

الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بصفاتها منبئات
لجودة الحياة

لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى
إعداد

الأستاذ الدكتور/ نظمي عودة موسى أبو مصطفى
أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية التربية للعلوم النوعية سابقاً
جامعة الأقصى، دولة فلسطين

ملخص :

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى القوة التنبؤية لمتغيرات الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة في جودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى، مع التعرف إلى العلاقات بين درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة، والتعرف إلى الفروق في مستوى الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة؛ تعزى إلى متغيرات: الجنس، والمعدل الأكاديمي، والمستوى الدراسي.

وتألفت عينة الدراسة من (345) طالبًا وطالبة من طلاب اختصاص الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.

واستخدم الباحث الأدوات الآتية: مقياس الذكاء الوجداني، إعداد: بار - آون وباكر، ترجمة وتعريب: رزق الله سهيل، ومقياس قدرة الذات على المواجهة، إعداد: الباحث، ومقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، إعداد: محمود منسي، وعلي كاظم.

كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية: معامل ارتباط بيرسون، ومعادلة الانحدار المتعدد، وتحليل التباين المتعدد.

وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01) بين درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني، وجودة الحياة لدى طلاب موضع الدراسة.

كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01) بين درجات مقياس كل من قدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لدى طلاب موضع الدراسة.

كذلك أظهرت نتائج الدراسة تنبأ الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب موضع الدراسة.

وأبانت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في مقاييس الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة؛ تبعًا لمتغيرات: الجنس، والمعدل الأكاديمي، والمستوى الدراسي.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الوجداني، قدرة الذات على المواجهة، جودة الحياة، طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى.

Abstract:

The present study aimed to identify the predictive force of emotional intelligence variables and the self-confronting ability with quality of life among psychological counseling students at Al-Aqsa University, and to know The relationships between the scale degrees for each of emotional intelligence, self-confronting ability, quality of life, in addition to recognize of differences in the level of emotional intelligence, self-confronting ability, and quality of life that are attributed to variables of: sex, academic average, and academic level.

The study sample consisted of (345) students of psychological counseling, Faculty of Education, Al-Aqsa University, Gaza, Palestine. The researcher used the following tools: Emotional Intelligence Scale, Prepared by Bar-On and Barker, Translation and Arabization: Rizk Allah Suhail, and Self-confronting Ability Questionnaire, Prepared by: Researcher and Quality of Life for University Students Scale, prepared by Mahmoud Mansi and Ali Kazem.

The researcher also used the following statistical methods: Pearson correlation coefficient, multiple regression equation, and multiple variance analysis.

The results of the study showed a statistically significant positive relation at level (0.01) between the scores of emotional intelligence and the quality of life among the target students.

The results of the study also showed a statistically significant positive relation at level (0.01) between the scores of self-confronting ability and the quality of life among the target students.

The results of the study also indicated prediction both of emotional intelligence and self-confronting ability with the quality of life among the target students.

The results of the study also showed no differences in the scales of emotional intelligence, self-confronting ability, and quality of life, according to the variables of: sex, academic average, and academic level.

Key words: Emotional intelligence, The self-confronting ability, Quality of life, Among psychological counseling students at Al-Aqsa University.

مقدمة:

لا شك أنّ تقدم أي بلد من بلاد العالم في الوقت الحاضر؛ لا يتوقف على موارده الطبيعية، والاقتصادية دائماً؛ إنّما يتوقف على الثروة البشرية التي يملكها، ومن أبرزها الشباب الجامعي الذين يُعدّون أهم الفئات التي تعمل على بناء، وتنمية المجتمع؛ فهم عموده الفقري، ومركز طاقته الفعالة، والأساس في النهوض به، والذين لا يمكن الاستغناء عنهم في جوانب حياته المختلفة؛ فضلاً أنّهم يشكلون في كل المجتمعات القوة المنتجة؛ نظراً لما يملكونه من قدرات، ومهارات تؤهلهم لبذل الجهد، والعطاء من أجل تحقيق التنمية، والنهضة المجتمعية.

