

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الإجتماعية

شعبة علم النفس

عنوان المذكرة



الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى

الطالب الجامعي العامل

دراسة ميدانية بجامعة محمد خيضر-قطب شتمة - بسكرة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس-تخصص عيادي-

إشراف الأستاذة:

د. نسيمة بومعروف

إعداد الطالبة:

سعاد قدوري

السنة الجامعية: 2016-2017



كهداء

"اللهم لا تجعلنا نصاب بالغرور إذا نجحنا ولا باليأس إذا فشلنا

بل علمنا دائما أن الفشل هو التجارب التي تسبق النجاح ،

اللهم ساعدنا أن نقول كلمة الحق في وجه الأعداء ولا نقول كلمة باطلة

تكسب الضعفاء

اللهم إذا منحتنا مواضع فلا تفقدنا امتزازنا بكرامتنا"

آمين

شكر وعرفان

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين ومصدق لقوله تعالى: "لئن شكرتم لأزيدنكم".

فإنني أحمد الله وأشكره على أن وفقني أنعم علي بنعمة الصبر والقوة لإنجاز هذا العمل .

وأقدم بأسمى عبارات الشكر إلى كل من ساعدني وساندني طوال مشواري وأخص بالذكر أستاذتي المشرفة الدكتورة: نسيمه بومعروف التي تعلمنا منها الكثير فكانت لتوجيهاتها ونصائحها وآرائها السديدة أكبر الأثر في إعداد هذه الرسالة وأيضا لم تبخل علي بنصائحها المهمة وأشكرها على سعة صدرها وتواضعها وكذا صبرها ووفاء وامتنانا بالفضل لأهل الفضل واعترافنا بالجميل لأهل الجميل نتقدم بالشكر الجزيل لكل من أثارنا بعلمه وفكره وإلى كل من وقف إلى جوارنا معلما وناصحا ومرشدا ونخص بالذكر الأستاذ المحترم الأستاذ رابحي والأستاذ مرابطي محادل والاستاذة ربحاني زهراء وأستاذة جعفر صواح الذين لم يبخلوا علينا بفضلهم

وشكر الموصول لكل أساتذتي في شعبة علم النفس الذين نهلت منهم العلم الغزير واستفدت منهم الكثير.

كما نتقدم بالشكر الجزيل للإخوة والأخوات زملاءنا الطلبة دفعة علم النفس العيادي 2016-2017م.

وأشكر أعضاء لجنة المناقشة الموقرين الذين تفضلوا بقراءة هذه المذكرة ومناقشتها.

ولا يسعني في هذا المقام إلا أن أتوجه بجزيل الشكر لعينة الدراسة موضوع البحث الطلبة والطالبات العاملين.

ملخص الدراسة:

استهدف هذا البحث، دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل، ومعرفة إن كان هناك علاقة ارتباطية بين أفراد العينة في متغيري (الذكاء الانفعالي، والتوافق النفسي)، والتي يمكن أن تعزى إلى الجنس (ذكر/ أنثي)، أو نوع الحالة الاجتماعية (أعزب/ متزوج).

شملت عينة البحث (59 طالب وطالبة) من طلاب القطب الجامعي - شتمة -

(39 منهم ذكور و 20 إناث)، أما من حيث الحالة الاجتماعية (24 أعزب، 35 متزوج).

وإستخدم في الدراسة مقياسان لغرض جمع البيانات اللازمة وهما: مقياس الذكاء العاطفي من إعداد الباحث شط، ومقياس التوافق النفسي، من إعداد (زينب شقير 2003) وتمت معالجة البيانات احصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي (spss20) الذي سمح بتطبيق الأدوات الإحصائية التالية: معامل الارتباط بيرسون. وكانت النتائج كما يلي:

- يوجد علاقة ارتباط دالة احصائياً بين الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي.

التوافق النفسي.

الطالب الجامعي العامل.

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
	شكر وعرهان
	ملخص الدراسة
	قائمة الاشكال
	قائمة الجداول
[أ-ج]	مقدمة
23-06	الفصل الأول : الإطار العام لإشكالية الدراسة
[09-6]	1- إشكالية الدراسة
[09]	2- دوافع اختيار الموضوع
[10]	3- أهمية الدراسة
[10]	4- أهداف الدراسة
[18-10]	5- الدراسات السابقة وتعقيب عليها
[18]	6- فرضيات الدراسة
[21-19]	7- التعاريف الإجرائية لمصطلحات الدراسة
[23-22]	قائمة المراجع الفصل
	الإطار النظري
53-36	الفصل الثاني: الذكاء الانفعالي
[36]	تمهيد

[38-36]	1.لمحة تاريخية عن الذكاء الانفعالي
[46- 38]	2.النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي
[48-47]	3.تعريف ذكاء الانفعالي.
[49-48]	4.أبعاد ذكاء الانفعالي
[51-49]	5.ذكاء الانفعالي وتوافق النفسي بين الجنسين في مجال العمل
[51]	خلاصة الفصل
[53-52]	قائمة مراجع الفصل
87-55 الفصل الثالث: التوافق النفسي	
[55]	تمهيد
[57-55]	1. نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق النفسي.
[61-57]	2. تعريف التوافق النفسي وبعض المصطلحات المرتبطة به من المعاجم المتخصصة
[70-61]	3. خصائص و أبعاد التوافق النفسي.
[78-70]	4. أساليب التوافق النفسي و معاييرها
[85 -78]	5. النظريات المفسرة للتوافق النفسي.
[85]	خلاصة الفصل
[87-86]	قائمة مراجع الفصل
الإطار التطبيقي	
الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية 100-90	
[90]	تمهيد
[90]	I: الإجراءات المنهجية
[91-90]	1-1-الدراسة الاستطلاعية ونتائجها

[92-91]	2-1- مجالات الدراسة
[93-92]	3-1- المنهج المستخدم
[93]	4-1- العينة و خصائصها
[99-93]	5-1- أدوات الدراسة
[99]	6-1- الأساليب الإحصائية
[99]	خلاصة الفصل
[100]	قائمة المراجع
106-102	الفصل الخامس : عرض وتحليل النتائج على ضوء الفرضيات
[104-102]	II: عرض وتحليل النتائج على ضوء الفرضيات
[103 -102]	2-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة
[104 -103]	2-2- مناقشة عامة لنتائج الدراسة.
[105-104]	خلاصة الفصل
[106]	قائمة مراجع الفصل
[108]	الخاتمة
[109]	توصيات واقتراحات
[116 -111]	قائمة المراجع
	الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
102	العلاقة الارتباطية بين الذكاء العاطفي و التوافق النفسي	01

فهرس الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
[40]	نموذج Goleman (جولمان) للمكونات الرئيسة والفرعية للذكاء الانفعالي.	1
[42]	نموذج Bar-on بار-أون لمكونات الذكاء الانفعالي	2
[44]	نموذج Wiesinger (وايزنجر) لتحليل الذكاء الانفعالي	3
[46]	يوضح نموذج Mayer & Salovey (ماير و سلوفي) لمكونات الذكاء الانفعالي	4
[63]	يوضح خصائص التوافق النفسي.	5
[66]	يوضح خصائص الشخصية المتوافقة.	6
[78]	يمثل نظريات التوافق النفسي.	7
[84]	يوضح ترتيب الحاجات حسب ماسلو.	8

مقدمة

مقدمة

إذا كان الإنسان يعيش في عصر متطور؛ فلا بد وأن يتسق ويتناغم معه في اتجاه انساني يؤكد بالدرجة الأولى على تقدمه ورفاهيته ورفعته. الأمر الذي جعلنا نقرر أن هذا العصر ينبغي أن يكون عصر العلم إيجابي، وعلم النفس الإيجابي اتجاه جديد في الفكر السيكولوجي المعاصر يزخر بالعديد من المفاهيم التي لطالما أغفلها علم النفس وهي مفاهيم تتجه صوب الجانب الإيجابي الخلاق في الإنسان، وهو الجوهر الأصيل في طبيعته الانسانية.

فالمعرفة والوجدان عاملان أساسيان يمثلان جملة التأثير على كل سلوك يصدر عن الفرد في مواقف التفاعل المختلفة، تتأثر بعوامل عديدة منها ثقافة الفرد ومعتقداته، ميولاته رغباته ومفهومه عن ذاته، كيفية إدراكه، تفسيره لمؤثرات البيئة، والمحيط الذي يعيش فيه وعليه فالانفعالات من العوامل التي تؤثر مباشرة في الحياة اليومية، وإذا ما استخدم الفرد أحدهما دون الآخر اضطرب سلوكه واختلط على الآخرين، والفرد ذاته فهم دوافعه الحقيقية التي تحركه، ومن ثمّ يكون من الصعب على الآخرين أيضا تفسير ما يصدر عنه من أفعال وأقوال.

أما الجمع بين المعرفة والوجدان كمحركان أساسيان للسلوك الإنساني فهو التجسيد الحي للذكاء الانفعالي الذي ينعكس بصورة اجمالية على الشخصية عامة، ويؤثر على تكاملها وتوافقها وجودة حياتها.

فالذكاء الانفعالي هو: قدرة الفرد على ادراك عواطفه وتنظيمها وتوليدها واستخدامها في التفكير ومعالجة الأشياء والتواصل مع الآخرين ودعم النمو العقلي والنفسي للفرد، متمثلا في قدرات عدة على ضبط النفس والمثابرة والحماس وحث النفس على العمل والتعاطف والتفهم فهو إذن، نسق من القدرات والمعارف والمهارات التي تمكن الفرد من مجابهة مواقف الحياة المختلفة وتسييرها بذكاء مايساعده على تحقيق مايسمى بالتوافق النفسي بينه وبين

الآخرين ومن هنا نبرز قدرة الفرد على التكيف مع مستجدات العلمية العالمية وخاصة إذا كان هذا الفرد طالبا عاملا فهو أكثر عرضة لمسؤوليات الحياة ويسعى لتحقيق أهدافه والتميز الدراسي والحصول على الانجازات العلمية والعملية والنجاح الشخصي والمهني والوصول إلى درجة من الارتياح الداخلي. وذلك للوصول إلى طرق وأساليب جديدة تساعده على مواجهة مختلف الصعوبات، وتمكنه من تطوير ذاته وتتميتها. ومن بين تلك المواضيع موضوع الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي، حيث اكتسح هذا الموضوع ساحة الأبحاث النفسية والاجتماعية والتربوية المعاصرة.

وهذا ما دفعنا لاختيار هذا الموضوع لدراستنا التي سنحاول فيها دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل.

وبما أن المنهج هو الطريق المؤدي للكشف عن الحقيقة بواسطة مجموعة القواعد العامة التي تنطلق من تساؤلات وأهداف وإجراءات الدراسة للوصول إلى نتائج علمية دقيقة إعتدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي لأنه الأنسب للدراسة الحالية حيث عالجتنا ضمن خطة بحثية في الفصول التالية: وقد قسمت الدراسة إلى خمسة فصول، بعد المقدمة تناولنا الفصل الأول: الإطار العام لإشكالية الدراسة الذي تضمن تساؤل الدراسة وتحديد دوافع إختيار الموضوع الدراسة والهدف منها إبراز أهميتها وكذا عرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها والتي تناولت متغيري دراستنا منفصلين، وصيغت الفرضيات وحددت المفاهيم الأساسية إجرائيا.

أما الجانب النظري: بعنوان الفصل التمهيدي، فتضمن فصلين هما كالتالي:

الفصل الأول: خصص لمفهوم الذكاء الانفعالي، بدءا بتمهيد ثم تاريخ النشأة والظهور والنظريات المفسرة للذكاء الانفعالي ثم تعريفه وأبعاده وأخيرا الخلاصة وقائمة المراجع.

الفصل الثاني: فقد احتوى على التوافق النفسي، تمهيد نبذة تاريخية تعريفه وبعض المصطلحات المرتبطة به من المعاجم المتخصصة خصائص وأبعاده وأساليب والمعايير والنظريات المفسرة وخلاصة الفصل ومراجع الفصل.

في حين تضمن الجانب التطبيقي على فصلين: الفصل الرابع الخاص بالإجراءات المنهجية حيث تم فيه عرض الدراسة الاستطلاعية ونتائجها ومجال الدراسة والمنهج المستخدم وعينة الدراسة وأدوات الدراسة، الأساليب الإحصائية خلاصة ومراجع الفصل. في حين تضمن الفصل الخامس والأخير الذي خصص لعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على ضوء الفرضيات، حيث تم فيه عرض النتائج عن طريق الإحصاء الوصفي ثم عرضها ومناقشتها وتفسيرها عن طريق الإحصاء الإستدلالي. ليختم في الأخير بخاتمة الدراسة ثم قائمة المراجع والملاحق.

الإطار العام لإشكالية الدراسة

الفصل الأول : موضوع الدراسة

- 1 اشكالية الدراسة
- 2 دوافع اختيار الموضوع
- 3 أهداف الدراسة
- 4 أهمية الدراسة
- 5 الدراسات السابقة والتعقيب عليها
- 6 فرضيات الدراسة
- 7 التعاريف الاجرائية لمصطلحات الدراسة

قائمة مراجع

1-الإشكالية:

يعتبر النشاط العقلي لدى الإنسان موضوعا رئيسا تمحورت حوله أبحاث ودراسات علماء النفس وعلماء التربية باختلاف مدارسهم وكان الهدف وراء ذلك هو معرفة ماهية الذكاء لدى الفرد وكيفية عمله وماهي العوامل المؤثرة فيه؟

حيث تعددت الآراء وتفاوتت النتائج بشأنه، كما يعتبر موضوع الانفعالات والعواطف من اهتمامات الفلاسفة وعلماء النفس والشعراء منذ القدم حيث حاولوا التعمق في أغوارها بغية معرفة طبيعتها وكيفية حدوثها، وماهي مكوناتها وما العلاقة التي تربطها بالعقل؟

لقد شهدت أبحاث الذكاء في العقد الأخير من القرن الماضي من (1990-2000) حركة كبيرة واهتماما بالغا من قبل العلماء والباحثين وكانت من نتائج ذلك أن توصل الكثير من الباحثين أمثال: **mayer**، **ماير**، **"Goleman"**، **جولمان**، **"salovey"** **سلوفي**، **Gatdner**، **جوردن**، **"slernberg"**، **سترنبرغ**.

إلى نتيجة مفادها: أن مفهوم الذكاء الذهني يتضمن مجموعة ضيقة من المهارات اللغوية، والرياضية التي تجعل اختبارات معامل الذكاء مؤثر للنجاح في مجالات ضيقة من الحياة، كالنجاح الأكاديمي أو الالتحاق بوظيفة معينة أو اختصاص ما إلا أن هذه الاختبارات لا تصلح لأن تكون مؤشرا يعتمد عليه في مجالات الحياة المتشعبة، والمختلفة كل الاختلاف عن البيئة الأكاديمية لأنها أهملت جوانب أساسية من بنية الشخصية مما دفع هؤلاء العلماء إلى محاولة إعادة اكتشاف مفهوم الذكاء.

والفعالية في الأداء، آخذين بعين الاعتبار إلى جانب النظام المعرفي الأنظمة الأساسية الأخرى المكونة للشخصية الإنسانية، المتمثلة في النظام العاطفي الانفعالي ونظام الدافعية، ونتيجة للتفاعل بين هذه الأنظمة الثلاث انبثق ما يسمى: الذكاء الانفعالي أو الذكاء العاطفي، الذكاء الوجداني، ذكاء المشاعر... الخ).

فالذكاء الانفعالي حسب تعريف (جولمان، Goleman):

يعرفه بأنه "قدرتنا في التعرف على انفعالاتنا وانفعالات الآخرين والقدرة على تحفيز أنفسنا وإدارة الانفعالات بصورة فعالة في ذاتنا وعلاقتنا"، أما الدكتور عبد الهادي السيد عبه وفاروق السيد عثمان فيعرفانه بأنه "القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفق مراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية ايجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة."

(رشيد سعادة، 2009:135).

والذكاء حسب الطالبة هو مجموعة من السمات الشخصية المهارات الاجتماعية التي تتمحور حول الوعي بانفعالات الذات وإرادتها والوعي النفسي وهذه المهارات تساهم في ترقية الأداء المهني والتوافق النفسي والتكيف مع البيئة. وبالتالي يصبح من الضروري إجراء أبحاث ودراسات حول الموضوع بمتغيراته جملة أو كل واحد منها على حدى.

فمن بين الدراسات العربية التي أجريت حول الموضوع نجد دراسة حنان بنت خلفان بن زايد الصباحية، (2013): قامت بدراسة العلاقة بين الذكاء الروحي ودافعية الانجاز الأكاديمي لدى طلاب وطالبات معهد العلوم الشرعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية (الجنس، العمر، التخصص، سنة الدراسة، الوظيفة) وقد تبين من نتائج الدراسة

أنه: 1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على درجاتهم في مقياس الذكاء الروحي ودافعية الانجاز الأكاديمي.

2- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين متغيري الذكاء الروحي ودافعية الانجاز الأكاديمي.

3- يمكن التنبؤ بدرجات أفراد العينة على مقياس دافعية الانجاز الأكاديمي بناء على درجاتهم على مقياس الذكاء الروحي. (حنان بنت خلفان بن زايد الصباحية، 2013)

وتوصلت الباحثة **فاطمة بنت علي بن سعيد اليحيائي (2014)**: بدراسة حول الذكاء الانفعالي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين في سلطنة عمان، وتوصلت في نهاية دراستها إلى أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة المكفوفين لسلطنة عمان كان متوسطاً، وكذلك أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين لسلطنة عمان كان قليلاً جداً. لا توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين في سلطنة عمان. (فاطمة بنت علي بن سعيد اليحيائي، 2014)

وتجدر الإشارة إلى أن الذكاء الانفعالي يعتمد أساساً على سلامة البناء النفسي والصحة النفسية للفرد، وكذلك قدرته على التحكم في الذات وحسن تقديرها، لكي يعيش حياة اجتماعية مشبعة إلى حد كبير، وهي في تفاعل ديناميكي ذات أنماط متعددة متباينة تتصف بالمرونة. والغنى وسلوك الفرد فيها يقوم على دعامين أساسيين هما: التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي، وهذان البعدان يعبران عن نفسيهما في مواقف الحياة المختلفة في الأسرة وفي المدرسة وفي الجماعة وفي مجال العمل، وهما أساسيان للتوافق النفسي لأنهما يتعلقان بتنظيم الذات وبالعلاقات الاجتماعية بين الفرد والآخرين، إذاً لكل فرد احتياجات نفسية واجتماعية أساسية لا بد له من تحقيقها وإذا نجح في ذلك حقق التوافق المطلوب والذي يتطلب منه أن يكون مرناً في سلوكه متروياً في استجاباته، ومتنوعاً فيها بالقدر الذي

يحقق له إشباع دوافعه والتوافق مع بيئته، وقد نتج عن الاهتمام المتنامي بهذا المفهوم، كم كبير من الدراسات والأبحاث. (منال عبد الخالق جاب الله، 2012)

فقد أجرت الباحثة بلحاج فروجة (2011): دراسة حول التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي وتوصلت إلى وجود علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي والاجتماعي والدافعية للتعلم لدى عينة الدراسة أي كلما زاد التوافق النفسي زادت الدافعية للتعلم. (بلحاج فروجة، 2011)

وهذا ما نلمسه لدى الطالب الجامعي بما انه أكثر عرضة لتعدد مسؤوليات الحياة ومشاكلها التي تفرضها طبيعة الدراسة في الجامعة، وخاصة إذا كان هذا الطالب عاملاً حيث يضع من أولوياته رفع مستواه الفكري والتعليمي وهذا ضمن مجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية، مما يؤثر على مدى توافقه في الوصول إلى النجاح. فالتوافق النفسي بالنسبة للطالب العامل يعد مطلباً أساسياً لتحقيق التفوق الدراسي والإنجاز المهني.

ومن هذا المنطلق تحددت إشكالية الدراسة الحالية التي تتلخص في تقصي طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي و التوافق النفسي لدى طلبة الجامعيين العاملين، ويتمثل التساؤل الرئيسي لدراستنا في ما يلي:

-هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والتوافق

النفسي لدى الطالب الجامعي العامل؟

2-دوافع اختيار الموضوع: 1-الرغبة الذاتية لدى الطالبة الباحثة للتعلم في الجوانب

الاجابية للشخصية. بهدف الوقوف على العوامل الداعمة للصحة النفسية والجسدية للأفراد.

2-بما أن طبيعة التخصص الطالبة الباحثة لا يركز فقط على الجانب المرضي (اضطرابات النفسية)، بل أيضا يتطلب معرفة الجانب الأخر الايجابي والتعرف على مؤشرات الصحة النفسية التي تدعم الشخصية وتحميها من التفكك والانهايار الانفعالي والجسدي.

3- نظرا لأهمية موضوع الذكاء الانفعالي الذي يعد الموجه للسلوك الإنساني بحسب العديد من الدراسات.

4- لكون الذكاء الانفعالي مفهوم حديث نسبيا في علم النفس وخصوصا في العالم العربي.

3- أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة فيما يلي:

1- مواكبة مسار الحديث للدراسات التي أصبحت تركز على جوانب ايجابية للمنظومة المعقدة وهي الشخصية، وأيضا الموضوعات التي تنتمي الى مجال علم النفس الايجابي.

2- التعرف على العلاقة الطردية بين متغيري الدراسة (الذكاء الانفعالي، والتوافق النفسي) وتوجيه النظر إلى أهمية هذه العلاقة ودورها في تحقيق النجاح في الحياة لفئة مهمة في المجتمع وهي فئة الطلبة الجامعيين بوصفهم عامة، وخاصة إذا كانوا عمال حيث يتعاملوا مع ظروف الحياة بفعالية إلى جانب تحقيق التفوق في المجال العلمي والعملية.

3- تكمن أهمية هذا البحث في أهمية عينة الدراسة التي هي المرحلة العمرية الأكثر حساسية في الحياة الفردية، والتي يكون فيها الطالب عرضة للمسؤوليات الحياة الجامعية، الأمر الذي يجعل هذا البحث الخطوة الهامة التي تعزز تنمية المهارات الانفعالية في مواجهة حل المشكلات وهي مهارة (الذكاء الانفعالي، التوافق النفسي).

4- توجيه الانتباه لأهمية متغيرات الدراسة والتي يمكن أن تسهم في زيادة الفهم والوعي طلاب الجامعة في جميع التخصصات ومساعدتهم على التوافق والنجاح في الحياة.

4- أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى مايلي :

- معرفة طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي و التوافق النفسي لدى أفراد العينة.

5- الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

5-1 الدراسات السابقة: في ضوء مسح للدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة، لم نجد أي من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطالب الجامعي العامل -بحدود علم الطالبة الباحثة - بينما كانت هذه

الأبحاث والدراسات قد تناولت علاقة كل من متغيري الدراسة ببعض المتغيرات الأخرى. إلا أننا سوف نعرض ما توصلت إليه الطالبة الباحثة من دراسات سابقة ذات الصلة بمتغيرات الدراسة (الذكاء الانفعالي، التوافق النفسي).

1-الدراسة الأولى: دراسة سعيد يحيى (2009): **الذكاء الوجداني وعلاقته بأساليب التفكير لدى طلاب وطالبات كلية التربية -جامعة الأزهر-غزة.** بهدف التعرف على مستوى الذكاء الوجداني و أبعاده لدى أفراد عينة الدراسة وعلى أساليب التفكير المفضلة لدى أفراد عينة الدراسة. وتمثلت عينة الدراسة على طلبة وطالبات كلية التربية بجامعة الأزهر-غزة وبلغ قوامها (355) بواقع (174طالب) (181 طالبة).

وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة (0.05) بين متوسطات درجات تقديرات أفراد عينة الدراسة لأساليب التفكير تبعا لمتغير الجنس (ذكور/إناث). كما توصلت أن مستوى الذكاء الوجداني لدى طلاب وطالبات جامعة الأزهر بغزة وهي كالاتي: (الوعي بتنظيم الذات-تنظيم الذات-الدافعية-التعاطف-المهارات الاجتماعية).

(منى عوض، 2009)

2-الدراسة الثانية: دراسة مرفت عبد ربه عايش مقبل (2010): **التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة .**

بهدف دراسة العلاقة بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا وكل من المتغيرات (عدد سنوات الإصابة بالمرض، ونوع مرض السكري، مستوى الدخل، المستوى التعليمي، العمر، النوع) لدى مرضى السكري. وقد اشتملت العينة على 300 مريض ومريضة بمركز شهداء الرمال الحكومي، وللوصول إلى نتائج الدراسة قامت الباحثة بتطبيق مقياس التوافق النفسي من إعداد شقير (2003)، ومقياس قوة الأنا لبارون ترجمة أبو ناهية وموسى (1988) وقامت الباحثة بتطبيق المقاييس على عينة الدراسة، واتبعت المنهج الوصفي التحليلي للإجابة عن الأسئلة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي: 1-وجود علاقة طردية دالة إحصائيا بين

التوافق النفسي وإبعاده (الشخصي، الصحي، الأسري، الاجتماعي والتوافق العام وقوة الأنا لدى مرضى السكري).

2- وجود فروق دالة إحصائية في التوافق النفسي بعد التوافق الصحي وعدد سنوات الإصابة بمرض السكري.

3- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين عدد سنوات الإصابة بمرض السكري.

وجود علاقة عكسية دالة إحصائية بين التوافق الصحي و العمر لدى مرضى السكري، بينما لوحظ عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين العمر والتوافق الشخصي والأسري والاجتماعي والنفس العام. (مرفت عبد ربه عايش مقبل، 2010).

