



جامعة محمد خيضر بسكرة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم العلوم الاجتماعية



## مذكرة ماستر

شعبة علم النفس

تخصص علم النفس العيادي

رقم:

إعداد الطالبين :

يسرى سرسوب

نسيمة يلو

يوم: 2022/06/26

الصلابة النفسية و علاقتها بالذكاء الانفعالي لدى  
القابات في ظل جائحة كورونا  
دراسة ميدانية بالمستشفى بشير بن ناصر و علاق  
الصغير بولاية \_بسكرة\_

لجنة المناقشة:

- |               |             |               |               |
|---------------|-------------|---------------|---------------|
| رئيسا.        | جامعة بسكرة | أستاذ محاضر.أ | د.خياط خالد   |
| مشرفا ومقررا. | جامعة بسكرة | أستاذ محاضر.أ | د.أمال بوعيشة |
| مناقشا.       | جامعة بسكرة | أستاذ محاضر.ب | د .باشا فاتن  |

السنة الجامعية: 2021-2022





## الشكر و التقدير:

قال الله تعالى " و قل اعملوا فسيري الله عملكم و رسوله و المؤمنون ستردون إلى علم الغيب و الشهادة فينبئكم بما كنتم تعملون " التوبة 105 .

نبدأ بحمد الله سبحانه و تعالى الذي أعطانا القدرة و وفقنا في إجراء هذا العمل.

و يهرفنا أن نتقدم بعظيم الشكر و التقدير للدكتورة " بوعيشة أمال " على تفضلها بقبول الإشراف على هاته الدراسة ، و كل ما قدمته لنا من جهد و توجيهات حاتبة و نصائح ذات الأثر الفعال في إنجاز هذا البحث ، و أيضا أتقدم بجزيل الشكر لأساتذة علم النفس العيادي الذين قدموا لنا الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في بناء جيل الغد لتبعه أمة جديدة ، و كذلك أشكر كل من ساعد على إسهال هذا البحث و قدموا لنا يد المساعدة بالمعلومات اللازمة لإتمام هذا البحث .

و أخص بالذكر للطالب دكتورا " عقبة الشابي " الذي لم يبخلنا من معلوماته القيمة . و كذلك الشكر إلى طلبة ماستر 2 علم نفس عيادي .

## ملخص الدراسة بالعربية:

" الصلابة النفسية و علاقتها بالذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا " .

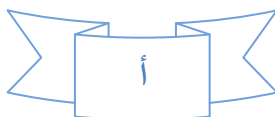
- هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا حيث استخدمنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي و تكونت هاته عينة الدراسة على 32 قابلة تم اختيارها بالطريقة القصدية .

ثم تطرقنا في دراستنا على مجموعة من الأدوات كانت كالتالي: مقياس الصلابة النفسية من إعداد " عماد محمد أحمد مخيمر (2002) و الذي قننه أ.د بشير معمرية (2011) و مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد عثمان فاروق (2002) سنة .

وفي الأخير توصلنا من خلال دراستنا إلى النتائج التالية : أن الفرضية العامة غير محققة و لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

كما توصلنا أيضا إلى نتيجة الفرضية الجزئية الأولى غير محققة .

و أن الإشارة إلى الفرضية الجزئية التالية غير محققة كذلك .



## **Study summary:**

"Psychological toughness and its relationship to the emotional intelligence of midwives in the shadow of the Corona pandemic."

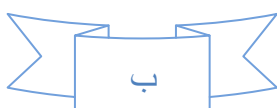
- The current study aimed to identify the relationship between psychological rigidity and emotional intelligence in midwives under the Corona pandemic, where we used this study on the descriptive link approach and this sample of the study was formed on 32 midwives selected in the intended way.

In our study, we discussed a set of tools: the measure of psychological toughness prepared by Emad Mohammed Ahmed Makhmer (2002), which was codified by A.D. Bashir Muammara (2011) and the Emotional Intelligence Measure by Osman Farouk (2002) year.

In the end, through our study, we reached the following conclusions: the general hypothesis is not achieved and there is no correlation between psychological rigidity and emotional intelligence in midwives under the Corona pandemic.

We have also come to the conclusion of the first partial hypothesis that is not achieved.

Also, the reference to the following partial hypothesis is also not achieved.



## فهرس المحتويات:

رقم الصفحات	الموضوع
أ	شكر وعرافان
ب	فهرس المحتويات
ج	ملخص الدراسة
و	فهرس الجداول
س	فهرس الملاحق
2_1	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الإطار العام لدراسة</b>	
04	1_ إشكالية الدراسة .
05	2_ تساؤلات الدراسة .
05	3_ فرضيات الدراسة.
05	4_ أهداف الدراسة .
05	5_ أهمية الدراسة .
	6_ أسباب اختيار موضوع الدراسة .
06	7_ الدراسات السابقة و تعقيها .
9	8_ التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة .
<b>الفصل الثاني: الصلابة النفسية</b>	
13	تمهيد .
13	1_ تطور مفهوم الصلابة النفسية .

13	2_تعريف الصلابة النفسية و علاقتها ببعض المصطلحات .
16	3_أهمية الصلابة النفسية .
17	4_ خصائص الصلابة النفسية .
18	5_أبعاد الصلابة النفسية .
20	6_ نظريات المفسرة للصلابة النفسية .
21	7_ الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .
24	_ خلاصة الفصل .
<b>الفصل الثالث: الذكاء الانفعالي</b>	
26	تمهيد .
26	1_تعريف الذكاء الانفعالي .
27	2_الجدور التاريخية لتطور مفهوم الذكاء الانفعالي .
28	3_ نماذج الذكاء الانفعالي .
30	4_مكونات الذكاء الانفعالي .
32	5_ مهارات الذكاء الانفعالي .
34	6_نظريات الذكاء الانفعالي ..
35	7_خصائص ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع.
36	8_أهمية الذكاء الانفعالي .
39	9_خلاصة الفصل .
<b>الجانب تطبيقي</b>	
<b>الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة</b>	
41	تمهيد .
41	1_منهج الدراسة .
41	2_الدراسة الاستطلاعية.



41	3_ الدراسة الأساسية .
41	4_ مجتمع الدراسة .
42	5_ عينة الدراسة .
42	6_ الأدوات المستخدمة في الدراسة .
48	_ خلاصة الفصل .
<b>الفصل الخامس: عرض النتائج و مناقشتها</b>	
50	تمهيد .
50	1_ عرض و مناقشة نتيجة الفرضية العامة.
51	2_ عرض و مناقشة الفرضية الجزئية الأولى .
52	3_ عرض و مناقشة الفرضية الجزئية الثانية .
55	4_ الاستنتاج العام .
56	5_ خاتمة .
57	6_ الاقتراحات و توصيات الدراسة .
59	قائمة المراجع .
63	قائمة الملاحق .

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
42	جدول رقم 01 مجتمع الدراسة .	01
42	جدول رقم 02 يمثل خصائص العينة .	02
43	جدول رقم 03 توزيع البنود على أبعاد المقياس الصلابة النفسية .	03
44	جدول رقم 04 يمثل معاملات ثبات بطريقة إعادة التطبيق و طريقة معامل ألفا كرونباخ .	04
46	جدول رقم 05 يمثل أبعاد المقياس الذكاء الانفعالي .	05
46	جدول رقم 06 يمثل نتائج الصدق التمييزي لمقياس الذكاء الانفعالي .	06
47	جدول رقم 07 يمثل ثبات المقياس الذكاء الانفعالي عن طريق ألفا كرونباخ .	07
50	جدول رقم 08 يمثل نتائج الفرضية العامة لمعامل الارتباط بيرسون .	08
51	جدول رقم 09 يمثل نتائج الفرضية الجزئية الأولى .	09
52	جدول رقم 10 يمثل نتائج الفرضية الجزئية الثانية .	10

# مقدمة

## مقدمة:

يواجه الإنسان في حياته اليومية الكثير من المواقف الضاغطة و الصراعات لهذا يعود إلى التغيرات التي تحدث في حياتنا تبعا لهذه المؤثرات ، لم تكن تغيرات عادية أو بسيطة بل معقدة ، مما يضاعف تأثيرها مباشر و غير مباشر على البناء النفسي و الصحة النفسية و العقلية و الجسدية و الاجتماعية للفرد و على توافقه العام و الخاص ، و قد انعكست ذلك المواقف الضاغطة على شخصية الفرد و كما أنها يمكن أن تسبب له الإحساس بالخلل لصحته النفسية .

و كما أن الحياة الإنسان لا تخلو من المخاطر الصحية التي تؤدي في بعض الأحيان إلى هلكه . و من بين هذه المخاطر المتوقعة جائحة فيروس كورونا التي عانى منها العالم عامة و المعالجين الأخصائيين خاصة ، حيث أن القابلات هن على اتصال مباشر مع المريض لأن الأمر قضية حياة أو موت في هذه المهنة النبيلة أرقى و أسمى ، و لكن لها سلبيات تؤثر على حياة القابلات و هي العدوى الخاصة في جائحة كورونا التي أودت بخيرة الشباب و الأساتذة بالصحة الطبي إلى الوفاة ، ماتوا بسبب واحد و هو شعارهم لأن من أحيا نفسا كأنما أحيا الناس جميعا .

و إن العمل في مجال الصحة عمل نبيل و من بين هذه التخصصات نذكر على سبيل المثال مهنة التوليد أو القابلات فهي تعتبر عضو من فريق الصحي فهي لها دور فريد في تقديم الرعاية الصحية لأم الحامل و من خلال فترة المخاض و النفاس و أيضا حديثي الولادة ، مع العلم أنها مهنة لا يمكن الاستغناء عنها نظرا لأهميتها و عليه حتى تكون القابلات تتمتع بالصرامة و الصلابة و بعضهن لتكوين الأساسي في مشوارهن المهني و التربصات الميدانية و النظرية كثيفة و دقيقة إلى الميدان و خاصة في بعض المناطق تكون القابلة وحدها في غرفة التوليد نظرا للعجز الملحوظ في أطباء النساء و التوليد و لكن في هذا العامين الأخيرين مع انتشار فيروس كورونا مما زاد الطين بلة أن القابلة أصبحت تعيش ضغطا كبيرا أثناء ممارستها لعملها .

و هذا ما جعلها تتمتع بالصلابة النفسية التي تغير واحدة من الجوانب الأساسية التي تلعب دورا هاما في جودة الحياة و من يعانون من الانخفاض فيما عرضة لأضرار النفسية و الصحية على المدى الطويل بينما اللواتي لديهن ارتفاع فيما يكونون الأكثر قدرة على مواجهة الضغوط النفسية و المشكلة ذلك لديهم حماية و أمانا ضد تلك الضغوطات النفسية ، كما تعتبر الصلابة النفسية من أهم المصادر النفسية التي تجعل الفرد قادرا على تحمل ضغوط الحياة ، فهي تساهم أيضا على قدرة الفرد على المواجهة الفعالة للضغوط النفسية و ضغوطات العمل و تساعد أيضا على الاستغلال الطاقة و قدراته الذاتية .

و تعتبر الذكاء مهما في بناء شخصية الفرد باعتباره سببا لنجاح في مختلف جوانب حياته الاجتماعية و العملية و نجد أن هناك العديد من الذكاءات من بينه الذكاء الانفعالي فهو يساعد الفرد على فهم مشاعر الآخرين مما يفيد أيضا في تحقيق الأهداف الحياتية و نجد أن من الأخير يجعل الفرد يرتقي نحو الأفضل و الذكاء الانفعالي يهتم بمعالجة الصراع و التناقض ما يسعى شعور الفرد و أفكاره .

و على هذا الأساس تم اختيار دراسة الموضوع الصلابة النفسية و علاقتها بالذكاء الانفعالي لدى القابلات للكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا بالمؤسستين الاستشفائيتين " بشير بن ناصر ، علاق الصغير " \_ بسكرة \_ ، و قد قسمت الدراسة على جانبين:

\_ الجانب الجانب النظري الذي يحتوي على ثلاث فصول:

\_ الفصل الأول: مدخل الدراسة: تم تحديد إشكالية الدراسة ، و طرح التساؤل العام ، و الفرضيات الدراسة ، كما تم توضيح أهداف الدراسة و مصطلحاتها و استعراض الدراسات السابقة ، و التعليق عليها.

أما الفصل الثاني: و الذي كان بعنوان الصلابة النفسية يتضمن:

تطور مفهوم الصلابة النفسية ، و أهميتها و خصائصها و أبعادها و أهم نظريات المفسرة لها ، و الإشارة إلى الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

أما الفصل الثالث: تحت مسمى الذكاء الانفعالي:

يحتوي على التعريف الذكاء الانفعالي ، و الجذور التاريخية لتطور هذا المفهوم و أهم نماذجه ، مكوناته و مهارته، و في الأخير تطرقنا إلى أهم النظريات المفسرة له و خصائصه ، أهميته .

\_ أما الجانب التطبيقي فتضمن 3 فصول:

الفصل الرابع: تم التطرق فيه إلى الإجراءات المنهجية للدراسة بداية ، بالمنهج الدراسة ، ثم الدراسة الاستطلاعية و وصولا إلى الدراسة الأساسية و مجتمع الدراسة ، و عينة الدراسة ، ختاماً بالأدوات المستخدمة لجمع البيانات .

الفصل الخامس: عرض النتائج و مناقشتها فهو فصل مخصص لعرض و تحليل نتائج المتحصل عليها و أخيرا ، و تضمن الاستنتاج العام ، خاتمة ، اقتراحات و توصيات الدراسة ، قائمة المراجع و الملاحق .

و لقد تحصلنا خلال دراستنا أن الفرضية العامة غير محققة ، و لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا كما توصلنا أيضا على نتيجة الفرضية الجزئية الأولى غير محققة و تجدر الإشارة أيضا أن الفرضية الجزئية الثانية غير محققة .

# الجانب النظري

## الفصل الأول:

مدخل الدراسة .

1 إشكالية الدراسة .

2 تساؤلات الدراسة .

3 فرضيات الدراسة .

4 أهداف الدراسة .

5 أهمية الدراسة .

6 أسباب اختيار الموضوع الدراسة .

7 الدراسات السابقة وتعقيبها.

8 . التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة.



## 1 إشكالية الدراسة:

لقد ركزت معظم الدراسات النفسية الحديثة على صحة الفرد النفسية لهذا لأننا أصبحنا نعيش في زمن كثرت فيه الضغوطات و الصراعات ، كما أنها من الممكن أن تسبب الإحساس في صحته النفسية و هذا ما يجعله يبحث عن مصادر نفسية تساهم تحصينه النفسي و تدعيم ميكانيزمات التوافق النفسي لديه من أهم العوامل النفسية التي تساعد الفرد على التوافق مع المواقف الضاغطة التي يتعرض لها في حياته اليومية ، و إن تمتع الفرد بالصلابة النفسية يجعله يحتفظ لصحته النفسية و الجسمية عند مواجهة الضغوط و ذلك لأن الصلابة النفسية تلعب دور الوسط بين تقييم المعرفي للفرد لتجارب الضاغطة و بين الاستعداد و التجهيز لاستجابات التكيف ( مخيمر ، 1997 ) .

و تمثل الصلابة النفسية إحدى السمات الشخصية التي تساعد على التعامل الجيد مع هذه الاضطرابات و الاحتفاظ بالصحة النفسية و الجسمية ، و يتزايد الضغوط النفسية المفروضة على الأفراد خاصة في بيئة العمل.

و تعتبر مهنة القابلة من المهن الذي يتعرض أفرادها للكثير من أعباء و المتاعب و ذلك بسبب المطالب التي يتوجب عليهم الوفاء بها في حياتهم اليومية .

بسبب طبيعة الأفراد الذين يعملون معهم و نوعية الحالات النفسية التي يكونون فيها ، ففي تعاملاتهم و علاقاتهم اليومية و الحياتية تتعرض لعدة ضغوطات هذه الضغوط تنمى ذكاؤهن الانفعالي ، فتجدهن يبحثن عن أساليب لمواجهة المواقف التي يتعرض لها .

و مما لاشك فيه يعد الذكاء الانفعالي خاصية إنسانية خص الله عزوجل بها الإنسان للتحكم في انفعالاته و عواطفه و غيرها و التحكم ، لبعض المشكلات أي باستخدامه في القيام ببعض المهارات و في عملية التعلم و التخطيط و حل مشاكله و الضغوطات التي يواجهه و الموازنة بين ما يجري داخله و ما حوله فالذكاء الانفعالي مسؤول عن تنظيم حياة الفرد النفسية فهو بذلك يواجه الموقف الضاغط الذي يتعرض له কিفما كان ، و عموماً نذكر أن الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي هذا الأخير له دور مهم في النجاح ، و هو المسؤول عن الأداء في كل أنواع الوظائف و هو مؤشر إيجابي للصحة النفسية في ضوء الضغوط النفسية التي تعيشها القابلات في ظل جائحة كورونا ، و بما أن طبيعة هذا العمل الخاص يجعلهن أكثر عرضة للكثير من الضغوط ، فإن نجاحهن في المهنة يتأثر بمدى إدراكهن ، و بما أن طبيعة هذا العمل الخاص يجعلهن أكثر عرضة للكثير من الضغوط ، فإن نجاحهن في المهنة يتأثر بمدى إدراكهن لذواتهن ، و تحكمن في انفعالاتهن ، و التزامهن بالتحقيق أهدافهن ، و مواجهتهن للصعاب المرتبطة على الصلابة النفسية على القابلات ، و علاقتها بالذكاء الانفعالي و الضغوط النفسية و الصحة النفسية لديهن .

لقد أجريت العديد من الدراسات السابقة العربية و الأجنبية للبحث العلاقة بين الصلابة النفسية و بعض المجالات للذكاء الانفعالي ، على عينات متنوعة ، معظمها من المعلمين و المعلمات و طلبة الجامعة ، و في بيانات المختلفة .

و من هذه الدراسات دراسة شريقي هناء التي هدفت إلى معرفة الخصائص النفسية و العاطفية للطالب المتكون من المدرسة العليا الأساتذة " بوزريعة " .

و العلاقة بين الذكاء الانفعالي و الضغوط النفسية و الصحة النفسية لديه ، و لقد كشفت نتائج الدراسة أن سمة الذكاء الانفعالي مؤثر إيجابي للصحة النفسية في ضوء الضغوط النفسية التي يعيشها الطالب الأستاذ أما دراسة علي قويدري هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية و مستوى توهم المرض لدى عينة من الأساتذة تعليم الثانوي بولاية الأغواط و لتحقيق أهداف الدراسة تم استعمال مقياس الصلابة النفسية و مقياس مینوسيتا المتعدد الأوجه لقياس توهم المرض ، حيث تم تطبيقها على عينة الاستطلاعية ، و قد أسفرت هذه الدراسة الاستطلاعية عن ملائمة المقياسين عن أعراض الدراسة ، و تمتعها بالثبات و الصدق المقبولين ، و في الدراسة الأساسية المستندة إلى المنهج الوصفي تم تطبيق الدراسة على عينة عشوائية على أساتذة التعليم الثانوي بلغ 138 أستاذا ، و قد أسفرت الدراسة على النتائج التالية : \_ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية و توهم المرض لدى عينة الدراسة .