وتُعدّ المرحلة الجامعية مرحلة مهمة في حياة الشباب الجامعي، ومن أكثر مراحل الحياة أهمية؛ لما لها من دور رئيس في تنمية شخصيتهم، وإكسابهم المهارات الحياتية التي تنعكس إيجابياً على مستقبلهم في الحياة، فهم شريحة متميزة في أي مجتمع، بل هم أكثر شرائح المجتمع حركةً، ونشاطاً، ومصدرًا من مصادر النهوض، والرقى، والإبداع في كافة المجالات الثقافية، والفكرية، والمجتمعية، والسياسية، والاقتصادية. وعزز ذلك دويكات (2016) حين أشار أنّ الشباب يمثلون عنصراً رئيساً من عناصر بناء أي مجتمع، ويسهمون في التنمية المجتمعية؛ فهم الركيزة الأساسية لاستمرار عملية البناء، والتطوير، حيث إنّهم يمثلون سلاح الأمم، وعمادها، ورهانها التاريخي في صناعة مستقبلها. كما عزز ذلك تواتي (2018) حين أشارت أنّ تزايد الاهتمام بالمجتمع، وبمختلف شرائحه، وخاصة شريحة الشباب الجامعي، حيث تُعدّ الجامعة مركزاً لعملية التعليم، والتكوين؛ لما لها من أهمية في تطوير أي مجتمع في جميع مظاهره، وقطاعاته، ويُعدّ التكوين جزءاً مهماً في بناء الشباب الجامعي، وقدراتهم، وهذا ما يصبو التكوين إلى غرسه فيهم، حيث يستطيعوا من خلالها أن يتكيفوا مع التسارع الحاصل في شتى مناحي الحياة اليومية؛ مما يكسبهم نوعاً من الراحة النفسية، أو السعادة، أو الاطمئنان، أو الرضا عن الحياة التي يعيشونها، والتي ترقى بهم إلى ما يعرف بجودة الحياة (Quality of life)، والتي تلبي احتياجاتهم النفسية، والعقلية، والاجتماعية.

وتُعدّ الجامعة من أهم ميادين، ومجالات التطور، والتغير في الحياة؛ فالطالب الجامعي يُعدّ من أهم محاور التعليم الجامعي، لذا؛ فإنّ أي تطور يمس الجامعة يمسّه باعتباره عضواً مهماً في التعليم الجامعي، وإنّ مجمل التغيرات، والتطورات التي تطرأ؛ فإنّها تؤثر بطريقة، أو بأخرى على جودة الحياة لديه ويعيش بدوره مرحلة مراهقة متأخرة، ومرحلة دراسية انتقالية مهمة في حياته، وهذه العوامل مجتمعة، أو واحدة منها تؤثر على جودة حياته خاصة؛ إذا ما لقي صعوبات في التأقلم، والتكيف مع بيئته، وعالمه الجديد، إضافة إلى عوامل خارجية أخرى تؤثر بدورها على جودة الحياة لديه، كالظروف النفسية، والاجتماعية، والاقتصادية (بوعمامة،

(2017). وعزز ذلك دراسة ريبيرو وبيريرا وفيراير وبويري (Ribeiro, Perira, , Freire, & Boery , 2017) التي أبانت أن الضغوط النفسية تؤثر على جودة الحياة لدى طلاب الجامعات.

ولما كانت جودة الحياة تعبر عن العلاقات الاجتماعية التي يكونها الأفراد في أوساطهم الاجتماعية؛ فإن مرحلة التعليم الجامعي تُعد نموذجاً لوسط اجتماعي متوافق، ومتفاعل اجتماعياً؛ كما تُعد من أهم المراحل التعليمية التي تؤثر في تنمية مدركات الطلاب لجودة حياتهم، وبناء على ذلك " فإن محاولة فهم تقدير الطلاب لجودة الحياة، وإدراكهم لها يُعد خطوة مهمة في سبيل فهم هذه المرحلة ومتطلباتها " (نعيسة، 2012). وأكدت دراسة عراقي ورمضان (2005) أن الإحساس بجودة الحياة يُعد مطمحاً يسعى إليه الأفراد في كافة الثقافات، والمجتمعات.

وتُعد جودة الحياة - خاصة - منذ بداية الألفية الثالثة توجه قومي لدى أفراد المجتمع، وهدف تسعى لتحقيقه كافة الأنظمة التربوية، والتعليمية، والاجتماعية، والمجتمعية؛ وذلك بعد الأحداث المؤلمة التي نمر بها في الحياة المعاشة، وبخاصة فئة الشباب سواعد المجتمع، وأركانها، وعلى الرغم من الاهتمام بتحسين نوعية الحياة؛ فإن الشعور بالتوجه نحو الحياة، والرضا عنها لم يتحقق بشكله الكامل، بل في المقابل ازدادت هموم الحياة، وضغوطاتها، وإذا استطاع الفرد التغلب على المشكلات الحياتية الكدرة؛ فإنه يشعر بالأمان النفسي، وجودة الحياة الإيجابية، وبالتالي لا يخاف على مستقبله النفسي، الأمر الذي يقلل من التوترات، والصراعات المستقبلية؛ لأن الحياة المستقبلية تكون ودية لدى الفرد الذي يتمتع بجودة حياة إيجابية، وعلى العكس من ذلك؛ فإذا كان مستوى جودة الحياة متدنياً، سترداد الحياة تعقيداً، الأمر الذي يتطلب بناء نفسي قوي؛ لمواجهة معيقاتها المستقبلية.

