28.7	76.0
لا اوافق	36	24.0	24.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر اني راض عن نفسي رغم ضغوط الحياة

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid لا اوافق	6	4.0	4.0	4.0
اوافق الى حد ما	37	24.7	24.7	28.7
اوافق	107	71.3	71.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

منذ صغري والآخرين يتقبلونني

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	8	5.3	5.3	5.3
اوافق الى حد ما	45	30.0	30.0	35.3
اوافق	97	64.7	64.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اود الذهاب الى الطبيب النفسي لكن الظروف تحول دون ذلك

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	22	14.7	14.7	14.7
اوافق الى حد ما	38	25.3	25.3	40.0
لا اوافق	90	60.0	60.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

ليس لدي عزيمة واردة في ايجاد معنى في حياتي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
اوافق	14	9.3	9.3	9.3
اوافق الى حد ما	35	23.3	23.3	32.7
لا اوافق	101	67.3	67.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

اكون سعيدا عندما اكون راض عن حياتي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	1	.7	.7	.7
اوافق الى حد ما	10	6.7	6.7	7.3
اوافق	139	92.7	92.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اود ان اغير من تخصص دراستي لان له قيمة

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	9	6.0	6.0	6.0
اوافق الى حد ما	16	10.7	10.7	16.7
لا اوافق	125	83.3	83.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

منذ فترة والياس يملا حياتي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	20	13.3	13.3	13.3
اوافق الى حد ما	42	28.0	28.0	41.3
لا اوافق	88	58.7	58.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

رغم تصرفاتي الجيدة الا ان الاخرين غير راضيين عني

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	15	10.0	10.0	10.0
اوافق الى حد ما	49	32.7	32.7	42.7
لا اوافق	86	57.3	57.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

الحب هو الاساس الذي يجعل لحياتي معنى

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	17	11.3	11.3	11.3
اوافق الى حد ما	70	46.7	46.7	58.0
اوافق	63	42.0	42.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اقترابي من الله يجعلني راض عن نفسي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	3	2.0	2.0	2.0
اوافق الى حد ما	11	7.3	7.3	9.3
اوافق	136	90.7	90.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

اشعر بالخوف من المستقبل

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	26	17.3	17.3	17.3
اوافق الى حد ما	71	47.3	47.3	64.7
لا اوافق	53	35.3	35.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بان مستقبلي المادي غير مستقر

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	32	21.3	21.3	21.3
اوافق الى حد ما	66	44.0	44.0	65.3
لا اوافق	52	34.7	34.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بالراحة عندما اجد الاخرين سعداء

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	6	4.0	4.0	4.0
اوافق الى حد ما	30	20.0	20.0	24.0
اوافق	114	76.0	76.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

عندما التزم بقضاء الشعائر الدينية تكون حياتي ذات قيمة

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	4	2.7	2.7	2.7
اوافق الى حد ما	14	9.3	9.3	12.0
اوافق	132	88.0	88.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر ان الله راض عني

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	4	2.7	2.7	2.7
اوافق الى حد ما	60	40.0	40.0	42.7
اوافق	86	57.3	57.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

الشعور باليأس من همتي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	7	4.7	4.7	4.7
اوافق الى حد ما	41	27.3	27.3	32.0
اوافق	102	68.0	68.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

رغم ان الاخرون لا يقبلوني على نوع دراستي الا اني احبه

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	23	15.3	15.3	15.3
اوافق الى حد ما	38	25.3	25.3	40.7
اوافق	89	59.3	59.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

بعض اقاربي يعانون من بعض الامراض النفسية

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	52	34.7	34.7	34.7
اوافق الى حد ما	52	34.7	34.7	69.3
لا اوافق	46	30.7	30.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بالامان عندما اكون مع الاخرين

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	30	20.0	20.0	20.0
اوافق الى حد ما	81	54.0	54.0	74.0
اوافق	39	26.0	26.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

احاول ان اتصرف بطريقة من خلالها يتقبلني اقربائي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	55	36.7	36.7	36.7
اوافق الى حد ما	62	41.3	41.3	78.0
اوافق	33	22.0	22.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

رغم محاولاتي على حل مشاكلي الا انني اشعر بعدم الامان

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	26	17.3	17.3	17.3
اوافق الى حد ما	68	45.3	45.3	62.7
لا اوافق	56	37.3	37.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