\_ لا يوجد أثر التفاعل بين الصلابة النفسية ( مرتفع \_منخفض) و النوع ( ذكر \_ أنثى) على توهم المرض لدى عينة الدراسة .

و تتضح من الدراسات السابقة أهمية الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي في مواجهة و التحقيق من أثرها لدى المعلمين و المعلمات التربوية ، و انطلاقا مما سبق فإن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد في دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

سعت الدراسة الحالية إلى الإجابة عن الأسئلة التالية:

## 2 التساؤل العام للدراسة:

تحدد إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

\_ هل توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا ؟

\_ و قد انبثق عن هذا التساؤل الأسئلة الفرعية الآتية:

- ❖ ما مستوى الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا ؟
- ❖ ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا ؟

### 3 فرضيات الدراسة:

- ✓ مستوى الصلابق النفسية مرتفع لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .
- ✓ مستوى الذكاء الانفعالي مرتفع لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

### 4 أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة إلى:
- التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى القابلات .
- الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات .

### 5 أهمية الدراسة:

- \_ دراسة البروفيل النفسي للقابلات .
- \_ معرفة استراتيجية مواجهة الضغوط لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .
- \_ التوصل إلى نتائج حول مستوى الصلابة النفسية لدى القابلات .

**الفرضية العامة:** توجد علاقة ارتباطي بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

### 6 أسباب اختيار الموضوع :

-من خلال زيارتنا لإحدى صديقاتنا القابلات في المستشفى حيث تطرقنا لموضوع القابلات ومع البحث والتفكير توصلنا لهذا الموضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا والرغبة الشخصية في دراسة هذا الموضوع.

### 7 الدراسات السابقة وتعقيبها :

هي ركن أساسي من أركان البحث العلمي ، و لن يكون البحث العلمي بحثا كاملا و ناجحا من دون وجود دراسات سابقة ، و هو الأمر الذي دفعنا لاختيار دراسة مرتبطة ارتباطا وثيقا بموضوع بحثنا رغم قلتها و هذا طبعا في حدود بحثنا و معرفتنا العلمية .

### الدراسات العربية:

### أولا: الدراسات المتعلقة بالصلابة النفسية:

### \_ الدراسة الأولى:

قام هل و آخرون Hull et al 1978 للدراسة بعنوان دور الصلابة النفسية في تخفيف أثر الأحداث الحياة الضاغطة و التي هدفت الدراسة إلى تحديد الطبيعة العاملية بمفهوم الصلابة و دور الصلابة تتغير وسيط

يخفف من أثر أحداث الحياة الضاغطة و دراسة مفهوم الصلابة النفسية ، تكونت عينة الدراسة من ( 1004 ) طالبا يقدم تقسيم العينة إلى 6 مجموعات كل مجموعة يستخدم بها عددا من المقاييس حيث تم استخدام مقياسين للصلابة النفسية في هذه الدراسة كان أحدهما مقياس طوليا و الآخر مختصر أو قدم استخدام مقياس القلق الاجتماعي و الخجل و الوعي بالذات و الوعي بالآخرين .

و قد أشارت نتائج الدراسة على أن الصلابة ليست مفهوما واحدا بل 3 مكونات منفصلة و أن بعدين الالتزام و التحكم يتمتعان بخصائص سيكومترية ملائمة ، و أنها يخففان من أثر الضغوط ، و إن كان أكثرهما يرتبط بنوعية الموقف كذلك وجود ارتباطات ذات دلالة بين مقياس الصلابة النفسية و المقاييس الأخرى فالأشخاص ذو الصلابة المرتفعة حصلوا على درجات منخفضة في مقياس الخجل و القلق الاجتماعي و الوعي بالذات و الوعي بالآخرين . ( زينب راضي ، 2009 ) .

### الدراسة الثانية:

دراسة كارسون و آخرون Carson et al 1994 الضغط و الشدة و الصلابة كمؤشرات للتكيف لدى المزارعين و قد هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين العوامل العائلية الكامنة و المعرضة للخطر ( الصنف و الشدة ) . و أعراض علامات التكيف ( الضيق و عدم الراحة في العائلة ) و قوة العائلة ( الصلابة ) و الجودة المعيشية ، أجريت الدراسة على عينة مكونة من 188 رجلا ة إمراة كانوا يمثلون 100 عائلة مزارعة ، قام المشاركون في الدراسة بإكمال بطارية اختبارات تشمل على مقياس ضغوط المزارعين و استبانة ديموغرافية و 4 مقاييس من اختبار عدم التعرض للعائلة للخطر .

و أظهرت نتائج الدراسة أن الضغوط و الشدة الخاصة بالمزارع ارتبطت إيجابيا بالخلافات و الضيق العائلة و ارتبطت سلبيا بالصلابة و الجودة المعيشية ، كما أظهرت النتائج من خلال تقارير الأزواج و الزوجات أن كبر الصلابة العائلية ارتبط بعلاقة موجبة بإدراك العائلة بوجود جودة معيشية لديهم ( باغي ، 2006 ) .

\_ **الدراسة الثالثة: دراسة الشيراوي:** هدفت هذه الدراسة الكشف عن الأسلوب التكيفي عن الأرملة البحرينية في مواجهتها الضغوط الحياة اليومية و ارتباط ذلك بصلابتها النفسية في ضوء متغيرات متعددة مثل سنوات الترميل ، عدد الأبناء ، العمر ، التعليم ، الدخل الشهري ، ظروف الوفاة المفاجئة للزوج و الحالة المهنية .

❖ و قد تكونت عينة الدراسة من كل 50 أرملة بحرينية تم اختيارهن بطريقة عشوائية و تم تطبيق مقياس أساليب مواجهة الأحداث اليومية الضاغطة و إستبانة الصلابة النفسية عليهن ، و قد أظهرت النتائج أن الأسلوب التكيف الإيجابي مع ضغوطات الحياة هو أسلوب سائد لدى الأرملة البحرينية ، كما أن مستوى الصلابة النفسية و أبعاده الفرعية ( كالتحدي ، المسؤولية ، الإلتزام ) له دلالة إحصائية ، و رصدت علاقة إيجابية دالة إحصائية بين الصلابة النفسية لأرملة و كل من أسلوب التكيف الإيجابي و الأسلوب التكيفي السلبي لضغوطات الحياة اليومية .

كما بينت أن الأرمال و الدخل المتوسط و المنخفض أميل إلى استخدام أسلوب التكيف السلبي عند مواجهتهن لضغوط الحياة اليومية ، كما أظهرت الدراسة الحالية ، فروقا ذات دلالة إحصائية في مستوى

التكيف السلبي في اتجاه ذو التعليم الثانوي و الجامعي كما أن الأرامل ذو التعليم الثانوي و الجامعي أظهرن فروقا دالة إحصائيا في مستوى الصلابة عند مقارنتهن بذوات التعليم الابتدائي و الإعدادي .  
 \_ ولم تظهر الدراسة إلى وجود دلالة إحصائية للمتغيرات الآتية: ظرف الوفاة ، عدد الأبناء ، عمل المرأة ، عدد سنوات ، التزمل ، ظروف العمل ، و ذلك في كل أسلوب مواجهة الضغوط النفسية و درجة الصلابة النفسية . ( ريم محمد شكري إسماعيل القيسي ، 2012 ، ص 35 ) .  
**الدراسة الرابعة: دراسة البهاص: ( 2002 ) .**

التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين النهك النفسي و الصلابة النفسية لدى عدد من المعلمين و المعلمات بمدارس التربية الخاصة كما هدفت الدراسة على معرفة الفروق بين المعلمين و المعلمات في النهك النفسي و الصلابة النفسية ، و التحقق من وجود تأثير للتفاعل بين نوع المعلم و سنوات الخبرة على درجة كل من النهك النفسي و الصلابة النفسية و لتحقيق هذه الأهداف استخدم الباحث لمقياس النهك النفسي لمعلمي التربية الخاصة من إعداد الباحث و مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر عماد و تم اختيار عينة الدراسة من معلمي و معلمات التربية الخاصة بمدارس الفكرية و معاهد الأمل و معاهد النور ، و مراكز التأهيل الأطفال المعاقين و جميعهم المرحلة الابتدائية بمدينة الطائف بالمملكة العربية السعودية و بلغ عدد الكلي للعينة 144 منهم 76 معلما و 68 معلمة و أسفرت نتائج الدراسة عن ارتفاع مستوى العام للنهك النفسي لدى جميع أفراد عينة من معلمي و معلمات التربية الخاصة و ذلك بوجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور و الإناث على الأبعاد الصلابة النفسية لصالح الذكور كما أنه لا يوجد تأثير لسنوات الخبرة و للتفاعل بين نوع المعلم و سنوات الخبرة على الصلابة النفسية ، بينما وجد تأثير نوع للتتوع على متغير الصلابة النفسية . ( البهاص ، 2002 ، ص ص 383 \_ 414 ) .

في أبعاد الذكاء الانفعالي و استراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة و أبعاد الصلابة النفسية . ( مجلة مصرية للدراسات النفسية العدد 104 المجلد التاسع و العشرون ، جويلية 2019 ، ص 473 ) .  
 و تتضح من الدراسات السابقة أهمية الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي في مواجهة الضغوط و التخفيف من أكثرها لدى معلمي و معلمات التربية انطلقا مما سبق فإن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد في دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .  
 تضمنت الدراسة الحالية على الإجابة عن الأسئلة التالية :

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على الأبعاد الانفعالي و البعد الكلي و الأبعاد الفرعية ؟

\_ أي متغيرات الدراسة ( أبعاد الذكاء الانفعالي الفئة العمرية ، الحالة الاجتماعية ، سنوات الخبرة ) أكثر قدرة على التنبؤ بالبعد الكلي للصلابة النفسية لدى أفراد العينة ؟

و من هذه الدراسات تناولت الذكاء الانفعالي:

**الدراسة الأولى:**

في أبعاد الذكاء الانفعالي و استراتيجيات التعامل مع المواقف الضاغطة و أبعاد الصلابة النفسية . ( مجلة  
مصرية للدراسات النفسية العدد 104 المجلد التاسع و العشرون ، جويلية 2019 ، ص 473 ) .  
و تتضح من الدراسات السابقة أهمية الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي في مواجهة الضغوط و التخفيف  
من أكثرها لدى معلمي و معلمات التربية انطلاقا مما سبق فإن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد في دراسة  
العلاقة بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .  
تضمنت الدراسة الحالية على الإجابة عن الأسئلة التالية :

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على الأبعاد الانفعالي و البعد الكلي و الأبعاد  
الفرعية ؟

\_أي متغيرات الدراسة ( أبعاد الذكاء الانفعالي الفئة العمرية ، الحالة الاجتماعية ، سنوات الخبرة ) أكثر  
قدرة على التنبؤ بالبعد الكلي للصلابة النفسية لدى أفراد العينة ؟

### الدراسات الأجنبية:

#### الدراسة الثانية:

أجرى ستوتليمير دراسة ( Stottlemeyer 2002 ) عنوان هاته الدراسة فحص الذكاء الانفعالي في علاقة  
الإنجاز و تطبيقاته التربوية ) و هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي و الإنجاز الأكاديمي  
و تكونت عينة الدراسة من 200 طالب من المرحلة الثانوية من مدارس تكساس و أدوات الدراسة تمثلت  
الذكاء الانفعالي و تقييم تكساس للمهارات الأكاديمية و أشارت النتائج إلى وجود العلاقة دالة إحصائيا بين  
مهارات الذكاء و الإنجاز الأكاديمي . ( غزل بنت عبد الرحمان آل شيخ ، 2019 ، ص 33 ) .

#### الدراسة الثالثة: نيوس و كاتانو ( Al catano . v .N2000 ) عنوان الدراسة: قياس القدرة التنبؤية

للذكاء الانفعالي و هدفت الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي و كل من القدرة المعرفية و التحصيل  
الدراسي و تكونت العينة من الدراسة من 62 طالب و 118 طالبة من الدراسة الجامعية و طبقت :  
أ قائمة الذكاء الانفعالي من إعداد بار أون .

ب اختبار القدرة المعرفية من إعداد وندرليك ( wonderlik ) و أشارت نتائج الدراسة إلى أنه توجد معاملات  
ارتباط ضعيفة بين الذكاء الانفعالي و كل من القدرة المعرفية مقدراه 0.05 و التحصيل الدراسي مقدراه  
0.01 و هما غير دالين إحصائيا ، مما يؤكد عدم وجود علاقة بين ذات دالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي  
و كل من القدرة المعرفية و التحصيل الدراسي ( سهام الملي ، 2010 ، ص 28 ) ، بين الذكور و الإناث على  
الأبعاد الصلابة النفسية لصالح الذكور كما أنه لا يوجد تأثير لسنوات الخبرة و للتفاعل بين نوع المعلم و  
سنوات الخبرة على الصلابة النفسية ، بينما وجد تأثير نوع للتتبع على متغير الصلابة النفسية . ( البهاص ،  
2002 ، ص ص 383 \_ 414 ) .

#### 1/7 تعقيب الدراسات السابقة:

بينت الدراسة الحالية و الدراسة السابقة حيث أن الدراسة الحالية تناولت دراسات بعلم النفس ، و تشاركت الدراسة الحالية من حيث المنهج و طبيعة العينة فقط كدراسة هل و آخرون 1978 Hull et al دراسة كارسون و آخرون 1994 Carson et a و باقي الدراسات .  
و في اختلافات اختلفت الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات من حيث المتغير تناولت الدراسات السابقة متغير فقط الصلابة النفسية أو الذكاء الانفعالي في حين الدراسة الحالية شملت متغيرين ، كذلك من ناحية الهدف و الأدوات تطبيق المقياس كدراسة دراسة البهاص ( 2002 ) و دراسة ستوتليمر دراسة ( Stottlemyer 2002 ، نيوس و كاتانو ( Al catano . v .N2000 ) .  
الدراسات المتعلقة بالذكاء الانفعالي هي الذكاء الانفعالي في علاقة الإنجاز و تطبيقاته التربوية ، قياس القدرة التنبؤية للذكاء الانفعالي و هدفت الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي .  
و لكن هناك اختلافات عديدة تتمثل في:

- ❖ من حيث الهدف كانت أغلب الدراسات التي تهدف إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية و متغيرات أخرى كالتخفيف الأحداث الضاغطة و مؤشرات التكيف و النهك النفسي .
- ❖ من حيث الأدوات المستخدمة: اعتمدت أغلب الدراسات على مقاييس الصلابة النفسية و استخدام مقياس القلق الاجتماعي و الخجل و الوعي بالذات و الوعي بالآخرين ، مقياس ضغوط ، لمقياس النهك النفسي لمعلمي التربية الخاصة من إعداد الباحث و مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر .
- ❖ أما النتائج كانت أغلبها وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و متغيرات الأخرى سالبة و كذلك الذكاء الانفعالي .

#### \_ أوجه التشابه تتمثل في:

- ❖ من حيث المنهج: أغلب الدراسات اتبعت المنهج الوصفي العينة في حين دراستي مشابهة لنفس المنهج هو الوصفي .
- ❖ من حيث طبيعة العينة: معظم الدراسات اختارت العينة تتراوح من 20 إلى 160 عينة و هذا حسب طبيعة اختلاف الدراسة .

كما أن معظم هاته الدراسات ساهمت بالكثير في البحث الحالي من حيث فهم العميق لمشكلة الدراسة و الوقوف على مستجداتها ، و الاستفادة منها و هي أخذ نظرة مسبقة على مجريات الدراسة الحالية و وضع أطر نظرية يستند إليها في التحليل .

و لقد جاءت هاته الدراسة مستوى الصلابة النفسية و ما علاقتها بالذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل

جائحة كورونا حيث لم تتفق في بعض الجوانب التي تم التطرق إليها في الدراسات السابقة ، لأنها دراسة جديدة اعتمدت على الدمج بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي في ظل جائحة كورونا أي الوضع كوفيد 19 .

### 8 التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

#### ❖ تعريف الصلابة النفسية:

مجموعة من السمات التي تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد بكفاءته ، و قدرته على استغلال مصادرة و إمكاناته النفسية (الذاتية ) و البيئية المتاحة كافة كي يدرك الإحداث الحياتية الصعبة إدراكا غير محرف أو مشوه ، و يفسرها بموضوعية و منطقية و يتعايش معها على نحو ايجابي وهي تتضمن ثلاثة أبعاد هي ( الالتزام و التحكم و التحدي ) . ( عايدة شعبان عبد العظيم ، ص 8 ) .

#### ❖ التعريف الإجرائي للصلابة النفسية:

❖ هي الدرجة الحاصلة عليها الفرد لكل فرد من أفراد العينة لمقياس عماد مخيمر ، قدرة الفرد على تجاوز الضغوط النفسية التي يواجهها عن طريق استخدامه المعطيات المتوفرة في المجتمع .

#### ❖ تعريف الذكاء الانفعالي:

يتغير الذكاء الإنفعالي نوعا جديدا من أنواع الذكاء ، يعود لعمليات عقلية تشتمل على التعرف على الإنفعالات و استخدامها و فهمها و إدارتها في الذات وفي الأخير لحل المشكلات الحياتية و تنظيم السلوك . ( عبد الرحمان ، 2015 ص 28 ) .

#### ❖ التعريف الإجرائي للذكاء الإنفعالي:

هي المهارات التي يوظفها الفرد في حياته لتسهيل عملية التواصل مع ذاته و الآخرين و إقامة علاقات جيدة و ناجحة وهنا يساعده على التقدم في مختلف الجوانب ، و هي الدرجة الحاصلة عليها لكل فرد من أفراد العينة لمقياس عثمان فاروق .

#### ❖ تعريف فيروس كورونا:

حصيلة واسعة الانتشار معروفة بأنها تسبب أمراض تتراوح بنزلات البرد الشائعة إلى الإعتلالات الأشد وطأة . ( [HTTPS : tt www .who.inT](https://www.who.int) ) .



## الفصل الثاني:

## الصلابة النفسية .

## \_ تمهيد .

1. تطور مفهوم الصلابة النفسية .
2. تعريف الصلابة النفسية و علاقتها ببعض المصطلحات .
3. أهمية الصلابة النفسية .
4. خصائص الصلابة النفسية .
5. أبعاد الصلابة النفسية.
6. نظريات المفسرة للصلابة النفسية .
7. الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

## خلاصة الفصل .

### تمهيد:

\_ إن حياة الإنسان لا تكاد تخلو من الضغوطات المختلفة و التي لا يستطيع مواجهتها إلا إذا كانت درجة المقاومة لدينا مرتفعة و أصبح مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيًا و هي من المميزات النفسية : شخصية الفرد التي يواجه بها المواقف الصعبة و الأزمات الضاغطة العديدة التي يميز بها في حياته ، وهي أيضا عاملا حاسما في تحسن الأداء النفسي و الصحة النفسية و البدنية و كذلك المحافظة على السلوكيات .