3- الدراسة الثالثة: دراسة احمد العلوان (2011): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص و النوع الاجتماعي للطالب. هدفت هذه الدراسة إلى بحث علاقة الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (475) طالبا وطالبة من جامعة الحسين بن طلال بمدينة معان في الأردن. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى:

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث لصالح الإناث.
2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين طلبة التخصصات العلمية والإنسانية لصالح الطلبة ذوي التخصصات الإنسانية، وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل مهارات الاجتماعية وأنماط التعلق. (احمد العلوان، 2011)

4- الدراسة الرابعة: دراسة بلحاج فروجة (2011): التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، وتهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي والدافعية للتعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي واشتملت العينة على 320 مراهق، واعتمدت اختبارات الشخصية للمرحلة

الإعدادية والثانوية لعطية محمود هنا وذلك لقياس التوافق ،ومقياس الدافعية للتعلم ليوسف فطامي.

وفي نهاية الدراسة توصلت إلى النتائج التالية:

- 1-وجود علاقة ارتباطيه بين التوافق النفسي والاجتماعي والدافعية للتعلم لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي أي كلما زاد التوافق الاجتماعي، زادت الدافعية
- 2-وجود علاقة ارتباطيه بين التوافق النفسي والدافعية للتعلم لدى عين الدراسة .

(بلحاج فروجة،2011)

5-الدراسة الخامسة: دراسة حنان بنت خلفان بن زايد الصباحية (2013): الذكاء الروحي وعلاقته بدافعية الانجاز الأكاديمي لدى طلاب وطالبات معهد العلوم الشرعية بسطنة عمان، هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الروحي ودافعية الانجاز الأكاديمي لدى طلاب وطالبات معهد العلوم الشرعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية (الجنس العمر، التخصص، سنة الدراسة، الوظيفة) وتألقت عينة من (110) من طلبة تخصص دبلوم وبكالوريوس الدراسات الإسلامية في معهد العلوم الشرعية، وقد استمدت الباحثة مقياس الذكاء الروحي وهو من إعداد الخداني (2011)، ومقياس الانجاز الأكاديمي وهو من إعداد المشرفي (2012)، وتمت معالجة البيانات واستخلاص النتائج.

وقد توصلت الدراسة إلى نتائج الآتية :1-لاتوجد فروق على درجاتهم في مقياس الذكاء الروحي ودافعية الإنجاز الأكاديمي.

2-لاتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الأفراد عينة الدراسة على مقياسي الذكاء الروحي تعزي لمتغيرات (الجنس،العمر، التخصص، سنة الدراسة، الوظيفة).

(حنان بنت خلفان بن زايد الصباحية ،2013)

6- الدراسة السادسة: دراسة بوشاشي سامية (2013): السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة، بهدف التعرف على العلاقة القائمة بين سلوك العدواني والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة، ثم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وتمثلت عينة البحث (340) طالب وطالبة جامعيين.

ولقد توصلت نتائج البحث إلى: 1- لدى طلبة الجامعة سلوك متوسط، كما وجدت أن هناك فروق دالة إحصائية في السلوك العدواني بين الجنسين و لصالح الذكور.

2- أن طلبة الجامعة يتميزون بالتوافق النفسي والاجتماعي متوسط، كما وجدت انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي والاجتماعي بين الجنسين.

3- علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين السلوك العدواني والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الجامعة. (بوشاشي سامية، 2013)

7- الدراسة السابعة: دراسة بلال نجمة (2014): الذكاء الوجداني وعلاقته بالثقة لدى طلاب الجامعة، بهدف دراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني والثقة بالنفس لدى الطلبة الجامعيين، ومعرفة إن كانت هناك فروق بين أفراد العينة في المتغيرين (الذكاء الوجداني والثقة بالنفس) شملت عينة البحث (450) طالبا وطالبة من طلاب القطب الجامعي تامدة (225 منهم ذكور و 225 إناث). واستخدمت في الدراسة مقياسان لغرض جمع البيانات اللازمة وهما: مقياس الذكاء الوجداني، من إعداد الباحث (أحمد العلوان)، ومقياس الثقة بالنفس، من إعداد (سيدني شروجر)، وتوصلت الى النتائج التالية: 1- توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعيين.

2- توجد فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في متغير الذكاء الوجداني.

3- توجد فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في متغير الثقة بالنفس. (بلال نجمة، 2014)

8- الدراسة الثامنة: دراسة فاطمة بنت علي بن سعيد اليحياي (2014): الذكاء الانفعالي و علاقته بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين، وقد اشتملت عينة من (100 طالب) من

- المكفوفين، وقد تم استخدام المنهج الوصفي في هذه الدراسة، وكذلك تم استخدام مقياسين هما: مقياس الانفعالي لشايبسين (2001)، وأما مقياس الوحدة النفسية لعابد (2008).
- وقد تم التوصل للنتائج التالية: 1- أظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المكفوفين سلطنة عمان كان متوسطا.
- 2- أظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين سلطنة عمان كان قليلا جدا.
- 3- لا توجد علاقة ارتباطيه بين الذكاء الانفعالي والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المكفوفين في سلطنة عمان.
- 4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي، في حين توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى لصالح الذكور. (فاطمة بنت علي بن سعيد اليحياني، 2014)
- 9- الدراسة التاسعة: بن غريال سعيدة (2015): بعنوان: الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق المهني جامعة محمد خيضر بسكرة في ضوء متغيرات (الجنس، التخصص العلمي، الخبرة المهنية)، وتكونت العينة من 150 استاذ، واستخدمت الباحثة في دراستها المنهج الوصفي التحليلي، كما اعتمدت في جمع بياناتها على مقياس الذكاء العاطفي إعداد فاروق السيد عثمان ومحمد عبد السميع رزق (2001)، ومقياس التوافق المهني إعداد الباحثة.
- وقد أسفرت عن النتائج التالية: 1- يتمتع الأساتذة الجامعيون بمستوى ذكاء عاطفي مرتفع.
- 2- يتمتع الأساتذة الجامعيون بمستوى توافق مهني مرتفع.
- 3- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء العاطفي والتوافق المهني لدى الأساتذة الجامعيين.
- 4- توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء العاطفي والتوافق المهني لدى الأساتذة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

5-توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء العاطفي والتوافق المهني لدى أساتذة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص العلمي.

6-توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين الذكاء العاطفي والتوافق المهني لدى الأساتذة الجامعيين تعزى لمتغير الخبرة المهنية. (بن غريال سعيدة، 2015)

5-2: **التعقيب عليها:** من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة نلاحظ ما يلي :

من حيث الهدف: لقد اختلفت وتباينت أهداف الدراسات السابقة للذكاء الانفعالي باختلاف أهداف كل باحث فمنها من هدفت لمعرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة كدراسة احمد العلوان(2011) أو علاقة بالثقة بالنفس كدراسة بلال نجمة (2014) أو علاقة بالدافعية الانجاز الأكاديمي كدراسة حنان بنت خلفان (2013)، أو علاقة بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين كدراسة فاطمة بنت علي (2014) أو علاقته بالتوافق المهني كدراسة بن غريال سعيدة (2015).

أما فيما يخص دراسة التوافق النفسي و الاجتماعي فقد تباينت بتباين الهدف الذي أعدت لأجله فمنها ما هدفت إلى معرفة العلاقة القائمة بين السلوك العدواني والتوافق النفسي والاجتماعي كما في دراسة بوشاشي سامية (2013) وقوة الأنا وكل من المتغيرات (عدد سنوات الإصابة بالمرض، نوع مرض السكري، مستوى الدخل، المستوى التعليمي ،العمر النوع) لدى مرضى السكري كدراسة مرفت عبد ربه عايش مقبل(2010).

من حيث العينة والأدوات: نلاحظ أن جميع الدراسات السابقة اعتمدت على المقاييس لتحقيق أهدافها، أما أن يكون من إعدادهم الشخصي أو الجاهزة وإما أن تكون جاهزة مع تعديلها وتكييفها لتتلاءم مع عينة الدراسة.

أما بالنسبة لعينات: الدراسة السابقة، فقد اختلفت من دراسة إلى أخرى فمنها ما طبق على طلاب كدراسة بلال نجمة (2014) واحمد العلوان (2011) ودراسة بوشاشي سامية (2013) ومنها ما طبق على مرضى السكري كدراسة مرفت عبد ربه عايش مقبل(2010)

ومنها على مكفوفين كدراسة **فاطمة بنت علي** (2014) ومنها على مراهقين كدراسة **بلحاج فروجة** (2011) ومنها من طبق على أساتذة الجامعة كدراسة **بن غريال سعيدة** (2015).

أما الدراسة الحالية فقد استهدفت الطالب الجامعي العامل، وهي الدراسة الوحيدة حسب اطلاع الطالبة الباحثة والتي هي بعنوان **الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطالب الجامعي العامل**.

ومن حيث الأدوات: أما فيها ما يخص مقاييس فقد تنوعت الأدوات المستخدمة في الدراسات تبعا لتنوع متغيراتها فاستخدمت مقاييس الذكاء الانفعالي كمقياس الذكاء الوجداني من إعداد الباحث **احمد العلوان**، ومقياس الذكاء العاطفي إعداد **فاروق السيد عثمان ومحمد عبد السميع رزق** (2011).

أما فيما يخص مقاييس التوافق النفسي والاجتماعي فقد اعتمدت على مقاييس: التوافق النفسي والاجتماعي من إعداد الباحث **صلاح الدين احمد الجماعي** ومقياس التوافق النفسي من إعداد **شقيير** (2003).

أما من حيث النتائج: لقد اختلفت وتباينت، توصلت نتائج الدراسات إلى وجود علاقة طردية دالة إحصائيا بين التوافق النفسي وأبعاده (شخصي-الصحي-الأسري) والاجتماعي والتوافق العام وقوة الأنا لدى مرضى السكري **مرفت مقبل** (2010)، وفي حين توصلت دراسة **احمد العلوان** (2011) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الذكاء الانفعالي زيادة الى فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات العلمية و الأدبية فكانت لصالح التخصصات الإنسانية، وبالمقابل أسفرت نتائج بعض الدراسات عن وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين سلوك العدوانية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، **بوشاشي سامية** (2013). كما توصلت دراسة **بلال نجمة** (2014) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الذكاء الوجداني والثقة بالنفس لدى الطلبة الجامعيين، وبين الذكاء العاطفي والتوافق المهني لدى أساتذة جامعيين كما في دراسة **بن غريال سعيدة** (2015).

وتشترك الدراسة الحالية مع دراسة بلال نجمة (2014) احمد العلوان (2011)، بن غريال سعيد (2015) في تناولها لمتغير الذكاء الانفعالي، ومع دراسة مرفت مقبل (2010) بوشاشي سامية (2013) في تناولها لمتغير التوافق النفسي والاجتماعي. اما من حيث العينة فتشترك الدراسة الحالية مع دراسات بلال نجمة (2014) ،احمد العلوان (2011)، بوشاشي سامية (2013).

وتتفرد الدراسات الحالية في حدود الطالبة الباحثة بجمعها لمتغيري الدراسة (الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي). تناولتها الدراسة السابقة متفرقة في بنات مختلفة وعلى عينات كان معظمها من الطلاب الجامعيين ،وكذلك بخصوصية عينة الدراسة الحالية (الطالب الجامعي العامل) وهذا الذي لم يتم إقامة دراسات عليه.

5-3- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

1. تكوين خلفية عملية شكلت إطارا نظريا مناسباً للدراسة الحالية، صياغة الإشكالية والفرضيات.
2. بلورة وتحديد مفهوم الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي الاجتماعي موضوع البحث وتحديد الخلفية النظرية لهذه المتغيرات.
3. أفادت الدراسات السابقة في تكوين نظرة عن الجانب الإجرائي في الدراسة الحالية من حيث اختيار مجال الدراسة ووسائل جمع البيانات والتحليل الكيفي للنتائج المتوصل إليها.

6-فرضيات الدراسة: بغرض الاجابة عن التساؤل العام والتساؤلات المتفرعة عنه قمنا بصياغة الفرضيات التالية:

الفرضية العامة:

-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل.

7-المفاهيم الإجرائية للدراسة:

1-الذكاء الانفعالي: هو مجموعة القدرات التي يملكها الفرد، واللازمة للنجاح في مختلف المناحي الحياتية، والتي يمكن تعلمها وتحسينها، وتشمل المعرفة الانفعالية وإدارة الانفعالات والحماس والمثابرة وتحفيز النفس، وإدراك انفعالات الآخرين وحسن التعامل معهم وإدراك العلاقات الاجتماعية، ويستدل عليه من خلال مقياس الذكاء العاطفي.

ويمكن تحديد التعريف الإجرائي لهذا المتغير بأنه مجموع الاستجابات (الدرجات) التي يسجلها الطالب الجامعي العامل على فقرات المقياس المعتمد في هذه الدراسة (ألا وهو مقياس شط -الذكاء العاطفي- المتكون من 33 بند).

2- التوافق النفسي: هو حالة من التوائم والانسجام بين الفرد ونفسه و بين الفرد وبيئته، و تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته و تصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية و الاجتماعية. و يتضمن التوافق قدرة المرء على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعا نفسيا تغييرا يناسب هذه الظروف. (عبد الفتاح دويدار، 1994:524)

وعلى هذا فالتوافق أكثر من بعد نحددها في دراستنا بثلاث أبعاد هي:

1-التوافق الشخصي: والذي يتمثل في أنه عملية تشير إلى الأحداث النفسية التي تعمل على استبعاد حالات التوتر وإعادة الفرد إلى مستوى معين، وهو المستوى المناسب لحياته في البيئة التي يعيش فيها، فالفرد بهذا يتصرف مدفوعا بدافع الهدف الذي يشبع هذا الدافع

وعندما تعترضه عواقب فإنه يقوم بأفعال وتصرفات واستجابات مختلفة حتى يجد بأنه باستجابته قد تغلب على العقبة ووصل إلى هدفه وأشبع حاجاته و دوافعه.

(عطية محمود هنا، 1985: 65)

2-التوافق الاجتماعي والأسري: يتمثل في قدرة الفرد على المشاركة الاجتماعية الفعالة وشعوره بالمسؤولية الاجتماعية، وامتناله لقيم مجتمعه، وشعوره بقيمته ودوره الفعال في تنمية مجتمعه، وقدرته على تحقيق الانتماء والولاء للجماعة من حوله، والدخول في منافسات اجتماعية بناءة مع الآخرين، والقدرة على إقامة علاقات طيبة ايجابية مع أفراد المجتمع بما فيها الحرص على حقوق الآخرين في جو من الثقة والاحترام المتبادل معهم، والشعور بالسعادة والامتنان لانتمائه للجماعة واحتلاله مكانة متميزة من خلال ما يؤديه من عمل اجتماعي تعاوني يتضمن الاستقرار والتماسك الأسري، وسلامة العلاقات بين الآباء والأبناء والأبناء فيما بينهم، بسواد الحب والثقة والاحترام المتبادل بين كل أفراد الأسرة وقد يمتد التوافق الأسري ليشمل العلاقات الأسرية بين الأقارب وحل المشكلات الأسرية ويستدل عليه من خلال مقياس التوافق النفسي.

(زينب محمود شقير، 2003: 6)

3-التوافق الدراسي: حالة تبدو في العملية الدينامية المستمرة والتي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها، وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الأساسية فالتوافق الدراسي يقوم على بعدين أساسيين: بعد عقلي، وبعد اجتماعي، هو إذن يتوقف على كفاية إنتاجية، وعلاقات إنسانية. كما أن قدرة الطالب على تحقيق التلاؤم بينه وبين أساتذته وزملائه، إنما يسهل عليه توافقه الذاتي وسماته الشخصية والانفعالية، وتمكنه من عقد صلات مثمرة بينه وبينهم واشترائه في النشاط الاجتماعي والثقافي للحياة الدراسية إنما يحقق توافقه الدراسي بل ويحقق هدفه من الدراسة.

(شاذلي، 2001: 14).

4-التوافق المهني: هو العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الفرد لتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة المهنية(المادية والاجتماعية) والمحافظة على هذا التلاؤم(عوض، 1881 : 39)

ويتحقق هذا الانسجام والتلاؤم بعدة طرق أهمها حسن اختيار المهنة، والتدريب على أدائها بشكل جيد، وتقبلها بقبول حسن، ورضا الفرد عنها و الاقتناع بها، ومحاولة الابتكار فيها، مع علاقات إنسانية راضية مرضية مع الزملاء والرؤساء. (عبد الخالق، 1997: 61).

وعموما يمكننا القول أن التوافق النفسي؛ عبارة عن إشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراع و الأمراض النفسية وكذلك استمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه والتكيف معها، أي بمعنى آخر هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه وما يناقضها من الأدوار الاجتماعية أي خلوه من التآزم الذاتي.

ويمكن تحديد التعريف الإجرائي لهذا المتغير بأنه مجموع الاستجابات (الدرجات) التي يسجلها الطالب الجامعي العامل على فقرات مقياس المعتمد في هذه الدراسة (ألا وهو مقياس زينب شقير -للتوافق النفسي- المتكون من 40 بند) .

3- الطالب الجامعي العامل: الشباب (ذكور/إناث) المسجلين بالقطب الجامعي شتمه للسنة الجامعية(2016-2017)، والذين يزاولون دراستهم ويعملون أعمال مختلفة ومتعددة ويمثلون أفراد العينة التي ستجري عليها الدراسة.

قائمة المراجع الفصل:

مراجع العربية:

1. -أحمد العلوان (2011): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطلاب، مجلة الاردنية في العلوم التربوية، مجلد 7، العدد 2.
2. -بلال نجمة (2014): الذكاء العاطفي الوجداني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الطلاب الجامعة، دراسة ميدانية بالقطب الجامعي تامدة -جامعة تيزي وزو، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية.
3. -بلحاج فروجة (2011): التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، دراسة ميدانية في ولاية تيزي وزو ويومرداس، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير تخصص علم النفس وعلوم التربية فرع علم النفس المدرسي.
4. -بن غريال سعيدة (2015): الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق المهني، دراسة ميدانية على عينة من أساتذة جامعة محمد خيضر بسكرة، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماجستير في العلوم الاجتماعية، تخصص علم النفس الاجتماعي
5. -بوشاشي سامية (2013): السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري تيزي وزو، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير تخصص علم النفس الاجتماعي.
6. -حنان بنت خلفان بن زايد الصباحية (2013): الذكاء الروحي وعلاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى طلاب وطالبات معهد العلوم الشرعية في سلطنة عمان، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير في التربية تخصص الإرشاد النفسي.
7. -رشيد سعادة (2009): الذكاء الانفعالي-مقاربة بالكفاءات مجلة الواحات للبحوث والدراسات، العدد 7.
5. اطلع عليه بالموقع: <http://elwahat.univ-ghardaia.dz>
8. زينب محمود شقير، (2003): مقياس التوافق النفسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة-مصر.
9. عطية محمود هنا (1985): الصحة النفسية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة-مصر
10. عبد الخالق، (1997): أصول الصحة النفسية، ط3، دار المعرفة، الاسكندرية.
11. عوض، (1996): الموجز في الصحة النفسية، ط2، دار المعرفة، مصر .
12. -فاطمة بنت علي بن سعيد اليحيائي (2014): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالوحدة النفسية لدي الطلبة المكفوفين في سلطنة عمان، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير في التربية تخصص الإرشاد النفسي.
13. -مرفت عبد ربه عايش مقبل (2010): التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير علم النفس.

14- منال عبد الخالق جاب الله (2012): سيكولوجيا ذكاء الانفعالي -أسس و تطبيقات، دار العلم والإيمان، ط1 2012.

15- منى سعيد يحيى عوض (2009): الذكاء الوجداني وعلاقته بأساليب التفكير لدى طلاب وطالبات كلية التربية - جامعة الأزهر - غزة، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير كلية التربية- قسم علم النفس- الأزهر - غزة - فلسطين.

2- مواقع إلكترونية:

16-<http://elwahat.univ-ghardaia.dz>

على الساعة:00:30). اطلع عليه بالموقع: (23-02-2016)

الإطار النظري

الفصل الثاني:

الذكاء الانفعالي

تمهيد

1. لمحة تاريخية عن الذكاء الانفعالي
2. النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي
3. تعريف ذكاء الانفعالي.
4. أبعاد ذكاء الانفعالي
5. ذكاء الانفعالي وتوافق النفسي بين الجنسين في مجال العمل

خلاصة الفصل

قائمة مراجع الفصل

تمهيد:

اكتشف في مجال الذكاءات مفهوم حديث، له بنية في مجال القدرات، ألا وهو مفهوم الذكاء الانفعالي، وهو من مفاهيم التي شاع استخدامها في الآونة الأخيرة. ومن الأسباب التي أدت إلى شيوعه هو التطور العلمي والتكنولوجي وسيطرة الماديات على أساليب تعاملات الفرد مع البيئة والأفراد وانتشار العنف وانتهاك الحقوق. ففطن العلماء إلى أهمية فهم الإنسان لذاته، وفهمه للآخرين، وقدرته على توظيف و استخدام هذا الفهم الذي يمكنه من السيطرة على مشاعره وانفعالاته والتحكم فيها، وينمي لديه القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم ومساندتهم، إضافة إلى النظر الى هذا المفهوم على أنه أفضل منبت للنجاح في الحياة الاجتماعية.

I - لمحة تاريخية عن الذكاء الانفعالي:

إن اهتمام الفلاسفة في العلاقة بين التفكير و الانفعال يعود إلى قرون عديدة أدت إلى الاعتماد على المفهوم الفلسفي للذكاء على طريقة التأمل الباطني في الكشف عن خواصه ومميزاته متمثلة في العالم أفلاطون الذي قام بتقسيم قوى العقل إلى ثلاث مظاهر رئيسية هي الإدراك، الانفعال، النزوع. (مصطفى الأسطل، 2010: 21)

إن النظريات التي تضيف صفة الذكاء على العاطفة (انفعال) ليست حديثة فعلى مر السنين قام المنظرون بدراسة العلاقة بين الذكاء والعاطفة باعتبارها متكاملين وليس متضادين. 1-1930/920: (ثورنديك) إن الذكاء الاجتماعي أي القدرة على فهم الآخرين والسلوك الحكيم في العلاقات الانسانية مظهرا من مظاهر الذكاء. وقد قدم هذه الفكرة في مجلة Harpers magazine -وقد فسر بعض السيكولوجيين في ذلك الوقت الذكاء بأنه "القدرة على جعل الآخرين يتصرفون تبعا من تريد؟"

2-1960: صدر كتاب في الذكاء ومقاييسه ويصور مفهوم الذكاء الاجتماعي بأنه لافائدة منه.

3-1985: تناول (روبرت سترنبرج) في كتابه "مابعد الذكاء الاجتماعي" فذكر أنه مستقل عن القدرات الأكاديمية و أنه مفتاح أساس الأداء الناجح في الحياة.

4-1985: أكد (هاورد جاردنر) في كتابه عن "الذكاءات المتعددة" أن فهم الانسان لنفسه وللآخرين وقدرته على استخدام وتوظيف هذا الفهم يعد أحد نماذج الذكاء،(الذكاء الشخصي، الذكاء في العلاقة بالآخرين) و كلاهما مهارات ذات قيمة في الحياة.

5-1990: قدم (بيتر سالوفي وجون ماير) نموذجا للذكاء العاطفي في كتابهما: الخيال،المعرفة، الشخصية.

6-1995: أصدر (دانييل جولمان) كتابه "الذكاء العاطفي: لماذا يعني أكثر مما تعني نسبة الذكاء".

7-قام (جاك بلوك) من جامعة كاليفورنيا بدراسة بعض المتغيرات الشخصية المرتبطة بالذكاء مستقلا عن الذكاء العاطفي، والذكاء العاطفي (الانفعالي) مستقلا عن الذكاء، أشارت نتائجها إلى أن ذوي الذكاء المرتفع مستقلا عن الذكاء العاطفي كانوا أكثر تميزا في الجوانب العقلية وأقل تميزا في الجوانب الشخصية. أما المتميزون في الذكاء العاطفي مستقلا عن الذكاء فكانوا أكثر تميزا في الجوانب الاجتماعية ولديهم اتجاهات ايجابية نحو أنفسهم ونحو الآخرين. (محمد حسين، 2007 : 30-31).

8-منذ 1998: عمد الباحثون إلى تنقيح مفهوم الذكاء الانفعالي من خلال المزيد من البحث والدراسة وتقديم مقاييس جديدة لهذا المفهوم. (عبد الرحمن الرفاتي، 2012 : 30)

من خلال عرضنا هذا تبين أن الذكاء الانفعالي له جذور عميقة في مجال علم النفس وهذا ما أكده الباحثون حيث يرون أنه مصطلح جديد لمفهوم قديم ومن خلال التراث السيكولوجي، نجد أن هناك إشارات ضمنية إلى هذا المفهوم في الكتابات السيكولوجية السابقة أثناء دراستهم لجوانب السلوك البشري في مواقف الحياة المختلفة، وهذا ما أكده جولمان حيث قال: "أن الذكاء الانفعالي يلعب دورا مهما في نجاح الحياة بنسبة 80%".