ومن جانب آخر؛ فإن التعليم الجامعي يُعد أحد العناصر الأساسية المهمة في تعزيز المتعلمين في مواجهة التحديات، والمشكلات الحياتية التي تواجههم في حياتهم اليومية، ومنها: عدم تعلمهم، وفهمهم، وإدراكهم لانفعالاتهم، ووعيهم لمشاعرهم، وحسن إدارتها، وامتلاكهم القدرة على التعاطف، وحسن إدارة علاقاتهم مع الآخرين، والتي تُعد من أهم العوامل الأساسية، والمهمة في تحقيق النجاح في مجالات الحياة المختلفة، واندماجهم في الحياة الجامعية، وإن اندماج الطالب في الحياة الجامعية يتأثر بمدى امتلاكه من مقومات، ومهارات شخصية: كالذكاء الوجداني (Emotional intelligence)، حيث إنه يواجه طوال حياته ضروباً من المشكلات الحياتية، وأهم ما يميزه من الناحية السيكلوجية هو طريقة استجابته لهذه المشكلات، وقدرته على مواجهتها مهما كانت نوعها، بحيث لا تقوده القدرة على التوافق معها.

ومع ظهور مفهوم الذكاء الوجداني الذي يُعدُّ من أهم المفاهيم التي أكتسب مزيداً من الشهرة؛ لمساهمة، ودوره البارز في حل الكثير من الأزمات، والمشكلات، ويسهم في سهولة التواصل مع الأفراد، ومن خلال استعمال الشعور الوجداني (الفزي، 2015). ويطلق عليه أنه السلوك الذكي انفعالياً، وينظر إليه كسمة: مهارة شخصية، أو انفعالية، أو اجتماعية، ويشير إلى عدد من الإدراكات الذاتية المتعلقة بالانفعالات، والميول، أو ما يسمى بفاعلية الذات الانفعالية، ويشمل عوامل دافعية، ونزعات انفعالية، مثل: مفهوم الذات، والتأكيديّة، والتعاطف (الخيري، 2013).

وأشار بار- أون (Bar- on, 2006) أنّ الشخص الذي يتمتع بذكاء انفعالي، واجتماعي، لديه القدرة على فهم ذاته، ويعبر عنها بفاعلية، وفهم الآخرين، ولديه القدرة على مواجهة تحديات الحياة، والضغوط اليومية، وهذا يعتمد قبل كل شيء على قدرة الفرد الشخصية الداخلية، بحيث يكون على وعي بذاته، وقدراته، ونواحي قصوره، وضعفه، ويعبر عن أفكاره، وانفعالاته بشكل صحيح . كما أشار جولمان (Golman, 2000) أنّ الأشخاص المتميزون في الذكاء الوجداني يُعرفون أنّ مشاعرهم الخاصة جيدة، ويقومون بإدارتها جيداً، ويتفهمون، ويتعاملون مع مشاعر الآخرين بصورة ممتازة، وهم أنفسهم من نراهم متميزين في كل مجالات الحياة، وهم أكثر من غيرهم إحساساً بالرضا عن أنفسهم، والتميز بالكفاءة في حياتهم، وقدرتهم على السيطرة على بنيتهم العقلية؛ مما يدفع إنتاجهم قدماً إلى الأمام. وعزز ذلك دراسة كل من ريتشبيرج وفليتشر، وكولب وماكس ول (Kolb, Maxwell Richburg & Fletcher, 2002) (2003; حين أشارتا أنّ الذكاء الوجداني يلعب دوراً رئيساً في تحديد النجاح في الحياة. كما أنّ الذكاء الوجداني يُعدُّ أفضل معايير الحكم على جودة الحياة في جميع أشكالها، وهو سر من أسرار النجاح فيها (المغازي، 2003).