### 1. تطور مفهوم الصلابة النفسية:

\_ الصلابة النفسية مفهوم حديث نسبيًا . تزامن مع بروز علم النفس الإيجابي 1980 ، وقد تبلور هنا المفهوم نتيجة الأعمال عدد من العلماء أمثال "أدلر" و " يودغ " و " ماسلو " و " فرانكل " و " كوبازا " و " مادي " .

- يرى ألفرد أدلر ( 1937\_1970 ) أن صلابة شخصية تمثل كفاح الفرد من أجل التفوق الذي عدّه الهدف النهائي الذي يسعى إليه كل الناس و من وجهة نظر أدلر فإن الإنسان تحركه و توقعاته أكثر مما تحركه خبراته الماضية لأن الأهداف و التطلعات التي يضعها الفرد لنفسه و لغيره هي التي توجه مشاعره و انفعالاته و سلوكياته الراهنة . و أشار إلى أن القصور في قوة الإرادة ، و أسلوب الحياة و الشعور بالنقص كل ذلك يؤدي إلى الفرد بالعجز النفسي . كما أكد أن مصطلح قوة الإرادة مرادف لمصطلح الصلابة النفسية التي تمثل حافزا قويا على المشكلات و الأزمات التي يصادفها الفرد في حياته ، و هي التي تحدد كيفية مواجهته لهذه المواقف الصعبة و طريقة تعاملها معها . ( علاء الدين ، 2016 ، ص 29 ) .

- فقد استطاعت كوبازا Kobasa من خلال سلسلة من الدراسات السابقة التي أجرتها عام 1979م و 1982م 1985م الكشف عن الصلابة النفسية بوصفه متغير يساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته النفسية و الجسمية عند تعرضه لأحداث الضاغطة و أثبت دوره الفعال في إدراك الأحداث الشاقة و تفسيرها نحو الإيجابي و أنها تشارك إلى حد كبير في ارتقاء الفرد و نضجه الانفعالي و زيادة خبراته في مواجهة المشكلة الشاقة . ( مخيمر ، 1996 ، ص 278 ) .

- و كذلك أشار كارل جوستاف يونج Yung ( 1875\_1961 ) إلى الأفراد يستمرون في تحسن نحو المستقبل الأمام و الأعلى ، و هذا ما أسماه التحقيق الأسمى الذي يجعل الفرد يتعايش مع تجارب الأحداث و توقع حدوثها : لأن نظرة الفرد إلى المستقبل تحدد تحركاته في تحقيق وجوده الذاتي ، و

قد ميز يونج الشخص القوي الصلب بأنه يحاول أن يطور للتغير نحو الأفضل . أما العاجز فهو الشخص الذي يتحرك إلى الوراء و يبقى حبيس الماضي ، و يتوقف عن الحركة و التطلع نحو المستقبل : إن ما يزيد الفرد صلابة و تجعله أكثر قدرة على تغيير الأوضاع هو مواجهتها من خلال التوجه نحو المستقبل و المساندة و المشاركة و التعاون و الالتزام و التحمل المسؤولية . ( علاء الدين ، 2016، ص 31 ) .

### 1.1 تعريف الصلابة النفسية:

لقد تعددت تعاريف الصلابة النفسية من بينه التعريف اللغوي :

**1.1.1 اللغة :** صلب أي شديد الصلب الشيء صلابة فهو أي شديد .

**2.1.1 أما في الاصطلاح :** يعد هذا المفهوم إلى سوزان كوبازا Kobasa 1979 حيث توصلت إلى المفهوم من خلال سلسلة الدراسات و التي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية و الجسمية رغم تعرضهم للضغط . ( أحمد عبد الرحمان ، 2018، ص 22 ) .  
\_ هناك الكثير من العلماء الذين توصلوا إلى مفهوم الصلابة النفسية من بينهم :

- ❖ **تعريف بروكس 2005 Brooks:** الصلابة النفسية بأنها قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية و القدرة على التكيف مع التحديات و الصعوبات اليومية و التعامل مع الإحباط و الأخطاء و الصدمات النفسية ، و المشاكل اليومية لتطوير أهداف محددة وواعية لحل المشاكل و التفاعل بسلاسة مع الآخرين و معاملة الآخرين باحترام و احترام الذات . ( سعيدة ، 2015، ص 22 ) .
- ❖ و أضاف كارفر و سشير ( Carver\_scheir ) جوانب أخرى لتعريف الصلابة النفسية بأنها ترحيب الفرد و تقبله لمتغيرات أو الضغوط التي يتعرض لها حيث تعمل بصلابة كمصدر واق ضد العواقب الجسمية السيئة للضغوط . ( محمد ، 2010، ص 27 ) .
- ❖ يقول حمادة و عبد اللطيف أن الصلابة النفسية هي مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة ، من آثارها على الصحة النفسية و الجسمية حيث تساهم الصلابة النفسية في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك و التقويم و المواجهة التي يقود إلى التواصل و إلى الحل الناجح للموقف الذي خلفه الظروف الضاغطة . ( حمادة و عبد اللطيف ، 2002، ص 233 ) .
- ❖ و يعرفها فنك : متغير الصلابة النفسية بأنها خصلة عامة في الشخصية التي تعمل على تكوينها و تنميتها الخبرات البيئية المتنوعة و المعززة المحيطة بالفرد منذ الصغر . ( محمد رزق ، 2011، ص 47 ) .

❖ كونستنتوفا Konstantinova: أن الصلابة النفسية عبارة عن أفعال من جانب الفرد و تقييم و تواجه الأحداث الضاغطة و التي يمكن أن تؤثر على صحته فيمكن لمكونات الصلابة النفسية أن تهئ

الفرد ليقيم الأحداث الضاغطة يجعلها أقل تهديدا ليمكن من النظر إلى نفسه على أنه أكثر كفاءة في مواجهتها و ليعتمد على استراتيجيات التركيز على المشاعر و البعد عن المواجهة . ( خالد بن محمد ، 2012 ، ص 24 ) .

## 2. الصلابة النفسية و علاقتها ببعض المصطلحات:

### 1.2 الصلابة و الصحة الجسمية:

إنه من الممكن للصلابة أن تساعد في إسكات أو توقيف استجابات الجهاز الدوري للضغط النفسي و أن الأشخاص الأكثر صلابة هم الأكثر مقاومة لأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية و ما نتج عنها من انحدار في المستوى التحفز الفسيولوجي و أن لديهم أيضا مجموعة من الجمل الإيجابية من الذات أكثر من أولئك الأقل الصلابة ، و الصلابة ( التي تعرف بالالتزام و السيطرة و التحدي ) ترجع إلى التفاؤل هي سمة من شأنها أن تقي من الآثار الجسدية المتعددة للضغط . ( محمد رزق ، 2011 ، ص 52 ) .

### 2.2 الصلابة و التكيف:

كما أن للصلابة تؤثر على القدرات التكيفية من ناحية أن الذين يتمتعون بالصلابة عندهم كفاءة ذاتية أكثر و لديهم تقديرات إدراكية من ناحية أن الشخص الصلب يدرك ضغوطات الحياة اليومية على أنها أقل ضغطا و لديهم استجابات تكيفية أكثر .

كما أن الأفراد الأكثر صلابة يكون عندهم آثار مغايرة للضغوط في آثارها على الأعراض فهم يمارسون الضغوط و لكن بأقل تكرارية و ينظرون إلى الأحداث الضاغطة الصغيرة على أنها غير ضاغطة و يكون لديهم إدراك أفضل لصحتهم النفسية و الاجتماعية . ( باغي ، 2006 ، ص 39 ) .

### 3.2 الصلابة النفسية و الخبرات الماضية:

تعدد استجابات الأفراد للضغوط حسب تقييمهم و تقديراتهم للمصادر المختلفة يبدو أن الأفراد يختلفون في تلك التقديرات حيث يعتمد إدراكهم على خبراتهم الماضية و معلوماتهم و اتجاهاتهم و معتقداتهم و سمات شخصياتهم . ( إبراهيم ، 1994 ، ص 102 ) .

### 4.2 الصلابة و المجموعات:

\_ يرى حانات ( Hanat 1995 ) أنه يمكن أن تعزى صفات الصلابة النفسية لمجموعة من الناس مثل العائلات كما تم عزوها لأفراد ، و بذلك تعمل الصلابة على تسهيل توافق الأسرة و صلابتها .  
- ويرى أمريكنار و آخرون ( Amreknar et al 1994 ) : أن الصلابة تسهل الالتحام و الرضا بالعائلة و يلعب التواصل الجيد مع الوالدين و تعزيز المش اركة الاجتماعية من قبل الوالدين دورا في تحسين الصحة النفسية و الصلابة لأعضاء العائلة .

- و أشار بجبير ( Pejber ) في دراسته الاستطلاعية أنه يوجد علاقة ارتباطية بين المرض الذي يحدث في العائلة و بين الأحداث الحياتية التي تتعرض لها العائلة و أن الصلابة النفسية و بالذات الأحداث السلبية . ( محمد ، 2010 ، 95 ) .

### 3 أهمية الصلابة النفسية:

لقد أشار العديد من الدراسات إلى أهمية الصلابة النفسية كأحد عوامل المقاومة ضد الضغوط و الأزمات: كما قدمت كوبازا ( Kobasa 1979 ) عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ، و يمكن فهم العلاقة من خلال محض أثر الضغوط على الفرد و في هذا الخصوص ترى كل من بادي كوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع ، تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي و الضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق و ما يصاحبه من أمراض جسمية و اضطرابات نفسية ، و هنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية و التي تبدأ بالضغط و الإرهاق . ( محمد ، 2010 ، ص 93 ) .

و يتم من خلال عدة طرق متعددة:

أولاً: تعدل من إدراك الأحداث و تجعلها تبدو أقل وطأة .

ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حاد إلى عادي .

ثالثاً: تؤثر على الأسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي .

رابعاً: تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل : اتباع نظام غذائي صحي و ممارسة الرياضة و هذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية . ( أحمد ، ، ص 34 ) .

إن الصلابة تقوم بدور هام في المجال المهني ، و هذا ما أوضحه سالامزاري و كارامان و عمبري

( 2015 ) في دراستهما عند البحث عن دور العوامل النفسية في الحوادث و الإصابات المهنية ذلك أن

تطور الأساليب التقنية لم يعد وحده كافياً في تقليص الحوادث و الإصابات المهنية بل هناك أيضاً عوامل

بشرية تتضمن خصائص شخصية الأفراد ، و قد اشتقت نتائج هاته الدراسة مع الدراسات السابقة التي بينت

على أهمية التدريب على الصلابة و التحمل كما أوضحت إن ارتفاع مستوى الصلابة النفسية يؤدي على

تخفيف إدراك الضغوط بشكل سلبي ، و تحسين الأداء المهني ، و تخفيض نسبة حوادث العمل . ( علاء

الدين ، 2016 ، ص 43 ) .

حيث يرى باحثون آخرون أنه حتى لو قام الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من الصلابة النفسية بتقدير

الضغوط بأنها تشكل لهم ضغطاً بالفعل إلا سمات شخصيتهم تظل تعمل كواق من تأثير الضغوط عن طريق

تسهيل اختيار أساليب المواجهة التوافقية أو عن طريق كف السلوك غير التوافقي ، فالأفراد ذوو الصلابة

العالية نظرياً يميلون على استخدام أسلوب المواجهة التحويلي ، و فيه يقومون بتغيير الأحداث التي يمكن أن تولد ضغطاً إلى فرص نمو و نتيجة لذلك نجدهم يتوافقون مع الأحداث الضاغطة بطريقة متفائلة و فعالية . و على العكس من ذلك يعتقد الأفراد ذو الصلابة المنخفضة إلى الأسلوب المواجهة التراجعي أو الذي يتضمن نكوصاً و فيه يقومون بتجنب أو ابتعاد عن المواقف التي أن تولد ضغطاً . ( راضي ، 2008 ، ص 53 ) .

\_ و على الرغم من أن الشخص الذي يلجأ إلى الأسلوب النكوص قد يتجنب مؤقتاً المواقف الضاغطة ، فإنه على نحو تشاؤمي يظل مشغولاً بتلك الضغوط مهموماً بها ، و قد وجد بيرسل و مولر أن استخدام المواجهة التراجعي مرتبط بالزيادة في مستوى الاحتراق النفسي بينما مدرسي المرحلة الثانوية ، و قد ورد عن أولئك المدرسين أن لديهم مستوى منخفض من الصلابة . ( محمد ، 2010 ، ص 95 ) .

#### 4. خصائص الصلابة النفسية:

تنقسم خصائص ذوي الصلابة النفسية إلى قسمين هما:

✓ خصائص ذوي الصلابة المرتفعة:

لقد حددت كوبازا أهم الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية في أنها تخفف من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي لأحداث و الوقاية من الإجهاد المزمن و ترتبط بالواجهة الفعالة للضغوط و التوافق الصحي معاً .

و لقد توصلت كوبازا من خلال سلسلة دراستها المتعددة ( 1979 ، 1982 ، 1983 ) إلى أهم خصائص ذوي الصلابة المرتفعة هي:

- الميل للقيادة .
- القدرة على الصمود و المواجهة .
- التفاؤل و التوجه الإيجابي نحو الحياة .
- الالتزام و المساندة لآخرين عند الحاجة .
- إدراك التحكم الداخلي .
- الهدوء و القدرة على التنظيم الانفعالي و التحكم في الانفعالات .
- الاهتمام بالبيئة و المشاركة الفعالة في الحفاظ عليها .
- القدرة على تحقيق الذات .
- شعور عالي بالثقة و تقدير الذات .
- الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات .
- الصحة الجسمية .
- القدرة على التجديد و الارتقاء .

- اقتحام المشكلات و حلها و عدم انتظار حدوثها .
- يتسمون بإتقان العمل و الدراسة .
- تزداد صلابتهم النفسية مع التقدم في العمر فهي في حالة نمو مستمر . ( عصام عوفي ، 2011 ، ص 37 ) .

\_ أما الخاصية الثانية من الصلابة يسمى بالصلابة المنخفضة فيتميز أصحابها بعدة خصائص من بينهما :

- ضعف القدرة على القدرة على الصبر و عدم القدرة على تحمل المشقة .
- التجنب و البحث عن المساندة الاجتماعية .
- ضعف القدرة على التحكم الذاتي .
- الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة .
- ضعف التوازن .
- ضعف القدرة على تحمل المسؤولية .
- قلة المرونة في اتخاذ القرار .
- ضعف التوازن . ( محمد رزق ، 2011 ، ص 56 ) .

### 5 أبعاد الصلابة النفسية:

اختلف العلماء و الباحثون في تحديد أبعاد الصلابة النفسية في حين لكويزا توصلت إلى أن الصلابة النفسية مكون عام في الشخصية يتفرع إلى ثلاثة أبعاد هي : الالتزام و التحكم . ( نجيب ، 2014 ، ص 31 ) .  
ومن بين أبعاد الصلابة النفسية نجد:

#### 5\_1 الإلتزام: Commitment :

\_ أشارت كويزا KOBASA إلى أن الإلتزام يقل قدرة الفرد على إدراك قيمه ووضع أهدافه و تحقيقها و تقدير إمكاناته كما يساعده أيضا على صنع القرارات التي تدعم توازنه الداخلي و يشمل الإلتزام تعهد الفرد نحو نفسه و أهدافه و الآخرين و المعامل بايجابية مع الأحداث الضاغطة و إدراكها كموقف هادئة وذات معنى و الاندماج مع الآخرين من حوله . أي تفاعل الفرد مع جوانب الحياة الضاغطة و المختلفة و قدرته على تحويل التجارب السلبية إلى خبرات مفيدة إلى جانب فهمه لمعنى الأحداث من حوله و للمواقف التي يمر بها ، و أكدت كويزا أن الإلتزام نحو الذات و اتجاه المحيطين به هو من الأمور الأساسية التي يتسم بها الشخص الصلب نفسيا . ( علاء الدين ، 2016 ، ص 39 ) .

#### 1.1.5 / أنواع الإلتزام:

لقد تناولت كوبازا ( kobasa 1979 ) بعد الالتزام الشخصي حيث رأته أنه يضم كل من :

1. الإلتزام نحو الذات: عرفته بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته و تحديد أهدافه و قيمه الخاصة في الحياة و تحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو يميز الآخرين .
2. الإلتزام نحو العمل : و عرفته بأنه اعتقاد الفرد بقيمة العمل و أهميته سواء له أو لآخرين و اعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل و كفاءته في إنجاز عمله و ضرورة تحمله مسؤوليات العمل و الإلتزام . ( محمد رزق ، 2011 ، ص 57 ) .
3. الإلتزام القانوني: هو اعتقاد الفرد بضرورة الانصياع بمجموعة من القواعد و الأحكام العامة ، و تقبل تنفيذها جبرا بواسطة السلطة المختصة في حالة خروجها عنها أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكيات العامة داخل المجتمع . ( أحمد عبد الله ، 2018 ، ص 26 ) .

#### 2/5 التحكم :

- و القدرة على اتخاذ القرار و الاختيار بين عدة بدائل مما يدل على قدرة الفرد على تحمل المسؤولية . ( محمد خليل ، 2017 ، ص 27 ) .
- و للتحكم 4 أشكال رئيسية هي:
- أ. التحكم في اتخاذ القرارات:

و هذا النوع المعرفي : اتخاذ القرار يحسم طريقة التعامل مع المواقف سواء بالتخطي أو تجنبها و التعايش معها لذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف و ظروف حدوثه .

#### 1. التحكم المعرفي:

هو بعد أهم السلوكيات التي تقلل من الآثار السالبة للمشقة إذا تم على نحو ايجابي فهو يعتمد على التحكم في استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للحدث الضاغط كالتفكير في المواقف و النظرية من عدة أبعاد و إدراكه بطريقة ايجابية و متفائلة و تفسيره بطريقة منطقية ، بمعنى آخر يمكن التحكم في المواقف باستخدام استراتيجيات عقلية مثل تشتت الانتباه أو عمل خطة للتغلب على المشكلة باستخدام كافة المعلومات المتاحة على الموقف لمحولة السيطرة عليه و ضبطها .

2. التحكم الاسترجاعي: يرتبط بمعتقدات الفرد و اتجاهاته السابقة عن المواقف و طبيعتها ، فيؤدي استرجاع الفرد يمثل هذه المعتقدات على تكوين انطباع محدد عن الموقف و بيئته أنه موقف قابل للتناول او السيطرة بمعنى نظره الفرد للحدث الضاغط و محاولة إيجاد معنى له في حياته مما قد يؤدي إلى تخفيف الحدث الضاغط . ( أحمد عبد الرحمان ، 2018 ، ص 27 ) .