الامور المادية تسترعي اهتمامي اكثر من شيء اخر

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	31	20.7	20.7	20.7
اوافق الى حد ما	67	44.7	44.7	65.3
لا اوافق	52	34.7	34.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

لا اشعر بالسعادة رغم اني راض عن نفسي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	18	12.0	12.0	12.0
اوافق الى حد ما	52	34.7	34.7	46.7
لا اوافق	80	53.3	53.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بالقلق اتجاه مستقبلي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	32	21.3	21.3	21.3
اوافق الى حد ما	75	50.0	50.0	71.3
لا اوافق	43	28.7	28.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

الآخرون ينظرون لنوع دراستي بغير احترام

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	26	17.3	17.3	17.3
اوافق الى حد ما	63	42.0	42.0	59.3
لا اوافق	61	40.7	40.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

اشعر اني اعاني ببعض الاضطرابا النفسية

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	19	12.7	12.7	12.7
اوافق الى حد ما	44	29.3	29.3	42.0
لا اوافق	87	58.0	58.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

رغم ان حياتي مليئة بالضغط الا ان السعادة تلازمني

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	7	4.7	4.7	4.7
اوافق الى حد ما	61	40.7	40.7	45.3
اوافق	82	54.7	54.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

معنوياتي المرتفعة لها دور في ايجاد معنى في حياتي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	2	1.3	1.3	1.3
اوافق الى حد ما	30	20.0	20.0	21.3
اوافق	118	78.7	78.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

اظهر للاخرين اني سعيد ولكني غير ذلك

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	41	27.3	27.3	27.3
اوافق الى حد ما	65	43.3	43.3	70.7
لا اوافق	44	29.3	29.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بالخوف دون سبب منذ الصغر

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	25	16.7	16.7	16.7
اوافق الى حد ما	46	30.7	30.7	47.3
لا اوافق	79	52.7	52.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

منذ فترة وانا اعاني من الارق اثناء النوم

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	30	20.0	20.0	20.0
اوافق الى حد ما	50	33.3	33.3	53.3
لا اوافق	70	46.7	46.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

حياتي مليئة بالحزن رغم قلة المشاكل بها

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	21	14.0	14.0	14.0
اوافق الى حد ما	33	22.0	22.0	36.0
لا اوافق	96	64.0	64.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

ارى ان مهنتي في المستقبل لها قيمة

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	10	6.7	6.7	6.7
اوافق الى حد ما	42	28.0	28.0	34.7
اوافق	98	65.3	65.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اتعمد ان احسن من افعالي كي يتقبلني الاخرين

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	57	38.0	38.0	38.0
اوافق الى حد ما	57	38.0	38.0	76.0
اوافق	36	24.0	24.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

الاحباط المتكرر يجعل حياتي بدون معنى

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	36	24.0	24.0	24.0
اوافق الى حد ما	50	33.3	33.3	57.3
لا اوافق	64	42.7	42.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

رغم ان الحزن لايفارقني الا انني اعمل بجدية

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	49	32.7	32.7	32.7
اوافق الى حد ما	51	34.0	34.0	66.7
اوافق	50	33.3	33.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

لا اجد صعوبة في حياتي المادية

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	25	16.7	16.7	16.7
اوافق الى حد ما	79	52.7	52.7	69.3
اوافق	46	30.7	30.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

لا اشعر بالرضا عن ذاتي لعدم التزامي بواجباتي الدينية

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	37	24.7	24.7	24.7
اوافق الى حد ما	47	31.3	31.3	56.0
اوافق	66	44.0	44.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر ان السعادة الحقيقية لاتوجد في حياتي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	20	13.3	13.3	13.3
اوافق الى حد ما	38	25.3	25.3	38.7
لا اوافق	92	61.3	61.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر بالقلق لعدم اطمئناني على المستقبل المادي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	34	22.7	22.7	22.7
اوافق الى حد ما	61	40.7	40.7	63.3
لا اوافق	55	36.7	36.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

اشعر بالرضا لأنني اعمل بجدية

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	7	4.7	4.7	4.7
اوافق الى حد ما	49	32.7	32.7	37.3
اوافق	94	62.7	62.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

رغم ان نوع دراستي له قيمة الا انني اشعر بانه غير مريح ماديا

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	21	14.0	14.0	14.0
اوافق الى حد ما	60	40.0	40.0	54.0
لا اوافق	69	46.0	46.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