II - النظريات الأساسية المفسرة للذكاء الانفعالي:

منذ القرن العشرين بدأت العديد من النظريات المتعلقة بمفهوم الذكاء الانفعالي بالظهور. رغم أن هناك مثال من الدراسات الأجنبية حاولت أن تكشف ماهية الذكاء الانفعالي ومحدداته البنائية إلا أن تلك الدراسات جميعها استندت إما لنموذج جولمان (1996)، الذي عرف فيما بعد بالنموذج المختلط، أو استندت إلى ماير وسالوفي (1990). وكان من أهم النماذج مايلي:

2-1- نظرية دانيال جولمان: تقوم نظرية الذكاء الانفعالي لجولمان على الكفاية الاجتماعية والانفعالية في بيئة العمل، مؤكدا على أن النجاح الأكاديمي والشخصي والمهني لا يتحقق بدون اكتساب الفرد للمهارات الانفعالية والاجتماعية (1995)، وقدم جولمان كتابه الأول و الشهير بعنوان "الذكاء الانفعالي" عام (1995) مستفيدا من المقالات العديدة

و الأدب النظري الذي نشر حول الذكاء الانفعالي في أوائل التسعينيات.

وفيما بعد قدم جولمان ويويانتريز معا تصورا متكاملا للذكاء الانفعالي وعرفاه: "بسيطرة الفرد على الكفايات التي تؤسس إلى إدراك الذات، وإدارتها، والإدراك الاجتماعي، والمهارات الاجتماعية في الأوقات و الطرق المناسبة بتكرار كافي لتصبح فعالة في الموقف وتم تحديده ب(20) كفاية موزعة على (4) أبعاد رئيسية كالتالي:

1- الوعي بالذات: واعتبره جولمان بأنه البعد الانفعالي الأساسي الذي تبنى عليه الكثير من الأبعاد والكفايات ويتضمن الكفايات التالية :

-الوعي الانفعالي للذات. -التقييم الدقيق للذات. -الثقة بالذات.

2-إدارة الذات: وتتضمن الكفايات التالية:

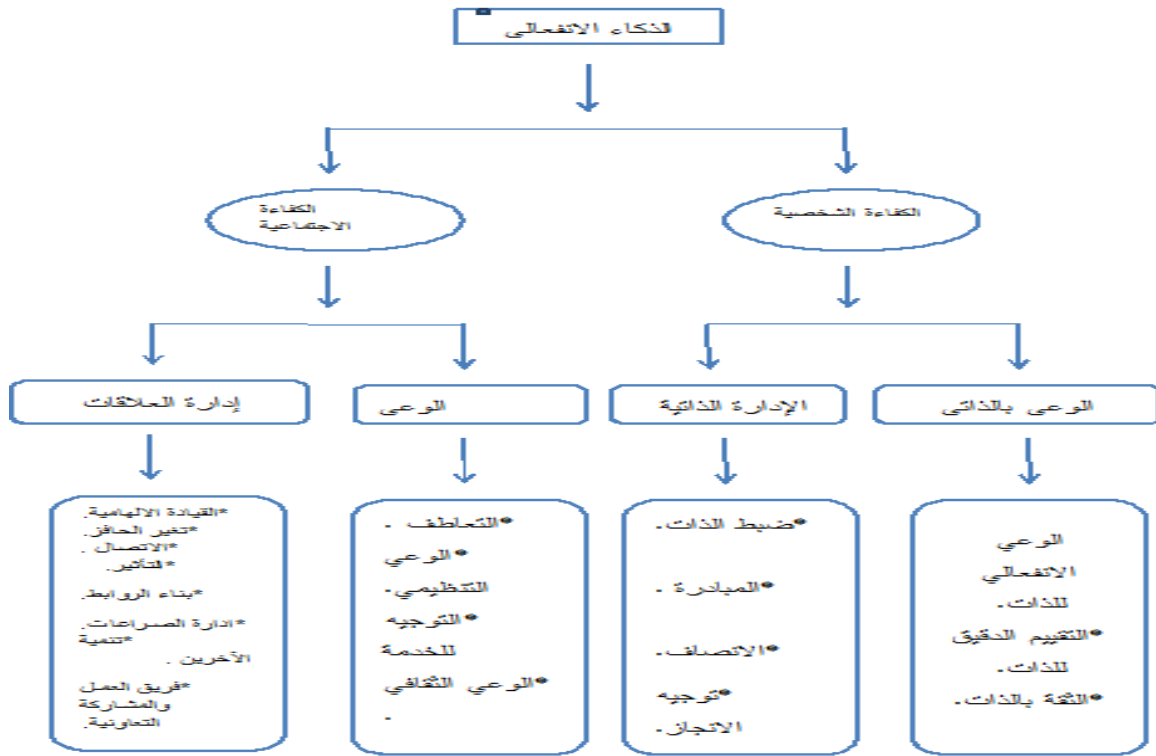
-ضبط الذات. - المبادرة . - الانصاف.-توجيه الانجاز. - الوثوقية .
الانضباطية.-التفاؤل.

3-الوعي الاجتماعي: ويتضمن الكفايات التالية:

-التعاطف . -الوعي التنظيمي. -التوجيه للخدمة -الوعي الثقافي .

4-إدارة العلاقات: ويتضمن الكفايات التالية:

-القيادة الالهامية. -تغير الحافز. -الاتصال . -التأثير.
-بناء الروابط. -ادارة الصراعات. -تتمية الآخرين. -فريق العمل والمشاركة التعاونية.
(عبد الرحمان رجب الرفاتي،2012: 38 -40).



الشكل (01): نموذج Goleman (جولمان) للمكونات الرئيسة والفرعية للذكاء الانفعالي.

المصدر: اعداد الطالبة

2-2- نظرية بارون: يعد نموذج بارون أحد النماذج المختلطة التي تتعامل مع القدرات العقلية ومجموعة من السمات المتنوعة مثل: الدافع وحالات الإدراك (حالات التدفق والنشاط الاجتماعي)، ويرى أن الذكاء الانفعالي يضم منظومة متعددة من العوامل غير معرفية من المهارات والكفاية الشخصية والاجتماعية المترابطة معا، والتي تساعد على مواجهة المتطلبات الحياتية التي تؤثر في قدرة الفرد على تكيف بنجاح مع متطلبات البيئة وضغوطاتها، وأن هذه الكفاءات والمهارات هي مركبات عاملية توصل إليها نتيجة عمله كعامل نفسي إكلينيكي ونتيجة لخبراته الإكلينيكية الطويلة وبحوثه ودراساته التي بدأت منذ عام (1980). (مريامة حنصالي، 2014: 52).

وكذلك اقترح بأن تكون ذكيا انفعاليا و اجتماعيا معناه أن تدير بفعالية التغيرات الاجتماعية والشخصية المحيطة بك من خلال مواجهة واقعية مرنة للوضعيات الطارئة وحل المشكلات وكذا اتخاذ القرار، ولهذا فنحن بحاجة لإدارة انفعالاتنا حتى تعمل في صالحنا وليس ضدنا، ونحتاج لأن نكون متفائلين وايجابيين وأن نمتلك دافعية ذاتية كافية لذلك.

(ban -on ,2006 :04).

ويتكون نمودجه في الذكاء الانفعالي من خمسة مكونات رئيسية موزعة على 15 مكون فرعي كالتالي:

1/ المكونات الشخصية الداخلية: وتتكون من مجموعة من القدرات والمهارات التي تساعد الفرد على التعامل مع نفسه بنجاح وهي إحترام الذات، الوعي الانفعالي بالذات الاستقلالية.

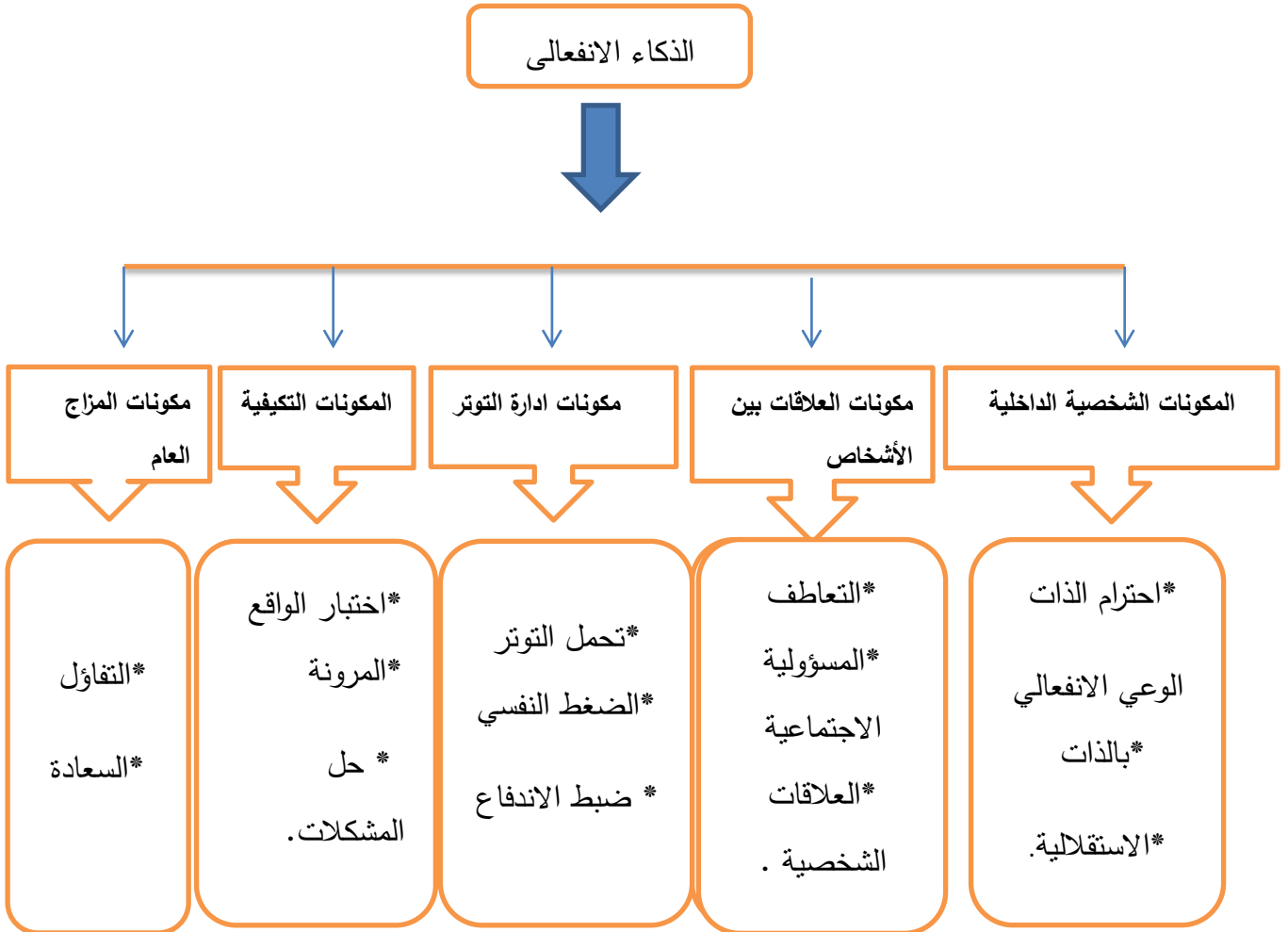
2/ مكونات العلاقات بين الأشخاص: تتكون من مجموعة من الكفاءات التي تساعد الفرد على إقامة علاقات شخصية ناجحة وذات تأثير إيجابي على الآخرين وتتضمن التعاطف والمسؤولية الاجتماعية، العلاقات الشخصية.

3/ مكونات إدارة التوتر: مجموعة من القدرات التي تساعد الفرد على إدارة الضغوط ومقاومة الإندفاع وضبط الذات وتشمل تحمل التوتر أو الضغط النفسي ضبط الإندفاع.

4/ المكونات التكيفية: وهي مجموعة من الكفاءات التي تساعد الفرد على التكيف الناجح مع واقع الحياة ومتطلبات البيئة المحيطة، وهي إختبار الواقع، المرونة، حل المشكلات.

5/ مكونات المزاج العام: وهي مجموعة من كفايات التي تساعد الفرد على إدراك حالته المزاجية وهي التفاؤل والسعادة . (عبد الرحمان الرفاتي، 2012: 37-38)

كما هي موضحة في الشكل التخطيطي التالي:



الشكل (02): نموذج Bar-on بار-أون لمكونات الذكاء الانفعالي.

المصدر: اعداد الطالبة

2-3- نظرية وايزنجر للذكاء الانفعالي:

استند وايزنجر في بناء نموذجة حول الذكاء الانفعالي على نظرية سالوفي وماير. ويتضمن الكفايات التالية: 2-3-1/ المتصلة بالبعد الشخصي:

1- الوعي بالذات: وهو مراقبة الفرد لنفسه من خلال أفعاله ومحاولة التأثير بنتائج أفعاله لتصبح أكثر فعالية .

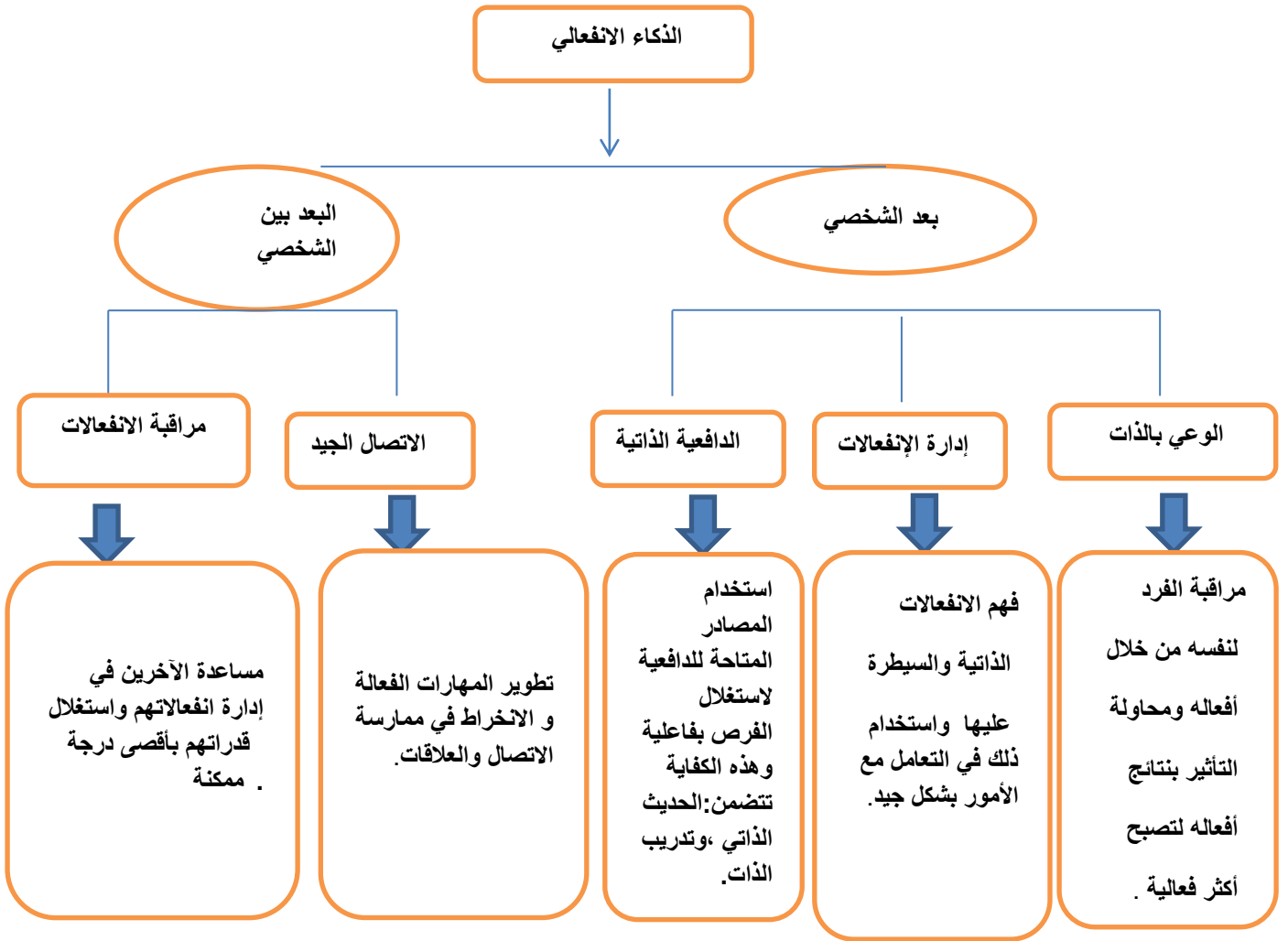
2- إدارة الانفعالات: هو فهم الانفعالات الذاتية والسيطرة عليها واستخدام ذلك في التعامل مع الأمور بشكل جيد.

3- دافعية الذات: ويقصد بها تميز واستخدام المصادر المتاحة للدافعية لاستغلال الفرص بفاعلية وهذه الكفاية تتضمن: الحديث الذاتي، وتدريب الذات.

2-3-2/ أما الكفائتان المتصلتان بالبعد بين الشخصي فهما :

1-الاتصال الجيد: بتطوير المهارات الفعالة والانخراط في ممارسة الاتصال والعلاقات.

2-مراقبة الانفعالات: وهي مساعدة الآخرين في ادارة انفعالاتهم واستغلال قدراتهم بأقصى درجة ممكنة. (برغوثي توفيق، 2015: 158-159).



الشكل (03): نموذج Wiesinger (وايزنجر) لتحليل الذكاء الانفعالي

المصدر: اعداد الطالبة

2-4- نظرية ماير سالوفي: إقترح ماير وسالوفي (1997) نموذجاً للذكاء الانفعالي ينظوران فيه للذكاء الانفعالي على أنه " مجموعة من القدرات العقلية المرتبطة بتجهيز ومعالجة المعلومات الانفعالية وتختص بصفة عامة بإدراك الانفعالات وإستخدام الانفعالات في تسيير عملية التفكير والفهم الانفعالي وتنظيم وإدارة الانفعالات".

والذكاء الانفعالي بوصفه تجهيز ومعالجة للعمليات الانفعالية يتطلب ثلاث عمليات عقلية أساسية هي إدراك الانفعالات الذاتية والخاصة بالآخرين والتعبير عنها، تنظيم الانفعالات الذاتية والخاصة بالآخرين، الإستخدام التكيفي للانفعالات بغرض تحقيق الأهداف الذاتية. (Zee & Wabeke, 2004: 244)

ويتضمن نموده أربعة قدرات مترابطة فيما بينها وتسهم بصفة عامة في التفكير المنطقي، وترتبط بالقدرة العقلية العامة، وتنظيم هرميا من العمليات النفسية الأساسية إلى عمليات الأكثر تعقيدا أو تركيبيا، ومن المفترض أنها تنمو وتتطور بتطور العمر والخبرة بطريقة تتشابه كثير مع نمو وتطور القدرات العقلية المكتسبة، ويمكن تلخيصها فيما يلي:

1- القدرة على الوعي الانفعالي: ويتضمن القدرة على الإدراك الانفعالي بدقة

والتعبير عنها، وتتضمن كذلك التقييم والتدقيق للانفعالات وانفعالات الآخرين.

2- القدرة على إستخدام الانفعالات: وتتضمن القدرة على إستخدام الانفعالات لتقوية

وتسهيل التفكير، وتتضمن كذلك القدرة على الربط الدقيق بين الانفعالات وبين الأحاسيس.

3- القدرة على فهم الانفعالات ودلالاتها: وتتضمن القدرة على تحليل الانفعالات إلى

أجزاء وفهمها وكذلك فهم المشاعر المتداخلة والمعقدة في المواقف الاجتماعية.

4- القدرة على إدارة الانفعالات: والتي تتضمن القدرة على إدارة المشاعر الذاتية

ومشاعر الآخرين وضبط المشاعر السلبية وتغيير الحالة المزاجية.

(جابر عيسى، وربيع رشوان، 2006: 58)

الذكاء الانفعالي

القدرات الفرعية وظيفتها ومحتواها

الافتتاح على المشاعر وتقبل السارة وغير السارة منها .

تأمل المشاعر (بالابتعاد أو الاقتراب من شعور ما بشكل تأملي) .

ملاحظة المشاعر في الذات والآخرين بشكل

تنظيم الإنفعالات والتحكم فيها بشكل تأملي، بما يساعد على تفعيل النمو الانفعالي .

إدارة الإنفعالات

تسمية المشاعر، التمييز بين التسميات المتشابهة منها .

تفسير المعاني التي تحملها المشاعر (مثلا: الشعور بالحزن غالبا ما يعني خسارة أو فقدان شيء ما) .

فهم المشاعر المركبة (مثلا: الغيرة تشمل الحسد والغضب والخوف)،

المشاعر المتناقضة (مثلا: الجمع بين الحب والكره شخص ما) .

ملاحظة التحول أو تغير في المشاعر سواء في الشدة

(مستوى الغضب) أو في النوع (الانتقال من الحسد الى الغيرة) .

فهم وتحليل الانفعالات وتوظيف المعرفة الوجدانية .

فهم الإنفعالات

استخدام المشاعر لتوجيه الانتباه للمعلومات المهمة في الموقف .

توليد المشاعر الحية التي يمكن ان تسيير عملية اتخاذ القرار أو التذكر

التنقل بين عدة أنواع من المشاعر لرؤية الأمور من زوايا مختلفة

توظيف المزاج لتسيير عملية توليد الحلول المناسبة لمشكلة ما .

توظيف المشاعر الوجدانية لتيسير التفكير

التعامل مع المشاعر

التعرف على المشاعر الذاتية .

التعرف على مشاعر الآخرين .

التعبير بدقة عن المشاعر والحاجات المتصلة بها .

التمييز بين المشاعر الصادقة والزائفة .

التعرف على المشاعر الوجدانية وتقييمها والتعبير عنها بصورة دقيقة .

إدراك طبيعة

الانفعالات

أو المشاعر

الشكل (04): يوضح نموذج Mayer & Salovey (ماير و سلوفي) لمكونات الذكاء الانفعالي .

(أحمد سعد جلال، 2008: 80) .

III- مفهوم الذكاء الانفعالي: يعتبر الذكاء الانفعالي أحد أهم مواضيع الساعة حيث

اهتم الدارسون والباحثون به فقدموا له توضيحات وتعريفات كثيرة ولعل أبرزها مايلي:

1-تعريف جولمان: يرى بأن الذكاء الانفعالي هو " القدرة على إدراك الفرد مشاعره في

إتخاذ القرارات الصائبة في الحياة، والقدرة على التعامل مع الضغوط والتحكم في الدوافع والانفعالات، والقدرة على إثارة الحماس في النفس. والمحافظة على روح الأمل و التفاؤل متى صادف الإنسان فشلا في تحقيق هدفه والقدرة على التعاطف مع الآخرين ومعرفة مايدور داخلهم، وهو المهارات الاجتماعية التي تتمثل في التعامل مع الناس والتعامل مع مشاعر الآخرين من خلال العلاقات الاجتماعية معهم والقدرة على إقناع الآخرين وقيادتهم.

(حباب عثمان، 2009: 28)

ووفقا لتعريف جولمان يمكن أن نقول أن الذكاء الانفعالي هو القدرات العقلية الانفعالية التي تمكن الفرد من الارتباط بقيم وجوده (الدينية والاجتماعية) لإدراك المعرفة الحقيقية، وتفعيل تلك المعرفة للنجاح والسعادة في حياة بشتى مجالاتها.

2-كما عرف ماير وسالوفي الذكاء الانفعالي: بأنه" قدرة الفرد على قراءة مشاعره ومشاعر

الآخرين، والتميز بين هذه المشاعر المختلطة واستخدام هذا المهم في توجيه تفكيره و أفعاله ويتضمن فهم المشاعر والتعبير عنها سواء لفظيا أو غير لفظيا وتنظيم المشاعر داخل النفس والآخرين، وإستخدام المحتوى الشعوري في حل المشكلات".(حباب عثمان، 2009: 29)

يكشف هذا التعريف أن الذكاء الانفعالي يشمل القدرة على إدراك الانفعالات بدقة

وتقييمها والتعبير عنها والقدرة على توليد المشاعر، أو الوصول إليها عندما تسير عملية التفكير والقدرة على فهم الانفعال والمعرفة الوجدانية، والقدرة على تنظيم الانفعالات بما يعزز النمو الانفعالي والعقلي.

وكذلك عرفه بأنه عبارة عن نظام من القدرات غير المعرفية والمهارات التي تؤثر في قدرة الفرد على النجاح في التكيف مع متطلبات البيئة .

3- ويعرفه (فاروق عثمان): "بأنه قدرة الفرد على الإنتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها، وفقا لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني، وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة.

(<http://w.w.iugaz.edu.ps/aia/research/>)

ونقصد من خلال هذا التعريف بأن الذكاء الانفعالي حسب هذا التعريف هو فهم الفرد لمشاعره ومشاعر الآخرين وتنظيمها لإقامة علاقات ناجحة مع الآخرين، لتحقيق النجاح في جميع جوانب الحياة.

ومما سبق نستخلص أن الذكاء الانفعالي مجموعة من القدرات العقلية الانفعالية والشخصية المكتسبة التي تميز الطالب الجامعي بالخصوص، من أجل فهم مشاعره ومشاعر الآخرين التي تدفعه لإقامة علاقات ناجحة وتحقيق التكيف مع ظروف البيئة الجامعية. وأيضا كلها تحتوي مجموعة من الأبعاد ولعل أهمها البعد الانفعالي، والبعد الاجتماعي وفي الأخير البعد المعرفي.