### 3/5 \_ و بعد التحدي هو البعد الأخير للصلابة النفسية:

\_ و تعرفه كوبازا Kobasa 1979: بأنه اعتقاد الفرد بأن التغيير المجدد في إحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتى لا يبدأ منه لارتقائه أكثر من كونه تهديداً و ثقته بنفسه و سلامته النفسية . ( خالد بن محمد ، 2012 ، ص 32 ) .

\_ يحدد التحدي الطريقة التي يتم من خلالها إدراك المشكلة ، فالفرد ذو الصلابة النفسية يرى مشكلات على أنها تحديات أكثر منها تهديدات ، و الفرق بين التحديات و تهديدات أكبر ، لأن الفرد عندما يواجه تهديداً فإنه يميل إلى تجنب هذا الموقف ، بينما الفرد ذو الصلابة يرى المشكلات على أنها تحديات و يبحث عن حلول ناجحة و ملائمة لها و يظهر التحدي في قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الحياة الجديدة و تقبل المستجدات السارة و الضارة باعتبارها ضرورياً لنموه و ارتقائه إلى جانب قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية مما يساعده على التكيف السريع في مواجهة إحداث الحياة الضاغطة و تقبل الخبرات الجديدة كل ذلك يدفع الفرد على التعلم المستمر من التجارب السابقة و اعتبارها مصدراً لنمو و النضج . ( علاء الدين ، 2016 ، ص 41 ) .

### 6 النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

هناك عدة تفسيرات و نظريات متعددة لدراسة صلابة النفسية و هنا سوف نقوم بعرض أهم النظريات التي قامت بدراسة هذا الموضوع و هي على النحو التالي :

1\_6 نظرية كوبازا kobasa: تعد نظرية كوبازا من النظريات المهمة التي تفسر في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية و الجسمية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوماً حديثاً في هذا المجال و احتمال الإصابة بالأمراض ( راضي ، 2008 ، ص 35 ) .

2\_6 و ترى ( هلا خليل 2017 ): أن كوبازا اهتمت بموضوع الصلابة النفسية في معرض حديثه عن العلاج النفسي ، و ممارسته الأساليب الوقائية لتجنب الأمراض النفسية ، و هنا يتم عرض مفهوم الصلابة النفسية كأسلوب وقائي من الإصابة بالأمراض . ( هلا خليل ، 2017 ، ص 24 ) .

3\_6 و يعد نموذج لازاروس ( Lazaruse ) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل و حدها في 3 عوامل رئيسية : البنية الداخلية للفرد ، الأسلوب الإدراكي المعرفي ، الشعور بالتهديد و الإحباط .

4\_6 و هذا طبقاً لنظرية كوبازا أن هذه العوامل ترتبط ببعض مثل : يتوقف الشعور بالتهديد على الأسلوب الإدراكي للمواقف و القدرات و مدى ملائمتها يتناول الموقف . كما يؤدي الإدراك الإيجابي بتساؤل شعور بالتهديد و يؤدي الإدراك سلبي إلى زيادة الشعور بالتهديد و يؤدي أيضاً إلى التقييم لبعض الخصال الشخصية كتقدير الذات أما الأساس التجريبي لصياغة النظرية فقد استطاعت كوبازا من خلال اعتمادها على نتائج نظريتها و التي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية و الاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ على صحته النفسية و الجسمية رغم تعرضه للمثقة . (عصام عوني ، 2014 ، ص 43) .

5\_6 و من بين النماذج التي تفسر الصلابة النفسية نموذج فينك ( Funk ) و الذي يعد محلل لنظرية كوبازا :

✓ لقد ظهر حديثاً في مجال الوقاية من الإصابات لاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر لنظرية كوبازا و حاول وضع تعديل لها ز هذا النموذج قدمه فينك و تم هذا تعديل من خلال الدراسة التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية و الإدراك المعرفي التعايش الفعال من ناحية و الصحة العقلية من ناحية أخرى ، و ذلك على عينة قوامها ( 167 جندياً إسرائيلياً ) اعتمد الباحث على المواقف الشاقة و الواقعة في تحديده لدور الصلابة و قام بمقياس تغيير الصلابة و الإدراك المعرفي للمواقف الشاقة و التعايش قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين و التي بلغت 6 أشهر و بعد انتهاء الفترة التدريبي .

✓ و لقد توصل فينك إلى ارتباط مكون الالتزام و التحكم فقد بالصحة العقلية الجيدة لأفراد فارتبط الالتزام جوهرياً بالصحة العقلية من خلال التخفيض الشعور بالتهديد و استخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجيات ضبط الانفعال حيث ارتبط بعدم التحكم إيجابياً من خلال إدراك المواقف على أنه أقل مثقة و استخدام استراتيجيات حل المشكلات للتعايش . ( أحمد عبد الرحمان ، 2018 ، ص 32 ) .

## 7 الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا :

أولاً : القابلة :

### 1\_1 طبيعة مهنة القابلة :

المعروف بان القابلة محترفة و خاضعة للمسائلة ، تعمل في إطار شراكة مع المرأة لتقديم الدعم اللازم و الرعاية خلال فترة الحمل و أثناء الولادة و بعد الولادة ، و تقوم بالتوليد على مسؤوليتها كما تقدم الرعاية للمولود و تشمل رعاية القبالة على اتخاذ التدابير الوقائية و تعزيز الولادة طبيعية و كشف المضاعفات التي قد

تتعرض لها المرأة و الطفل و للقابلية لها دور هام في مجال التنقيف الصحي و التعليم ، ليس للمرأة فقط بل أيضا داخل الأسرة و المجتمع .

### 1\_2 مهام القابلة : تمتز القابلة بعدة مهام أثناء القيام بالعمل و نذكر منها :

- الرعاية بالمرأة الحامل أثناء فترة مراجعتن للمستشفى .
- مراقبة و تقييم حالات الولادة بالقسم و إبلاغ الطبيب المشرف عند الضرورة .
- المرور على الحالات و الأخذ العلامات الحيوية و تدوينها في الملف الصحي .
- تقديم العناية التمريضية اللازمة بعد الولادة و بعد العمليات القيصرية .
- التأكيد من وجود معدات اللازمة و ملزمات الطبية و فحصها و حفظها بصورة و التأكد من صلاحية الدواء .
- تحضير الحامل قبل الولادة .
- الحفاظ على أسرار المرضى و احترام العادات و التقاليد الإسلامية .
- مساعدة القابلات الجدد في التدريب و التعليم .
- تنظيف و فحص المعدات و الأجهزة الطبية .
- تحضير السجلات اللازمة للعمل الإحصائيات .

### 1\_3 صعوبات مهنة القابلة :

- تواجه القابلات صعوبات كبيرة في المصلحة التي تعمل بها و من بين هذه الصعوبات ما تستطيع تجاوزه ، و من بينها ما لا تستطيع تجاوزه و يتضح ذلك فيما يلي :
- النزيف الدموي المهبلي و الذي ينتج عنه وفاة الأم .
- عندما يكون الجنين في وضعية الجلوس .
- عندما يكون الجنين في وضعية الأرجل .
- جفاف الكيس الأمنيوتي من السائل الأمنيوتي . ( لبلاطة ، 2019 ، ص ص 24\_25 ) .

### ثانيا : جائحة كورونا :

**1 فيروس كورونا :** فصيلة و سعة معروفة بأنه تسبب أمراض تتراوح من نزلات البرد الشائعة إلى اعتلالات الأشد وطأة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية ( mers ) و متلازمة التهاب الرئوي الحاد الوخيم ( السارس ) . ( https ;55 www ,wno ;int ) .

### 2 تعريف فيروس كورونا :

المعروف باسم كوفيد 2019 هو نوع من الفيروسات التي تسبب مرض في الجهاز التنفسي ، و هذا قد يؤدي إلى التهاب و تراكم المخاط و السوائل في المجرى الهواء و في رئتين ( التهاب الرئوي ) ، هناك العديد من

الفيروسات التاجية المختلفة و معظم هذه الفيروسات تؤثر فقط في الحيوانات و لكن في بعض الأحيان يمكن أن تتغير هذه الفيروسات و تصيب البشر .

( Ministry of Health and prevention of the UAE 2020 )

### 3 أعراض فيروس كورونا :

قد تظهر أعراض عدوى كوفيد 2019 بعد يومين إلى 14 يوم من التعرض و تتراوح الأعراض من الأمراض الجهاز التنفسي الخفيفة ، الشديدة و تشمل الأعراض الأكثر شيوعا ما يلي : الحمى ، السعال ، صعوبة التنفس ، التعب و الإرهاق .

\_ رغم أن الأمراض التالية أقل شيوعا إلا أن البعض قد يعاني منها عند الإصابة بكوفيد 19 و هي :

الآلام و الأوجاع ، الآلام في الحلق ، اختناق في الأنف ، القشعريرة ، الغثيان ، القيء ، الإسهال .

\_ فالأشخاص الأكبر سنا عرضة بشكل أكبر بخطر الإصابة لأعراض كوفيد 19 خطيرة و يزداد ذلك خطر كلما تقدم الشخص العمري قد يكون المصابون بحالات طبية أصلا أكثر عرضة لإصابة بأمراض خطيرة . من أمثلة الحالات الصحية الخطيرة التي ترفع احتمال إصابتك بأعراض كوفيد 19 خطيرة : أمراض القلب الخطيرة مثل : الفشل في القلب أو اعتلال عضلة القلب .

- السرطان .

- داء انسداد الرئوي المزمن ( Copd ) .

- السكري من النوع الثاني .

- السمنة المفرطة .

- التدخين .

- مرض الخلايا المنجلية .

- ضعف الجهاز المناعي بسبب عمليات زرع الأعضاء المصممة .

( [https:// www .cdc .gov /coronavirus /2019-ncov /index html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html) )

### ثالثا : القابلات في ظل جائحة كورونا :

عرفت جائحة كورونا انتشارا واسعة ، في المقابل هذا الانتشار ينتج عنه إصابات عديدة ، جعلت من المتوافدين للمستشفيات و المصحات بإعداد كبيرة ، جعلت من المنظومة الصحية تقف عاجزة في مواجهة هذا التوافد الكبير ، كما نتج عن ذلك صعوبات واجهت القابلات على وجه الخصوص من حيث الخروج عن طبيعة المرضى المستقبلين الذين أصبحوا يحملون فيروس سهل الانتشار مع أعراض خطيرة التي يصعب الكشف عنها أو التأكد منها إلى بعد مرور 14 يوما من الأعراض ، التي تمس الجهاز التنفسي .

\_ و تكون القابلات في مواجهة كوفيد 19 covid و يصبحن من أكثر الشرائح المعرضة لخطر الفيروس ، كما يصبح الخوف أو تفادي التعرض على العدوى أحد أسباب عدم الراحة في العمل لا ينتج عنه في المقابل عدم القدرة على تأدية العمل بطريقة سليمة ، إذا الصعوبات تتنوع و تختلف حسب طبيعة أو عقلية القابلات فمنها :

\_ من لها صعوبات من حيث توافد كبير للمصابين أو الحاملين لفيروس ، و أخرى عدم الراحة في العمل ، و أيضا العمل لساعات إضافية بسبب العجز في اليد العاملة ما يجعل هذه الصعوبات هي نتاج هذه الجائحة كورونا .

### خلاصة الفصل :

إن الصلابة النفسية تعد دفاع نفسي للفرد يساعده على التكيف مع الأحداث الحياة الضاغطة ، و تخلق شخصية قوية قادرة على التحمل و مقاومة الضغوط و تخلق فردا قادرا على التحكم في مشاعره و يصبح له القدرة على التحدي ليصل إلى مرحلة التكيف .

## الفصل الثالث :

### الذكاء الانفعالي .

تمهيد .

- 1 تعريف الذكاء الانفعالي .
- 2 الجذور التاريخية لتطور مفهوم الذكاء الانفعالي .
- 3 نماذج الذكاء الانفعالي .
- 4 مكونات الذكاء الانفعالي .
- 5 مهارات الذكاء الانفعالي .
- 6 نظريات الذكاء الانفعالي .
- 7 خصائص ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع .
- 8 أهمية الذكاء الانفعالي .
- 9 خلاصة الفصل .

**تمهيد :**

تنوعت الاتجاهات النظرية في تعريف مفهوم الذكاء الانفعالي نشأته في ذلك شأن الذكاء بالمفهوم التقليدي . على الرغم من حداثة المفهوم في التراث الإنساني ، و تواترت التفسيرات العلمية لذلك عبر قراءة متأنية عميقة لهذا البعد من قبل جولمان الذي أصدر كتابه " الذكاء الانفعالي " و تناول فيها إسهاب ارتباط حركة الانفعالات بالدماغ و تفاصيل تلك الارتباطات العصبية و بالتالي تشكلت نظرية جولمان للذكاء الانفعالي في هذا الصدد علما بأن تلك الارتباطات قد أشار إليها ديكارت في القرن السابع ، و انطلاقا مما سبق تبرز حالة تنوع الاتجاهات التي تناولت مفهوم الذكاء الانفعالي .

**1 مفهوم الذكاء الانفعالي :**

يتكون الذكاء الانفعالي من :

1\_ الذكاء ، 2 الانفعال .

**1\_1 تعريف الذكاء :**

اختلف تعريف الذكاء باختلاف المربين و المختصين فمنهم من يراه القدرة على التفكير المجرد أو القدرة العقلية التي تساعد على تكيف السلوك وفقا لمواقف و ظروف الحياة و بعضهم اعتبر الذكاء بأنه القدرة على الاستبصار و الحكم السليم ، و يعتبر البعض الآخر أن الذكاء هو التكامل الوظيفي للجهاز العصبي ( . عمارة ، 2002 : ص 150 ) .

**1\_2 تعريف الانفعال :**

هو تغيير المفاجئ يشمل الفرد كله نفسيا و جسميا بحيث يؤثر على في سلوكه و في تكوين وظائف الأعضاء الداخلية مثل الغضب و الخوف و القلق و التوتر ( محمد ، 1993 : ص 7 ) . كما عرف الانفعال بأنه مشاعر أو عواطف تتضمن مزيجا من الإثارة الفسيولوجية مثل تزايد دقات القلب ، و السلوك الخارجي مثل الابتسام . ( علي ، 2009 : ص 4 ) .

\_ تعريف أبرهام للذكاء الانفعالي : أنه مجموعة من المهارات التي تعزى إليها الدقة في تقدير و تصحيح مشاعر الذات و اكتشاف الملامح الانفعالية للآخرين و استخدامها من أجل الدافعية و الإنجاز في الحياة الفرد .

يعرفه بار أون : بأنه تنظيم من المهارات و الكفاءات غير المعرفية في الجوانب الشخصية و الانفعالات الاجتماعية التي تؤثر غي قدرة الفرد على التعامل بنجاح على متطلبات البيئة و الضغوط المحيطة و هو عامل مهم لتحديد القدرة الفرد على النجاح في الحياة ( Bar on2005 .p41 ) .

تعريف موراي : ( murray 1998 ) فيعرفه بالقدرة على السيطرة على الانفعالات الذاتية و فهمها و القدرة على فهم الانفعالات الذاتية و الانفعالات الآخرين و القدرة على كبح المشاعر السلبية مثل الغضب و الشك و تركيز على المشاعر الإيجابية . ( إيمان عباس خفاق ، 2013 : ص 35 ) .

\_ ذكاء الإنفعالي : هو قدرة الفرد على إدراك و فهم انفعالاته و انفعالات الآخرين و تنظيمها ، و من ثم استغلالها و تمثيلها في شكل علاقات انفعالية و اجتماعية إيجابية مع الذات و مع الأشخاص الآخرين . و يعرفه إجرائيا في هذا البحث بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في خلال إجابته على بنود المقياس الذكاء الانفعالي لشات و آخرون .

\_ و قدم مارتنز marting بتعريفه بأنه عملية ذاتية دائمة يومية يمارسها الفرد و يشمل الدافعية و الإنجاز في حياة الفرد . ( marting ,2000,p334 ) .

\_ وعرفه العتيبي بأنه : عملية تغيير أنماط التفكير و طريقة النظر إلة الأمور بحيث تولد في النفس أكبر قدرة متمكنة من المشاعر الإيجابية لأطول فترة ممكنة . ( العتيبي ، 2003 : ص 19 ) .

\_ عرفه جورج George : بأنه القدرة على الإدراك المشاعر من خلال التفكير و مفهوم المعرفة الانفعالية و تنظيم المشاعر بحيث يستطيع الفرد أن يؤثر في مشاعر الآخرين . ( George ,2002,p10 33 ) .  
عرفه أوليفر ( Oliver ) : بأنه القدرة على إدراك و إحساس ذاتية لتمييز و تقييم و إدارة الفرد لعواطفه و عواطف الآخرين و الناس الذين يملكون درجة من الذكاء الانفعالي يعرفون أنفسهم جيدا و قادرين على الإحساس بعواطف الآخرين ، و هم متفائلون و مرنون و لطفاء . ( Oliver 2010,334 ) .

## 2 الجذور التاريخية لتطور مفهوم لذكاء الانفعالي :

و في مملح تاريخي نجد للذكاء الانفعالي جذوره الممتدة من مفهوم الذكاء الاجتماعي الذي عرفه ( ثورندايك 1920 ) بالقدرة على فهم الأفراد رجال و نساء و أطفال و التعامل معهم ضمن العلاقات الإنسانية و منذ ذلك التاريخ علماء النفس يحاولون إزاحة الستار عن أنواع الذكاء التي صنفتها ثورندايك إلى 3 مجموعات و هي : الذكاء المجرد ، و الذكاء الحسي ، و الذكاء الاجتماعي . ( أبو رياش ، 2006 ، سعاد خليل / Delwanlarabcom ) .

\_أما ( دايفيد وكسلر : Wechsler 1940 ) : قال وكسلر 1943 فقد عرف الذكاء بالقدرة الشاملة على التصرف و على التفكير بعقلانية و على التعامل مع البيئة المحيطة بفاعلية .  
و تحدث كذلك على عناصر عقلية و غير عقلية معنية بالعوامل العاطفية و الشخصية و الاجتماعية و قال وكسلر إن القدرات العاطفية ضرورية للتنبؤ بقدرة على أي شخص على نجاح في الحياة ، ثم انقطع حبل التفكير و البحث حول هذه المسألة حتى ظهر جارنر Gardner 1983 و كتابه الذي يشير فيه إلى



الذكاءات المتعددة و بالتحديد أشار إلى نوعين من الذكاء يتقاطعان مع ما يسمى بالذكاء الانفعالي و هما الذكاء الاجتماعي و الذكاء الشخصي . ( Wechsler 1943 ,1940 ,1949,1944, Gardner1983 ) .