اشعر باليأس سريعا عندما اقع في اي مشكلة

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	30	20.0	20.0	20.0
اوافق الى حد ما	51	34.0	34.0	54.0
لا اوافق	69	46.0	46.0	100.0
Total	150	100.0	100.0	

قائمة الملاحق:

لا انتقل ذاتي لقصوري في القيام بواجباتي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	26	17.3	17.3	17.3
اوافق الى حد ما	50	33.3	33.3	50.7
لا اوافق	74	49.3	49.3	100.0
Total	150	100.0	100.0	

مهما اربح اموال الا انني اشعر بالعوز المادي

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
لا اوافق	12	8.0	8.0	8.0
اوافق الى حد ما	32	21.3	21.3	29.3
لا اوافق	106	70.7	70.7	100.0
Total	150	100.0	100.0	

DATASET ACTIVATE DataSet3.

RELIABILITY

```
/VARIABLES=_87;1 _87;2 _87;3 _87;4 _87;5 _87;6 _87;7 _87;8 _87;9 _87;10 _87;11 _87;12 _87;13  
_87;14 _87;15 _87;16 _87;17 _87;18 _87;19 _87;20 _87;21 _87;22 _87;23 _87;24 _87;25 _87;26 _87;27  
_87;28 _87;29 _87;30 _87;31
```

```
_87;32 _87;33 _87;34 _87;35 _87;36 _87;37 _87;38 _87;39 _87;40 _87;41 _87;42 _87;43 _87;44  
_87;45 _87;46 _87;47 _87;48 _87;49 _87;50 _87;51 _87;52 _87;53 _87;54 _87;55 _87;56
```

```
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
```

```
/MODEL=ALPHA.
```

Reliability

Notes

Output Created		22-MAY-2024 17:32:11
Comments		
	Data	C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية.sav
	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
Input	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
		RELIABILITY
		/VARIABLES= 6س 5س 4س 3س 2س 1س 14س 13س 12س 11س 10س 9س 8س 7س 21س 20س 19س 18س 17س 16س 15س 28س 27س 26س 25س 24س 23س 22س 30س 29س 31س
Syntax		38س 37س 36س 35س 34س 33س 32س 45س 44س 43س 42س 41س 40س 39س 52س 51س 50س 49س 48س 47س 46س 55س 54س 53س 56س
		/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
		/MODEL=ALPHA.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.03

[DataSet3] C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية.sav

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	150	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	150	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.858	56

RELIABILITY

/VARIABLES=_87;1 _87;3 _87;5 _87;7 _87;9 _87;11 _87;13 _87;15 _87;17 _87;19 _87;21 _87;23 _87;25
_87;27 _87;29 _87;31 _87;33 _87;35 _87;37 _87;39 _87;41 _87;43 _87;45 _87;47 _87;49 _87;51 _87;53
_87;55 _87;2 _87;4

_87;6 _87;8 _87;10 _87;12 _87;14 _87;16 _87;18 _87;20 _87;22 _87;24 _87;26 _87;28 _87;30 _87;32
_87;34 _87;36 _87;38 _87;40 _87;42 _87;44 _87;46 _87;48 _87;50 _87;52 _87;54 _87;56

/SCALE('ALL VARIABLES') ALL

/MODEL=SPLIT.

Reliability

Notes

Output Created	22-MAY-2024 17:34:14	
Comments		
	Data	C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية.sav
	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
Input	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
	Matrix Input	
	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
		RELIABILITY
		/VARIABLES= 1 من 3 5 من 17 7 من 9 11 من 13 15 من 17 19 من 21 23 من 25 27 من 29 31 من 33 35 من 37 39 من 41 43 من 45 47 من 49 51 من 53 4 من 55 2 من
Syntax		6 من 8 10 من 12 14 من 16 18 من 20 22 من 24 26 من 28 30 من 32 34 من 36 38 من 40 42 من 44 46 من 48 50 من 52 54 من 56
		/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
		/MODEL=SPLIT.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.06