VI- أبعاد الذكاء الانفعالي: تعددت أبعاد الذكاء الانفعالي حسب وجهات النظر والخلفية

النظرية التي يتبناها الباحثون والتعريفات السابقة الذكر وانفقوا على أن الذكاء الانفعالي يتكون من عدة أبعاد تتشابه فيما بينها في المفهوم والدلالة. فقد حدد جولمان خمسة أبعاد للذكاء الانفعالي هي:

1- أن تعرف عواطفك (الوعي بالذات): معرفة الفرد لعواطفه وإدراك مشاعره حال حدوثها وهذا هو أساس الثقة بالنفس.

2- إدارة انفعالاتك (معالجة الجوانب الوجدانية): التعامل مع المشاعر بحيث تكون متوافقة مع المواقف الحالية، و أن يسلك بشكل ملائم.

3- تحفيز الذات (الدافعية): تجميع مشاعر الآخرين وتوجيه النفس نحو هدف ما، برغم الشك في الذات.

4- معرفة وفهم عواطف الآخرين (التعاطف العقلي والتفهم): أي قراءة مشاعر الآخرين من صوتهم أو تعبيرات وجههم وليس بالضرورة مما يقولون.

5- إدارة الانفعالات أو (المهارات الاجتماعية): إدارة انفعالات الآخرين والقيام بتفاعل الشخصي، حل المشكلات والنزاعات والقدرة على إدارة المفاوضات .

(محمد حسين، 2007: 255-256)

ومما سبق نستنتج بأن تقسيم جولمان أكثر توسع، وأنه متفق عليه بين الباحثين على العموم.

V- الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي عند الجنسين في مجال العمل :

منال عبد الخالق جاب الله (2012): يعيش الطالب حياة الاجتماعية جد معقدة ومتشعبة إلى حد كبير، وهي في تفاعل ديناميكي ذات أنماط متعددة متباينة تتصف بالمرونة والغنى وسلوك الطالب فيها يقوم على دعامتين أساسيتين هما: التوافق الذاتي والتوافق الاجتماعي وهذان البعدان يعبران عن نفسيهما في مواقف الحياة المختلفة في الأسرة وفي الجامعة وفي الجماعة وفي مجال العمل، وهما أساسيان للتوافق النفسي لأنهما يتعلقان بتنظيم الذات وبالعلاقات الاجتماعية بين الفرد والآخرين. إذن؛ أن لكل طالب احتياجات اجتماعية أساسية لا بد له من تحقيقها وإذا نجح في ذلك حقق التوافق المطلوب، والذي يتطلب منه أن يكون مرنا في سلوكه مترويا في استجابة، ومنتوعا فيها بالقدر الذي يحقق له إشباع دوافعه والتوافق مع البيئته، وفي وقتنا الحاضر لم يعد ذكاء الطالب الجامعي المعرفي التقليدي مصدر نجاحه بمعناه الشامل وإنما تأتي مهارة توظيف المعلومات وتلميحات الوجدانية

الانفعالية على مستوى الحياة الخاصة أو المهنية وفق مقتضيات الزمان والمكان، وفي هذا الصدد صاغ افلاطون مقولاته الشهيرة: "أن يغضب أي إنسان فهذا سهل، لكن أن يغضب من الشخص المناسب فليس هذا بالأمر السهل". فقدرات الطالب الجامعي الاجتماعية تتم تميمتها في اطار اجتماعي تأخذ فيه العلاقات الاجتماعية شكلا إيجابيا تدعيميا يسهم في إشباع إحتياجات الآخرين في آن واحد، ومن هنا يكون الذكاء الانفعالي لازم للنجاح الأكاديمي وللنجاح الحياتي ككل، فالنهوض بالأدوار المحددة، والإستبصار والتعبير عن الانفعالات والحساسية الأخلاقية والتوافق النفسي والإخلاص ومقاومة الإضطهاد والتسامح. وبذلك أيضا يكون الذكاء الانفعالي هو لب متطلبات النجاح في الحياة الاجتماعية في الوقت الحاضر في مجالات حياتية عدة، وهو حلقة الوصل بين القدرة الفطرية للموهبة الاجتماعية والتعبير الناضج عنها، وخاصة في مواقف إتخاذ القرار.

أما فيما يتعلق بمتغير الجنس بالنسبة للذكاء الانفعالي فقد أثبتت العديد من الدراسات فروقا بين الرجال والنساء، فالنساء يرجح أنهن يحصلن على معدلات أعلى في الذكاء الانفعالي إذا ما قورنت بالرجال، ويرجح بعض الباحثين ذلك إلى أن المناطق الدماغية ذات الصلة بالذكاء الانفعالي أكثر نمو لدى النساء منه لدى الرجال كما ينقل كل من (دراكت وسالوفي) عن ما توصل إليه (جار وآخرون) بالنظر إلى أن للذكاء الانفعالي مكونات مختلفة فإن الباحثون يقرون بوجود تباين في هذا الإطار. فالرجال يبدون أحسن فيما يتعلق بمراقبة الذات، وهم أكثر استقلالية وتفاؤلا، ويحسنون مقاومة الضغوط كما يكونون أكثر قدرة على حل المشكلات من النساء. كما توصل إلى ذلك كل من (بيمبوغ ولاندوكويت)، فيما نجد أن الرجال يحبون صعوبات في بعض الأبعاد والمكونات مثل: المهارات البين شخصية التعاطف والمسؤولية الاجتماعية. إدارة الانفعالات وكذا التكيفية. وقد توصل (ماتسيموتو) إلى نتيجة مفادها "أن الرجال أكثر قدرة على إخفاء وقع المفاجأة والخوف، في حين أن النساء يملكن قدرة على السيطرة على الشعور بالإزدراء والإشمئزاز والغضب وأن النساء يملن أكثر

من الرجال إلى إضهار انفعالاتهن فيما عدا الغضب فالرجال يعبرون عن غضبهم أكثر من النساء. (سلامي دلال، 2016: 175).

في حين يلعب الذكاء الانفعالي في مجال العمل دورا هاما في التطوير المهني في الحياة العملية، فهو أحد العناصر الهامة للتنبؤ في مكان العمل، إلا أن الذكاء الانفعالي ليس بديلا عن القدرة والمعرفة أو مهارات العمل. فهو مفتاح النجاح في الحياة المهنية، إذ أن الذكاء الأكاديمي له نصيب قليل من الإسهام في التعامل مع الحياة الانفعالية للطالب مقارنة بالذكاء الانفعالي. فالطالب الذي يمتلك الذكاء الأكاديمي المرتفع قد ينهار ويغرق في الكبت وتكون له انفعالات عديدة، إلى جانب تدن رهيب في كيفية إدارة حياته الخاصة، حيث أشار خرنوب (2003): فقد يستخدمه الطالب الجامعي في مكان العمل في تطوير الإدارة على التفكير بشكل مبدع من خلال امتلاك العديد من الأفكار الجديدة كما يساعد على العمل مع الآخرين من خلال الثقة بهم والتعامل معهم. (خرنوب فتون محمود، 2003: 80).

خلاصة الفصل:

وأخيرا يجب أن نشير إلى أن للذكاء الانفعالي، صلات كثيرة متشعبة بواقع تعاملنا مع الحياة وطريقة إدارتنا لأنفسنا وعلاقاتنا مع الآخرين. فالذكاء الانفعالي يتعلق بالتنظيم الشخصي والمهارات التي تدفع الطالب الجامعي العامل للتفوق في الدراسة أو مركز العمل وفي الحياة بشكل عام. وهو يشمل حدسا وبديهية ومميزات وحماس وطموح يتميز به الفرد وتمتعه بمهارات إدارة العلاقات مع الآخرين.

قائمة مراجع الفصل:

1- مراجع بالعربية:

1- برغوثي توفيق (2015): علاقة بعض المتغيرات السيكولوجية باتجاهات الطلبة الجامعيين نحو ظاهرة العنف، دراسة ميدانية بجامعة الحاج لخضر باتنة، أطروحة نهاية الدراسة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس تخصص علم النفس الاجتماعي، جامعة محمد خيضر، بسكرة

2- مصطفى رشاد مصطفى الأسطل (2010) : الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعة غزة، مذكرة مقدمة استكمال لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير بكلية التربية قسم علوم النفس تخصص الإرشاد نفسي بالجامعة الإسلامية.

3- منال عبد الخالق جاب الله (2012): سيكولوجيا ذكاء الانفعالي -أسس و تطبيقات، ط1، دار العلم والإيمان.

4- محمد عبد الهادي حسين (2007): الذكاء العاطفي -ديناميات قوة التعلم الاجتماعي ، ط 1، دار الكتاب الجامعي العين. الامارات العربية المتحدة.

5- عبد الرحمان رجب الرفاتي (2012): الذكاء الانفعالي النظرية والتطبيق في علم النفس الرياضي، ط1، دار المأمون للنشر والتوزيع، عمان .

6- مريامة حنصالي (2014) : ادارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية، والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي، دراسة ميدانية على الاساتذة الجامعيين الممارسين لمهام ادارية، جامعة محمد خيضر بسكرة. مذكرة نهاية الدراسة لنيل شهادة الدكتوراه علم النفس تخصص علم النفس العيادي، جامعة محمد خيضر بسكرة -الجزائر .

7- جابر محمد عيسى، وريع أحمد رشوان، (2006): الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، 12، (4).

8- حباب عبد الحي محمد عثمان، (2009) :الذكاء الوجداني (العاطفي والانفعالي الفعال) مفاهيم وتطبيقات ط1، ديوتو للطباعة والتوزيع والنشر، عمان الاردن

9- عبد العظيم سليمان المصدر، (2008) :الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة، مجلة الجامعة الإسلامية سلسلة الدراسات الانسانية المجلد 16 ،العدد 1 يناير .

اطلع عليه بالموقع: (<http://w.w.w.iugaz.edu.ps/aia/research/>)

10- سلامي دلال (2016): مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية العدد 15 مارس جامعة الشهيد حمه لخضر -الوادي.

11-خرنوب فتون محمود (2003): بعض الاساليب المعرفية والسمات الشخصية الفرقية بين ذوي الذكاء الوجداني المرتفع وذوي الذكاء الوجداني المنخفض لطلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة.

2-مراجع بالأجنبية:

12-Reuven Bar-on (2006) :**The Bar-on Model of emotional –social intelligence**

EI.Consortium for research on emotional intelligence in organization

,psicothema ,18, sup ,13_25 .www eicosortium.org.9

13-Zee, K., & Wabeke, R. (2004). **Is Trait-Emotional Intelligence Simply or More Than Just a Trait?**. European Journal of Personality, 18, 243-263.

الفصل الثالث:

التوافق النفسي

تمهيد

1. نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق النفسي.
2. تعريف التوافق النفسي وبعض المصطلحات المرتبطة به من المعاجم المتخصصة
3. خصائص وأبعاد التوافق النفسي.
4. أساليب التوافق النفسي ومعاييره
5. النظريات المفسرة للتوافق النفسي.

خلاصة الفصل

قائمة مراجع الفصل

تمهيد

التوافق مصطلح شديد الارتباط بالشخصية في جميع مراحلها ومواقفها، وهو ما أهله لأن يكون أحد المفاهيم الأكثر انتشارا وشيوعا في علم النفس، كذا الصحة النفسية، قد فسره العلماء على اختلاف اتجاهاتهم على أنه حجر أساس في حياة الفرد وصحته النفسية، وقد تضاعفت أهميته في هذا العصر الذي ازدادت فيه الحاجة إلى الأمن والاستقرار النفسي، واتخذ المهتمون به دراسة جوانب متعددة في سبيل تحديد هذا المفهوم ويجمعون بأنه "عملية تفاعل ديناميكي بين قطبين أساسيين أحدهم الفرد بنفسه، والثاني البيئة المادية والاجتماعية"; أي يسعى الفرد نفسه إلى إتباع حاجاته البيولوجية والسيكولوجية وتحقيق مختلف مطالبه متبعا في ذلك وسائل ملائمة لذاته وللجماعة التي يعيش بينها، ونظرا لكون التوافق دليل على تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة. خصصنا هذا الفصل: للتطرق إلى التوافق من حيث نشأته وطبيعته وأبعاده ثم أساليب التوافق ومعاييرها، مع التطرق إلى النظريات المفسرة للتوافق النفسي.

I- نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق:

التوافق مصطلح يعني التآلف والتقارب، فهو نقيض التخالف والتنافر. ومفهوم التوافق من أكثر المفاهيم شيوعا في علم النفس وذلك أنه تقييم سلوك الإنسان. وعلم النفس إنما هو "علم سلوك الإنسان وتوافقه". وأصل مفهوم التوافق مستمد من مصطلح التكيف الذي استخدم في علم الأحياء والذي زادت أهميته بعد ظهور نظرية "دارون" للتطور سنة (1859).

إذ يعتبر هذا المصطلح حجر الزاوية في نظريته ويشير مصطلح التكيف في علم الأحياء إلى البناء البيولوجي والعمليات التي تساهم في بقاء الأجناس.

(مايسة أحمد النيبال، 2002:136)

ويتضح مما سبق أن التكيف من وجهة نظر علم الأحياء يركز على قدرة الكائن الحي على التلاؤم مع الظروف البيئية وهذا يتطلب منه مواجهة أي تغير في البيئة بتغيرات ذاتية وأخرى بيئية، و استفاد علماء النفس من المفهوم البيولوجي للتكيف واستخدموه في المجال النفسي بمصطلح التوافق حيث أنه من الطبيعي أن ينصب اهتمام علماء النفس على البقاء الاجتماعي والنفسي للفرد إذ يفسر السلوك الإنساني بوصفه توافق مع مطالب الحياة وضغوطها، وهذه المطالب هي نفسية اجتماعية بحد ذاتها ويتضح في صورة علاقات متبادلة بين الفرد والآخرين في الأسرة و العمل، وتؤثر بدورها في التكوين السيكولوجي للفرد.

(صبري محمد علي، 2003:132)

لقد اهتم الباحثين بهذا المفهوم يهدف إلى التمييز بين مصطلحي التكيف والتوافق وأشاروا إلى أن التكيف يعني "السلوك الذي يجعل الإنسان في نشاط دائم لممارسة الحياة في محيطه الفيزيقي والاجتماعي"، وبينما يثير مصطلح التوافق إلى الجانب النفسي من نشاط الإنسان وسعيه للتعامل المرن مع مطالب الحياة.

وعليه فالتوافق الإنساني بحث، أما مفهوم التكيف فيشمل تكيف الكائن الحي عامة(الإنسان والحيوان والنبات) ازاء البيئة التي يعيش فيها ولا بد للكائن الحي أن يتكيف مع البيئة لكي يتمكن من العيش فيها. (فوزي محمد جبر، 2000: 64)

فالتوافق هو تعديل الإنسان بحيث يتلاءم مع البيئة وهو ما أسماه "يونغ" مغايرة

أو يلجأ الكائن إلى إحداث تعديل في البيئة وهو ما أسماه "يونغ" مماثلة.

(NORBET SILLAMY , 1983 : 12)

ويتبين مما سبق أن السلوك الذي يبديه الفرد يفهم على أنه التكيف مع الجوانب المختلفة من متطلبات البيئة الطبيعية وأنه توافق للمتطلبات السيكولوجية وكلاهما يؤديان وظيفية متشابهة تهدف إلى دراسة وفهم السلوك الإنساني، فالفرد بإمكانه أن يتلاءم مع

الظروف البيئية الطبيعية والاجتماعية والنفسية المحيطة به وبتغير الظروف وفق ما لديه من إمكانيات يتميز بها الجنس البشري.

كما نستنتج أن موضوع التوافق قد تناوله علوم الأحياء والنفس والاجتماع، بحيث يقع كل هذه العلوم، وبالرغم من اختلاف أوجه النظر في تعريف التوافق إلا أن كل وجهة نظر أضفت شيء ما، فمن وجهة نظر علم النفس تتمثل في تكوين علاقة متناسقة بين الحاجات الذاتية ومتطلبات البيئة الاجتماعية وهو القدرة على التعديل والتغيير، ومن وجهة نظر علم الأحياء تتمثل في العلاقات المنسجمة التي يأتي بها الفرد بحيث تتفق وشروط التنظيم الاجتماعي من تقاليد الجماعة من وجهة نظر علم الاجتماع، كما اهتم الكثير من المختصين بدراسة سيكولوجية الشخصية بإعطاء التوافق أهمية كبيرة في دراساتهم العلمية بحيث اعتبروا التوافق والشخصية موضوعين متلائمين ومن الصعب التفريق بينهما.

وإننا نرى بأنهما يتفقان معا في تحقيق الانسجام وخفض القلق والتوتر لإحداث اللذة للكائن وأن هدفهما واحد هو السواء.

II- تعريف التوافق النفسي وبعض المصطلحات المرتبط به:

يعتبر مفهوم التوافق من المفاهيم الأساسية التي حظيت باهتمام علماء علم النفس بصفة عامة، واتخذ المهتمون بدراسته مناحي متعددة في سبيل تحديد مفهومه إلا أنهم يجتمعون بأنه "عملية تفاعل ديناميكي مستمر بين قطبين أساسيين أحدهما الفرد نفسه الثاني البيئة الاجتماعية"، ويسعى الفرد من خلالهما لأن يشبع حاجاته البيولوجية وسيكولوجية وتحقيق مطالبه المختلفة متبعا في سبل ذلك وسائل مرضية لذاته وملائمة للجماعة التي يعيش بين أفرادها، لذا تعددت التعاريف التي قدمت للتوافق وذلك حسب اهتمام واتجاه العلماء والباحثين ومن بين أهم التعريفات نجد:

2-1- التوافق لغة: ورد في لسان العرب لابن منظور أن: "وفق الشيء ملائمة، وقد وافقه موافقة ووفقا واتفق معه توافقا."

ويرى عمر السيف أن: "التوافق لغويا كلمة التآلف والتقارب اجتماع الكلمة نقيض التخالف والتنافر، والتصادم وهو غير الاتفاق الذي يعني المطابقة."

(عمر السيف، 2007: 23)

2-2 تعريف التوافق النفسي اصطلاحا من المعجم المتخصصة:

1-تعريف معجم "ولمان، Wolmen" (1973) للتوافق النفسي: مفهوم التوافق يشير إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة، وتتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية التي يكون الفرد مطالبا بتبليغها، وعلى ذلك فالتوافق يشمل كل التباينات والتغيرات في السلوك، والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة.
(كفافي، 2012: 58)

2-تعريف معجم جابر وكفافي لتكيف: فعلم ملائمة أو موافقة شيء لآخر، ينطوي اللفظ على حدوث ذلك التغير المفيد، وفي الطب النفسي يشير عادة للتغيرات التي يمر بها الفرد، سواء فيما يتصل بنفسه وما يتعلق بعلاقته ببيئته، حيث التغير في إحداها يؤثر على الآخر، استبعاد السلوك الانفعالي أو غير السليم؛ أي عملية ازدياد كفاءة التوافق بالظروف الداخلية في العمل أو التعلم. وهو تعريف لا يبتعد عن تعريف التوافق النفسي باعتباره عملية تهدف إلى تحقيق التوازن النفسي.

2-3-تعريف التوافق النفسي في الأدب النظري:

1.تعريف لازاروس: التوافق مجموع العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات والضغوط المتعددة.
(رمضان القذافي، 1998: 109)

ويتضح من خلال هذا التعريف أن التوافق عبارة عن العمليات النفسية التي يمكن أن يستعين بها الفرد من أجل مواجهة مختلف المواقف التي يمكن أن يتعرض لها الفرد.

ويعرف جابر نصر الدين التوافق النفسي " هو تلك العلاقة الجيدة التي تكون بين الشخص وذاته، وأساس تكوين هذه العلاقة هو الرضا عن الذات ومعرفة قدراتها وإمكانياتها وطموحاتها والإحساس بالأمن، وتحقيق التناسق في السلوك. (جابر نصرالدين، 1998: 733)

ومنه من خلال هذا التعريف نستنتج أن التوافق النفسي من وجهته هو قدرة الفرد في التعبير عن سلوكياته لمواجهة المواقف الجديدة وكذا من تقبل الفرد لنفسه والآخرين وشعوره بقيمته وحرية.

أما تعريف كراو و كراو (CROW ET CROW): "التوافق يعبر عن مدى قدرة الفرد على التلاؤم مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقيم علاقات منسجمة وسوية مع الظروف والمواقف والأشخاص الموجودين في البيئة المحيطة".

(عبد الكريم قريشي، 1988: 68)

وفي الأخير نستخلص من التعاريف السابقة أن التوافق النفسي هو عملية تعديل وتغيير الفرد لسلوكه وفق متطلبات البيئة، بحيث هذا الفرد قادر على تحقيق توافقه الشخصي والاجتماعي والدراسي والأسري والمهني، وبالتالي برضاه على نفسه. كما نستنتج أن هناك اتفاق مجمل هذه التعريفات ويبدو هذا الاتفاق يشمل عنصرين أساسيين هما: التوافق مع الذات والتوافق مع البيئة، أما التوافق في شكله العام فيشمل قدرة الفرد على التوازن والاستقرار مع ذاته ومع البيئة التي يعيش فيها.

2-4 مصطلحات مرتبطة بالتوافق النفسي:

1- التكيف: استخدم العديد من الباحثين في علم النفس كلمة **تكيف** مرادفة لكلمة التوافق

(Adaptation/ Ajustement)، وكانوا مرة يقصدون به نفس الشيء مع أن الفرق واضح بينهما، والاستخدام ما يزال إلى يومنا هذا.

فالتكيف كما هو معروف في علم البيولوجيا، وعلم الحياة هو تغيير في الكائن الحي سواء في الشكل أو في الوظيفة، مما يجعله أكثر قدرة على المحافظة على حياته، وعلى بني جنسه. (عبد الرحمن العيسوي، 1992:19)

بينما التوافق كما وردت التعاريف حوله: فهو تكيف الشخص مع بيئته الاجتماعية فيما يخص مشكلات حياته مع نفسه، ومع الآخرين، أفراد أسرته والمجتمع الذي يحيط به، المعايير البيئية والثقافية، والإيديولوجية وغيرها، وبهذا المعنى يندرج كل تعريف للتوافق النفسي على كلمة التكيف التي تشمل السلوك الحسي الحركي ويقصد به النواحي العضوية للكائن البشري والذي يخص كذلك الحيوانات. (رياش سعيد، 2009 : 115).

2- الصحة النفسية: هناك ارتباط كبير قد يصل إلى حد الترادف بين مصطلح

التوافق والصحة النفسية ولعل السبب في ذلك يرجع إلى أن الشخص الذي يتوافق توافقا جيدا لموافق بيئية، والعلاقات الشخصية يعد دليلا لتمتع بصحة نفسية جيدة لمواقف بيئية. وأن القدرة على تشكيل وتعديل من قبل الفرد لمواجهة المتطلبات وإشباع الحاجات، هذا ما جعل بحوث الباحثين يلجؤون إلى استخدام مقياس الصحة النفسية لقياس التوافق، وأحيانا مقاييس التوافق لقياس الصحة النفسية.

ونستخلص مما سبق أن التوافق يخص علم النفس بحيث يرتبط بالخصائص التي يتميز بها الإنسان فقط، والتي يسعى من خلالها الاتزان والاستقرار والتفاعل من خلال التوفيق بين ذاته وبين محيطه، أما التكيف يخص كل من الكائنات الحية، من بينها الإنسان فهو يشترك بين الإنسان والحيوان.

أما فيما يخص مفهوم الصحة النفسية بحد ذاته يحمل مصطلح التوافق النفسي؛ أي قدرة الفرد على تحقيق ذاته، استغلال قدراته وإمكانياته.

III- خصائص وأبعاد التوافق النفسي:

3-1 خصائص التوافق النفسي:

عندما نتحدث عن التوافق النفسي لابد لنا أن نعرف أنه حالة يتضمن شقين، الأول على أنه حالة والثاني على أنه عملية، كل هذا الحديث يقودنا إلى تعداد جملة الخصائص منها:

1- التوافق حالة: فهو يمثل نوعاً من التوازن والاستقرار والتكامل النفسي، الجنسي والاجتماعي الأفضل، التي يصل إليها الفرد؛ أي أنه يصبح في حالة من التوافق تظهر أثارها في سلوكه الذي يدل على شعوره بالأمن الشخصي والاجتماعي.

2- التوافق عملية: تتضمن أسلوب التوافق وطريقته، بحيث يقوم الفرد بأفعال معينة تعديلاً لسلوكه والبيئة المحيطة به قصد الوصول إلى حاله من التوافق. وعليه تعبر عملية التوافق على مدى إيجابية الفرد وفعاليتها. والعملية التوافقية عملية يوفق من خلالها الفرد بين حاجاته الداخلية ومطالب بيئته الخارجية.