\_ استخدم كل من سالوفي و ماير ( Salovey and Mayer 1990 ) مصطلح الذكاء الانفعالي لأول مرة و كان على دراية تامة بما سبق من عناصر الذكاء غير معرفي التي ذكرها ثورندايك الذي يعد أول من عرف الذكاء الاجتماعي و قدم كل من ماير و سالوفي الذي يرجع إليهما الفضل في انتشار مصطلح الذكاء الانفعالي ، في بداية التسعينات الحجج و الأدلة على أن الذكاء الاجتماعي يرتبط بمفهوم أكثر شمولاً أطلق عليه الذكاء الانفعالي الذي يشمل على مجموعة من القدرات الأخرى مثل الذكاء المكاني و قد نما هذا المفهوم و التطور بشكل يتطلب رؤية غير تقليدية لمفهوم الذكاء لا تعتمد فقط على قدرات الفرد العقلية في حل المشكلات التي يتعرض لها أو تواجهه و لكن تحتاج أيضا إلى قدرات انفعالية يمكن من خلالها التأثير على الأفراد الآخرين . ( حسين و جاد الله ، 2002 ) .

### 3 نماذج الذكاء الانفعالي :

#### 1/3 نموذج الذكاء الاصطناعي :

تنوعت اتجاهات الباحثين في تحديد مفهوم و مهارات و أبعاد الذكاء الانفعالي ضمن نماذج متنوعة و من خلال دراسات التي تناولت الذكاء الانفعالي يمكن استخلاص النماذج الآتية في الذكاء الانفعالي :

\_ نموذج جولمان للذكاء الانفعالي و يحدد جولمان مهارات الذكاء الانفعالي وفق نموذج الآتي :

\_ المعرفة الانفعالية و تتمثل في الوعي بالذات و التعرف على الشعور وقت حدوثه و رصد المشاعر و الانفعالات و فهمها و يعتبر الوعي بالذات هو البعد الأساسي في الذكاء الانفعالي .

\_ إدارة الانفعالات : تشتمل على القدرة على التعامل مع الانفعالات و إدارتها بشكل ملائم و تهدئة النفس و التخلص من قلق و مشاعر سلبية .

\_ تحفيز الذات أي توجيه الانفعالات لتحقيق هدف معين للفرد ، و أن يكون الفرد مصدر الدافعية لذاته .

\_ إدراك : الانفعالات الآخرين و تتضمن القدرة على التعاطف مع الآخرين و معرفة انفعالاتهم و القدرة على على النقاط الإشارات الانفعالية لآخرين و تبني هذه المقدرة على أساس الوعي بالانفعالات و تعتبر إنسانية ضرورية في الأعمال القيادية .

\_ إدارة العلاقات الاجتماعية في هذا المجال يتطلب الكفاية الاجتماعية و يتطلب المهارات التأثيرية لإدارة الانفعالات الآخرين و ضبطها ، و يعتبرها البعد مطلبا هاما في القيادات العليا و الأعمال التي تتطلب اتصالات في المجتمع بشكل مكثف .

#### 2/3 نموذج بار أون للذكاء الانفعالي :

جدد بار أون ( Bar \_On,1997 ) مكونات الذكاء الانفعالي بالاعتماد على نظريته و مفهومه للذكاء الانفعالي و أشار إلى أن الذكاء الانفعالي يتكون من 15 كفاية موزعة على 5 مكونات بين جوانب الشخصية و الانفعالية و الاجتماعية و هي :

\_ المكونات الشخصية الداخلية Interpersonal Components : تتكون من مجموعة من الكفاءات التي تساعد الفرد على إقامة علاقات شخصية ناجحة و ذات تأثير إيجابي على الآخرين و تشمل على التعاطف و الكفاءة الاجتماعية و العلاقات الشخصية .

\_ المكونات التكيفية Adaptability Compornents : و هي مجموعة الكفاءات التي تساعد الفرد على التكيف الناجح مع واقع الحياة و متطلبات البيئة المحيطة و هي اختبار الواقع و المرونة و حل المشكلات .  
\_ مكونات إدارة التوتر maajement compomemnts و هي مجموعة من الكفاءات التي تساعد الفرد على إدارة الضغوط و مقاومة الاندفاع و ضبط الذات و تشمل على تحمل التوتر و الضغط النفسي و ضبط الاندفاع .

مكونات المزاج العام و هي مجموعة من الكفاءات التي تساعد الفرد على إدراك حالته المزاجية و تغييرها و تشمل على التفاؤل و السعادة.

### 3/3 نموذج مايروكارسو و سالوفي :

حدد مايرو كاروسو و سالوفي في النموذج التالي للذكاء الانفعالي و يتكون من مجموعة من القدرات الرئيسية التي تم تصنيفها إلى أربعة مجالات وهي :

القدرة على الوعي الارتفاعي : وتتضمن القدرة على إدراك الانفعالات بدقة و التعبير عنها و تتضمن كذلك التقييم الدقيق للانفعالات الذاتية و انفعالات الآخرين .

القدرة على استخدام الانفعالات و تتضمن القدرة على استخدام الانفعالات لتقوية و تسهيل التفكير و تتضمن كذلك القدرة على الربط الدقيق بين الانفعالات و المواقف الاجتماعية .

\_ القدرة على فهم الانفعالات و دلالاتها : و تتضمن القدرة على تحليل الانفعالات و و كذلك القدرة على فهم المشاعر المتداخلة و المعقدة في المواقف الاجتماعية .

\_ القدرة على إدارة الانفعالات : و تتضمن القدرة على إدارة المشاعر الذاتية و مشاعر الآخرين و ضبط المشاعر السلبية و تفسير الحالة المزاجية . ( Maygr ,Caruso and Selovey1999 ) .

### 4/3 نموذج وايز نجر :

استند وايز نجر ( Weisinger 2004 ) في بناء هذا النموذج على نظرية سالوفي و ماير في الذكاء الانفعالي حيث يتضمن هذا النموذج 3 كفايات متصلة بالبعد الشخصي Interpersonal و كفايتي متصلتين بالبعدين الشخصي و يحتوي البعد الشخصي للذكاء الانفعالي على الكفايتين الآتيتين :

الوعي بالذات Self Awareness : و هو فهم المراقبة الفرد لنفسه من خلال أفعاله و محاولة التأثير بنتائج أفعاله لتصبح أكثر فعالية .

\_ إدارة الانفعالات Managing Emotion : و هو فهم الانفعالات الذاتية ، و السيطرة على هذه الانفعالات و استخدام ذلك في التعامل مع الأمور بشكل منتج .

\_ الدافعية الذاتية Self\_Motivation و يقصد به تمييز و استخدام المصادر المتاحة الدافعية (الداخلية و الخارجية ) لاستغلال الفرص بفعالية ، و هذه الكفاية تتضمن الحديث الذاتي Self Talk<sup>29</sup> و تدريب الذات Self Coaching أما الكفائتان المتصلتان بالبعد الشخصي فهما :

- الاتصال الجيد : و هو تطوير المهارات اتصال الفعالة ، و الانخراط في ممارسات الاتصال الفعال في بناء العلاقات .
- مراقبة الانفعالات : و هي مساعدة الآخرين في إدارة انفعالهم و استغلال قدراتهم بأقصى درجة ممكنة .

### 3/5 نموذج مونتي ماير و سيببي :

أشار مونتيماير و سيببي Monetemayor and spee 2004 إلى أن الذكاء الانفعالي الي قدمه بعض الباحثين الرواد في الذكاء الانفعالي مثل جولمان Goleman و ماير و سالوفي Mayer and salovey و ماثيوز Mathews يمكن تصنيفه في فئتين رئيسيتين تتضمنان مشاعر الفرد مقابل مشاعر الآخرين و الوعي ( Awareness ) مقابل إدارة الانفعالات Mangement of Emotion و هكذا افترض أن الذكاء الانفعالي يضمن 4 أبعاد و هي :

- \_ الوعي ( الإدراك ) للانفعالي للذات Emotional Self Awareness : و هي القدرة على تمييز الانفعالات الذاتية .
- \_ الوعي ( الإدراك ) الانفعالي لآخرين Emotional Self Awareness : و هي القدرة على تمييز الانفعالات الآخرين .
- \_ الإدارة الانفعالية للذات Emotional Self Mangement : و هي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على انفعالات الذاتية .
- \_ الإدارة الانفعالية لآخرين Emotional Other Mangement : و هي الكفاية التي تمكن الفرد من السيطرة على انفعالات الآخرين . ( سعد جبر سعيد ، 2015 ص ص 47\_51 ) .

## 4 مكونات الذكاء الانفعالي :

إن الفكرة التي كانت سائدة سابقا تأخذ بوجود احتواء انفعالاتنا بحيث لا تتدخل في تقييمنا بالمواقف الحياة المختلفة ، و في قراراتنا إن الانفعال هو متناقض للتفكير المنطقي و علينا التحكم فيه و يجب عزله حتى يصل الإنسان للحلول السليمة ، و لكن مع الوقت تغيرت هذه النظرة و أصبحت هاته الانفعالات ذات أهمية متزايدة في حياة الإنسان حيث أن الجانب العقلي يسهم إيجابيا في العملية الانفعالية من خلال تفسير مواقف الانفعالي و ترميزه و تسميته ، و من خلال عملية الإفصاح و التعبير عنه كما يسهم سلبا عن طريق تفسير الخاطئ للموقف و في المقابل يسهم في ترشيد التفكير فالمزاج الإيجابي ينشط الإبداع و المهارة حل المشكلات . فقد وجد جولمان إن معامل الذكاء يسهم نسبة 25 فقط من العوامل التي تحدد نجاح في الحياة تاركا نسبة 80 للعوامل الأخرى التي تكون الذكاء الانفعالي و قد حددهما جولمان في 5 مكونات أساسية و هي :

1. الوعي بالذات Self\_ Awareness .
  2. معالجة الجوانب الوجدانية Handling Emotions Gernerolly .
  3. الدافعية Motivation .
  4. التعاطف Empathy .
  5. المهارات الاجتماعية Social Skills .
- أما بارون 1997 فد حدد 5 مكونات للذكاء الانفعالي و هي :

1. الكفاءات الشخصية .
2. الكفاءات الشخصية الداخلية .
3. الكفاءات المتبادلة مع الآخرين .
4. قابلية للتكيف .
5. إدارة الضغوط .

\_ عوامل مزاجية عامة : أما ماير و سالوفي (1997 \_ 2000 ) فد حدد مكونات الذكاء الانفعالي :

- \_ القدرة على الإدراك و التقييم و التعبير عن الوجدان .
- \_ القدرة على استخدام الانفعالات لتسهيل التفكير .
- \_ القدرة على فهم الانفعالات .
- \_ القدرة على تنظيم و إدارة الانفعالات .
- \_ أما ماكدويل فحدد المكونات الذكاء الانفعالي :

1. الوعي بالذات .

2. إدارة الانفعالات ،

3. دافعية الذات .

4. التعاطف .

5. تداول العلاقات .

6. إدارة الانفعالات الآخرين .

أما بريانت ( 2000 ) Bryant ، فقد حدد الذكاء الانفعالي ب :

1. تحديد الانفعالات .

2. استخدام الانفعالات .

3. فهم الانفعالات .

4. إدارة الانفعالات .

يرى ريد ( 2000 ) Read أن الذكاء الانفعالي يشمل مكونين :

أولا : مع الآخرين و يشمل :

1. التعاطف .

2. إدارة العلاقات .

ثانيا : مع الذات و يشمل :

1. تحقيق الذات .

2. الوعي بالذات .

3. الدافعية الذات .

4. إدارة المشاعر .

أما هين ( 2001 ) Hein فيرى أن الذكاء الانفعالي يتكون من :

\_ الإدراك و التعبير الوجداني .

\_ تيسير وجداني للتفكير .

\_ تحليل و فهم وجدانات و توظيف المعلومات الوجدانية .

\_ تنظيم الوجدانات لارتقاء بالنمو الوجداني و العقلي .

أما ستينر ( 1447 ) Stinner تناول نموذج جولمان ( 1995\_1997 ) و قام بتوظيف بتوضيحه مشيرا إلى

أن الذكاء الانفعالي يشمل على مكونات الآتية :

\_ الوعي بالذات .

\_ إدارة الانفعالات .

- \_ التعاطف .
- \_ العلاقات الاجتماعية .
- \_ الاتصال .
- أما باي و كروتشير ( Bay \_ Croucher ( 2003 ) فقد حدد 4 مكونات للذكاء الانفعالي و هي :
- \_ التفاؤل .
- \_ تنظيم الانفعالات .
- \_ استعمال الانفعالات .
- \_ بقييم الانفعالات . ( إيمان عباس خفاق ، 2013 ، ص 36\_40 ) .

### 5/ مهارات الذكاء الانفعالي وفق نموذج المختلط نموذج بار \_ أون Bar \_ On :

تتوزع مهارات الذكاء الانفعالي وفق نموذج بار أون المتكامل على 5 فئات و هي :

1. مهارة الكفاءة الشخصية Interpesonal : و تضم خمس فئات و هي :

- أ فهم الذات الانفعالية : قدرة الفرد على مشاعره و انفعالاته و التمييز بينهما لمعرفة أسبابها و خلفياتها .
- ب \_ التوكيدية : قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره و معتقداته و أفكاره و الدفاع عن حقوقه بأسلوب بناء .
- ج \_ تقدير الذات : احترام و تقبل الذات كما هي و تقبل الجوانب الموجبة و السلبية ، و هذا مرتبط بالشعور بالأمن الداخلي ، و هو قوة الذات و ثقة بها ، فالشخص المقدر لذاته منقبل و راض عن نفسه .
- د \_ التحقيق الذات : مهارة الفرد في تحقيق إمكاناته الكامنة ، إنها عملية تقديم مستمرة للسعي بأقصى جهد لتنمية إمكانيات الفرد و مواهبه و يرتبط تحقيق الذات بالمتابعة لتحسين الأداء و النشاط و الدافعية القوية لإنجاز و إن مهارة تحقيق الذات مرتبطة بالرضى عن الذات .
- هـ \_ مهارة الاستقلالية : هي القدرة على توجيه الذاتية ، و تحكم الفرد بتصرفاته و تفكيره و الابتعاد عن الاعتمادية و التخطيط أو اتخاذ القرارات الهامة و تقوم الاستقلالية على درجة الثقة الفرد بنفسه ، و إمكانياته الداخلية و رغبة في مواجهة و تحدي التوقعات و الالتزامات .

2. المهارات الاجتماعية :

أ مهارة التعاطف : هي نهارة و عي و فهم مشاعر الآخرين و تقديرها و مراعاتهم و الاهتمام بهم و الاندفاع لمساندتهم .

ب مهارة العلاقة الاجتماعية : و هي مهارة إقامة علاقات تفاعلية ، مرضية و الحفاظ عليها مع الآخرين مضافا إليها مشاعر الطمأنينة و الراحة و التوقعات الموجبة في سلوك الاجتماعي .

ج مهارة المسؤولية الاجتماعية : هي مهارة الفرد في أن يكون متعاوناً و مشاركاً و عضواً في بناء جماعته الاجتماعية ، و تتضمن هذه المهارة التصرف بأسلوب مسؤول و وعي الاجتماعي و اهتمام الآخرين و الشعور بالمسؤولية تجاه المجتمع ككل ، و ترتبط المسؤولية الاجتماعية بالتقبل الآخرين ، و التصرف تبعاً لما يمليه ضمير الفرد و القواعد الاجتماعية ، فالفرد الي يفقد لهذه المهارة يظهر اتجاهات غير اجتماعية ، و يصعب عليه العمل ضمن فريق عمل . ( Brown ;1997 p17 ) .

### 3. المهارة إدارة الضغوط stress Mangement :

أ تحمل الضغوط : و هي مهارة تحمل الأحداث غير الملائمة ، و المواقف الضاغطة دون تراجع ، و التعامل معها بإيجابية و فاعلية دون الاستغراق فيها .

ب مهارة ضبط الاندفاع : و هي مهارة مقاومة الحافز الانفعالي للسلوك و التصرف الاندفاعي ، يتميز الفرد الذي يملك هذه المهارة بتقبله لاندفعات العدوانية ، و الهدوء ، السيطرة على السلوك العدواني ، بينما الفرد الذي يفقد هذه المهارة أقل تحمل لإصابات ، و أكثر اندفاعية ، و سلوكه السلبي .

### 4. مهارة التكيفية Adaptatility :

أ إدراك الواقع : مهارة الفرد في تقدير مدى التطابق بين خبراته الانفعالية مع ما هو موجود موضوعياً ، مع الابتعاد عن المغالقات في الخيالات و الأوهام ، و هذه المهارة ترتبط بدرجة الوضوح الإدراكي في التعامل مع المواقف و تقديرها و تفحص الأساليب المستخدمة لذلك .

ب المرونة : مهارة الفرد في تكيف انفعالاته و أفكاره و سلوكه مع المواقف و الشروط المتغيرة .

ج حل المشكلات : مهارة الفرد في تحديد المشكلة و توليد الحلول الفعالة و تنفيذ هذه المهارة التي تتطلب من الفرد أن يكون منضبطاً منهجياً و منظم التفكير و دؤوباً على معالجة المشكلة ، و لديه الرغبة في مواجهة المشكلات بدل من تجنبها ، ( Bar\_On ;1999 ,p17 ;18 ) .

### 5 مهارة كفاءة المزاج العام General Mood :

أ التفاؤل : و هي رؤية الجانب النير في الحياة و الأخذ باتجاه الموجب نحوها حتى عند مواجهة الظروف غير الملائمة .

ب مهارة ممارسة السعادة : هي الرضا عن الذات و الاستمتاع بمجريات الحياة ، و ترتبط السعادة بالرضا العام عن الذات ( Bar On 1997 ,p19 ) في ( رزق الله ، 2006 ، ص 66 ) .

و انطلاقاً من هذا النموذج و التصور التكاملي للذكاء الانفعالي أو الانفعالي فإن الدراسة الحالية سوف تسعى لدراسة الفروق بين المجموعة من الطلبة العاديين أو الطلبة المتهوقين في مثل هذه القدرة .

## 6 نظريات الذكاء الانفعالي :

ظهرت النظريات المفسرة للذكاء الانفعالي عندما ( Gardner ) أن الذكاء له أبعاد مختلفة تضم نواحي معرفية و عناصر الذكاء الانفعالي أو الشخصي كما أطلق عليه ، و هو الذكاء الانفعالي يعتبر جزءا من مفهومه من أنواع الذكاءات المختلفة المتعددة التي تضم مكونين أساسيين من الذكاء هما :

\_ الذكاء الشخصي : و يعني قدرة الفرد على فهم المشاعر و الدوافع الذاتية و قدرته على توظيف هذا الفهم و يعد أهم نماذج الذكاء .