[DataSet3] C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية.sav

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	150	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	150	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.739
		N of Items	28 ^a
Cronbach's Alpha	Part 2	Value	.763
		N of Items	28 ^b
		Total N of Items	56
Correlation Between Forms			.758
Spearman-Brown Coefficient		Equal Length	.862
		Unequal Length	.862
Guttman Split-Half Coefficient			.862

a. The items are: معاملة الآخرين تجعلني راضي عن نفسي , اشعر ان الآخرين راضيين عني , اشعر بالسعادة لأنني قادر على حل مشاكلي , رغم بذل مجهود لإنجاز اعمالى الا انني غير راضي عن نفسي , اشعر ان معظم اصدقائي راضيين عني, تخصص دراستي له قيمة لكن ليس في بلدي , منذ صغري والآخرين يتقبلونني, ليس لدي عزيمة واردة في ايجاد معنى في حياتي, اود ان اغير من تخصص دراستي لان له قيمة, رغم تصرفاتي الجيدة الا ان الآخرين غير راضيين عني. اقترابي من الله يجعلني راض عن نفسي, اشعر بان مستقبلتي المادي غير مستقر , عندما التزم بقضاء الشعائر الدينية تكون حياتي ذات قيمة, الشعور باليأس من همتي, بعض اقاربي يعانون من بعض الامراض النفسية, احاول ان اتصرف بطريقة من خلالها يتقبلني اقربائي, الامور المادية تسترعي اهتمامي اكثر من شيء اخر, اشعر بالقلق اتجاه مستقبلتي , اشعر اني اعاني ببعض الاضطرابات النفسية, معنوياتي المرتفعة لها دور في ايجاد معنى في حياتي, اشعر بالخوف دون سبب منذ الصغر, حياتي مليئة بالحزن رغم قلة المشاكل بها, اتعمد ان احسن من افعالي كي يتقبلني الآخرين, رغم ان الحزن لا يفارقني الا انني اعمل بجدية, لا اشعر بالرضا عن ذاتي لعدم التزامي بواجباتي الدينية, اشعر بالقلق لعدم اطمئناني على المستقبل المادي, رغم ان نوع دراستي له قيمة الا انني اشعر بانه غير مريح ماديا, لا اتقبل ذاتي لقصوري في القيام بواجباتي.

b. The items are: اشعر بالسعادة لان حياتي جديرة بان تعاش , منذ الصغر وانا اعاني من بعض الامراض المزمنة , اشعر بان تخصصي له مستقبل , اشعر انني اعاني من بعض المشكلات النفسية, اشعر باليأس عندما اجد الآخرين غير سعداء, اشعر اني راض عن نفسي رغم ضغوط الحياة, اود الذهاب الى الطبيب النفسي لكن الظروف تحول دون ذلك, اكون سعيدا عندما اكون راض عن حياتي, منذ فترة واليأس يملا حياتي, الحب هو الاساس الذي يجعل لحياتي معنى, اشعر بالخوف من المستقبل, اشعر بالراحة عندما اجد الآخرين سعداء, اشعر ان الله راض عني, رغم ان الاخرين لا يقبلوني على نوع دراستي الا اني احبه, اشعر بالأمان عندما اكون مع الآخرين, رغم محاولاتي على حل مشاكلي الا انني اشعر بعدم الامان, لا اشعر بالسعادة رغم اني راض عن نفسي , الاخرون ينظرون لنوع دراستي بغير احترام, رغم ان حياتي مليئة بالضغوط الا ان السعادة تلازمني, اظهر للآخرين اني سعيد ولكني غير ذلك, منذ فترة وانا اعاني من الارق اثناء النوم, ارى ان مهنتي في المستقبل لها قيمة , الاحباط المتكرر يجعل حياتي بدون معنى, لا اجد صعوبة في حياتي المادية, اشعر ان السعادة الحقيقية لا توجد في حياتي, اشعر بالرض الانني اعمل بجدية, اشعر باليأس سريعا عندما اقع في اي مشكلة, مهما اربح اموال الا انني اشعر بالعوز المادي.

COMPUTE

s1=SUM(_87;1,_87;2,_87;3,_87;4,_87;5,_87;6,_87;7,_87;8,_87;10,_87;11,_87;12,_87;13,_87;14,_87;15,_87;16,_87;17,_87;18,_87;19,_87;20,_87;21,_87;22,_87;23,_87;24,_87;25,_87;27,_87;28,_87;29,_87;30,_87;31,_87;32,

_87;33,_87;34,_87;35,_87;36,_87;37,_87;38,_87;39,_87;40,_87;41,_87;42,_87;43,_87;44,_87;45,_87;46,_87;47,_87;48,_87;49,_87;50,_87;51,_87;52,_87;53,_87;54,_87;55,_87;56).

EXECUTE.