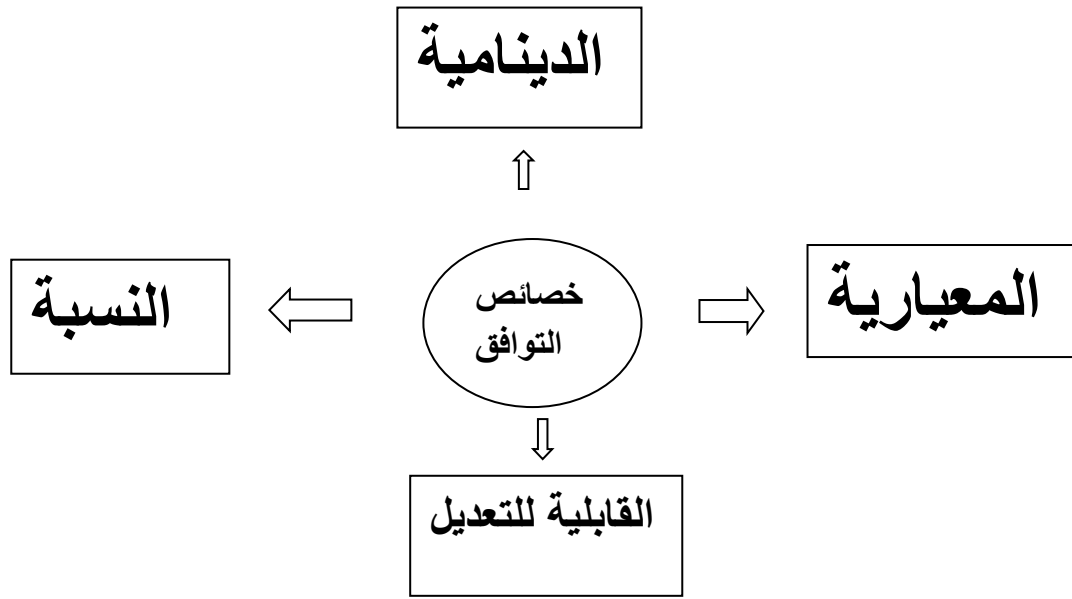
3 - الخاصية التطورية الارتقائية: أي أن نضع في الاعتبار حاجات الفرد ودوافعه في كل مرحلة عملية، ففي كل مرحلة يكون التوافق إعادة للتوازن على مستوى المرحلة العمرية وخصائصها ومتطلباتها.

4-التوافق عملية دينامية: إذا أن التوافق يقوم على صراع القوى، المحصلة النهائية للصراعات المختلفة بين القوى الذاتية (الفطرية، المكتسبة، النفسية، الاجتماعية) والقوى البيئية(الطبيعية الاجتماعية، الحضارية، الثقافية)، وفي حالة الفشل في حل هذه الصراعات، يظهر سوء التوافق.

5-التوافق عملية مستمرة: وذلك لأن ظروف البيئية في تغير مستمر، مما يستدعي من الفرد تغييرا أو تعديلا في سلوكه وعاداته وأفكاره بما يتماشى والظروف الجديدة، حتى يتمكن من إشباع مختلف حاجاته. فالحياة تتضمن القيام بعملية التوافق بصفة مستمرة فحينما يشعر الكائن بدافع معين، يقوم بنشاط يؤدي إلى إشباع هذه الدوافع. ومادام الفرد قادرا على تحقيق التوافق فيمكنه الحفاظ على حياته أما عجزه عن إشباع دوافعه ورغباته، ينشئ لديه سوء التوافق.

6-التوافق عملية وظيفية: فالتوافق قد ينطوي على وظيفة إعادة الاتزان، الذي ينشأ من صراع القوى بين حاجات الفرد ومتطلبات البيئة.

1- التوافق يتسم بالمعيارية: يقصد بذلك أن للتوافق قيما معنوية وله مفهوم معياري ويرى العلماء أن معيار التوافق النفسي مرتبط بقياس القدرة على التوافق مع الظروف التي تواجه الفرد أو الجماعة والشكل موالى يلخص أهم خصائص التوافق النفسي:



شكل 05: يوضح خصائص التوافق النفسي.

وعلى هذا فالتوافق ليست عملية جامدة ثابتة تحدث في موقف معين أو فترة معينة بل إنها عملية مستمرة، إذ على الفرد أن يواجه سلسلة لا تنتهي من المشاكل والحاجات والمواقف التي تحتاج إلى سلوك مناسب يؤدي إلى خفض التوتر وإعادة الاتزان والاحتفاظ بالعلاقة المنسجمة مع البيئة، كلما أطاح بهذا الاتزان أو هدد هذه العلاقة أي مثير داخلي

أو خارجي، وهو ما يقصد به عند القول بأن التوافق النفسي عملية دينامية وظيفية، وعلى هذا فالشخص التوافقي هو شخص لا تتنافر سجاياه وخصائصه المختلفة مع بعضها البعض بل تتفق وتتكامل فيها بينها، وذلك من خلال التوافق المنطقي بين ما يراه الشخص في نفسه وما يراه الآخرون فيه.

وفي هذا السياق يذكر " لوين بيست B. Lewin " عشرون خاصية اعتبرها أنماطا

لسلوكيات الشخص التوافقي الناجح:

1- يتمتع التوافقي بالقدرة والرغبة لتحمل أعباء المسؤوليات المناسبة مع عمره.

2- يتلذذ التوافقي من المساهمة والخبرات المتعلقة بنضجه وازدياد عمره.

- 3- التوافقي يرغب في تقبل الخبرات والمسؤوليات خاصة ما يتعلق منها بدوره ومكانته في الحياة.
- 4- يتلهف التوافقي لحل المشاكل والصعاب التي تعترض دربه في الحياة.
- 5- يسر التوافقي تغلبه على العراقيل الحائلة دون نضجه والسعادة باليقين بأنها عراقيل واقعية لا وهمية.
- 6- يتمتع التوافقي بقدرته على اتخاذ القرارات اللازمة عند ظهور حالات الصراع النفسي.
- 7- ينال التوافقي رضاه في ظل الظروف والخبرات الحقيقية في الحياة لا في إطار أحلامه وأوهامه.
- 8- يعتبر التوافقي من خبرات فشله بدلا من الاندفاع لتبريرها.
- 9- يلتزم التوافقي باتجاهاته ما دامت لم تبرز عوامل جديدة وهامة.
- 10- يفصح التوافقي عن محنته بوضوح، كما يوظف التوافقي أفكاره للتخطيط ويضع برنامج العملية.
- 11- لا يعظم التوافقي نجاحه.
- 12- يميز التوافقي جيدا بين الاوقات والاساليب المناسبة للعمل والاقوات التسلية والترفيه.
- 13- لا يستجيب التوافقي للمواقف التي ينال منها نجاحا إزاء حرمانه من هدفه وغايته الحقيقية.

- 14- يستجيب التوافقي للمواقف غير المقبولة في حينها إذا ما تظن بأنها ستعود عليه بالفائدة مستقبلا.
- 15- يعبر التوافقي عن غضبه دون تستر في سياق الدفاع عن حقوقه ويتناسب نمط تعبيره مع مدى نمط الأذى الذي لحق به.
- 16- تتضمن سلوكياته وإعماله مؤشرات تتناسب مع مدى حبه ونضجه.
- 17- يتمتع التوافقي بالقدرة على تحمل الآلام والإحباط العاطفي عندما يعجز عن تغيير الأسباب والعوامل المؤدية إلى شعوره الضيق.
- 18- يكون تمكن التوافقي من عاداته وتنظيمه لها ولرؤاه الفكرية بدرجة تمكنه من التكيف كيفما تقضي الضرورة عند مواجهة المشاكل.
- 19- يتمكن التوافقي عن تركيز طاقته حول هدف معين اتخذ قراره المؤكد لتحقيقه.
- 20- لا يجهد التوافقي نفسه للعمل على تغيير حقيقة كون الحياة مسعى لانهاية له بل يعلم أن المرء يستحفظ بكل قدرته لمواجهة العراقيل المحيطة الخارجية فيما لو امتنع عن الخوض في صراعات نفسية داخلية.

كما تتسم الشخصية التوافقية بالخصائص التالية:

- تقبل الذات والآخرين والطبيعة.
- تبادل العلاقات الشخصية المحيطين.
- القدرة على التمييز بين الوسائل والغايات.
- الاستقلالية الذاتية عن الثقافة عن البيئة.
- الإدراك الفعال للواقع وإبرام علاقات ايجابية مريحة.



شكل 06: يوضح خصائص الشخصية المتوافقة.

(نسيمة بومعروف، 2014: 165-168)

3-2 أبعاد التوافق النفسي:

تمثل عملية التوافق النفسي تفاعلا مركبا لمجموعة من النظم الفكرية والانفعالية والسلوكية مع بعضها البعض في مقابل أن مكونات الشخصية في تفاعل مستمر مع ظروف حياة الفرد دائمة التغيير ومتعددة المجالات والتي تبرز في مستويات مختلفة وقد اعتمدت الطالبة (4) أربعة أبعاد والتي تتناسب مع عينة مستهدفة في الدراسة:

ويمكن تصنيف التوافق إلى:

1- التوافق الشخصي: ويتضمن السعادة مع النفس والثقة بها والشعور بقيمتها وإشباع الحاجات والسلم الداخلي والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف والسعي لتحقيقها وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها وتغيير الظروف البيئية والتوافق لمطالب النمو في مراحلها المتتالية وهو ما يحقق الأمن النفسي. (الشاذلي، 2001:60)

ويشمل هذا البعد تحقيق التوافق على خمس مستويات هي:

1- المستوى العقلي: تنحصر عناصر التوافق العقلي في الإدراك الحسي، التعليم التذكر، التفكير والذكاء والاستعدادات المختلفة، ويتحقق التوافق العقلي بقيام كل عنصر بدوره الكامل والتعاون والتكامل مع العناصر الأخرى

(صبره علي، اشرف شريت، 2004:129)

2- المستوى الانفعالي: ويشمل التوافق في هذا المستوى في إدراك الفرد الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه ثم الربط بينها وبين ما لديه من الدوافع و خبرات تجارب سابقة من النجاح والفشل تساعده على تعيين طبيعة الاستجابة التي تتفق ومقتضيات الموقف الراهن وتسمح بتكييف استجابة تكيفا ملائماً لينتهي الفرد إلى التوافق مع البيئة، وليتوصل الفرد الأخير إلى تحقيق حالة من الشعور بالرضا والسعادة، فالتوافق الانفعالي يتضمن الهدوء والاستقرار والثبات والضبط الانفعالي المناسب لمثيرات الانفعال، والتماسك في مواجهة الصدمات الانفعالية وحل المشاكل الانفعالية.

3- المستوى الذاتي: ويتضمن فكرة الفرد عن ذاته مع قدراته الذاتية، ومدى تطابق نظريته عن ذاته مع واقعه كما يدركه الآخر، فبتطابق فكرته عن ذاته مع فكرته عن واقعه، يكون متوافق وسعيداً مع نفسه ومع الآخرين. ويشمل هذا البعد على السعادة مع الذات والثقة بها والرضي عنها والشعور بقيمتها أو إشباع الحاجات والتمتع بالأمن الشخصي وكذلك التمتع بالحرية في التخطيط للأهداف وتوجيه السلوك والسعي إلى تحقيقها ومواجهة المشكلات

الشخصية والعمل على حلها أو تغير الظروف البيئية في تحقيق الأمن النفسي ويشمل توافق وجداني وعقلي وتوافق ترفيهي وتوافق فيزيقي. (محمد جاسم، 2004: 23)

4- التوافق الصحي الجسمي: هو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية

و العقلية والانفعالية، مع تقبله للمظهر الخارجي والرضا عنه وخلوه من مشاكل العضوية المختلفة وشعوره بالارتياح النفسي اتجاه قدراته و إمكاناته و تمتعه بحواس سليمة، وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت وقدراته على الحركة و الاتزان والسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف لمهمته ونشاطه.

(مراد مرداس وآخرون، 2008: 125)

5- المستوى الجنسي: يلعب الجنس دورا بالغ الأهمية في حياة الفرد لما له من أثر في

سلوكه وعلى صحته النفسية ذلك أن النشاط الجنسي يشبع كلا من الحاجات البيولوجية والسيكولوجية وكثيرا من الحاجات الشخصية والاجتماعية وإحباطه مصدر للصراع و التوتر الشديدين، وتختلف الطريقة التي نشبع بها الحاجات الجنسية ودرجة هذا الإشباع اختلافا واسعا باختلاف ظروف الحياة وخبرات تعلم الفرد، ويعتبر عدم التوافق الجنسي دليلا على سوء التوافق العام لدى الفرد.

6- التوافق الاجتماعي: يعني أن ينشأ الفرد علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها لما

يقول «وولمان» في تعريفه إن تحقيق الانسجام الداخلي في الشخصية شرط لتحقيق الانسجام مع البيئة الخارجية وتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومعاييره الاجتماعية وتقبل التغير الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة والمشاركة في النشاط الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

(صبره محمد علي، 2004: 127 - 130)

ويتضمن المجالات التالية:

1- التوافق الدراسي: يعرفه أركوف أنه "قدرة الفرد على التلاؤم مع البيئة المدرسية من حيث الاحتفاظ بعلاقات إيجابية مع الأقران والمدرسين، والالتزام بالتعليمات المدرسية والاستجابة لمطالب المنهاج والقدرة على النجاح والتحصيل". (عبد الفتاح دويداري، 1994: 528)

ويتضمن التوافق الدراسي شعور الفرد بالرضا عن تواجهه عن تواجهه بالمدرسة أو الجامعة مع تمكنه وقدرته على إقامة علاقات متناغمة وناجحة مع زملائهم والأساتذة والعاملين بالهيئة التعليمية، كما يتضمن استيعاب مواد المعرفة العلمية، والنجاح فيها والتحصيل والدافعية المرتفعة للعمل والإنجاز الأكاديمي.

2- التوافق المهني: ويتضمن التوافق المهني والاختيار المناسب للمهنة والاستعداد علما وتدريباً لها والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح والعلاقات الطيبة مع الرؤساء والزملاء والتغلب على المشكلات، ولا ينبغي أن نفهم التوافق المهني على أنه "توافق الفرد لواجبات عمله المحدودة ويعني أن التوافق المهني أيضاً توافق الفرد مع بيئة العمل". (صبرة محمد علي، 2004: 127)

3- التوافق الأسري: ونقصد به السعادة الأسرية الذي يشمل الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين والتمتع بقضاء وقت الفراغ وبسيادة الحب والثقة بينهما. (محمد جاسم، 2004، 24)

وأن تسود المحبة بين أفراد الأسرة والاحترام المتبادل بين الجميع، ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية.

(صبرة محمد علي، 2004، 131)

نستخلص مما سبق أن كل مستوى له أهمية لتحقيق التوافق الإيجابي والكامل، وأن كل مستوى يكمل الآخر حيث أن الفرد يولد وهو مزود بأعضاء متخصص بشكل مثير ومجموعة من الاستعدادات النفسية الاجتماعية، وما عليه إلا الاعتماد على نفسه لتوجيهها وتحمل مسؤولياته وذلك بدون إهمال دور الأسرة، والمجتمع في تهذيب هذه السلوكات.

IV-أساليب التوافق النفسي ومعاييرها:

4-1 أساليب التوافق النفسي:

يمكن أن يلجأ الفرد إلى كثير من المحاولات المختلفة إذا واجهه عائق دون وصوله إلى هدفه واتباع دوافعه في مواقف الحياة المختلفة، فهو بذلك يتخذ أساليب عدة قصد مواجهته والتغلب عليه ومن أجل الوصول إلى الهدف الذي يشبع دوافعه ويخفف من توتره ويعيد إليه حالة الاتزان.

ويمكن أن نقسم هذه الأساليب إلى أساليب مباشرة وأساليب غير مباشرة:

4-1-1-1 الأساليب التوافقية المباشرة: وهي تتضمن العديد من الأساليب نجد:

1- الاستعداد لمواجهة التهديد أو الخطر: عادة ما يقوم الفرد باتخاذ خطوات معينة لتفادي الضرر أو الإقلاع من حدثه وغالبا ما يتصور الفرد الموقف ويدرسه ويستعرضه من أجل اختيار البدائل المتاحة، كالتالي الذي يخاف الرسوب فإنه يختار طرق المذاكرة والمواظبة على الدراسة ومتابعة البحث واكتساب الخبرات العلمية.

2- مهارات حل المشكلة: يقصد بها مجموعة النشاطات المقصودة والمنظمة التي يقوم

بها الفرد بطريقة ملائمة تزيل العقبات التي تعيق قدراته وتساعد في الوصول إلى هدف مرغوب فيه، وهو يتطلب أسلوبا متخصصا للتفكير يقوم على تنظيم الأفكار.

3- المواجهة: عن طريق حل الفرد لمشكلاته بشكل موضوعي وبدون الهروب إلى أحلام اليقظة وإضاعة الوقت فضلا عن القدرة على تنمية إمكانياته سيكون قادرا على مواجهة مواقف الحياة المختلفة وعلى حل مشاكلها. (نسيمة بومعرف، 2014: 177-178)

4- العمل الجدي ومضاعفة الجهد: عادة ما يلجأ إليه الأفراد المحبطة أعمالهم

أو المعاقة بأبسط العقبات، إلى التوقف عن أداء عمل ما، والشعور بالإحباط واليأس، في حين أن الاستجابة السليمة والممتلئة هي مضاعفة الجهد والاستمرار في العمل.

5- تغيير الطريقة: ففي حالة ما إذا وجد الفرد أن مضاعفة الجهد المبذول لا يجدي في إزالة العقبات وحل المشكلة المطروحة، فإنه عادة ما يلجأ الفرد إلى تغيير الطريقة المتبعة من قبل.

6- إعادة تفسير الموقف: قد يكون في بعض الحالات الإحباط الذي يلقاه الفرد ناتج عن التفسير الخاطئ للموقف أو الحكم الخاطئ على نفسه أو على الأفراد الآخرين من كونه ناتجا عن سوء الموقف، لذا على الفرد في هذه الحالة أن يعيد تفسير الموقف وتفهمه.

7- تحويل السلوك: ففي حالة ما وجد الفرد نفسه أمام عائق لا يمكن التغلب عليه أو تذليله، فمثلا هنا يلجأ إلى تحويل سلوكه وتدعيمه بسلوكات أخرى.

8- التعاون والمشاركة: إن أفضل نوع من العلاقة الاجتماعية هو التعاون والمشاركة، فكثير من نواحي النشاط الإنساني تتطلب توازنا لكي يقوم بها الإنسان على أفضل وجه، وكلما شاركنا الآخرون حياتنا في إخلاص وصراحة وعمق ازدادت حياتنا خصوبة، بدلا من اللجوء إلى الأساليب غير السليمة في تعامل كالعزلة، الاتكالية العدوان... إلخ.

9- تدريب على الاسترخاء: بالوصول إلى حالة من الهدوء والتي تنشأ في الفرد عقب إزالة التوتر بعد تجربة انفعالية شديدة أو جهد جسدي شاق، وقد يكون الاسترخاء غير إرادي (عند الذهاب إلى النوم)، أو إرادي عندما يتخذ الفرد وضعا مريحا ويتصور حالات تبعث على الهدوء وإرخاء العضلات المشاركة في أنواع مختلفة من النشاط.

10- الضبط الذاتي: مرتبط بقوة الضمير والأنا الأعلى كما يعد استجابة نشطة من جانب الفرد تمكنه من التحكم في الموقف وضبط المثير.

ويقصد به تحقيق التوافق الحسن، بالامتناع عن ممارسة سلوك ممتع في لحظة ما حتى يبعد الضرر عن الصحة الجسمية.

4-1-2-الأساليب التوافقية غير المباشرة (الحيل اللاشعورية): هي أساليب سلوكية لاشعورية تعرف أحيانا بميكانيزمات التوافق النفسي أو الحيل النفسية الدفاعية، يلجأ الفرد(السوي واللاسوي) في تحقيق التوافق مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية بعد استخدام أساليب مباشرة وشعورية، ولعل أبرزها، نذكر خمسة مجموعات هي:

1- الحيل الدفاعية الإنسحابية (هروبية): في هذه الحالة يلجأ الفرد إلى الهروب من المواقف التي تسبب الإحباط مما يؤدي إلى ارتياحه وتخفيض شعور بالقلق الذي يعانیه، ومن الحيل الهروبية التي يستخدمها الفرد في الوصول للتوافق هي كما يلي:

1-1الانسحاب: وهو يعني تجنب الشخص المتأزم للناس أو المواقف أو الأشياء التي تسبب الفشل أو تؤدي إلى النقد أو العقاب كلها تؤدي إلى وقاية من القلق والتهديد.

(عبد الحميد الشاذلي، 2001، 53-98)

1-2- النكوص: هو أن يعود الفرد إلى أحد الأساليب السلوكية التي تناسب مرحلة عمرية سابقة على المرحلة التي يمر بها حالياً، يلجأ إليها عادة عندما تفشل محاولته لمواجهة موقف ما وعندما يواجه الإحباط آثاره المؤلمة والمثيرة للقلق.

1-3- أحلام اليقظة: وهي حيل دفاعية نفسية تخيلية يسعى من خلالها الفرد إلى تحقيق أهدافه وطموحاته بطريقة واقعية التي عجز عن تحقيقها في الواقع، وقد وجدت البحوث التي تناولت مضمون أحلام اليقظة عند مختلف الأعمار أن الفرد يلجأ إلى تخيل الإنجاز في المجالات التي يصادف فيها الإحباط وتعاقب فيها محاولاته للإنجاز بل وحتى التوافق. (علاء الدين كفاي، 2006، 102-103)

1-4- النسيان: حيلة لاشعورية تحدث نتيجة الكبت، يلجأ الفرد للتخلص من الدوافع غير المقبولة والرغبات التي استحال تحقيقها والذكريات المؤلمة فتختفي اختفاء تاماً عن وعي الفرد ويزول ما كان يمكن أن يترتب عليها من سلوك مثل نسيان اسم شخص يكرهه. (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص 100)

2- الحيل الدفاعية العدوانية: ويقصد بها الاعتداء وتوجيه الأذى إلى الذات نفسها أو إلى الغير، ومن الحيل التي تقع تحت هذا النوع العدوان والإسقاط.

2-1 العدوان: هو رد فعل رئيسي للإحباط الذي يقترن دائماً بانفعال الغضب، يوجهه الفرد إذا كان هناك مثير لذلك ويعد الانفعال استجابة غير مسيطر عليها من جانب الفرد كرد فعل لعائق يمنعه من إشباع حاجاته، وعندما يتخذ الصورة المرضية في حالة التوجه إلى الخارج فقد يصل إلى الرغبة في القتل، وإذا انقلب إلى الداخل فإنه يصل الانتحار.

(عبد الحميد الشاذلي، 2001، ص 95).

2-2 الإسقاط: هو ميكانيزم الذي يركز على إسناد الآخرين المشاعر والرغبات

المخاوف التي لا نرغب فيها. (Paul Bernard ،1979:126).

أي هو حيلة لاشعورية تتلخص في أن ينسب الشخص عيوبه مناقصه ورغباته المستكثرة ومخاوفه المكبوتة التي لا يعترف بها إلى غيره من الناس والأشياء أو الأقدار وذلك تنزيلها لنفسه مما يشعر به من قلق أو خجل أو النقص أو الذنب.

(فيصل عباس،1996:39).

3-الحيل الدفاعية الإبدالية: حالة توافق الفرد عن طريق الأساليب الدفاعية الإبدالية لا يفقد صلته بالناس الآخرين أو البيئة ، وهو ما يتخذ موقف المدافع عن نفسه في محاولة تغطية كل نقص أو قصور، ومن الحيل النفسية المستخدمة في ظل هذا الأسلوب : التبرير التقمص، تعويض.

3-1-التبرير: هو ادعاءات لاشعورية تقوم أساسا على تحليل السلوك بأسباب تبدو منطقية ولكنها تتصف بالانفعالية، وهذا أيضا التشبث بأعذار توحى للآخرين أنها صحيحة ومقنعة ولكنها ليست حقيقية. (أديب محمد الخالدي،2009:243).

3-2-التقمص: هو آلية لاشعورية لبناء الشخصية بالاعتماد على الآخر، بخدمة

نموذج مع فرد آخر ودمج خصوصياته ومطابقتها. (Fisher,G،1992:202).

ولابد من الإشارة هناك الإشارة هنا إلى أن التقمص في أي شكل من أشكاله أسلوب الخاطئ للتكيف ومظهر من مظاهر سوء التوافق، بل أن سوء التوافق هذا يظهر واضحا في التقمص.

3-3- التعويض: يعني محاولة الفرد التخلص من شعوره بالنقص، سواء كان هذا النقص فعليا أو متوهما أو إخفاء عيب جسميا أو نفسيا أو ماديا، فيقوم الفرد لاشعوريا بسلوك معين لتخفيف القلق والضغط. (اديب محمد الخالدي، 2009: 235- 243).

4- التوافق عن طريق المرض: قد يستخدم الفرد المرض لاشعوريا ليتهرب من لوم الناس ومن لوم ضميره ويعفي نفسه من مواجهة المواقف العصبية وتحمل المسؤوليات ويعتبر المرض من الأساليب النفسية، ويدخل في دائرة الأمراض النفسية بدينه.

5- التوافق عن طريق الكبت: إن الكبت حالة لاشعورية يستخدمها الفرد حتى يستبعد من الشعور الخبرات والأفكار والذكريات التي تسبب له ألما أو خجلا أو شعور بالذنب. (محمد الشاذلي، 2001: 101-102)

في الأخير نستخلص بأن أساليب التوافق النفسي عبارة عن ميكانيزمات دفاعية يلجأ إليها الفرد من أجل تحقيق توافقه النفسي، وصنفت إلى قسمين كل منها يحتوي على عدة أساليب. فالأول يعتمد عليه الفرد لتحقيق التوافق السوي والسليم، أما القسم الثاني فيعتبر من الأساليب التوافق النفسي السليم كذلك طالما لم يفرط الإنسان في استخدامها عند مواجهته مشكلة ما، أما إذا دعت للإفراط في البعد عن المعايير الاجتماعية فتصبح عندئذ دلالة على سوء التوافق النفسي.