\_ الذكاء الاجتماعي : و يعني القدرة على فهم المشاعر الآخرين و الذكاء الشخصي و الاجتماعي كلاهما مهارات ذات قيمة في الحياة ( خليل ، 1431 هـ ) كما ذكر ( Sternberge ) في نظريته السابقة أن الذكاء 3 جوانب ، جانب الذي يدل على التفكير و التحليل و الجانب المرتبط بالتفكير الإبداعي و الجانب السياقي المتضمن الشخص البارِع ، و بذلك يتسع مفهوم الذكاء ليشمل قدرات عقلية رئيسية مهمة لتوافق الفرد مع مواقف الحياة العامة و ليست المواقف الأكاديمية فقط ، و بصفة عامة فمن أبرز و أهم النظريات التي اهتمت بطبيعة الذكاء الانفعالي مايلي :

1. نظرية بار\_ أون للذكاء الانفعالي Bar\_On : تعد الأولى النظريات التي فسرت للذكاء الانفعالي

و تشير تلك النظرية إلى وجود التداخل بين الذكاء الانفعالي و سمات الشخصية فد عرفت الذكاء الانفعالي على أنه مكون يشتمل على مجموعة من الكفاءات الغير المعرفية و قد أعد بار أون أول أداة لقياس الذكاء الانفعالي و صصمت للتعرف على تلك الكفاءات غير المعرفية .

ليجيب عن تساؤل هو : لماذا يكون بعض الأفراد أفضل في ضبط انفعالاتهم من الآخرين ؟ و قد توصلت الأبحاث التي استخدمت مقياس بار أون إلى أن الكفاءات الشخصية تعتبر مؤشر في نجاح و هذا ما تقدمه مقياس نسبة الذكاء المعرفي الأكاديمي و قد أوضح في نظريته أن الذكاء الانفعالي يتكون من 5 فئات اللامعرفية :

- ❖ الكفاءات اللامعرفية الذاتية : و هي مجموعة من لكفاءات اللامعرفية الفرعية منها الوعي الذاتي \_ التوكيدية \_ تقدير الذات \_ تحقيق الذات \_ الاستقلالية .
- ❖ الكفاءات ضرورية للعلاقة بين الأشخاص : و هي عبارة عن مجموعة من الكفاءات الاجتماعية منها التعاطف \_ المسؤولية الاجتماعية \_ العلاقة بين الأشخاص ( علاقات اجتماعية ) .
- ❖ كفاءات ضرورية و قابلية التكيف : تتمثل في مجموعة من الكفاءات اللامعرفية و منها : حل المشكلات \_ إدراك الواقع و المرونة .



- ❖ كفاءات ضرورية للقدرة على إدراك الضغوط و التحكم : و تشمل على بالمجموعة من الكفاءات اللامعرفية المتمثلة في تحمل الضغوط ضبط .
- ❖ المزاج العام و هي عبارة عن مجموعة من الكفاءات اللامعرفية الفرعية المعادة و التفاوض .

## 2. نظرية Mayer\_ Salove :

أتت هاته النظرية على قيا س الفروق الفردية : حيث أن المقاييس التقليدية للذكاء فشلت في دراسة الفروق في الوعي و تشغيل الإد ارة الفعالية لانفعالات و المعلومات الانفعالية و يعرف الذكاء الانفعالي وفق لهذه النظرية بأنه القدرة على الوعي بالانفعالات و التعبير بها ، و توصيل و توليد لمساعدة التفكير ، بالفهم الانفعالات و معرفة الانفعالية " فالذكاء الانفعالي عندما ماير و سالوفي هو مجموعة " من القدرات التي تفسر اختلاف الأفراد في مستوى إدراكهم و شكل أكثر تحديدا خو القدرة على الإدراك على المشاعر و تبريرها في الذات الآخرين ، فالشخص الذكي وجدانيا حسب تعريف ماير و سالوفي أفضل من غيره في التعرف على الانفعالات سواء كانت انفعالات الشخص ذاته أو انفعالات الآخرين . ( خليل ، 1431هـ ، ص 20 ) .

3. نظرية جولمان : Golmen وصف جولمان الذكاء الانفعالي من خلال 5 مجالات أساسية و هي :

1. معرفة الفرد لانفعالاته .
2. تنظيم و إدراة الفرد لانفعالاته .
3. القدرة على حفز الذات اللاواعية الشخصية .
4. القدرة على التعرف على الانفعالات الآخرين .
5. القدرة على إدراة العلاقات . ( أبو النيل ، 2005 ) .

## 7 خصائص ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع :

تأتي أهمية الذكاء الانفعالي لأنه يثري شخصية الفرد ، و أن الاهتمام بتنمية الذكاء الانفعالي يدفع الفرد بالنشاط و الإنجاز و النجاح في مختلف شؤون حياته ، حيث نجد الأشخاص الذين يتمتعون بالذكاء الانفعالي مرتفع يتميزون بالصفات و خصائص :

1. أنهم أكثر مرونة و انفتاح اتجاه الآخرين ، و التواصل بالكفاءة ، و لديهم إحساس كبير بالمسؤولية .
2. التحكم في الذات و التعبير المناسب للمشاعر ، و فهم الانفعالات الآخرين و بناء روابط ثقة معهم .
3. التفاوض و الانفتاح و الوعي بالذات و القدرة على تخ فيف الأهداف و التوقيع نتائج المترتبة على السلوك .

4. القدرة على حل المشكلات بشكل مترو و هادئ و القدرة على تخطيط و تحديد الأهداف و المثابرة في أداء الأعمال .
5. لديهم القدرة على التركيز و التفكير و القناعة بما أنجزوا من الأعمال .( نور الهبي ، 2009:ص 50 ) .
6. التمتع بالمهارات الإنجاز و التخفيف الهدف و تشمل توقع النجاح و المثابرة و الاجتهاد و مواجهة الفشل و تجاوزه .
7. يمتلكون المرونة الكافية لأن يضعوا الصعاب جانبا و لديهم الإحساس لقدرتهم على النجاح رغم العقبات و الاحباطات .
8. لديهم القدرة على التحكم بالاندفاع و الاستجابة بشكل أكثر عقلانية .( أبو بوعلام ، 2006: ص 68 ) .
9. يساعد على التركيز و التميز ، و اتخاذ القرار و إعطاء الرأي الصحيح و عدم الاستجابة لإحباط الأولى الذي يحدث .
10. يسهل العمليات المعرفية مثل التفكير الابتكاري و الاستنباطي و التفكير الاستدلالي . كما أنه أكثر تنبها بالتفاصيل و اكتشاف الأخطار و المشكلات و التدقيق في المعلومات بالدقة . ( George ;2000,p27 ) .
11. بارعون في فن التفاوض مع الآخرين و خلق نتائج ناجمة لكل منهم .
12. يجدون بناء حدودهم أثناء إنشاء العلاقات تاركين الآخرين مهمة بناء الحدود الشخصية الخاصة بهم .
13. يستخدمون حواسهم بشكل و قادرون على الاستمتاع بأدنى مسرات الدنيا . ( سلامة ، 2007: ص 294 ) .

### 8 أهمية الذكاء الانفعالي :

يشير Brudk ett, 2001,p21 إلى أن امتلاك الفرد للمهارات الذكاء الانفعالي يعد أمرا بالغ الأهمية حيث يقوم بدورهم في تحسين قدرات الفرد على التكيف مع الآخرين فالأشخاص الأكثر الذكاء الانفعالي يظهرون مستويات منخفضة في مشكلات السلوكية مقارنة مع الأفراد الأقل الذكاء الانفعالي ، و يتعاملون بحكمة و روية مع المشكلات الانفعالية التي تواجههم كما أنهم يعالجون المواقف الحياتية بتأن أما الأفراد من ذوي المستويات المنخفضة في الذكاء الانفعالي فلديهم مستويات مرتفعة منهم المشكلات السلوكية .

\_ و يرى الكردي 2010 أن أهمية الذكاء الانفعالي :

- ❖ يعد الذكاء الانفعالي بجانب القدرات الأخرى من الركائز الأساسية في تنوع الحلول العديد من مشكلات .
  - ❖ يساعد الذكاء الانفعالي لأفراد على الابتكار و الحب و تحمل المسؤولية .
  - ❖ يعمل على التحقيق التواصل و التوافق مع الآخرين و فهم مشاعرهم و التعاطف معهم .
  - ❖ كما يساعد الأفراد و الطلبة على وجه الخصوص على الأداء الأكاديمي المرتفع .
  - ❖ يساعد الأفراد على استخدام المدخلات الوجدانية في الحكم و اتخاذ القرار ، و الاتصال الوجداني مع الآخرين .
  - ❖ أما بخصوص النظريات التي تتحدث عن مكونات الذكاء الانفعالي فقد تعددت تبعا لتنوع تعريفاته فقد جولمان ( Golman ) نموذجا للذكاء الانفعالي يعتمد على السمات الشخصية للفرد ، كالقدرات و الدوافع الذاتية و النفسية للفرد ، و يبين جولمان من خلال هذا النموذج أن الذكاء الانفعالي المكون من 5 مجالات أساسية و هي :
  - ❖ الوعي بالذات ، و هي إدراك الفرد بعواطفه و إحساسه بها و استخدامه لتلك العواطف للوصول إلى اتخاذ قرارات مناسبة .
  - ❖ إدارة الانفعالات و قدرة الشخص على إدارة أفكاره و مشاعره بطريقة متوافقة و بمرونة تحت ظل الظروف و المواقف المختلفة .
  - ❖ حفز الذات ، و يشير إلى أن الفرد يعتمد على قوة دفع الداخلية لتحقيق أهدافه و طموحاته .
  - ❖ التعاطف و يشير إلى قدرة الفرد على إدراك ما يشعر به الآخرون و معرفة أحاسيسهم
  - ❖ التفاعل مع الآخرين و تعني قدرة الفرد على تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين و تفاعل معهم بفاعلية . ( Golman ;1995.P271 ) .
- قدم ماير و سالوفي نموذجا آخر للذكاء الانفعالي اهتم بالجوانب اللامعرفية للذكاء و عرف الذكاء بأنه قدرة الفرد على رصد مشاعره و انفعالاته الخاصة و مشاعر الآخرين و انفعالاتهم .
- و أن يميز الفرد بينهم و أن يستخدم هذه المعلومات في توجيه سلوكه و انفعالاته . كما أشار كل من ماير و سالوفي إلى أن الذكاء الانفعالي عبارة عن مجموعة من القدرات التي تفسر اختلاف الأفراد بمستوى إدراك و فهم الانفعالات و العواطف و أن الذكاء الانفعالي عبارة عن مجموعة من قدرات التي تفسر اختلاف الأفراد في مستوى إدراك و فهم انفعالات و العواطف لأن الذكاء الانفعالي يشمل 4 مكونات و هي :
- القدرة على الوعي بالانفعالات و التعبير عنها بدقة ، و تتعني قدرة الفرد د على تعبير عن الانفعالات سواء من خلال من حركات أو ملامح الوجه أو نبرات الصوت أو إشارات .

- القدرة على استخدام الانفعالات لتسهيل عملية التفكير عن طريقة استخدام الانفعالات للمساعدة في زيادة التركيز و التفكير بشكل إيجابي و تحسين عملية التفكير .
- القدرة على فهم و تحليل الانفعالات و هي قدرة الفرد على تحليل الانفعالات و فهمها و تفسيرها .
- القدرة على إدراك الانفعالات و تنتهي على تنظيم الانفعالات و إدارتها بحيث تساعد الفرد في تطوير علاقته مع الآخرين . ( Salovey\_mayer 1995.P189 ) .
- و من أهم النظريات و التي لها علاقة بالدراسة الحالية من حيث المجالات و المفاهيم و الخاصة بالذكاء الانفعالي النموذج التكاملي ( المختلط ) ل بار أون ( Bar\_ON 1497 ) و يعتبر هذا النموذج من أشهر النماذج كسمات الشخصية و قدرات عقلية معا ، و يقاس الذكاء الانفعالي تبعا من خلال أدوات التقرير الذاتي و يرى بار أون أن الذكاء الانفعالي عبارة عن عدد من القدرات غير المعرفية المأثرة على سلوك الأفراد و يتكون الذكاء الانفعالي بناء على هذه النظرية من مجموعة من الأبعاد يتضمن كل بعد منها عددا من القدرات الفرعية و هي كما يلي :
- البعد بين الشخصي و يقصد به علاقة مع نفسه و يتألف من 5 قدرات فرعية و هي : الوعي الذاتي الانفعالي و التوليقي و القدرة على التعبير عن المشاعر و المعتقدات و الأفكار و استقلالية و اعتبار الذات .
- البعد بين الأشخاص و يتألف من 3 قدرات و هي التعاطف ، أو التفهم ، و المسؤولية الاجتماعية و العلاقات الشخصية .
- بعد إدارة الضغوط و يتألف من قدرتين هما : التحمل الضغوط و السيطرة على الاندفاع .
- بعد التكيف و يتألف من 3 قدرات : و اختبار الواقعية و المرونة و حل المشكلات .
- بعد المزاج العام يتألف من قدرتين : التفاؤل و السعادة ( عيسى و آخرون ، 2006 ) .

### خلاصة الفصل :

و نستخلص مما سبق أن الذكاء الانفعالي هو مراقبة الانفعالات و مشاعر الخاصة بالفرد و الآخرين و الذي يتميز بالمشاعر و الانفعالات المختلفة و استخدام القدرات لتوجيه طريقة التفكير و أفعال الخاصة و رؤيته من حيث طبيعة دوره في مجالات الحياة ، و هو الذي ينمي أفكار إيجابية تساعده على مواجهة الضغوط التي يتلقاها و يتكيف معها .

# الجانب التطبيقي

## الفصل الرابع :

### الإجراءات المنهجية للدراسة .

#### \_ تمهيد .

- 1 منهج الدراسة .
- 2 الدراسة الاستطلاعية .
- 3 الدراسة الأساسية .
- 4 مجتمع الدراسة .
- 5 عينة الدراسة .
- 6 أدوات المستخدمة في الدراسة .
- 7 خلاصة الفصل .

**تمهيد :**

يعتبر الجانب الميداني خطوة أساسية للبحث و التحقق من فرضياته و الإجابة على تساؤلاته في هذا الفصل ، عرض الإجراءات المنهجية من هذا الجانب بداية الدراسة الاستطلاعية ، و المنهج المناسب للدراسة ، و العينة ، و الأدوات المستعملة وصولاً على عرض و تفسير النتائج المتوصل إليها .

**1منهج الدراسة :**

بناءً على طبيعة دراستنا استخدمنا المنهج الوصفي الارتباطي لكونه هو المنهج الملائم لدراستنا .

\_ و يعرف هذا المنهج الوصفي الارتباطي : بأنه ذلك النوع من البحوث الذي يتم فيه بواسطة استجواب جميع أفراد البحث أو العينة كبيرة منهم ، و ذلك بهدف وصف الظاهرة المدروسة من حيث طبيعتها و درجة وجودها فقط ، دون أن يتجاوز ذلك إلى دراسة العلاقة أو الاستنتاج الأسباب . ( سليمان ، إبراهيم ، 2017 ، ص 31 ) .

و قد اخترنا هذا المنهج لأنه الأنسب لوصف العلاقة بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي و تحليلها لدى القابلات لمستشفى بشير بن ناصر و علاق الصغير .

**2 الدراسة الاستطلاعية :** بعد أن تحصلنا على التصريح من قبل مديرية مستشفى علاق الصغير و بشير بن ناصر -بسكرة - التحقنا بهما أي قمنا بإجراء توزيع مقاييس الصلابة النفسية و الذكاء الإنفعالي على القابلات و أجبنا على المقاييس في مدة قصيرة و سهلة و قد تم شرح موضوع العمل و أهدافه و كيفية الوقت المخصص لذلك .

و كان الهدف من هذه الدراسة هو أننا التأكد من سلامة لغة المقاييس المستخدمة في الدراسة من حيث وضوح التعليمات و الفقرات بالنسبة للعينة الاستطلاعية .

**3 الدراسة الأساسية :**

يتناول هذه الجزء الثاني في هذا الفصل المتبعة لإنجاز الدراسة الميدانية لموضوع البحث المتمثل في مستوى الصلابة النفسية و علاقاتهما بالذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

**4 مجتمع الدراسة :**

تتمثل مجتمع هذه الدراسة على القابلات في مستشفى بشير بن ناصر و علاق الصغير بولاية بسكرة . و الذي بلغ عددهم 32قابلة للصحة العمومية .

جدول رقم 01 يمثل مجتمع الدراسة

النسبة المئوية %	القبالات	المستشفى
62,5 %	20	بشير بن ناصر
37,5 %	12	علاق الصغير
100 %	32	المجموع الكلي

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن مجموع القبالات بشير بن ناصر ( 62,5 % ) .

حيث يشير أكبر من مجموع القبالات علاق الصغير بنسبة ( 37,5 % ) .

5 عينة الدراسة :

\_ تم تطبيق مقاييس البحث على مجموعة القبالات تم اختيارهم بطريقة قصدية من قسم مصلحة التوليد بمستشفى بشير بن ناصر و علاق الصغير ، ولاية بسكرة من ( 27 مارس إلى أبريل ) حيث قدرت العينة 32 قابلة .

جدول يمثل رقم 02 خصائص العينة :

0	أقل من ثلاثة ثانوي	المستوى التعليمي
32	أكبر من ثلاثة ثانوي	
22	متزوج	الحالة الاجتماعية
10	أعزب	
7	أقل من 30 سنة	العمر
25	أكبر من 30 سنة	
23	متوسط	المستوى الاقتصادي
9	جيد	



6 أدوات الدراسة :

وقد اشتملت على التالي :

1 مقياس الصلابة النفسية لعماد محمد أحمد مخيمر 2002، و الذي قننه أ،د بشير معمرية (2011) على البيئة الجزائرية .

2 مقياس الذكاء الانفعالي لعثمان .

1 مقياس الصلابة النفسية : أعد هذا المقياس عماد مخيمر 2002 . تتكون في الأصل من 47 بنداً موزعاً على ثلاثة أبعاد هي :

الالتزام : و تقيسه 16 بنداً .

التحكم : و تقيسه 15 بنداً و أضاف الباحث الحالي أ ، د بشير (معمرية) إلى هذا واحداً و هو 47 فصار عددها 16 بنداً .

التحدي : و تقيسه 16 بنداً . ( بشير معمرية ، 2011) .

فصار عدد البنود في المقياس كله 48 بنداً ، يتم الإجابة عنها بأسلوب تقريرى .

1 ± : تصحيح المقياس : أربعة بدائل هي : لا وتتال صفراً . قليلاً و تتال درجة واحدة متوسط و تتال درجتين كثيراً و تتال ثلاث درجات . و بالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظرياً بين (0.144) و

ارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية . ( بشير معمرية ، 2011) .

1 2 : مستويات الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية :

\_ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين ( 48\_78) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص منخفضة .

\_ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين ( 79\_109) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص متوسط .

\_ إذا كان المجموع الدرجات تتراوح ما بين ( 110\_144) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص مرتفع .