FREQUENCIES VARIABLES=s1

/STATISTICS=STDDEV MEAN MEDIAN SUM

/ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

Notes

Output Created	22-MAY-2024 17:41:47	
Comments		
Input	Data	C:\Users\Administrator\Desktop\الصححة النفسية.sav
	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data.
Syntax	FREQUENCIES VARIABLES=s1 /STATISTICS=STDDEV MEAN MEDIAN SUM /ORDER=ANALYSIS.	
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00

[DataSet3] C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية.sav

Statistics

s1

N	Valid	150
	Missing	0
Mean		128.4067
Median		130.5000
Std. Deviation		12.38862
Sum		19261.00

s1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
94.00	1	.7	.7	.7
97.00	1	.7	.7	1.3
98.00	1	.7	.7	2.0
99.00	2	1.3	1.3	3.3
102.00	1	.7	.7	4.0
106.00	1	.7	.7	4.7
107.00	1	.7	.7	5.3
108.00	1	.7	.7	6.0
109.00	1	.7	.7	6.7
110.00	2	1.3	1.3	8.0
111.00	3	2.0	2.0	10.0
112.00	6	4.0	4.0	14.0
113.00	2	1.3	1.3	15.3
115.00	3	2.0	2.0	17.3
116.00	1	.7	.7	18.0
Valid 117.00	3	2.0	2.0	20.0
118.00	3	2.0	2.0	22.0
119.00	5	3.3	3.3	25.3
120.00	3	2.0	2.0	27.3
121.00	2	1.3	1.3	28.7
122.00	2	1.3	1.3	30.0
123.00	6	4.0	4.0	34.0
124.00	1	.7	.7	34.7
125.00	3	2.0	2.0	36.7
126.00	6	4.0	4.0	40.7
127.00	4	2.7	2.7	43.3
128.00	2	1.3	1.3	44.7
129.00	3	2.0	2.0	46.7
130.00	5	3.3	3.3	50.0
131.00	2	1.3	1.3	51.3
132.00	4	2.7	2.7	54.0
133.00	6	4.0	4.0	58.0

s1					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	134.00	5	3.3	3.3	61.3
	135.00	7	4.7	4.7	66.0
	136.00	7	4.7	4.7	70.7
	137.00	4	2.7	2.7	73.3
	138.00	4	2.7	2.7	76.0
	139.00	5	3.3	3.3	79.3
	140.00	8	5.3	5.3	84.7
	141.00	5	3.3	3.3	88.0
	142.00	2	1.3	1.3	89.3
	143.00	3	2.0	2.0	91.3
	144.00	3	2.0	2.0	93.3
	145.00	2	1.3	1.3	94.7
	146.00	3	2.0	2.0	96.7
	147.00	2	1.3	1.3	98.0
	148.00	1	.7	.7	98.7
	149.00	1	.7	.7	99.3
	151.00	1	.7	.7	100.0
Total		150	100.0	100.0	

DATASET ACTIVATE DataSet2.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=_87;1 _87;2 _87;3 _87;4 _87;5 _87;6 _87;7 _87;8 _87;9 _87;10 _87;11 _87;12 _87;13
_87;14 _87;15 _87;16 _87;17 _87;18 _87;19 _87;20 _87;21 _87;22 _87;23 _87;24 _87;25 _87;26 _87;27
_87;28 _87;29 _87;30 _87;31
_87;32 _87;33 _87;34 _87;35 _87;36 _87;37 _87;38 _87;39 _87;40 _87;41 _87;42 _87;43 _87;44
_87;45 _87;46 _87;47 _87;48 _87;49 _87;50 _87;51 _87;52 _87;53 _87;54 _87;55 _87;56 _87;57 _87;58
_87;59 _87;60

```

/SCALE('ALL VARIABLES') ALL

/MODEL=ALPHA.

Reliability

Notes

Output Created		22-MAY-2024 17:43:18
Comments		
Input	Data	C:\Users\Administrator\Desktop*****.sav
	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax		RELIABILITY
		/VARIABLES= 10 من 9 من 8 من 7 من 6 من 5 من 4 من 3 من 2 من 1 من 21 من 20 من 19 من 18 من 17 من 16 من 15 من 14 من 13 من 12 من 11 من 30 من 29 من 28 من 27 من 26 من 25 من 24 من 23 من 22 من 31
		42 من 41 من 40 من 39 من 38 من 37 من 36 من 35 من 34 من 33 من 32 من 53 من 52 من 51 من 50 من 49 من 48 من 47 من 46 من 45 من 44 من 43 من 59 من 58 من 57 من 56 من 55 من 54 من 60
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.02

[DataSet2] C:\Users\Administrator\Desktop\ققققققققق.sav

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	150	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	150	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.702	60

RELIABILITY