4-2- معايير التوافق النفسي: ليس هناك أسلوب واحد في الحياة يصلح للجميع وبالتالي لا يوجد معيار واحد للتوافق النفسي يتفق عليه العلماء، وذلك لأن التوافق عملية فردية اجتماعية تتأثر بالزمان والمكان والثقافة التي نشأ فيها الفرد بجانب سمات واستعدادات الأفراد وظروف الموقف إلا أن هناك أساليب مختلفة ومعايير متعددة للتوافق نذكر منها:

1- المعيار الذاتي: هو التوافق كما يدركه الشخص ذاته فبصرف النظر عن المسيرة التي قد يبديها الفرد على أساس المعايير الأخرى فالمحك الهام هنا هو ما يشعر به الشخص وكيف يرى في نفسه الاتزان أو السعادة أي أن السوي هنا إحساس داخلي وخبرة ذاتية ويمتاز

المعيار الذاتي بسهولة تطبيقه و شيوعه بين أفراد المجتمع، فكل فرد يصف سلوكه في ضوء إطاره المرجعي.

2-المعيار الطبيعي: يستخلص مفهوم التوافق طبقا لهذا المعيار بناء على خاصيتين يتميز بهما الإنسان عن غيره من المخلوقات، الخاصية الأولى: هي قدرة الإنسان الفريدة على استخدام الرموز. والخاصية الثانية: هي طول فترة الطفولة لدى الإنسان، والشخص المتوافق طبقا لهذا المفهوم هو من لديه إحساس بالمسؤولية الاجتماعية، كما أن اكتساب المثل والقدرة على ضبط الذات طبقا لهذا المفهوم من معالم الشخصية المتوافقة.

3-المعيار الإحصائي: يعتمد هذا المعيار في تحديد التوافق على مدى الانحراف عن المتوسط الحسابي أو المنوال الإحصائي وهذا الاتجاه يرى أن المتوسط يكون سويا وأن أي انحراف عنه يكون شاذًا، وفي هذا الاتجاه يفرض علينا معرفة الخط الفاصل الذي يقرر بين ما هو متوسط وبين ما هو منحرف على المتوسط خاصة في الحالات الطفيفة ; أي أنه اختلاف الفرد عن الغالبية العظمى من الناس فهو بسلوكه هذا يقع ضمن النذرة الإحصائية.

4-المعيار الاجتماعي: يركز هذا المعيار على أهمية المعايير الاجتماعية والأخلاقية في المجتمع، ويرى أصحاب هذا المعيار أنه من الصعب تحديد مفهوم السوية في معزل عن نظام القيم، ومن هنا يستخدمون مفهوم السوية لوصف مدى اتفاق سلوكنا مع المعايير الأخلاقية في المجتمع وقواعد السلوك السائدة فيه. (صبر محمد علي، 2004:50)

فالشخص السوي يساير قيم ومعايير مجتمعه، أما الشاذ فهو يخالف تلك القيم والمعايير، فوفقا لهذا المعيار فالحكم على الشخص المتوافق يكون في إطار الجماعة المرجعية للفرد، إلا أنه يجب عند استخدام هذا المعيار للحكم على الشخص المتوافق أن نضع في الحسبان معايير النسبية الثقافية، فالسلوك السوي في جماعة ما قد يعد شذوذا مرضا في جماعة أخرى. (شانلي، 2001:67)

5-المعيار الثقافي: أن المجتمع وثقافته يمثلان محددات رئيسية لبناء الشخصية الإنسانية ومن هنا يعتبر الإنسان بصفة عامة انعكاسا للواقع الثقافي الذي يعيشه، ووفقا لهذا المعيار فإن الحكم على الشخص المتوافق يكون في إطار الجماعة المرجعية للفرد، إلا أنه يجب أن نضع في الاعتبار عند استخدام هذا المعيار الحكم على الشخص المتوافق معايير النسبية الثقافية فما هو سوي في جماعة قد يعتبر شاذا أو مرضيا في جماعة أخرى، ويعني ذلك أن الحكم على الشخص المتوافق أو غير المتوافق لا يمكن التوصل إليه إلا بعد دراسة ثقافة الفرد وتحليلها إلى الثقافات الفرعية المختلفة. (محمد علي، 2004:153)

6-المعيار الباثولوجي(مرضي): قد يتحدد مفهوم السوية في ضوء المعايير الإكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية، فالسوي تتحدد على أساس غياب الأعراض والخلو من مظاهر المرض، أما اللاسوية فتتحدد بوجود أعراض المرض أو وجود اضطراب نفسي؛ أي أن هذا المعيار يعمد في تحديده لمفهوم الشخصية السوية على مفهوم الشخصية المعتدلة نفسيا. فالشخصية الشاذة تتسم بأعراض مرضية معينة كالمخاوف والوساوس وارتفاع مستوى القلق، وعلى هذا يصبح من خصائص الشخصية السوية خلوها النسبي من مثل هذه الأعراض أو بمعنى آخر تمنعا يعكس هذه الأعراض. (محمد علي، 2004:152)

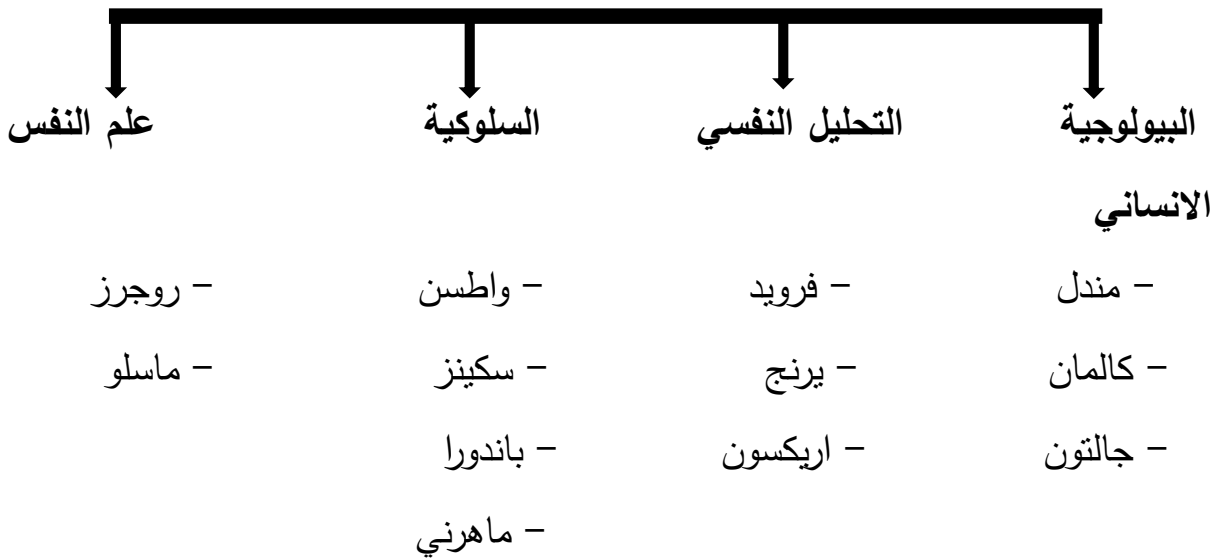
7-المعيار الإكلينيكي: يتحدد مفهوم التوافق في اعتباره مفهوما مظللا وضيقا، فلا يكتفي أن يخلو الفرد من الأعراض لكي نعتبره متوافقا، ولكن ينبغي أن تلقى أهدافه وطاقته توظيفا فعالا في مواقف الحياة المختلفة ويحفف ذاته بشكل بناء، ولذلك فالمعيار الإكلينيكي لا يحدد التوافق على نحو إيجابي وذو معنى. (محمد علي، 200:154)

ونخلص من كل ما سبق ذكره إلى أن هذه المعايير هي أمور نسبية تختلف من شخص لآخر ومن مجتمع لآخر تبعا للفروقات الفردية والثقافات المجتمع السائدة، وما يعد سويا لدى ثقافة ما وفي مجتمع معين، قد لا يكون كذلك وفي مجتمع آخر، وما يعد سلوكا سويا في زمن ما لا يعد كذلك في زمن آخر.

٧- النظريات المفسرة للتوافق النفسي: يعتبر البعد النظري لتفسير أي ظاهرة علمية الأساس في كل البحوث، وموضوع التوافق النفسي ولأهميته الكبيرة يعد من المواضيع الحديثة في البحوث النفسية، وذلك لما له علاقة مباشرة بحياة الفرد وخاصة الطالب الجامعي العامل.

ومن أهم النظريات التي فسرت التوافق النفسي نجد:

نظريات التوافق النفسي.



الشكل 07: يمثل نظريات التوافق النفسي.

5-1- النظرية البيولوجية: من مؤسسيها "داروين، CH. Darwi"، "مندل، Mandel" و"جالتون، Galton" تركز هذه النظرية على النواحي البيولوجية للتوافق حيث ترى أن كل أشكال الفشل في التوافق تعود إلى أمراض تصيب أنسجة الجسم والمخ وتحدث هذه الأمراض في أشكال منها المورثة ومنها المكتسبة خلال مراحل حياة الفرد مثل الإصابات والجروح والعدوى واضطرابات جسمية ناتجة عن مؤثرات من المحيط، أو تعود إلى اضطرابات نفسية التي تؤثر على توازن الهرموني للفرد نتيجة تعرضه للضغوطات.

يرى أصحاب هذه النظرية أن عميلة التوافق تعتمد على الصحة النفسية، وبالتالي التوافق التام للفرد (التوافق الجسمي) أي سلامة وظائف الجسم المختلفة، ويقصد بالتوافق في ظل هذه النظرية انسجام نشاط وظائف الجسم فيما بينها، أما سوء التوافق فهو اختلال التوازن الهرموني أو نشاط أو وظيفة من وظائف الجسم. (نسيمة بومعراف، 2012: 53)

ومنه تجدر الإشارة إلى أن الاعتماد على المفاهيم البيولوجية في تفسير عملية التوافق لا يفسر لنا هذه العملية بشكل حقيقي وتام، لان تفسير متعلق بالإنسان وهو متعدد الجوانب المكونة لشخصيته.

5-2- النظريات النفسية: من أبرز رواد هذه النظرية نجد الباحث "فرويد، S-Freud"

يرى أن عملية التوافق لدى الفرد غالبا ما تكون لاشعورية بحكم أن الأفراد لا يعرف الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعيا. (نسيمة بومعراف، 2012: 54)

والمظهران الأساسيان للشخصية السوية عنده، هي أن يكون في استطاعة الفرد أن يحب ويعمل، والقدرة على الحب هنا تعني أن يكون الفرد في وضع يسمح له بتقديم الحب الخالص للآخرين وأن يتلقاه منهم، وكذلك فإن القدرة على العمل والإنتاج مؤشر آخر على السواء، لا يقوم إلا على قاعدة من توازن الوظائف النفسية. (عبد الحميد الشاذلي، 2001: 70)

أما الباحث "يونج، k-Jung" : في دراسته فقد اعتقد أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف، كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية، وكذلك أهمية التوازن في شخصية السوية المتوافقة، وأن الصحة النفسية والتوافق السوي يتطلبان الموازنة بين ميولنا الانطوائية والانبساطية، وهذا يتطلب تكامل بين العمليات الأساسية في تغيير الحياة والعالم الخارجي، وهي الإحساس، الإدراك، التفكير.

من "اريكسون، E-Erikson" : فيرى أن الشخص المتوافق لابد أن يتسم بالثقة والإحساس الواضح بالهوية، والقدرة على الألفة والحب، الشعور بالاستقلالية والتوجه نحو الهدف والتناسل، والقدرة على ملائمة الظروف المتغيرة دليل على النضج وسهولة التوافق.

"أدلر، Adler": اعتقد أن الطبيعة الإنسانية تعد أساس أنانية وخلال عملية التربية فإن بعض الأفراد ينمون ولديهم اهتمام اجتماعي قوي ينتج عن رؤية الآخرين مستجيبين لرغباتهم و مسيطرين على الدافع الأساسي للمناقشة دون مبرر ضد الآخرين طالبا للسلطة أو السيطرة فسر العصاب على أنه محاولة كسب الشعور بالتفوق.

(برغوثي توفيق، 2015:137)

من خلال عرض هذه الآراء لرواد نظرية التحليل النفسي، نجد أنهم يركزون على توافق في الشخصية، حيث يرى الباحث فرويد أن التوافق عملية لاشعورية تحدث للفرد دون أن يدرك ذلك.

اريكسون الشخصية التوافقية لابد لها أن تتسم بالثقة والاستقلالية والتوجه نحو الهدف الإحساس الواضح بالهوية، والقدرة الألفة والحب.

وبالنسبة للباحث **يونج** فقد اهتم بنمو الشخصية وأكد على أهمية معرفة الذات على حقيقتها وضرورة الموازنة بين الميولات الانطوائية والانبساطية لتحقيق التوافق، والتمتع بالصحة النفسية، أما **أدلر** فقد أكد أن الشخصية التوافقية تكون مستقبلة للآخرين ومتفتحة عليهم.

3-5- النظرية السلوكية: يتمثل التوافق لدى السلوكيين في استجابات مكتسبة من خلال الخبرة التي يتعرض لها الفرد التي تؤهله للحصول على توقعات منطقية، وعلى الإثابة، ف تكرار إثابة سلوك ما من شأنه أن يتحول إلى عادة وعملية التوافق الشخصي لدى **واطسون، J.B.Watson** و **سكينر، B.F.Skinner** لا يمكن أن تنمو عن طريق ما يبذله الجهد الشعوري للفرد، ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات واثبات البيئية.

أما السلوكيين المعرفيين أمثال الباحث **ألبرت باندورا، A.Bandora** والباحث **مايكل ماهوني، M. Mahoney** " استبعدوا تفسير توافق الفرد أنه يحدث بطريقة آلية تبعده من الطبيعة البشرية، واعتبروا أن كثير من الوظائف البشرية تتم والفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك مزاملة الأفكار، والمفاهيم الأساسية، أي ان **باندورا وماهوني A.Bandura & Mahoney** رفضوا تفسير طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية.

ويرون أن السلوك التوافقي هو الذي يؤدي إلى خفض التوتر الناتج من إلحاح دافع معين والفرد يتعلمه، وكذلك القدرة على التنبؤ بالنتائج المترتبة على السلوك والقدرة على ضبط الذات. ويتعلم الإنسان عددا من الأساليب السلوكية الملائمة للتوافق مع أحداث الحياة منها:

1- الهجوم: يلجأ الإنسان للقضاء على العدو، أو الإضرار به، وغالبا ما يحتوي على مستوى من العدوان كوسيلة لمقاومة الخطر.

2- الانسحاب: وهو طريقة سهلة لمواجهة الضغط والتوتر، وهو عكس الهجوم حيث لا يتطلب بذل جهد كبير، فما على الفرد إلا الابتعاد عن الموقف المهدد والخطير.

3- الخضوع والاستسلام: يواجه الإنسان أحيانا بمواقف لا يبدو فيها أي أمل للنجاة أو تحاشي الضرر أو التغلب عليه، مما يشعره بالاكنتاب وبالأس وبظهور ذلك جليا في الحرب على وجه الخصوص عندما يواجه الإنسان فيتغلب هذا العدو عليه فلا يستطيع مقاومته أو الهروب منه مما يجبره على الاستسلام له. (عمر السيف، 2007: 34)

وعلى الرغم من الاختلاف بين رواد النظرية السلوكية الكلاسيكية والمحدثين إلا أنهم يتفقون على مجموعة من النقاط وهي:

1- يتم التوافق حينما يستطيع الفرد تعلم مجموعة من العادات السوية من البيئة التي يمكن بواسطتها اشباع حاجاته المختلفة.

2- التوافق بصورة شعورية، حيث يتم تعلم العادات عن طريق البيئة في السنوات الأولى باستخدام التعزيز.

3- لا تهتم هذه المدرسة بمعرفة الاسباب، المهم ازالة الاعراض المرضية.

التوافق يتم عن طريق تحديد السلوك اللاتوافقي أولا، ثم اطفائه وإحلال سلوك توافقي محله عن طريق التدعيم.

5-4- نظرية علم النفس الإنساني: يتمثل مدخل علم النفس الإنساني في مساعدة الأفراد على التوافق وذلك عن طريق تقبل الآخرين لهم وشعورهم بأنهم أفراد لهم قيمتهم، ومنها البدء في البحث عن ذواتهم والتداول مع أفكار ومشاعر كانت مدفونة محاولين الحصول على القبول مع الآخرين وبالتالي تحقيق التوافق السليم.

وفي هذا الصدد يشير "كارل روجرز، C.Rogers" إلى أن الأفراد سيء التوافق كثيرا ما يتميزون بعدم الاتساق في سلوكياتهم حيث يعرف كارل روجرز بأن سوء التوافق: تلك الحالة التي يحاول فيها الاحتفاظ ببعض الخبرات بعيدا عن الإدراك أو الوعي، وفي الواقع أن عدم قبول الفرد لذاته دليل على سوء توافقه وهذا ما يولد له التوتر والأسى.

إدًا حسب الباحث روجرز التوافق عبارة عن مجموعة من المعايير تمكن في قدرة الفرد على الثقة بمشاعره، الإحساس بالحرية والانفتاح على الخبرات. (برغوثي توفيق، 2014:139)

وعلى هذا ارتبط مفهوم الذات عند روجرز بمفهوم التوافق السليم، فأى خلل في مفهوم الذات يعد إثارة لسوء توافق الفرد. (حامد عبد السلام زهران، 1997:391)

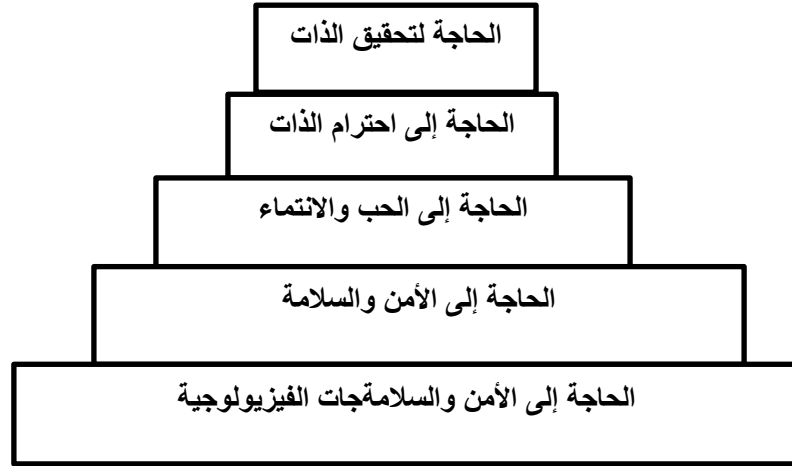
وأما الباحث "ماسلو، A.Maslow" قام بوضع معايير للتوافق تتمثل فيما يلي: الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات التلقائية، الاستقلالية والقدرة على إقامة العلاقات مع الآخرين وهي كلها تؤدي بالفرد إلى التوافق بصفة ايجابية مع نفسه ومع الآخرين.

بما أن الشخصية المتوافقة هي التي تتمتع بتحقيق الذات، ويعني هذا الأخير بتحقيق القوى الكامنة الفطرية عند الشخص والفرد الذي حظي بإشباع حاجاته الأساسية هو الشخص الذي يستطيع أن يحقق ذاته .

ومن خصائص الشخصية المتوافقة :

- تقبل للذات والآخرين والطبيعة.
- التمييز بين الوسائل والغايات.
- خلق والإبداع.
- إدراك أكثر فاعلية للواقع وعلاقات مريحة معه.
- الشعور القوي بالانتماء والتوحد مع بني الانسان وشعور عميق بالمشاركة الوجدانية والمحبة لبني الإنسان ككل.
- علاقة شخصية متبادلة عميقة.
- الاستقلالية الذاتية عن الثقافة وعن البيئة.

ونشير إلى أن ما سلو اعتمد على مبدأ التوازن بحيث اعتبر أن الدافع يمكن تصويره بشكل هرمي حيث تقع في قاعدته الحاجات الفيزيولوجية الأساسية وفي قمته الحاجات الحصرية العليا على النحو التالي:



الشكل 08: يوضح ترتيب الحاجات حسب ماسلو.

وبالنسبة لماسلو يرتبط التوافق بتحقيق الذات، وأن الفرد يسعى لتحقيق حاجاته بصورة هرمية، حيث يندفع إلى إشباع الحاجات الفيزيولوجية، فإذا ما أشبعت اختفت لتفسح المجال للمستوى الثاني من الدوافع فالحاجات حسبها هي أساس سوء التوافق.

كما أكد الباحث ببرز على أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحيا الأفراد، هنا

والآن دون خوف من المستقبل لأن هذا سيفقد الأفراد شعورهم الفعلي بالرضا.

(محمد جاسم، 2004: 25)

وحسب هذا الرأي فالشخص المتوافق هو من يتقبل المسؤوليات ويتحملها على عاتقه ولا يلقي بها الآخرين.

ومنه نستنتج أن هذا الاتجاه يفسر عملية التوافق على أهمية دراسة الذات ويشدد على أهمية القيم التي تعتبر الحدود الضابطة للسلوك الناتج من طرف الفرد. وفي الأخير نستخلص من خلال هذه النظريات التي يطرحها علماء النفس، أن كل واحدة منهم له تفسير وتحديد مفهوم التوافق في ضوء منحنى معين يختلف كل واحد عن الآخر، ورغم أنها تتفق بأن التوافق النفسي مفهوم أساسي مرتبط بمقومات الصحة النفسية للفرد، فالتحليل النفسي يرى أن التوافق هو الحفاظ وإشباع الحاجات الضرورية، وأن نجاح عملية التوافق يرجع إلى الأنا القوية التي تستطيع الموازنة بين متطلبات الهو وتحذيرات الأنا الأعلى ومتطلبات الواقع.

أما السلوكيين يشيرون إلى التوافق هو بمثابة كفاءة وسيطرة على الذات، ويتحقق من خلال اكتشاف في الشروط والقوانين الموجودة في الطبيعة، وفي المجتمع الذي من خلاله يشبع حاجات، ومعناه أنه مكتسب عن طريق التعلم من خبرات السابقة واكتساب مهارات يستخدمها الفرد في مواقف مماثلة.

أما النظرية الإنسانية ترى عملية التوافق أنها حالة من وعي خاصة بالفرد نفسه وتجاربه وخبرات حياته الواقعية، ترى الطالبة بأن النظرة الصحيحة تتطلب التكامل ما بين هذه النظريات، ذلك نأخذها كلها بعين الاعتبار لتفسير التوافق أو سوء، فالإنسان وحدة كاملة متفاعلة الجوانب.

خلاصة الفصل:

عرضنا في هذا الفصل أهم التعاريف المتعلقة بالتوافق النفسي، و تناولنا أهم النظريات المفسرة له، و تعرفنا على أبعاده التي سنتناولها بتحليل علاقتها بالمتغير السابق- الذكاء الانفعالي لدى الطالب الجامعي العامل. وعليه فالتوافق النفسي عملية ديناميكية، يقوم بها الفرد بصفة مستمرة في محاولته لتحقيق التوافق بينه وبين نفسه أولاً، ثم بينه وبين البيئة التي يعيش فيها من خلاله يسعى الفرد لإشباع حاجاته المختلفة متبعاً وسائل مرضية لذاته وملائمة للجماعة التي يعيش بين أفرادها.

قائمة المراجع الفصل:

مراجع بالعربية

- 1- اشرف محمد عبد العني شريت، (2004): الصحة النفسية والتوافق النفسي، بدون، ط، دار الجامعة
- 2- برغوت توفيق (2015): علاقة بعض المتغيرات السيكولوجية باتجاهات الطلبة الجامعيين نحو ظاهرة العنف، دراسة ميدانية بجامعة الحاج لخضر باتنة، أطروحة نهاية الدراسة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس تخصص علم النفس الاجتماعي، جامعة محمد خيضر ،بسكرة
- 3- جابر نصر الدين (1998): مجلة علم النفس وعلوم التربية -عروض الأيام الوطنية الثالثة لعلم النفس وعلوم التربية(25-26-27 ماي)، مقال بعنوان: التكيف كعامل أساسي في ائزان الشخصية، ج1، منشورات جامعة الجزائر .
- 4- رمضان محمد القذافي (1987): الصحة النفسية و التوافق، المكتب الجامعي الحديث ،الاسكندرية-مصر .
- 5- رياش سعيد، (2009): التوافق النفسي الاجتماعي للمسنين في الجزائر، أطروحة مقدمة لنيل درجة دكتوراه دولية في علم النفس، جامعة الجزائر .
- 6- صبرة محمد علي (2005): الصحة النفسية بين النظرية و التطبيق ، دار المعرفة الجامعية ،مصر .
- 7- عبد الرحمن العسوي (1992): تطور التعليم الجامعي العربي، دار المعارف، الاسكندرية، مصر .
- 8- عبد الفتاح محمد دويدار (1994): في الطب النفسي و علم النفس المرضي الاكلينيكي، دار النهضة العربية ،بيروت-لبنان
- 9- عبد الكريم قريشي (1988): علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي و الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم علم النفس ، جامعة عين شمس
- 10- علاء الدين الكفافي، (2006): الإرشاد الأسري ،دار المعرفة الجامعية الازرطية.
- 11- علاء الدين كفاي،(2012): الصحة النفسية والإرشاد النفسي، ط1، دار الفكر، عمان .
- 12- عمر إبراهيم السيف (2007): التكيف في البيئة العسكرية و علاقته بالتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم العلوم الاجتماعية ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.
- 13- فوزي محمد جبل (2000): الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية ،المكتبة الجامعية ، الاسكندرية، مصر .
- 14- فيصل عباس (1996): التحليل النفسي و الاتجاهات الفرويدية، دار الفكر العربي،لبنان
- 15- محمد جاسم محمد (2004): مشكلات الصحة النفسية،مكتبة دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان -الأردن.

16- مراد مرداس واخرون، (2008): الكومبيوتر وذو الاعاقة البصرية للمكفوفين ، ط1، دار الوفاء الاسكندرية.