جدول رقم 03: يمثل توزيع البنود على الأبعاد المقياس الصلابة النفسية

البعد	البنود
الالتزام	46_43_40_37_34_31_28_25_22_19_16_13_10_7_4_1
التحكم	47_44_41_38_35_32_29_26_23_20_17_14_11_8_5_2
التحدي	48_45_42_39_36_33_30_24_21_18_15_12_9_6_3

### 3\_1 الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية :

\_ تم تقنين مقياس الصلابة النفسية على البيئة الجزائرية من طرف بشير معمريّة .

✓ عينة التقنين :

حيث تكونت عينة التقنين من 392 فردا و منهم 191 ذكورا و 201 إناث تراوحت أعمارهم الذكور بين 15\_50 سنة بمتوسط حسابي 20.73 و إنحراف المعياري قدره 4,78 و تم سحب العينتين ( الذكور و الإناث ) من تلاميذ و تلميذات مؤسسات الثانوي بولاية باتنة و من كليات جامعة الحاج لخضر باتنة حيث شملت الطلبة و الموظفين و الأساتذة و من مراكز التكوين شبه الطبي بمدينة باتنة . ( بشير معمريّة ، 2011 ) .

- تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية من قبل الباحث شخصيا ( بشير معمريّة ) و استغرقت عملية

التطبيق شهورا جانفي و فيفري و مارس 2011 .

- صدق و الثبات :

❖ الصدق : تم حساب معامل الصدق بثلاث طرق :

الصدق التمييزي : عينة الذكور :

لحساب هذا النوع من الطرق تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية حيث تمت المقارنة بين عينتين تم

سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الذكور حيث حجم كل عينة يساوي 26 مفحوص بواقع السحب 27

% من العينة الكلية ( 95= ن ) . ( بشير معمريّة ، 2011 ) .

\_ عينة الإناث : تمت المقارنة كذلك بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة من الإناث حجم

كل عينة يساوي 26 مفحوصة بواقع سحب 27 % من العينة الكلية ( 95= ن ) .

\_ الثبات : و تم حساب حساب الثبات بطريقتين :

و يبين الجدول رقم 04 معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق و طريقة معامل ألفا كرونباخ :

نوع الثبات	جنس العينات	حجم العينات	معاملات الثبات
طريقة إعادة ( بعد 1 يوم )	ذكور	46	0.714
	إناث	49	0.721
	ذكور و إناث	95	0.612
معامل ألفا كرونباخ	ذكور	46	0.823
	إناث	49	0.831
	ذكور و إناث	95	0.826

دالة إحصائية عند مستوى 0.01 .

\_ يقيس معاملات الصدق و الثبات التي تم حصول عليها بأن مقياس الصلابة النفسية تتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية مما يجعلها صالحة لاستعمال بكل سواء في المجال نفسي أو المجال التشخيص العيادي . ( بشير معمريّة ، 2011 ) .

\_ تعليمة الاختبار : فيما يلي مجموعة من العبارات تحدث لشخصيتك و كيف تواجه المواقف و الضغوط في الحياة ، إقرأ كل عبارة منها واجب بوضع علامة X تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسط أو كثيرا و ذلك حسب انطباق العبارة عليك ، أجب العبارات .

## 2\_ مقياس الذكاء الانفعالي :

تم الاعتماد على الاستبيان للباحث فاروق عثمان و يتكون من 52 عبارة تتوزع على خمسة أبعاد و هي : بعد المعرفة الانفعالية ، بعد إدراك الانفعالات ، بعد الدافع النفسي ، بعد إدراك الانفعال الآخرين ، بعد إدراك العلاقات الاجتماعية . ( فاروق عثمان ، 2002 ) .

\_ يمثل كل من عبارة تقريرية يستجيب عنها المفحوص باختبار ( حقيقي \_ غير حقيقي ) و تقدر درجة تتراوح ما بين ( 1\_0 ) على كل فقرة بناء على مفتاح تصحيح الاختبار تم جمع درجة المفحوص على الأبعاد الخمسة للمقياس لتشكيل الدرجة الكلية للمفحوص . ( عثمان فاروق ، 2002 ) .

1\_2 و تتمثل أبعاد المقياس فيما يلي :

\_ بعد المعرفة الانفعالية : التي تعني قدرة الفرد على التعبير على مشاعره الداخلية بعبارة انفعالية جيدة و القدرة على التنبؤ بمشاعره و مشاعر الآخرين قبل حدوثها .

\_ بعد الإدراك الانفعالات : أي قدرة على إدارة الفرد لانفعالاته و تقبلها و ضبطها بحيث لا تؤثر سلبا في تفكيره و تكون مناسبة أمام الآخرين .

\_ بعد الدافع النفسي : هو السعي نحو أهدافنا فيجب أن يكون لدينا هدف و أن نعرف أو نحدد خطواتنا و أن يكون لدينا الحماس و المثابرة و الاستمرار السعي أن نحكم في انفعالاتنا و نقوم بالاحباطات .

\_ بعد إدراك الانفعال الآخرين : يعني قراءة مشاعر الآخرين من صوتهم أو تعبيرات وجوههم و لاشك أن معرفة مشاعر الآخرين قدرة إنسانية أساسية نراها حتى عند الأطفال .

\_ بعد إدراك العلاقات الاجتماعية : أنه كلما كان الإنسان مزودا بمهارات اجتماعية مناسبة كانت قدرته على التعامل مع المواقف و الأزمات أفضل و الذين يفتقرون للمهارات الاجتماعية يتخبطون و يعانون من اضطراب سوء التوافق . ( عثمان فاروق ، 2002 ) .

#### جدول رقم 05 يمثل أبعاد المقياس الذكاء الانفعالي :

الرقم	الأبعاد	العبارات
1	بعد المعرفة الانفعالية	51_49_14_10_8_7_5_3_2_1
2	بعد الإدراك الانفعالات	50_31_28_26_18_17_16_13_12_11_9_4_3
3	بعد الدافع النفسي	32_30_29_27_25_24_23_22_21_20_19_15
4	بعد الإدراك الانفعال الآخرين	44_41_40_38_37_35_34_33
5	بعد الإدراك العلاقات الاجتماعية	52_48_47_46_43_42_39_36

#### 2\_2 طريقة التصحيح و التطبيق :

بلغ عدد عبارات المقياس 52 عبارة مزروعة على خمسة أبعاد متضمنة عبارات سالبة و أخرى موجبة و هذه العبارات ما هي إلا جمل تعبر عن مشاعر معينة و المطلوب هو قراءتها و تقرير مدى انطباقها على الفرد .  
\_ و يعتمد المقياس على إثتان من البدائل و هي : حقيقي \_ غير حقيقي ( 0\_1 ) على التوالي في حالة الفقرات ذات الموجب ، أما في حالة الفقرات ذات الإتجاه السالب يتم عكس الأوزان :

❖ فقرات ذات الاتجاه الموجب هي :

3\_51\_45\_41\_36\_24\_20\_14\_10\_5\_2\_43\_31\_17\_7)  
\_47\_40\_32\_29\_23\_19\_13\_9\_4\_1\_42\_44\_38\_34\_30\_25\_22\_16\_12\_39\_11\_  
(50) .

❖ فقرات ذات الاتجاه السالب : ( 28\_6\_15\_21\_26\_35\_49 ) . ( عثمان فاروق ، 2002 )

2\_3 مستويات الذكاء الانفعالي :

تقديرات الدرجات	
الدرجات	مستوى الذكاء الانفعالي
أقل من 39	ذكاء انفعالي منخفض
40 _ 43	ذكاء انفعالي متوسط
44 _ 47	ذكاء انفعالي جيد
48 _ 52	ذكاء انفعالي مرتفع

2\_4 الخصائص السيكومترية للمقياس الذكاء الانفعالي :

✓ الصدق التمييزي : تم حساب صدق التمييزي للعينة على مقياس الذكاء الانفعالي ( الوجداني ) عن طريق استجابات الأفراد تنازليا و عن طريق استخدام البرنامج الإحصائي SPSS بنسخته (26) تم حساب test و قد تم استخدام النتائج التالية :

الجدول رقم 06 يمثل نتائج الصدق التمييزي للمقياس الذكاء الانفعالي

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى المعنوية
9	42,44	4,362	8,663	16	0,000
9	28,11	2.369			

يتضح من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي للفئة العليا بلغ ( 42,44 ) بانحراف قدره ( 4,362 ) في حين نجد أن متوسط الفئة الدنيا ( 28.11 ) بانحرافات ( 2.369 ) بينما بلغت قيمة اختبارا "ت"

( 8.663 ) عند مستوى الدالة المعنوية ( 0,000 ) و هي أصغر من المستوى الدلالة ( 0,05 ) مما يعني أن مقياس الذكاء الانفعالي يتمتع بالقدرة تمييزية و بعبارة أخرى لصالح باستخدام في الدراسة .

\_ الثبات:

ثبات ألفا كرونباخ:

الجدول (07) يمثل ثبات المقياس الذكاء الانفعالي عن طريق ألفا كرونباخ .

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
52	0.751

بلغ معامل ألفا كرونباخ بالنسبة لعبارات الاستبيان ( 0.75 ) وهي قيمة ثبات مقبولة ومنه يمكن القول أن هذا المقياس يتمتع بدرجة من الثبات. ( عثمان فاروق ، 2002 ) .

خلاصة الفصل :

من خلال عرضنا لهذا الفصل الذي تعرضنا فيه للجانب الميداني للبحث حيث حددنا منهج المستخدم للدراسة و العينة و أساليب المعالجة الإحصائية .

## الفصل الخامس :

### عرض النتائج و مناقشتها .

\_ تمهيد .

1 عرض و مناقشة نتيجة الفرضية العامة .

2 عرض و مناقشة الفرضية الجزئية الأولى .

3 عرض و مناقشة الفرضية الجزئية الثانية .

4 استنتاج عام للدراسة .

5 خاتمة .

6 اقتراحات و توصيات .

تمهيد :

يتناول هذا الفصل عرض النتائج التي تم الحصول عليها ثم مناقشة هذه النتائج و تفسيرها من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة .

1\_ عرض و مناقشة نتائج الفرضية العامة :

\_ توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

\_ للتأكد من صحة الفرضية العامة قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون هنا تبين استخدام spss 21

و توصلنا إلى النتائج التالية الموضحة في الجدول التالي :

\_ جدول رقم ( 08 ) : يمثل نتائج الفرضية العامة معامل الارتباط بيرسون .

الذكاء الانفعالي		
0,14	معامل الارتباط	الصلابة النفسية
غير دال	مستوى الدالة	
.32	حجم العينة	

من خلال الجدول رقم 1 توصلنا إلى معامل الارتباط ( 0.14 ) و منه توصلنا إلى النتيجة تشير أنه لا يوجد علاقة ارتباطية بين الصلابة و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا ، و منه الفرضية العامة غير محققة .

- مما يدل أن الفرضية غير محققة و هذا ما يتوافق مع : دراسة " البهاص " ( 2002 ) : التي هدفت

إلى معرفة العلاقة بين النهك النفسي و الصلابة النفسية لدى عدد من المعلمين بمدارس التربية

الخاصة و ذلك يعود إلى وجود تأثير التفاؤل بين نوع المعلم و سنوات الخبرة على درجة كل من

النهك النفسي و الصلابة النفسية .

- و تتفق أيضا هذه الدراسة مع دراسة " الشيراوي " حيث توصلت إلى أن الأرملة البحرينية لها

القدرة على مواجهة ضغوط الحياة و ارتبط ذلك بصلابتها النفسية و هذا عائدا إلى ظروف العمل و

ضغوط الحياة و الترمل و الوفاة..... الخ .

- في حين تختلف مع دراسة هين 1978 التي توصلت إلى أن الصلابة النفسية مجرد تخفيف في أثر

الحياة الضاغطة .

- إن كانت الصلابة النفسية هي مجموعة من الميكانيزمات التي تحدد القدرات المتنوعة التي يمتلكها

الأفراد ، فهذا يجعل من حتمية التكامل مع الذكاء الانفعالي التي لها عدة جوانب مشتركة مع



الصلابة النفسية من بينها قدرة الفرد على التعامل بنجاح و التعرف على انفعالات الآخرين الذي ينتج حسن التعامل معهم . لذا نرى أن كل ما كانت الصلابة النفسية مرتفعة عند القابلات ينتج عنه الثبات الانفعالي أو ذكاء انفعالي و هذا ما يفسر العلاقة بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي .

**2 عرض نتائج الفرضية الجزئية الاولى :**

و التي تنص أن مستوى الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا مرتفع .  
- و للتأكد من صحة الفرضية قمنا بحساب متوسط الحسابي و الذي يتضح من خلال الجدول التالي :

**جدول رقم (09) يمثل نتائج الفرضية الجزئية الأولى):**

المتغير	العينة	متوسط الحسابي	المستوى
الصلابة النفسية	32	108.75	متوسط

- تبين من خلال الجدول رقم 3 أن مستوى المتوسط الحسابي للصلابة النفسية قدر بدرجة 108،75 .
- وهنا يتضح أن مستوى الصلابة النفسية لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .
- و من هنا نستنتج أن الفرضية الجزئية الأولى غير محققة و هذا ما يتوافق مع : دراسة هول و آخرون " 1987 " هدفت الدراسة على تحديد طبيعة مفهوم الصلابة و دور الصلابة كمتغير وسيط مخفف من آثار الحياة الضاغطة ، و قد أظهرت الدراسة أن الصلابة ليست مفهوم واحد بل ثلاثة مكونات منفصلة و أن بعدم ( الالتزام أو التحكم ) يتمتعان بخصائص سيكولوجية ملائمة و هما يخففان من أثر الضغوط و أشارت الدراسة إلى وجود ارتباط بين مقياس الصلابة و مقاييس الأخرى ، فالأشخاص ذو الصلابة مرتفعة حصلوا على درجات منخفضة على مقاييس الخجل و القلق الاجتماعي و الوعي بالذات و الآخرين .
- حيث لم تتفق مع دراسة كوبازا " 1979 " و هدفت الدراسة إلى معرفة المتغيرات النفسية و التي من شأنها مساعدة الفرد بالاحتفاظ بصحته النفسية و الجسمية رغم تعرضهم للضغوط و الصعاب ، حيث أظهرت نتائج أن الأشخاص الأكثر الصلابة رغم تعرضهم لضغوط كانوا أقل مرض و أنهم متمسكون بالصمود و الإنجاز و السيطرة و الضبط الداخلي و القابلة أكثر اقتدارا و نشاط و طموحا في حين أن الأشخاص الأقل صلابة أكثر مرضا و عجزا و أقل في الضغط الخارجي ، كما توصلت إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة كانوا أكثر مرونة و اقتحام و واقعية .
- إن كانت الصلابة النفسية هي مجموعة من الميكانيزمات التي تحدد القدرات المتنوعة التي يمتلكها الأفراد ، فهذا يجعل من حتمية التكامل مع الذكاء الانفعالي التي لها عدة جوانب مشتركة مع الصلابة النفسية من بينها قدرة الفرد على التعامل بنجاح و التعرف على الانفعالات الآخرين الذي

ينتج حسن التعامل معهم ، لذا نرى أن كانت الصلابة النفسية مرتفعة عند القابلات ينتج عنه ثبات انفعالي أو نكاء انفعالي و هذا ما ينتج علاقة طردية .

### 3 \_ عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

و التي تنص أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا مرتفع .

\_ و للتأكد من صحة الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي و الذي يتضح من خلال الجدول التالي :

#### جدول رقم 10 يمثل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	المستوى
الذكاء الانفعالي	32	34.93	منخفض

\_ تبين من خلال الجدول رقم ( 04 ) : أن المتوسط الحسابي قدر بدرجة ( 34.93 ) .

\_ و من هنا يتضح أن مستوى الذكاء الانفعالي منخفض لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .

\_ و من هنا نستنتج أن الفرضية الجزئية الثانية غير محققة . و هذا ما تتفق مع :

دراسة كل من ( armstronga \_ Gofliganb .2011 ) هدفت إلى دحض العلاقة الارتباطية

لأبعاد الذكاء الانفعالي في التنبؤ بالمرونة النفسية و أحداث الحياة السلبية المتعددة ، و بعد تحليل النتائج توصل الباحثون إلى نتائج تشير إلى ارتباط الذكاء الانفعالي ، حيث أن الأفراد ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع تبين لهم أحداث الحياة الضاغطة أقل .

\_ في حين لم تتفق مع دراسة " الجعيد ( 2011 ) : إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى

الطالبة جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية و علاقة بالتكيف النفسي و الاجتماعي لديهم ، و لقد

طبقت الدراسة على عينة من طلبة الجامعة ، و التي تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، و قد توصلت

الدراسة إلى نتائج أهمها : أ، درجة الذكاء الانفعالي ، لدى طلبة الجامعة كانت متوسطة .

\_ و يعد الذكاء الانفعالي مجموعة قدرات عقلية تساعد الفرد على معرفة و فهم مشاعر الآخرين و

أيضا تنظيم و ضبط المشاعر و التحكم في الانفعالات كما تشير الإحصائيات المتداولة أن نسبة

المصابين بكورونا مرتفع ، و هذا ما ينتج عن توافد كبير في المستشفيات مما أدى إلى انخفاض

درجة الذكاء الانفعالي لدى القابلات بسبب عدم القدرة على التجاوب بين القابلات و المصابين ،

فالذكاء الانفعالي يتأثر بدوره بظروف المحيطة و كان هذا الإقبال الكبير للمصابين دور مهم في

تراجع الذكاء الانفعالي مما أدى إلى عدم قدرة القابلات على تحقيق المستوى الانفعالي المطلوب .

4 / الاستنتاج العام للدراسة :

- ✓ من خلال التساؤل الذي طرحناه حول علاقة الصلابة النفسية بالذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا فقد حاولنا من خلال دراستنا بعنوان مستوى الصلابة النفسية و ما علاقتها بالذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا و معرفة ما إذا كان توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا أم لا ، و كذلك معرفة مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى القابلات في ظل جائحة كورونا ، و معرفة مستوى الذكاء الانفعالي مرتفع لدى القابلات في ظل جائحة كورونا .
- ✓ و من خلال الدراسة تطبيقية التي قمنا بها و التي استعملت فيها المنهج الوصفي التحليلي و عينة الدراسة المتمثلة القابلات 32 عينة الكلية 20 عينة في مستشفى بشير بن ناصر بولاية بسكرة و 12 عينة مستشفى علاق صغير بزريعة الوادي حيث تم اختيارها بطريقة قصدية ، و تم استعمال أدوات الدراسة تطبيق مقياس الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي ، و بعد عرض و مناقشة نتائج الدراسة التي تحصلنا عليها ، توصلنا على عدم تحقيق الفرضية التي أدرجناها في بداية الدراسة و التي تقول لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي لدى القابلات في ظل جائحة كورونا ، كما نستنتج أن الفرضيتان الجزئيتان الأولى و الثانية لم تحقق الفرضية ، حيث الفرضية الجزئية الأولى غير محققة و هذا ما يتوافق مع : دراسة هول و آخرون " 1987 " ، من هنا نستنتج أن الفرضية الجزئية الثانية غير محققة . و هذا ما تتفق مع : دراسة كل من ( armstronga \_ Goffiganb .2011 ) هدفت إلى دحض العلاقة الارتباطية لأبعاد الذكاء الانفعالي في التنبؤ بالمرونة النفسية و أحداث الحياة السلبية المتعددة .
- ✓ و في الأخير و بعد التوصل إلى هذه النتيجة أتمنى بضرورة الانتباه على هاته الشريحة القابلات خاصة في الوضع الحالي جائحة كورونا مما أثر سلبا على حالتهم النفسي و خاصة المهني و التنبية إلى أن العينة كانت صغيرة و ستكون النتائج أدق لو كانت العينة أكبر .