```
/VARIABLES=_87;1 _87;3 _87;5 _87;7 _87;9 _87;11 _87;13 _87;15 _87;17 _87;19 _87;21 _87;23 _87;25
_87;27 _87;29 _87;31 _87;33 _87;35 _87;37 _87;39 _87;41 _87;43 _87;45 _87;47 _87;49 _87;51 _87;53
_87;55 _87;57 _87;59
```

```
_87;2 _87;4 _87;6 _87;8 _87;10 _87;12 _87;14 _87;16 _87;18 _87;20 _87;22 _87;24 _87;26 _87;28
_87;30 _87;32 _87;34 _87;36 _87;38 _87;40 _87;42 _87;44 _87;46 _87;48 _87;50 _87;52 _87;54 _87;56
_87;58 _87;60
```

```
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
```

```
/MODEL=SPLIT.
```

Reliability

Notes

Output Created		22-MAY-2024 17:46:00
Comments		
Input	Data	C:\Users\Administrator\Desktop\.....sav
	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
	Matrix Input	
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax		RELIABILITY /VARIABLES= 15س 13س 11س 9س 7س 5س 3س 1س 35س 33س 31س 29س 27س 25س 23س 21س 19س 17س 55س 53س 51س 49س 47س 45س 43س 41س 39س 37س 5س 57س
		22س 20س 18س 16س 14س 12س 10س 8س 6س 4س 2س 42س 40س 38س 36س 34س 32س 30س 28س 26س 24س 60س 44س 46س 48س 50س 52س 54س 56س 58س
		/SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=SPLIT.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.00

[DataSet2] C:\Users\Administrator\Desktop\ققققققققق.sav

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
	Valid	150	100.0
Cases	Excluded ^a	0	.0
	Total	150	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

	Value	.561
	Part 1	
	N of Items	30 ^a
Cronbach's Alpha	Value	.517
	Part 2	
	N of Items	30 ^b
	Total N of Items	60
Correlation Between Forms		.558
	Equal Length	.717
Spearman-Brown Coefficient	Unequal Length	.717
Guttman Split-Half Coefficient		.714

a. The items are: أستمتع بالتسلية , لدى القدرة على تهدئة نفسي , أهتم بما يحدث للآخرين , من السهل علي اخبار الناس بمشاعري , أشعر بالثقة بنفسي , لا أتمكن من المحافظة على هدوئي, أعتقد أن معظم الأشياء التي انجزها سوف تكون مرضية, انزعج بشكل مبالغ به من بعض الأمور , أستطيع التحدث بسهولة عن مشاعري , لدى أمل بما هو أفضل, أتشاجر مع الناس , أحب أن أبتسم , أحاول تفهم المشكلة حتى أتمكن من حلها , لا شيء يزعجني , أعلم أن الامور ستصبح على ما يرام , بإستطاعتي وصف مشاعري بسهولة , علي قول الحقيقة , أغضب بسرعة , لا اشعر بسعادة كبيرة, يتطلب كثير من الوقت كي اغضب, اكون اصداقاً بسرعة, يسهل علي البوح بمشاعري, اشعر بالاستياء عندما تؤذي مشاعر الآخرين, انا سعيد بنوعية شخصيتي , يصعب علي الانتظار في الدور, احب اصداقائي, لدي صعوبة في البوح للآخرين بأسراري, اعرف ما اذا كان صديقي غير سعيد, لا اتهرب من الامور الصعبة, اعرف متى يكون الآخرون غير سعداء حتى ولو لم يخبروني بذلك.