17- نسيمه بومعراف، (2014): دور الثقافة التنظيمية في التوافق النفسي الاجتماعي للعمال، دراسة ميدانية على موظفي مصالح التدريس بجامعة محمد خيضر -بسكرة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه العلوم في علم النفس، تخصص علم النفس الاجتماعي.

2-مراجع أجنبية:

18-NORBET Sillamy (1983), dictionnaire usuel de la psychologie , Bordas,Paris.

الجانبة التطبيقية

الفصل الرابع:

الإجراءات المنهجية لدراسة

تمهيد

I: الإجراءات المنهجية

1-1- الدراسة الاستطلاعية ونتائجها

1-2- مجالات الدراسة

1-3- المنهج المستخدم

1-4- العينة و خصائصها

1-5- أدوات الدراسة

1-6- الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل

قائمة مراجع الفصل

تمهيد:

من أجل القيام بأي بحث علمي، وللإجابة على التساؤلات السابقة والتحقق من الفرضيات المطروحة ارتأينا القيام بمجموعة من الخطوات المنهجية الخاصة بإجراء الدراسة الميدانية، وذلك من أجل تحديد الإطار الذي تجرى فيه الدراسة سواء التحديد المكاني أو الزمني أو العينة المستهدفة في الدراسة، وعليه قمنا باختيار العينة وفق مجموعة من الشروط، إضافة إلى الأدوات البحثية التي حاولنا تطبيقها على أفراد العينة. وقد تضمن هذا الفصل كل من الإجراءات المتمثلة في طبيعة المنهج المستخدم مجال الدراسة، نوع العينة والأدوات المستخدمة في الدراسة إضافة إلى مجموعة من الأساليب الإحصائية المستخدمة. وفي الأخير نقوم بمناقشة النتائج المتحصل عليها.

I: الإجراءات المنهجية :

1.1- الدراسة الاستطلاعية ونتائجها: تعد الدراسة الاستطلاعية مرحلة مهمة في اختبار الموضوع و تحديد جوانب الدراسة، أيضا معرفة بعض العلاقات الاشتراطية بين المتغيرات وبلورة بعض الفروض والتنبؤات ودراسة أداة من أدوات القياس والتأكد من صلاحيتها قبل استعمالها في الدراسة الأساسية. (محمد مزيان، 1999: 54).

وتعتبر مرحلة هامة في البحث العلمي نظرا للإرتباطها المباشر بالميدان مما يضيفي صفة الموضوعية على البحث. (مصطفى العشوي، 1994: 135)

لذلك يعتبر الميدان هو تكملة للتفكير النظري وهو منبت الجانب التطبيقي لأي دراسة كانت حيث أن هذه أن هذه الوحدة التتكاملة من النشاط النظري للعقل البشري والنشاط الامبريقي له تتطلب البحث عن مجال ليحقق هذا التكامل البنائي للبحث وتعد الدراسة الإستطلاعية أهم خطوة في البحث العلمي لضبط متغيرات الدراسة والتحقق من الفرضيات، وكذلك تحديد عينة البحث ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المختارة.

و بما أن موضوع بحثنا حول الذكاء الانفعالي ولتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل فكانت وجهتنا هي الجامعة التي ندرس بها -جامعة محمد خيضر-قطب شتمة - بسكرة .

ومن نتائج الدراسة الاستطلاعية، أنه تم تحديد الاطار المكاني للدراسة وهو قطب شتمة بما تحويه من الكليات.

وكذا تم تحديد عينة الدراسة والمتمثلة في طلبة أولى وثانية ماستر العاملين في جميع التخصصات. وكذلك التوصل إلى اختيار مقياس التوافق النفسي حيث وجدت صعوبة في الوصول إليه في البداية ثم اضطررت إلى تصميم مقياس التوافق النفسي لزينب شقير بمساعدة الأستاذة المشرفة والتأكد من مصداقيته وبعد تصحيح عبارات المقياس تم زيارة ميدان الدراسة والقيام بالدراسة الأساسية ابتداء من 25-فيفري 2017 إلى غاية 14 مارس 2017 بتوزيع المقاييس على الطلبة بجامعة محمد خيضر بسكرة قطب شتمة بكلياتها (العلوم الانسانية والاجتماعية، الحقوق والعلوم السياسية، ومعهد الرياضة).

وبعد استعادة المقاييس التي تم توزيعها على الطلبة بدأت مرحلة تفريغ البيانات التي تم جمعها وتبويبها في الجداول (وحساب التكرارات، معامل الارتباط) بالاستعانة بنظام (spss) الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، لنباشر بعدها عملية تحليل هذه البيانات.

1.2. مجالات الدراسة :

1-2. المجال المكاني : ينحصر المجال المكاني في جامعة محمد خيضر - بسكرة- وهي جامعة تعود أصولها إلى المعاهد الوطنية العليا للري والهندسة المدنية سنة 1984 التي أضيف إليها معهد الإلكترونيك عام 1986 . وقد تحول اتحاد هذه المعاهد إلى مركز جامعي عام 1992 ومنذ هذا التاريخ تأسست شعب أخرى كالعالم الدقيقة، الهندسة

المدنية، الإعلام الآلي، الأدب العربي، علم الاجتماع، اللغة الإنجليزية، ثم ترقى هذا المركز الجامعي 1998 إلى جامعة محمد خيضر. ونشير أنها قد تحولت إلى 06 كليات بداية شهر فيفري 2009. كلية العلوم الدقيقة وعلوم الطبيعة والحياة، كلية العلوم والتكنولوجيا، كلية الآداب واللغات، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، كلية الحقوق والعلوم السياسية، كلية العلوم الاقتصادية وعلوم التسيير.

هذا المجال العام لمكان الدراسة، و الذي حصر و ضيق ليضم قطب شتمة بما فيه من كليات (العلوم الانسانية و الاجتماعية، والحقوق والعلوم السياسية ومعهد الرياضة).

2-2. المجال البشري : يتمثل المجال البشري لدراستنا الحالية في كل طلبة العاملين سنة أولى وثانية ماستر، و التي تضم العدد الكلي للطلبة في كلا الكليتين 59 طالبا (20 إناث 39 ذكور).

2-3.المجال الزمني : دامت الدراسة في الجانب النظري من 10 أكتوبر 2016 إلى غاية 04 فيفري 2017، أما الدراسة الميدانية فكانت ما بين 25 فيفري 2017 إلى غاية 25 أبريل 2017.

- ثم بدأت مرحلة تحليل البيانات ما بين 27 أبريل إلى 13 ماي 2017.

3-المنهج المستخدم: إن نوع المنهج الذي يتبعه باحث في دراسته يتوقف على نوع المشكلة التي يريد دراستها. المنهج بصفة عامة هو: "الطريق المؤدي الى الكشف عن حقيقة بواسطة مجموعة من القواعد، لتحديد العمليات والوصول إلى نتيجة محددة".

(فوزي عبد الخالق، 2007 : 76)

وقد اعتمدنا على المنهج الوصفي لدراسة موضوع الذكاء لانفعالي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل- بقطب شتمة- باعتباره الأكثر استخداما في العلوم النفسية والاجتماعية والتربوية ولكونه الأنسب لهذه الدراسة، حيث يسمح بوصف واقع الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل وصفا دقيقا. ويعبر عن هذه

المتغيرات كميًا وكيفيًا، ومن ثم يتم بواسطتها استخلاص النتائج وتقييمها واختبار الفرضيات الدراسية فهو: "أسلوب من أساليب البحث الذي يدرس ظاهرة دراسة كيفية توضح خصائصها ودراسة كمية توضح حجمها، ومتغيراتها ودرجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى". (عطوي جودت، 2000: 17)

4-العينة : يتكون مجتمع البحث من مجموعة من طلبة السنة أولى وثانية ماستر العاملين - بجامعة محمد خيضر-قطب شتمة؛ وهم جميع مفردات الظاهرة موضوع الدراسة ، و قد اختيرت عينة الدراسة بطريقة قصدية، و يقصد ب: "العينة المقصودة"، العينة التي تم انتقاء أفرادها بشكل مقصود من طرف الباحثة.

و عادة ما تستخدم العينة الغرضية لإختبار فرضيات محددة. و يعرف هذا النوع من العينات بـ العينة الغرضية أو العينة القصدية . (رشيد زرواتي، 2008: 198)

5-أدوات الدراسة:

تطلبت هذه الدراسة استخدام أسلوبين من أساليب البحث للحصول على البيانات والمعلومات اللازمة لتحقيق أهداف الدراسة هما:

5-1. أسلوب البحث المكتبي: حيث تم مراجعة الدراسات السابقة والكتب والدوريات العلمية والأدبيات التي تناولت مفهومي الذكاء الانفعالي و التوافق النفسي لتكوين الإطار النظري للدراسة والاستفادة منها في إعداد البحث.

5-2. أسلوب البحث الميداني: حيث تم استخدام المقياس كأداة لجمع البيانات لهذه الدراسة وذلك نظراً لتحقيقه أهداف الدراسة.

5-3. تعريف المقياس: تعرفه آن أنستاي (1976) Anne Anastasi بأنه أداة موضوعية مقننة لتحديد عينة من السلوك وهو نفس تعريفها للاختبار النفسي.

وهو يعتبر أفضل أداة تستخدم في مثل هذه الدراسات كما أشارت كثير من المراجع والدراسات السابقة ، فهي توفر بيانات أكثر موضوعية من غيرها من طرق جمع البيانات الأخرى، وتوفر وقتاً وجهداً كبيراً في جمع البيانات للباحث، وكذلك نظراً لمحدودية وقت الدراسة وقدرات الباحث .

وتم الاستفادة في هذه الجزئية من الأدوات المستخدمة في عدد من الدراسات السابقة والتي استخدمت مقياس الذكاء العاطفي (لشط) والمصمم لقياس الذكاء العاطفي وهذا ما تسعى الدراسة لقياسه، والمقياس مكون من (33) بندا مصمما على مقياس (ليكرت) الخماسي.

ولقياس التوافق النفسي تم استخدام مقياس (زينب شقير) والمصمم لقياس مستوى التوافق النفسي بأبعاده الأربعة ، وهذا ما تسعى الدراسة لقياسه، والمقياس مكون من (80) بندا مصمما أيضا على مقياس (ليكرت) الثلاثي.

• مقياس الذكاء العاطفي ل شط. (أنظر الملحق 01)

• مقياس التوافق النفسي لزينب شقير. (أنظر الملحق 02)

1.3.5. مقياس الذكاء العاطفي:

• وصف المقياس: لوحظ في السنوات الأخيرة اهتماما كبيرا بالذكاء العاطفي لدى العاملين في مجال علم النفس وغيره من المجالات، هذا ما جعل الباحثين يعملون على تطوير أدوات لقياس الذكاء العاطفي كان من بينها مقياس "شط" المستخدم في بحثنا هذا.

يتكون المقياس من 33 بند التي تمثل إلى حد بعيد نموذج الذكاء العاطفي الذي طرحه سالوفي ومايرو بأبعاده الأربعة، و يرى هؤلاء أن من بين الـ 33 بند التي أختيرت كصورة نهائية هناك 13 بند تتناول البعدين الأول والثالث: إدراك الانفعالات وفهماها، على التوالي

هناك 10 بنود للبعد الثاني : استخدام الانفعالات، و 10 بنود للبعد الرابع : تسيير الانفعالات.

• طريقة تصحيح الاختبار: بعد تقديم الاختبار للمفحوص، و طلب الإجابة على كل عبارات المقياس، بإعطاء تقدير دقيق و صريح، و ذلك حسب تدرج المقياس بدائله الخمسة (معارض بقوة، معارض، محايد، موافق، موافق بقوة).

- و يتم التنقيط كما يلي :

✓ عندما تكون العبارات ايجابية ؛ فالتنقيط يتم بـ (1،2،3،4،5) للإجابات (معارض بقوة، معارض، محايد، موافق، موافق بقوة) على الترتيب.

و العبارات الايجابية هي : (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 6 ، 7 ، 8 ، 9 ، 10 ، 11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 15 ، 16 ، 17 ، 18 ، 19 ، 20 ، 21 ، 22 ، 23 ، 24 ، 25 ، 26 ، 27 ، 29 ، 30 ، 31 ، 32) .

والعكس (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) بالنسبة لفقرات المقاييس السلبية التالية: (5،28،33).

• الخصائص السيكومترية للمقياس :

1.الثبات: يقصد بـ"معامل الثبات"؛ درجة ثبات إجابات المستقضي منهم في حالة تكرار توزيع الاستبيانات عليهم مرة أخرى، أو مرات مختلفة. حيث أن هذا التوزيع المتكرر يظهر مدى خلو إجابات المستقضي منهم من تأثير العشوائية؛ بما يعني استقرار نتائج المقياس.

ونظرا لأهمية حساب معامل الثبات ففي دراسة بعنوان (الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق النفسي)، قام بها كل من زكيكي أسماء ، محفوظي مريم و بن باية فاطمة

كمطلب تكميلي للحصول على شهادة الماستر في علم النفس العيادي ، بجامعة محمد خيضر - بسكرة - سنة 2010-2011 .

وقد تم حساب الثبات بتطبيق معامل "بيرسون" و قدر معامل الثبات (0,64) ؛ و هي دالة عند مستوى الدلالة (0,01) ، و هي قيمة دالة و بالتالي يمكننا تطبيقه على العينة الأساسية لدراستنا الحالية .

2.الصدق : يعني معامل الصدق ؛ مدى صلاحية الاستبيان في قياس السلوك الذي صمم من أجله ، أي أنه لا يقيس شيئاً آخر بدلاً منه.

وبالنسبة لمقياس الذكاء العاطفي المعتمد في هذه الدراسة، فقد تم التأكد من صدقه بالاعتماد على صدق المحكمين، أي توزيع المقياس على أساتذة متخصصين - لقياس مدى صلاحية المقياس لقياس المتغير الذي صمم لأجله.

وقد عرض المقياس على المحكمين قصد التأكد من صدقه ، في نفس الدراسة السابقة الذكر - مذكورة زكيكي و زميلاتهما-

وقد أجمع المحكمون على أن مقياس الذكاء العاطفي الذي صممه "شط" صالح لقياس الذكاء العاطفي لدى الطلبة الجامعيين - أي أنه صالح التطبيق في دراستنا.

2.3.5. مقياس التوافق النفسي:

• **وصف المقياس:** تم تطبيق اختبار التوافق النفسي للدكتورة، زينب شقير، الذي يقيس التوافق النفسي العام، و ينقسم إلى أربعة محاور: التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي الأسري، التوافق الدراسي ، التوافق والمهني، و كل محور يحتوي على 20 بنداً.

و يمكن تطبيق الاختبار في جميع الأعمار الزمنية من الجنسين، ابتداء من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن.

وتقدر درجات ثبات الاختبار الكلية حسب صاحبة الاختبار بطريقة التجزئة النصفية بـ0,87.

• طريقة تصحيح المقياس: بعد تقديم المقياس للمفحوص، و طلب الإجابة على كل بنوده (80)، بإعطاء تقدير دقيق و صريح، و ذلك حسب تدرج المقياس (نعم تنطبق، تنطبق أحيانا، لا تنطبق) .

- و يتم التنقيط كما يلي :

✓ عندما تكون العبارات ايجابية؛ فالتنقيط يتم بـ (2 ، 1 ، 0) للإجابات (نعم أحيانا ، لا) على الترتيب.

▪ والعبارات الايجابية هي كالتالي

- البنود (1-14) بالنسبة للمحور الأول.
- البنود (21-28) بالنسبة للمحور الثاني.
- البنود (41-55) بالنسبة للمحور الثالث.
- و البنود (61-75) بالنسبة للمحور الرابع.

✓ عندما تكون العبارات سلبية؛ فالتنقيط يتم بـ (2 ، 1 ، 0) للإجابات

(نعم، أحيانا، لا) على الترتيب.

▪ والعبارات السلبية هي كالتالي:

- البنود (15-20) بالنسبة للمحور الأول.
- البنود (29-40) بالنسبة للمحور الثاني.
- البنود (56-60) بالنسبة للمحور الثالث.

والبنود (76-80) بالنسبة للمحور الرابع.

• و يحدد مستوى التوافق النفسي، من خلال الدرجات التالية:

1. سوء التوافق من صفر إلى 40 درجة.

2. توافق منخفض من 41 إلى 80 درجة.

3. توافق متوسط 81 إلى 120 درجة.

4. توافق مرتفع من 121 إلى 160 درجة

• الخصائص السيكومترية للمقياس :

1. معامل ثبات المقياس: في نفس الدراسة المذكورة سابقا -الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق النفسي- تم حساب معامل ثبات مقياس التوافق النفسي، و ذلك بتطبيق طريقة إعادة الاختبار قصد حساب معامل الارتباط لبيرسون على عينة تبلغ 43 طالبا، وقدّر معامل الثبات عند مستوى الدلالة (0,01) بالذكاء العاطفي والتوافق الشخصي (0,83) الذكاء العاطفي والتوافق الصحي (0,93)، الذكاء العاطفي والتوافق الأسري (0,91) الذكاء العاطفي والتوافق الاجتماعي (0,82).

و هذه القيم تدل على ثباته و بالتالي يمكننا تطبيقه على عينة الدراسة الحالية و طبيعة موضوعها و الأهداف المسطرة له؛ الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذكاء العاطفي للطالب الجامعي و أبعاد التوافق النفسي.

2. معامل الصدق: يعني معامل الصدق؛ مدى صلاحية الاستبيان في قياس السلوك الذي صمم من أجله، أي أنه لا يقيس شيئا آخر بدلا منه.

و بالنسبة لمقياس التوافق النفسي، الذي أعدته الدكتورة زينب شقير، و المعتمد في هذه الدراسة، فقد تم التأكد من صدقه بالاعتماد على صدق المحكمين حيث تم عرضه على المحكمين للتأكد من صدقه، من طرف مجموعة البحث السابقة زكيكي وزميلاتها في دراستهم المعنونة بـ "الذكاء العاطفي و علاقته بالتوافق النفسي".

وقد أجمع المحكمون على أن مقياس التوافق النفسي الذي صممه "زينب شقير" صالح لقياس التوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين – أي أنه صالح التطبيق في دراستنا ولأن مجموعة البحث تأكدت من صدق المقياسين و تم تطبيقهما، في دراستها، فقد اخترنا اعتمادهما دون إعادة إخضاعهما للتحكيم، أو حساب صدقها بأي طريقة أخرى.

(نسيمة بومعروف، 2012: 71-77).

6- الأساليب الإحصائية: بعد جمع البيانات و مراجعتها و ترميزها تم تفرغها إلى درجات خام، و قمنا بإدخالها في الحاسب الآلي باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، حيث تم استخدام عدة أساليب إحصائية واختبارات لتحليل البيانات في هذه الدراسة، أبرزها:

- معامل (بيرسون) للارتباط: للتعرف وتحديد نوع العلاقة بين مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى التوافق النفسي للطلاب الجامعي العامل.

خلاصة الفصل: لقد تم خلال هذا الجزء من البحث ضبط وتحديد الإطار المنهجي الذي ستخذه هذه الدراسة كطريق لاختبار الفرضيات ميدانيا، محاولة منها للوصول إلى تحليل وتفسير الظاهرة المدروسة، وذلك بتحديد الفرضيات ومجالات الدراسة وكذلك العينة ومواصفاتها والمنهج والأدوات المستخدمة، إلى جانب مصادر جمع البيانات. ثم قمنا بعرض النتائج المتوصل إليها من خلال دراستنا هذه، بدءا بعرض نتائج فرضية العامة، ثم مناقشتها، و تحليلها استنادا إلى الدراسات السابقة الوارد ذكرها في هذه المذكرة، لنتوصل في الأخير إلى نتيجة عامة، و المتمثلة في: وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي و التوافق النفسي للطلاب الجامعي.

قائمة مراجع الفصل:

مراجع العربية:

- 1- رشيد زرواتي، (2008): تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط3، ديوان المطبوعات الجامعية، قسنطينة.
- 2- زهران حامد زهران، (1985) : علم نفس النمو، ط5، عالم الكتب، القاهرة.
- 3- سعاد جبر سعيد، (2007): الذكاء الانفعالي وسيكولوجية الطاقة اللاحدودة، عالم الكتب الحديث، الأردن .
- 4- عبد الحميد الشاذلي، (2001): التوافق النفسي للمسنين، المكتبة الجامعية، الاسكندرية.
- 5- عطوى جودت، (2000): أساليب البحث العلمي، ط2، دار الثقافة للنشر، عمان الأردن .
- 6- علي راشد، (2007): الجامعة والتدريس الجامعي، دار المكتبة الهلال، بيروت، لبنان.
- 7- غنيم محمد ابراهيم، (2001): الذكاء الوجداني والمهارات الاجتماعية وتقدير الذات وتوقع الكفاءة الذاتية، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق، مجلد (12) عدد (47).
- 8- فاروق السيد عثمان (2001): الذكاء الوجداني -عاطفي انفعالي ، ط1، مركز ديسر للتعليم والتكوير -2009-عمان
- 9- فوزي عبد الخالق (2007): طرق البحث العلمي (المفاهيم والمنهجيات)، مؤسسات شباب الجامعة الإسكندرية. مصر .
- 10- محمد مزيان (1999): مبادئ في البحث النفسي والتربوي، ط2، دار العرب للنشر والتوزيع، وهران، الجزائر .
- 11- مصطفى العشوي (1994): مدخل الى علم النفس المعاصر، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر .
- 12- نسيم بومعروف، (2012): الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي (طلبة السنة الرابعة علم النفس)، دراسة ميدانية بجامعة محمد خيضر بسكرة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس -تخصص عيادي.

الفصل الخامس:

مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

II: عرض وتحليل النتائج على ضوء الفرضيات

2-1- عرض وتحليل النتائج الفرضية العامة

2-2- مناقشة عامة لنتائج الدراسة.

II- عرض النتائج ومناقشتها على أساس الاحصاء الاستدلالي:

1-2 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

تنص هذه الفرضية على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل. وللتأكد من صحة أو نفي الفرضية قمنا بحساب معامل ارتباط بين نتائج الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي.

عرض النتائج الفرضية العامة: قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى طالب الجامعي العامل.

الجدول 1: نتائج إختبار الفرضية العامة:

العلاقة ارتباطية بين التوافق العام وأبعاده والذكاء الانفعالي .

	INTAFF	ADJGE N
Pearson Correlation	1	,439**
ذكاء انفعالي Sig. (2-tailed)		,001
N	59	59
Pearson Correlation	,439**	1
توافق عام Sig. (2-tailed)	,001	
N	59	59

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

يلاحظ من خلال الجدول ان قيمة معامل ارتباط بيرسون 0.439 وهي دالة احصائيا

($a=0.01$) لأن قيمة الدلالة المحسوبة هي اصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا

وهذا يعني ان هناك علاقة ارتباط دالة احصائيا وموجبة بين الذكاء الانفعالي والتوافق

النفسي لدي الطالب الجامعي العامل.

2-2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية العامة :

يتبين من خلال نتائج الفرضية العامة، أنه توجد علاقة ارتباط دالة احصائيا بين الذكاء

الانفعالي والتوافق النفسي لدي الطالب الجامعي العامل، لأن قيمة معامل الارتباط بيرسون دالة

احصائيا عند مستوى الدلالة (0.01). وبهذا، يمكن القول أن الفرضية العامة تحققت.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة، كدراسة العكايشي (2003)

للاستقراء العلاقة بين الذكاء العاطفي والتوافق النفسي وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة (بغداد).

حيث توصلت الدراسة الى ان الطلبة الذين يعانون من قلق المستقبل ولكن يتمتعون بالتوافق

النفسي والذكاء العاطفي وان هناك علاقة ارتباطية دالة بين متغيرات البحث الثلاثة، وبالتالي

تحققت فرضيتنا بين الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي.

- ويمكن تفسير وجود هذه العلاقة من خلال كون الطالب الجامعي العامل في مرحلة

الشباب لديه عدد من الرغبات يجب ان تلبى، وذلك حتى يتمكن من بلوغ أهدافه ومطامحه

وتتعلق أغلب حاجاته بالجانب النفسي، الى جانب المجال التكويني والمهني.

- وهذه الحاجات متمثلة فيما يلي:

الحاجة للاستمتاع بالسعادة الشخصية والرضا عن الذات، الحاجة الى فهم الذات ومعرفة

امكانياتها واستغلالها على اقصى درجة ممكنة.

وكذلك الحاجة الى الحنان والعطف والى التقدير ومكانة الاجتماعية والى الانجاز وغيرها .

(على راشد، 2007: 59)

ولتحقيقها على الطالب الجامعي العامل الانتباه وادراك الجيد للانفعالاته ومشاعره الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا لمراقبة وادراك دقيق للانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية ايجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من مهارات الايجابية للحياة. (فاروق السيد عثمان، 2001: 174)

فهذه المهارات الوجدانية والسمات الانفعالية التي يتحلى بها الطالب الجامعي العامل لتحقيق رغباته واشباع حاجاته، تعبر عن ذكاء الانفعالي وبذلك يتحقق التوافق النفسي، فهو القوة كامنة التي تساعد على التعبير عن ذاته والافصاح عن نفسه ومواجهة تحديات الحياة بفعالية، والتكيف مع خبراتها جديدة. كما انها تشعره بكفاءته النفسية والاجتماعية، مما ينعكس ايجابيا على مختلف جوانب حياته.