## خاتمة :

إن حياة الإنسان لا تكاد تخلو من الضغوطات المختلفة و التي لا يستطيع مواجهتها حيث أصبحت هاته الضغوط تمس جميع فئات العمرية المختلفة خاصة في مجال العمل ، و تسمى بالضغوط المهنية لكن على الفرد مواجهة تلك الضغوط من بينها مهنة القابلات التي تتطلب مواجهة الصعوبات و العائق الذي يحدث لهن سواء في المجال المهني أو المجال الآخر و هذا عن طريق استخدام الصلابة النفسية و استخدام الذكاء الانفعالي .

\_ توصلنا من خلال دراستنا إلى نتيجة الفرضية العامة غير محققة و لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي .

\_ و كما تبين لنا الفرضية الجزئية الأولى غير محققة مع نتائج الدراسة الصلابة النفسية المتوسطة عند القابلات في ظل جائحة كورونا .

\_ و كما تبين لنا أيضا أن الفرضية الجزئية الثانية غير محققة مع نتائج الدراسات الذكاء الانفعالي منخفض عند القابلات في ظل جائحة كورونا .

## الاقترحات و التوصيات :

### الاقترحات :

\_ تكثيف الدراسة الميدانية حول الصلابة النفسية و الذكاء الانفعالي .

\_ ضرورة توفر القابلات و تفصيل دورهم في المستشفيات بكثرة من أجل القيام بعملهم و بأدوارهم في مكان تواجههم بالعمل .

\_ على المستشفيات أن يكونوا متعاونين مع المرأة الحامل حيث لم نرى بواذر التعاون و التعامل بشكل أكثر .

### التوصيات :

\_ على ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بالآتي :

\_ الاهتمام بالدراسات و البحوث التي تخص القابلات .

\_ تعزيز الصلابة النفسية لدى القابلات لأنها تسير عملية الإبداع و التفكير و تجعلهم يشعرون بالثقة بالنفس و الطمأنينة و الصحة النفسية .

\_ تعزيز مستوى الذكاء الانفعالي للقابلات .

\_ ضرورة الاهتمام بأبعاد الصلابة النفسية باعتبار أن الاهتمام بها يَأثر إيجابيا على تحسين الحياة .

# قائمة المراجع

قائمة المراجع :

1. أبو رياش و آخرون ( 2006 ) ، الدافعية و الذكاء العاطفي ، دار الفكر للنشر و التوزيع، عمان.
2. أبو علام رجاء ( 2006 ) ، مناهج بحث في العلوم النفسية و التربوية ، دار النشر للجامعات ، القاهرة .
3. أحمد بن عبد الله محمد العيافي ( 1432-1433 ) الصلابة النفسية و أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام و العاديين بمدينة مكة المكرمة و محافظة الليث ، رسالة ماجستير في علم النفس ، جامعة أم القرى ، كلية التربية .
4. احمد عبد الرحمان عبد الله أحمد ( 2018 ) ، الصلابة النفسية و علاقتها بجودة الحياة لطلاب كلية التربية ، بحث تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير في علم النفس ، جامعة أم درمان الإسلامية.
5. إيمان عباس العفاف ( 2013 ) ، الذكاء الانفعالي تعلم كيف تفكر انفعاليا ، دار المناهج للنشر و التوزيع ، عمان .
6. البهاص سيد ( 2002 ) النهك النفسي و علاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة ، مجلة كلية التربية جامعة طنطا ، مصر .
7. بشير معمريه ، ( 2011 ) ، أساسيات القياس النفسي و تصميم أدواته ، دار الخلدونية ، الجزائر .
8. حسين محمد و جاد الله ( 2002 ) ، المكونات العاملية للذكاء الانفعالي لدى عينة من المتفوقين أكاديميا و غير متفوقين من الطلاب التعليم الثانوي ، مجلة الدراسات النفسية .
9. خالد محمد بن عبد الله العبدلي ( 2012 ) الصلابة النفسية و علاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا و العاديين بمدينة مكة المكرمة ، بحث تكميلي للحصول على درجة ماجستير في علم النفس تخصص إرشاد نفسي ، كلية التربية \_ جامعة أم القرى .
10. دخان نبيل و الحجار بشير ( 2006 ) ، الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعات الإسلامية و علاقتها بالصلابة النفسية لديهم ، مجلة الإسلامية ، مجلة ، 14\_369\_398 .
11. راضي زينب نوفل ( 2008 ) ، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى و علاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية ، كلية التربية ، غزة .
12. رزق الله رنده ( 2006 ) ، فاعلية البرنامج التدريبي التنمية مهارات الذكاء الانفعالي ، دراسة تجريبية في مدارس مدنية دمشق ، عينة من تلاميذ الصف السادس من تعليم أساسي ، رسالة دكتورا غير منشورة ، جامعة دمشق ، كلية تربية .

13. ريم محمد شكري ، إسماعيل القيسي ( 2012 ) ، الأمن النفسي و علاقته بالصلابة النفسية لدى الزوجات المرضى الفصامين ، رسالة ماجستير عمادة الدراسات العليا ، جامعة القدس ، فلسطين .
14. سعاد جابر سعيد ( 2015 ) ، الذكاء الانفعالي و علم النفس التربوي ، ط 1 ، علم الكتاب الحديث ، للنشر و التوزيع ، الأردن .
15. سلامة وليد ( 2007 ) كيف تنمي ذكاؤك العاطفي ، منشورات وزارة الثقافة ، دمشق .
16. سليمان إبراهيم ( 2017 ) اتفاقات دولية ، قوانين ، و مراسيم ، العدد 30 ، حي البساتين بئر مراد رابيس ، المطبعة الرسمية ، الجزائر .
17. سهام المللي ( 2010 ) ، الذكاء الانفعالي و علاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من المتفوقين و العاديين ، رسالة دكتورا ، كلية التربية ، جامعة دمشق .
18. شاهر يوسف ياغي ( 2006 ) ، الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة و علاقتها بالصلابة النفسية ، رسالة ماجستير في علم النفس ، جامعة الإسلامية بغزة ، كلية التربية .
- عبد الباسط محمد حسن ( 1975 ) ، أصول البحث العلمي الاجتماعي ، الأنجلو المصرية ، القاهرة .
19. العنتيبي ياسر ( 2003 ) ، الذكاء العاطفي نظرة جديدة في العلاقة بين الذكاء العاطفة ، دار الفكر ، مصر .
20. عثمان فاروق ، عبده عبد الهادي ( 2002 ) القياس و الاختبارات النفسية أسس و أدوات ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
21. عصام عوني ، سلمان عيسى ( 2014 ) ، الصلابة النفسية و علاقتها بالضغوط الحياة لدى العاملين في المؤسسة الأمنية في محافظتي الخليل و بيت لحم ، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي و التربوي من عمادة الدراسات العليا ، كلية العلوم التربوية ، جامعة القدس .
22. عيسى رضوان و آخرون ( 2006 ) ، الذكاء الوجداني و تأثيره على التوافق و الرضا عن الحياة و الإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال مجلة العلوم التربوية و الاجتماعية ، كلية التربية بجامعة خلوان ، رقم 42 .
23. لبلاطة كميليا ( 2019 ) ، الاحترق النفسي لدى القابلات المناوبات ليلا ، مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي ، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
24. محمد رزق منذر ، عدنان اليازحي ( 2011 ) ، الاتجاه نحو المخاطرة النفسية و علاقتها بالصلابة النفسية ، دراسة ميدانية على الشرطة الفلسطينيين ، رسالة ماجستير في علم النفس ، الجامعة الإسلامية بغزة ، كلية التربية .



25. محمد محمد عودة ( 2010 ) ، الخبرة الصادمة و علاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط و المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى الأطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة ، رسالة ماجستير في علم النفس ، الجامعة الإسلامية ، كلية التربية.
26. مخيم هشام ( 2008 ) ، استبيان الصلابة النفسية ، القاهرة ، مكتبة أنجلو المصرية .
27. مدحت عباس ( 2010 ) ، الصلابة النفسية كمبنى يخص الضغوط النفسية و السلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية ، مجلة ( 26 ) العدد 1681 ، 233 .
28. نجيب خليل محمود القرعان ( 2014 ) ، العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية و مستوى التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين في قضاء بئر السبع ، رسالة ماجستير تخصص الإرشاد النفسي التربوي جامعة عمان العربية ، كلية العلوم التربوية و النفسية .
29. نور الهي السوسن ( 2009 ) ، علاقة الذكاء الوجداني بالاتجاهات الوجدانية للتنشئة كما يدركها طالبان مرحلتين للثانوي و الجامعي بمدينة مكة المكرمة ، الثالثة ماجستير غير منشورة ، كلية تربية جامعة القرى .
30. هلا خليل أحمد عردات ( 2017 ) ، الصلابة النفسية و علاقتها بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة عجلين ، رسالة ماجستير في تخصص علم النفس التربوي ، كلية العلوم التربوية و النفسية ، جامعة عمان العربية .
31. هلك علاء الدين ( 2016 ) ، الصلابة النفسية و علاقتها بكل من تحمل الضيق و الأبعاد الأساسية للشخصية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين ، أطروحة مقدمة كجزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في علم النفس ، كلية العلوم الإنسانية ، جامعة بيروت العربية .
- المراجع بالأجنبية :**

30 Wechsler ( 1940) . nom – intellective factors in general intelligence , psychological Bulletin .

31 Geong jn (2000), Emotions and leadership the orel of emotional intelligence , Human relations vol .

32 olivies ( 2010),university and developing emotional intelligences Asian sevelapent Bank nansolyong city .

33 Nartineg pn ( 2000) Emotions intelegenc as self regulatory press Asouel cognitive viue inegisstien cognition and personality vel 19

34 vicola s sehutte john nollouf , Cena F Hall Donald j- hagg erty jone , t cooper Charles j golden t liane dorkeim ( 1998) development and validation

of a measure of emotional intelligence personality and individual differences.

35 Abraham ,R (1999) Émotionnel intelligence in organisation ; Aconceptualization genetie social and psychology monograph 125 (2) .  
36 Ar \_on r(1997) the emotional intelligence inventory ( E .Q.I) reading manual Toronto .

37 Schutt ,n,malouff ,M Simmuck M ckenley j & Holland s (2002) Emotional wellbieng cognition and characteristic emotional intelligence and emotion 16 .

38 Golman D ( 1995) Emotional intelligence why it can Matter More than IQ ,Bantan Books , New York , N,Y .

المواقع الإلكترونية :

.39 ( https :TT WWW .who .INT ) .

.40 ( inistry of Health and prevention of the UAE ,2020 ) .

.41 ( https :www .edc .gov /coronavirus /2019\_ncov /INDEX ) .

# قائمة الملاحق :

مقياس الصلابة النفسية

عماد محمد أحمد مخيمر 2002

الاسم ..... العمر .....

المهنة .....

المستوى التعليمي .....

الحالة الاجتماعية .....

المستوى الاقتصادي .....

التعليمة:

فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة. اقرأ كل عبارة منها وأجب عليها بوضع العلامة تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة عليك، اجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي				
2- اتخذ قراراتي بنفسى ولا تملى عليا من مصدر خارجى				
3- اعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها				
4- قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه				
5- عندما أضع خطتي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها				
6- اقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها				
7- معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة				
8- نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ				
9- لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد				
10- اعتقد أن لحياتي هدفا وعنى أعيش من أجله				
11- اعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظ وفرص				
12- اعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها				
13- لدي قيم ومبادئ التزم بها وأحافظ عليها				
14- اعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته				
15- لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني				
16- لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها				
17- اعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي				

				18- عندما تواجهني مشكلة أتحداهما بكل قواي وقدراتي
				19- أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي
				20- أنا من الذين يرفضون ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح
				21- أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث تغيرات
				22- أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة
				23- أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي
				24- عندما أنجح في حل أي مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى
				25- أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد
				26- أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي
				27- اعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على حلها
				28- اهتمامي بالأعمال و الأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي
				29- اعتقد أن العمل السيء والغير ناجح يعود إلى سوء التخطيط
				30- لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي
				31- أبادر بعمل أي شيء اعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي
				32- اعتقد أن لي تأثير قوي على الأحداث التي تقع لي
				33- أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها
				34- اهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث
				35- اعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم
				36- إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي
				37- إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي الحياة التي يجب أن نحياها
				38- إن النجاح الذي أحققه بجهدني هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة

				39-اعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة
				40-أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر إلى مساعدتهم
				41-اعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث
				42-أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية
				43-أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك
				44-أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية
				45-إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح
				46-أبقى ثابتا على مبادئ وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف
				47-أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث
				48-أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث

## مقياس الذكاء الانفعالي :

مقياس المعرفة الانفعالية :

يوجد العديد من العبارات التي يمكن الإجابة عليها إما " حقيقي " أو " غير حقيقي "

م	العبرة	حقيقي	غير حقيقي
1	استخدام كل من انفعالاتي الإيجابية و السلبية كمصدر للحكمة حول كيفية قيادة حياتي .		
2	تساعدني المشاعر السلبية في إحداث التغيير في حياتي .		
3	في الوقت المناسب استطيت توجيه مشاعري من لحظة لأخرى .		
4	تكون مشاعري السلبية مساعدة لي .		
5	عندي القدرة على إرشاد مشاعري من لحظة لأخرى .		
6	معرفة مشاعري الصادقة حاسمة لبقائي في الحياة .		
7	أنا مدرك لمشاعري الصادقة أغلب الوقت .		
8	عموما استطيت التعبير عما أشعر به طوال الوقت .		
المجموع			



## \_ مقياس إدارة الانفعالات

يوجد العديد من العبارات التي يمكن الإجابة عليها إما " حقيقي " ، أو " غير حقيقي " .

م	العبرة	حقيقي	غير حقيقي
1	تعلمت أن أتحكم في تفكيري السلبي		
2	أنا مسئول عن مشاعري .		
3	أستطيع استعادة هدوئي بسرعة بعدما يزعجني أمر مهم		
4	أمتلك القدرة على التحكم بسرعة في مشاعري و أفكارى و تصرفاتى		
5	أنا هادئ تحت أي ضغط .		
6	لا ألتفت إلى انفعالات السلبية .		
7	أنا قادر على أن أكافئ نفسي بعد أي موقف محزن .		
8	أستطيع طرد مشاعري السلبية عندما أحتاج إلى ذلك		
9	لا أخاف من فقدان السيطرة على مشاعري و أفكارى و عواطفى و تصرفاتى .		
10	أستطيع التحول من الحالة الانفعالية السلبية إلى الحالة الإيجابية عند الضرورة .		
11	أشعر بالثبات الانفعالي .		
	المجموع		

مقياس الدافع النفسي :

\_ يوجد العديد من العبارات التي يمكن الإجابة عليها إما " حقيقي " أو " غير حقيقي "

م	العبارة	حقيقي	غير حقيقي
1	أنا قادر أن أوجه نفسي عند مواجهة العجز أو الضعف .		
2	أمتلك درجة عالية من الصبر حتى لو فشلت في تحقيق أي نتائج ملموسة .		
3	عندما أقوم بعمل فإنني أفكر في الأجزاء الأسهل عملا .		
4	أحاول أن أكون مبتكرا أمام التحديات اليومية .		
5	عند إنجاز أي مهام يومية فإنني أكون هادئ و مركزا تفكيري نحو هذه المهام .		
6	أحب دفع حدود قدراتي إلى الأمام .		
7	عندما يكون العمل مهما أكون قادر على تنفيذه بكامل قدراتي .		
8	تحت الضغوط نادرا اشعر بالتعب و التوتر .		
9	أستطيع إنجاز أعمالي بدرجة عالية من التميز من خلال النشاط و الهدوء و التركيز .		
10	أستطيع أن أكون عاطفيا عند إنجاز أعمالي .		
11	أستطيع تحقيق النجاح تحت الضغوط .		
12	في مواقف التحدي أستطيع حشد انفعالاتي الإيجابية مثل : المتعة و المرح و روح الدعابة .		
13	أستطيع أن أفهمك كلية فيما أفعله .		
14	لا أحب تشتيت انتباهي أثناء إنجاز العمل .		
15	عادة أفقد الإحساس بالزمن عند تنفيذ مهام جديدة .		
16	أضع انفعالاتي الإيجابية جانبا عند إنجاز و تنفيذ المهام المطلوبة مني .		
المجموع			

\_ مقياس إدراك انفعال الآخرين :

يوجد العديد من العبارات التي يمكن الإجابة عليها إما " حقيقي " أو " غير حقيقي "

م	العبرة	حقيقي	غير حقيقي
1	أنا حساس لما يشعر به الآخرون .		
2	أجيد فن الاستماع لمشاكل الآخرين .		
3	أجيد فهم مشاعر الآخرين حتى أن لم يفصحوا عنها مباشرة .		
4	نادرا ما أغضب من الناس الذين يضايقونني بالأسئلة الغبية .		
5	لدي القدرة على قراءة مشاعر الناس من تعبيرات وجوههم .		
6	أنا حساس لاحتياجات العاطفة لآخرين .		
7	عندي القدرة على فهم الإشارات الاجتماعية الصادرة من الآخرين .		
8	عندي اتساق في مشاعري و مشاعر الآخرين .		
9	أستطيع أن أوضع نفسي مستوى الآخرين بسهولة.		
المجموع			

مقياس إدراك العلاقات الاجتماعية :

\_ يوجد العديد من العبارات التي يمكن الإجابة عليها إما " حقيقي " أو " غير حقيقي "

م	العبرة	حقيقي	غير حقيقي
1	من السهولة أن أرتاح مع الآخرين .		
2	ليس من الصعوبة الحديث مع الأشخاص الغرباء .		
3	عندي القدرة لتأثير على الآخرين .		
4	عندي القدرة على فهم حالة الانفعالية لآخرين .		
5	يأتيني الزملاء طلبا لنصيحة .		
6	أستطيع الاستجابة لرغبات زملائي .		
7	عندي القدرة في تحقيق حاجات الآخرين .		
8	يراني الناس على أنني مدرب فعال في فهم مشاعرهم .		
	المجموع .		