b. The items are: أجد فهم مشاعر الآخرين , أشعر أنني متهيج , من الصعب علي أن اسيطر على غضبي , أتقبل كل من التقى به, اتفهم عادة كيف يشعر الآخرون , احاول استعمال طرائق مختلفة للاجابة على الأسئلة الصعبة, لدي القدرة على احترام الآخرين, من السهل علي فهم أشياء جديدة , افكر بأي شخص أفكار ايجابية , الحصول على اصداقاً أمر هام, بإستطاعتي فهم أسئلة صعبة , أحاول أن لا أؤذي مشاعر الآخرين , أنا عصبي , يصعب علي التحدث عن مشاعري الداخلية العميقة, أستطيع تقديم إجابات جيدة على أسئلة صعبة , أعرف كيف أقضي أوقاتي الجيدة, أستطيع الاجابة بطرائق عديدة عن السؤال الصعب عندما أريد, أحب ان اعلم من اجل الآخرين , استخدم بسهولة طرائق مختلفة في حل المشكلات, مشاعري جيدة اتجاه نفسي, اعتقد اني الافضل في كل ما انجز مقارنة بغيري, عند الاجابة عن الاسئلة الصعبة احاول التفكير بحلول عديدة, عندما اغضب من احد ابقى هكذا مدة طويلة, اجد حل المشكلات, استمتع بالاشياء التي اصنعها, ليس لدي ايام سيئة, اغضب بسهولة, احب شكلي (راض عن جسدي), عندما اغضب اتصرف من دون تفكير, انا راض عن الشكل الذي ابدو عليه.

FREQUENCIES VARIABLES=VAR00061

/STATISTICS=STDDEV MEAN MEDIAN SUM

/ORDER=ANALYSIS.

VAR00061

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
101.00	1	.7	.7	.7
132.00	1	.7	.7	1.3
135.00	1	.7	.7	2.0
137.00	1	.7	.7	2.7
141.00	1	.7	.7	3.3
142.00	1	.7	.7	4.0
143.00	2	1.3	1.3	5.3
144.00	2	1.3	1.3	6.7
145.00	1	.7	.7	7.3
146.00	2	1.3	1.3	8.7
148.00	2	1.3	1.3	10.0
149.00	1	.7	.7	10.7
150.00	1	.7	.7	11.3
151.00	3	2.0	2.0	13.3
152.00	8	5.3	5.3	18.7
Valid 153.00	2	1.3	1.3	20.0
154.00	2	1.3	1.3	21.3
155.00	2	1.3	1.3	22.7
156.00	4	2.7	2.7	25.3
157.00	5	3.3	3.3	28.7
159.00	2	1.3	1.3	30.0
160.00	7	4.7	4.7	34.7
161.00	5	3.3	3.3	38.0
162.00	2	1.3	1.3	39.3
163.00	3	2.0	2.0	41.3
164.00	6	4.0	4.0	45.3
165.00	6	4.0	4.0	49.3
166.00	2	1.3	1.3	50.7
167.00	2	1.3	1.3	52.0
168.00	5	3.3	3.3	55.3
169.00	4	2.7	2.7	58.0
170.00	5	3.3	3.3	61.3

VAR00061

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	171.00	4	2.7	2.7	64.0
	172.00	2	1.3	1.3	65.3
	173.00	6	4.0	4.0	69.3
	174.00	5	3.3	3.3	72.7
	175.00	1	.7	.7	73.3
	176.00	2	1.3	1.3	74.7
	177.00	2	1.3	1.3	76.0
	178.00	7	4.7	4.7	80.7
	179.00	3	2.0	2.0	82.7
	180.00	3	2.0	2.0	84.7
	181.00	1	.7	.7	85.3
	183.00	2	1.3	1.3	86.7
	185.00	1	.7	.7	87.3
	186.00	5	3.3	3.3	90.7
	187.00	2	1.3	1.3	92.0
	188.00	2	1.3	1.3	93.3
	190.00	3	2.0	2.0	95.3
	191.00	1	.7	.7	96.0
	194.00	1	.7	.7	96.7
	195.00	4	2.7	2.7	99.3
	196.00	1	.7	.7	100.0
Total		150	100.0	100.0	

DATASET ACTIVATE DataSet3.

CORRELATIONS

/VARIABLES=s1 VAR00061

/PRINT=TWOTAIL NOSIG

/MISSING=PAIRWISE.

Correlations

Notes

Output Created	22-MAY-2024 17:50:32	
Comments		
Input	Data	C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية.sav
	Active Dataset	DataSet3
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	150
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax	<p>CORRELATIONS</p> <p>/VARIABLES=s1 VAR00061</p> <p>/PRINT=TWOTAIL NOSIG</p> <p>/MISSING=PAIRWISE.</p>	
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.02

[DataSet3] C:\Users\Administrator\Desktop\الصحة النفسية.sav

Correlations

		s1	VAR00061
s1	Pearson Correlation	1	.229**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	150	150
VAR00061	Pearson Correlation	.229**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	150	150

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).