كما يمكن تفسير علاقة الارتباط بين الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي في ضوء ما اشارت إليه النماذج النظرية المفسرة للذكاء الانفعالي، حيث إشار (جولمان) الى ان الذكاء الانفعالي يسهم في تهدئة النفس وهزيمة القلق والاكتئاب، وممارسة الحياة بشكل فاعل لذلك فان الافراد الانكفاء انفعاليا، لديهم القدرة على ضبط الذات، والشعور بكفاءتهم الشخصية، كما انهم يمتازون بالقدرة على التكيف الى جانب اتصافهم بالتوافق النفسي.

(سعاد جبر سعيد، 2007: 201)

وبالتالي يمكن القول بانه؛ كلما ارتفع الذكاء الانفعالي لدى الفرد ارتفع مستوى توافقه النفسي، و العكس صحيح.

خلاصة الفصل: لقد تم خلال هذا الجزء من البحث ضبط وتحديد الإطار المنهجي

الذي ستأخذ هذه الدراسة كطريق لاختبار الفرضيات ميدانيا، محاولة منها للوصول إلى تحليل وتفسير الظاهرة المدروسة، وذلك بتحديد الفرضيات ومجالات الدراسة وكذلك العينة ومواصفاتها والمنهج والأدوات المستخدمة، إلى جانب مصادر جمع البيانات.

ثم قمنا بعرض النتائج المتوصل إليها من خلال دراستنا هذه، بدءا بعرض نتائج فرضية العامة، ثم مناقشتها، و تحليلها استنادا إلى الدراسات السابقة الوارد ذكرها في هذه المذكرة لتتوصل في الأخير إلى نتيجة عامة، والمتمثلة في وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء العاطفي و التوافق النفسي للطلاب الجامعي.

هذا، وقد توصلنا في الأخير من خلال الملاحظتنا الميدانية عند اجراء الدراسة الاستطلاعية، وكذا الدراسة الأساسية إلى ما يلي:

- أن الطلبة الجامعيين في حاجة ماسة إلى دراسات تتناول مختلف مشاكلهم، وقد لا حظنا أن مشكلاتهم الانفعالية والعاطفية تحتل الصدارة، حيث تجاوب أفراد العينة مع موضوعنا وصرحوا بأنهم بحاجة الى مثل هذا المواضيع، لفهم ذاتهم ومعرفة حالتهم. وحل مشاكلهم.

- لا حظنا غموض مفهوم الذكاء الانفعالي بين أوساط الطلبة. حيث تساءلوا عن معناه وأبدوا رغبتهم في تعلم مهارات الذكاء الانفعالي لتطوير وتنمية مهاراتهم الوجدانية والاجتماعية الى جانب رغبتهم في تنمية مستوى ثقتهم بأنفسهم.

-وما يمكن أن نستخلصه من هذه الدراسة أن متغيري الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي متغيران مهمان جدا، لذا يجب إجراء دراسات حول هذا الموضوع لكشف أهم المتغيرات والعوامل التي تؤثر في اكتساب هذين المتغيرين وطرق تطويرهما وتنميتها لدى الفرد.

قائمة مراجع الفصل:

1-مراجع بالعربية:

1. .سعاد جبر سعيد، (2007): لذكاء الانفعالي وسيكولوجية الطاقة اللامحدودة
عالم الكتب الحديث، الأردن
2. على راشد، (2007): الجامعة والتدريس الجامعي، دار المكتبة الهلال، بيروت
لبنان.
3. فاروق السيد عثمان، (2001): الذكاء الوجداني -عاطفي انفعالي ، ط1، مركز
ديسر للتعليم والتكوير-2009-عمان

خاتمة

خاتمة

يعد موضوع الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي من مواضيع الراهنة، وذلك للأهمية البالغة التي حظي بها مستقبل الإنسانية كلها، ومن ثمة فإن الاتجاه إلى دراسة هذا القطاع يعد مؤشرا هاما على تقدم المجتمع وتطوره من حيث أن الشباب يمثلون قوة العمل الأساسية والحقيقية في المجتمع وكذلك يمثلون المستقبل.

ولعل هذا ما دفعنا لدراسة موضوع الذكاء الانفعالي وعلاقته التوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل. حيث اخترنا كعينة لدراستنا الأساسية، طلبة وطالبات القطب الجامعي -شتمه - بسكرة.

وتوصلنا في نهاية هذه الدراسة إلى أنه: توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل.

وعليه، يمكن القول بأن فرضية البحث قد تحققت. وهذه العلاقة الموجبة بمعنى كلما ازداد الذكاء الطالب الانفعاليا، ازداد توافقه النفسي.

يمكن إرجاعه إلى أن الذكاء الانفعالي يحقق للإنسان النجاح في حياته، وكذلك إلى وجود دافع أو وجود قدرات وإمكانيات عالية التي تلعب دورا كبيرا في ذلك وهذا الدور الذي يلعبه الدافع الايجابي واستمرار المشاعر المتحمسة، وهو الإحساس بالثقة في تحقيق الإنجازات.

إضافة إلى أنه يعكس قدرة الفرد على تعامله مع تحديات البيئة اليومية ويساعده على التنبؤ بنجاحه في الحياة بما في ذلك مساعيه الدراسية والأسرية والمهنية والشخصية

والاجتماعية التوافق النفسي الذي يفضلته يكتسب الإنسان الصحة النفسية سواء على الصعيد الشخصي، الاجتماعي والأسري ، الدراسي والمهني.

لذا فإن ما توصلنا إليه من نتائج ما هو إلا نسبي غير قابل للتعميم لأن عينتنا تختلف عن العينات الأخرى وهذا ما يفتح الأفاق لتناول دراسات جديدة في هذا المجال.

توصيات واقتراحات

- بناء على هذه النتائج التي تم التوصل إليها من خلال هذه الدراسة توصي الباحثة بـ:
- 1- تناول متغيري الدراسة (الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي) لدى عينة أخرى غير الطلبة الجامعيين العاملين، كتلاميذ الثانوية والمتوسطة والإبتدائي وكذلك الشباب البطال...إلخ.
 - 2- توجيه اهتمام واضعي المناهج والبرامج في وزارة التربية والتعليم، إلى أهمية الذكاء الانفعالي في اكتساب الطلاب المهارات الحياتية الأساسية التي تساهم في تحقيق النجاح في شتى المجالات الأكاديمية، الاجتماعية والمهنية.
 - 3- الاهتمام بتدريس مواضيع علم النفس الإيجابي للطلبة الجامعيين في مختلف التخصصات من أجل تكيفهم النفسي والاجتماعي، ورفع كفاءتهم النفسية لتخفيف ومواجهة صعوبات الحياة ومشكلاتها اليومية.
 - 4- إجراء دراسات وبحوث على متغيرات أخرى من شأنها تنمية وتعزيز التوافق النفسي لدى الفئات المتمدرسة. للرفع من مستوى التحصيل الأكاديمي وخفض مستوى السلوكيات اللاتوافقية في المراحل التعليمية المختلفة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1-مراجع العربية.

1.أحمد العلوان، (2011): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطلاب،مجلة الاردنية في العلوم التربوية، مجلد 7، العدد.2

2.اشرف محمد عبد العني شريت، (2004): الصحة النفسية والتوافق النفسي، بدون، ط، دار الجامعة بالجامعة الاسلامية.

3.برغوت توفيق، (2015): علاقة بعض المتغيرات السيكولوجية باتجاهات الطلبة الجامعيين نحو ظاهرة العنف ، دراسة ميدانية بجامعة الحاج لخضر باتنة، أطروحة نهاية الدراسة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس تخصص علم النفس الاجتماعي، جامعة محمد خيضر - بسكرة.

4.بلال نجمة، (2014): الذكاء العاطفي الوجداني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى الطلاب الجامعة، دراسة ميدانية بالقطب الجامعي تامدة -جامعة تيزي وزو، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية.

5.بلحاج فروجة، (2011): التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، دراسة ميدانية في ولاية تيزي وزو ويومرداس، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير تخصص علم النفس وعلوم التربية فرع علم النفس المدرسي.

6.بن غريال سعيدة، (2015): الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق المهني، دراسة ميدانية على عينة من أساتذة جامعة محمد خيضر بسكرة، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماجستير في العلوم الاجتماعية، تخصص علم النفس الاجتماعي

7.بوشاشي سامية، (2013): السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب الجامعة ، دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري تيزي وزو، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير تخصص علم النفس الاجتماعي.

8. جابر محمد عيسى، وربيع أحمد رشوان (2006): الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، 12، (4).
9. جابر نصر الدين، (1998): مجلة علم النفس وعلوم التربية - عروض الأيام الوطنية الثالثة لعلم النفس وعلوم التربية (25-26-27 ماي)، مقال بعنوان: التكيف كعامل أساسي في اتزان الشخصية، ج1، منشورات جامعة الجزائر.
10. حباب عبد الحي محمد عثمان، (2009): الذكاء الوجداني (العاطفي والانفعالي الفعال) مفاهيم وتطبيقات ط1، ديبوتو للطباعة والتوزيع والنشر، عمان الاردن.
11. حنان بنت خلفان بن زايد الصباحية، (2013): الذكاء الروحي وعلاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمي لدى طلاب وطالبات معهد العلوم الشرعية في سلطنة عمان، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير في التربية تخصص الإرشاد النفسي.
12. خزنوب فتون محمود، (2003): بعض الاساليب المعرفية والسمات الشخصية الفرقية بين ذوي الذكاء الوجداني المرتفع وذوي الذكاء الوجداني المنخفض لطلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة.
13. رشيد زرواتي، (2008): تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط3، ديوان المطبوعات الجامعية، قسنطينة.
14. رشيد سعادة، (2009): الذكاء الانفعالي - مقارنة بالكفاءات مجلة الواحات للبحوث والدراسات، العدد5. اطلع عليه بالموقع:
- [HTTP://ELWAHAT.UNIV-GHARDAIA.DZ](http://ELWAHAT.UNIV-GHARDAIA.DZ)
15. رمضان محمد القذافي، (1987): الصحة النفسية و التوافق، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية-مصر.
16. رياض سعيد، (2009): التوافق النفسي الاجتماعي للمسنين في الجزائر، أطروحة مقدمة لنيل درجة دكتوراه دولية في علم النفس، جامعة الجزائر.
17. زهران حامد زهران، (1985): علم نفس النمو، ط5، عالم الكتب، القاهرة.

18. زينب محمود شقير، (2003): مقياس التوافق النفسي، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة- مصر
19. سعاد جبر سعيد، (2007): لذكاء الانفعالي وسيكولوجية الطاقة اللامحدودة عالم الكتب الحديث، الأردن .
20. سلامي دلال، (2016): مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 15 مارس، جامعة الشهيد حمه لخضر -الوادي.
21. صبرة محمد علي، (2005): الصحة النفسية بين النظرية و التطبيق ، دار المعرفة الجامعية ،مصر .
22. عبد الحميد الشاذلي، (2001): التوافق النفسي للمسنين ،المكتبة الجامعية، الاسكندرية.
23. عبد الخالق، (1997): أصول الصحة النفسية، ط3 ،دار المعرفة، الاسكندرية.
24. عبد الرحمان رجب الرفاتي، (2012): الذكاء الانفعالي النظرية والتطبيق في علم النفس الرياضي، ط1، دار المأمون للنشر والتوزيع ،عمان .
25. عبد الرحمن العسوي، (1992): تطور التعليم الجامعي العربي، دار المعارف، الاسكندرية، مصر .
26. عبد العظيم سليمان المصدر، (2008): الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الإنفعالية لدى طلبة الجامعة، مجلة الجامعة الاسلامية سلسلة الدراسات الانسانية المجلد 16 ،العدد 1 يناير. اطلع عليه بالموقع: (<http://w.w.w.iugaz.edu.ps/aia/research/>)
27. عبد الفتاح محمد دويدار، (1994): في الطب النفسي و علم النفس المرضي الاكلينيكي، دار النهضة العربية ، بيروت-لبنان
28. عبد الكريم قريشي، (1988): علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي و الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم علم النفس، جامعة عين شمس
29. عطوى جودت، (2000): أساليب البحث العلمي، ط2، دار الثقافة للنشر عمان الأردن

30. عطية محمود هنا، (1985): الصحة النفسية، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة-مصر
31. علاء الدين الكفافي، (2006): الإرشاد الأسري، دار المعرفة الجامعية الأزرقية.
32. علاء الدين كفافي، (2012): الصحة النفسية والإرشاد النفسي، ط1، دار الفكر، عمان.
33. على راشد، (2007): الجامعة والتدريس الجامعي، دار المكتبة الهلال ، بيروت، لبنان.
34. عمر إبراهيم السيف، (2007): التكيف في البيئة العسكرية و علاقته بالتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم العلوم الاجتماعية ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.
35. عوض، (1996): الموجز في الصحة النفسية، ط2، دار المعرفة، مصر .
36. غنيم محمد ابراهيم، (2001): الذكاء الوجداني والمهارات الاجتماعية وتقدير الذات وتوقع الكفاءة الذاتية، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق، مجلد (12) عدد (47).
37. فاروق السيد عثمان، (2001): الذكاء الوجداني -عاطفي انفعالي، ط1، مركز ديسر للتعليم والتكوير -2009-عمان
38. فاطمة بنت علي بن سعيد اليحيائي، (2014): الذكاء الانفعالي وعلاقته بالوحدة النفسية لدي الطلبة المكفوفين في سلطنة عمان، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير في التربية تخصص الإرشاد النفسي.
39. فوزي عبد الخالق، (2007): طرق البحث العلمي (المفاهيم والمنهجيات) مؤسسات شباب الجامعة الإسكندرية ،مصر .
40. فوزي محمد جبل، (2000): الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية المكتبة الجامعية ، الاسكندرية، مصر .
41. فيصل عباس، (1996): التحليل النفسي و الاتجاهات الفرويدية، دار الفكر العربي، لبنان
42. محمد جاسم محمد، (2004): مشكلات الصحة النفسية، مكتبة دار الثقافة للنشر و التوزيع ، عمان-الأردن.

43. محمد عبد الهادي حسين، (2007): الذكاء العاطفي - وديناميات قوة (التعلم الاجتماعي)، ط1، دار الكتاب الجامعي الامارات العربية المتحدة .
44. محمد عبد الهادي حسين، (2007): الذكاء العاطفي ، وديناميات قوة التعلم الاجتماعي، ط1، دار الكتاب الجامعي ، العين.
45. محمد مزيان (1999): مبادئ في البحث النفسي والتربوي، ط2، دار العرب للنشر والتوزيع، وهران، الجزائر .
46. مراد مرداس واخرون، (2008): الكومبيوتر وذو الاعاقة البصرية للمكفوفين ط1، دار الوفاء الاسكندرية.
47. مرفت عبد ربه عايش مقبل، (2010): التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لدى مرضى السكري في قطاع غزة، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير علم النفس.
49. مريامة حنصالي (2014): إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية ، والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي، دراسة ميدانية على الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام ادارية، جامعة محمد خيضر بسكرة ، مذكرة نهاية الدراسة لنيل شهادة الدكتوراه علم النفس تخصص علم النفس العيادي ، جامعة محمد خيضر بسكرة -الجزائر .
50. مصطفى العشوي، (1994): مدخل الى علم النفس المعاصر، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية ،الجزائر .
51. مصطفى رشاد مصطفى الأسطل (2010): الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعات غزة، مذكرة مقدمة استكمال شهادة الماجستير تخصص الارشاد النفسي.
52. منال عبد الخالق جاب الله (2012): سيكولوجيا ذكاء الانفعالي -أسس و تطبيقات، ط1، دار العلم والإيمان.

53. منى سعيد يحيى عوض (2009): الذكاء الوجداني وعلاقته بأساليب التفكير لدى طلاب وطالبات كلية التربية -جامعة الأزهر -غزة، رسالة مقدمة للحصول على شهادة الماجستير كلية التربية- قسم علم النفس- الأزهر -غزة -فلسطين.

54. نسيمة بومعراف، (2012): الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي (طلبة السنة الرابعة علم النفس)، دراسة ميدانية بجامعة محمد خيضر بسكرة، ذكرة مكلمة لنيل شهادة اليسانس في علم النفس-تخصص عيادي.

55. نسيمة بومعراف، (2014): دور الثقافة التنظيمية في التوافق النفسي الاجتماعي للعمال، دراسة ميدانية على موظفي مصالح التدريس بجامعة محمد خيضر -بسكرة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه العلوم في علم النفس، تخصص علم النفس الاجتماعي.

2-مراجع أجنبية:

56-NORBET Sillamy (1983), dictionnaire usuel de la psychologie , Bordas,Paris.

57-Reuven Bar-on (2006) :**The Bar-on Model of emotional -social intelligence** EI.Consortium for research on emotional intelligence in, psicothema ,18, sup ,13_25 .www eicosortium.org.9organization.

58-Zee, K., & Wabeke, R. (2004). **Is Trait-Emotional Intelligence Simply or More Than Just a Trait?**. **European Journal of Personality**, 18, 243-263.

3-مواقع إلكترونية:

59-<http://elwahat.univ-ghardaia.dz>.
اطلع عليه: (23-02-2016) على الساعة:00:30

60-<http://w.w.w.iugaz.edu.ps/aia/research>.

اطلع عليه(23-02-2016) على الساعة:23:00

الملاحق

قائمة الملحق

1- الملحق رقم 1: مقياس الذكاء العاطفي.

2- الملحق رقم 2: مقياس التوافق النفسي.

جامعة محمد خيضر- بسكرة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

دراسة حول: الذكاء الانفعالي والتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي العامل.

ملاحظة:

تحية طيبة أعزائي الطلبة، أما بعد/

نرجو منكم ملئ بطاقة البيانات الشخصية الخاصة بكم وقراءة البنود المقياسين، والإجابة عنها بما يعبر بكل موضوعية وصدق وعن شعوركم الحقيقي وما تقومون به بالفعل، كما أن إجاباتكم ستكون في سرية تامة لغرض البحث العلمي لا غير.

نشكركم مسبقا على تعاونكم البناء في هذه الدراسة العلمية و تقبلوا خالص تحيات الطالبة الباحثة.

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر <input type="checkbox"/>	أنثى: <input type="checkbox"/>	السن:
الكلية:	التخصص:	المستوي الجامعي:
الحالة الاجتماعية: أعزب <input type="checkbox"/>	ج (ة): <input type="checkbox"/>	الحالة الاقتصادية:
المهنة:		

مقياس الذكاء العاطفي

تعليمية الإجابة: فيما يلي عدد من العبارات التي قد يستخدمها الناس في وصف أنفسهم، يرجى قراءة كل عبارة بعناية ووضع علامة (x) في الخانة المناسبة لدرجة موافقتك على مضمونها أو انطباعها عليك. لا وجود لإجابات صحيحة أو خاطئة هنا ، ويرجى ألا تقضي وقتا طويلا في العبارة الواحدة ، كما يرجى أن لا تترك أي عبارة دون جواب.

الرقم	العبارات	موافق	محايد	معارض
1	أعرف متى أتكلم عن مشاكلي الشخصية مع الآخرين.			
2	عندما تواجهني صعوبات أو عراقيل معينة أتذكر تلك الأوقات التي واجهت فيها صعوبات مماثلة وتغلبت عليها.			
3	أتوقع أن يكون أدائي جيدا في معظم الأعمال التي أعزم القيام بها.			
4	يسهل على الآخرين أن يثقوا بي.			

			أجد صعوبة في فهم ما يريد أن يقوله الآخرين لي من خلال تعابير وجوههم وحركاتهم (أي دون استخدام اللغة)	5
			قادتني بعض الأحداث الكبرى في حياتي إلى إعادة النظر بما هو مهم وما هو غير مهم.	6
			حين يتبدل أو يتجدد مزاجي تنفتح أمامي آفاق جديدة.	7
			إن العواطف هي من الأشياء التي تجعل حياتي ذات معنى وجديرة بأن تعاش.	8
			أنا مدرك لعواطفي لأنني أعيشها .	9
			أتوقع حدوث أشياء جيدة في حياتي.	10
			أحب أن يشاركني الآخرون في عواطفي	11
			عندما أعيش عاطفة ايجابية أعرف كيف أجعلها تدوم .	12
			أرتب الأحداث والأنشطة التي تسر الآخرون.	13
			أبحث عن الأنشطة التي تجعلني سعيدا.	14
			أنا أعني ما أريد أن أقوله للآخرين دون أن أستعمل الكلمات.	15
			أنا أقدم نفسي بطريقة تترك انطبعا جيدا لدى الآخرين.	16
			عندما يكون مزاجي جيدا يمكنني حل المشاكل بسهولة.	17
			أفهم مشاعر الآخرين وعواطفهم عند النظر في تعابير وجوههم .	18
			أعرف لماذا تتغير مشاعري.	19
			حين يكون مزاجي جيدا أكون قادرا على الوصول إلى أفكار جديدة.	20
			أستطيع التحكم في عواطفي.	21
			أدرك عواطفي بسهولة حالما تظهر.	22
			أحث نفسي على العمل من خلال توقع نتائج جيدة للأعمال والمهام التي أخذها على عاتقي.	23
			أنتني على الآخرين عندما يقومون بعمل ما بشكل صحيح.	24
			أدرك ما يريد أن يقوله لي الآخرون من خلال تعابير وجوههم وحركاتهم دون استعمال الكلام.	25
			عندما يخبرني شخص ما عن حدث هام وقع له في حياته، وكأنني عشت ذلك الحدث واختبرته بنفسي.	26
			عندما أشعر بتغيير في عواطفي أميل إلى الوصول إلى أفكار جديدة.	27
			عندما تواجهني التحديات أستسلم ،نظرا لاعتقادي بأنني	28

			سأفشل.
29			أدرك ما يشعر به الآخرون بمجرد النظر إليهم.
30			أساعد الناس على تحسين مزاجهم حين يشعرون بالهبوط
31			أستغل مزاجي الجيد لمواجهة الصعاب باستمرار.
32			أستطيع أن أحدد مشاعر الناس بمجرد الإصغاء إلى نبرة صوتهم.
33			لا أجد تفسيراً لما يجعل كل منا يشعر ويفكر على طريقته الخاصة.

مقياس التوافق النفسي.

تعلية: هل تود أن تعرف شيئاً أكثر عن شخصيتك؟

إليك بعض المواقف التي تقابلك في حياتك العامة، لذا نرجو التعرف على كل موقف بدقة وتحديد درجة انطباق كل منها على حالتك: موافق، غير موافق، محايد.

حاول أن تحدد الإجابة التي تتفق مع طريقته المعتادة في التصرف والشعور الصادق منك اتجاه كل موقف، فإذا أجبت بأمانة وصدق على جميع المواقف فسيكون من الممكن أن تعرف نفسك معرفة جيدة.

أجب بوضع علامة (X) أمام الاختيار المناسب، لا تترك موقف بدون الإجابة عليه.

لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

معلوماتك سرية للغاية

شكراً لتعاونك

الرقم	العبارات	موافق	محايد	غير موافق
المحور الأول: التوافق الشخصي				
1	أشعر بثقتي في نفسي.			

			غالبًا ما أشعر بالتفاؤل.	2
			أشعر بالراحة النفسية والرضا في الحياة.	3
			أشعر بالالتزان الانفعالي.	4
			أحب الآخرين وأتوافق معهم .	5
			أشعر بالتوتر في مواجهة المواقف المؤلمة.	6
			عادة ما أتعصب في عملي.	7
			أشعر بالنسيان (عدم القدرة على التركيز).	8
			غالبًا ما انزعج من قلة العمل.	9
			أشعر بالقلق من وقت إلى آخر.	10
المحور الثاني: التوافق الاجتماعي والأسري				
			أحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية مع الآخرين.	11
			أشعر بالولاء والانتماء لأصدقائي.	12
			أشعر بتقدير الآخرين لأعمالي وإنجازاتي.	13
			أحترم رأي زملائي وأعمل به إذا كان صائبًا.	14
			تربطني علاقات طيبة مع زملائي وأحرص على إرضائهم.	15
			أتمتع بالثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين.	16
			أشعر أن علاقتي مع أسرتي وثيقة وصادقة.	17
			أعاني الكثير من المشاكل داخل أسرتي.	18
			أجد صعوبة في طلب المساعدة من الآخرين.	19
			أحيانًا أفتقد الاحترام المتبادل مع الآخرين.	20
المحور الثالث: التوافق الدراسي				
			أشعر بالضيق مع بداية اليوم الدراسي.	21
			أتذكر دروسي بانتظام أول بأول.	22

			أشعر بالملل والضيق أثناء المذاكرة .	23
			أتضايق من الالتزام بالنظام الدراسي.	24
			أشعر بالذنب إذا تأخرت عن الدوام الدراسي.	25
			أثق بنفسي في المواقف الجديدة .	26
			أجد جوا مشجعا على الدراسة.	27
			أحاول الاستفادة من المعلومات من كتب خارجية.	28
			أشعر أن معظم أهدافي واقعية ويمكن تحقيقها	29
			أحاول أن أصل إلى أهدافي مهما كلفني ذلك من جهد وتعب.	30
المحور الرابع:التوافق المهني				
			أشعر بالرضا عن العمل.	31
			نادرا ما يحدث خلافات مع زملائي في العمل.	32
			أعتقد أن ساعات العمل مناسبة لي.	33
			أعتقد أن مهنتي هي أكثر المهن المناسبة لي.	34
			أشعر بالرضا لتوافر وسائل النقل المناسبة بين العمل والسكن.	35
			غالبا تسود روح التعاون بيني وبين زملائي في العمل.	36
			أشعر بالفخر بعلمي أمام الآخرين.	37
			اعتقد أن عملي لا يتناسب مع قدراتي.	38
			سوف أترك عملي إذا وجدت عمل أفضل.	39
			أشعر الملل من كثرة ساعات العمل .	40