ووفقاً لذلك؛ فإنّ الأشخاص الأذكياء وجدانيّاً هم أكثر شعوراً بالسعادة، والطمأنينة، وتقدير الذات، والتوافق الشخصي، والبيشخصي، وأكثر إدراكاً لمعنى الحياة، والقدرة على الإبداع، وحل المشكلات، والتكيف مع المستجدات التي تطرأ على حياتهم، ويتقبلون ذواتهم، والآخرين، ويتواصلون بجدية، ويتحملون المسؤولية، ويمتلكون دافعية، ولا يسمحون للمشاعر السلبية أن تتملكهم مقارنة بالأشخاص منخفضي الذكاء الوجداني (علوان والنواجحة، 2013). وأظهرت دراسة فورنهام وبيتريديس (Furnham, Petrides, 2003) وجود علاقة ارتباط بين الذكاء الوجداني، والسعادة. كما أظهرت دراسة بببي (Bibi, 2016) وجود علاقة معنوية بين تقدير الذات، والذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعات. أما الأفراد الذين لا يتمتعون بالذكاء الوجداني، لا يمكنهم التحكم في حياتهم الانفعالية، ويدخلون في معارك نفسية داخلية، تُقلِّل من

قدرتهم على التركيز، وتمنعهم من التمتع بفكر واضح، وهم لا يستوعبون المعلومات بكفاءة، ولا يتعاملون معها بصورة سليمة، حيث تحول الانفعالات السلبية القوية الانتباه إلى انشغال الفرد بذاته، مانعة بذلك؛ أي محاولة للتركيز على شيء محدد (راضي، 2001). وإنَّ الذكاء الوجداني كما بين فريدمان (Freedman) يساعد الفرد على اكتساب الصفات الاجتماعية، والضرورية في الحياة، كما أنَّه يساعد على السعادة، والابتهاج، ويؤدي إلى النجاحات، إضافةً أنَّه هو الطريق إلى التعرف على مشاعرنا، وفهمها، وإدراكها، فضلاً أنَّه يعبر عن التفاعل مع الآخرين، وفهمهم (الخولي، 2002). ورأى ماير وسالوفي (Mayer & Salovey) أنَّ الذكاء الوجداني يعمل على استثمار طاقات الفرد في مواجهة الاحباطات: كالتحكم في الاندفاعات الانفعالية، وتأخير بعض الإشاعات، كتنظيم الحالات المزاجية، كمواجهة مشكلات الحياة، كما يعمل على تحسين توافقه النفسي، والاجتماعي (العنزي، 2010). إضافةً أنَّ الذكاء الوجداني يمثل أهمية بالغة لدى المراهقين؛ كونه أنَّه يساعدهم على الانتقال السوي إلى مرحلة الرشد؛ فيتعين عليهم فهم الانفعالات، والمشاعر، وتوجيه النمو الانفعالي بصورة صحيحة؛ تمكنهم من إدارة هذه الانفعالات، والمشاعر بصورة سوية (حبي، 2015).

ومن ناحية أخرى يواجه الشباب الفلسطيني يومياً ضروباً متنوعة، ومختلفة من أحداث الحياة الضاغطة، والظروف الاجتماعية القاسية، والمأساوية، ومنها: الحصار، والقصف العشوائي لدبابات، وطائرات العدو الصهيوني الغاشم للمنازل، والأراضي الزراعية، وقتل الشباب بدم بارد، والفرز، وحالات الهستيريا، وهذا كله أجمع يستدعي منهم التفاعل مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة بهدف التحكم فيها، والسيطرة عليها، بناءً على تقديرهم المعرفي، وعزوم لها، الأمر الذي يسهم في قدرتهم على مواجهتها، والتعرف إلى الطريقة الملائمة لحلها بقصد التوافق معها؛ لأنَّ " أساليب المواجهة تعكس قابلية الشخص على التوافق الفعال، ودرجة تحمله للضغط العالي؛ لذلك تكون الصفة المميزة لأساليب المواجهة هي تعزيز استراتيجيات التوافق، والمحافظة على مصادر المواجهة المتوفرة؛ لاستخدامها بكفاءة عند الحاجة " (الدباج، 2013).

ويُعبّر عن قدرة الذات على المواجهة من خلال النظرة الإيجابية للحياة، والمقاومة المستمرة للضغوط الحياتية، والمقدرة على التعامل مع الأزمات المفاجئة، أو الصدمات، أو المشكلات بقوة دون أن يتعرض الفرد للانهيأ، وتحويل الواقع إلى الأفضل، حيث إنَّ الفرد الذي يمتلك القدرة على المواجهة يتوقع التوافق في الحياة؛ على الرغم من مواجهة العقبات، والأزمات، وضغوط الحياة. وعزز ذلك أبو حلاوة (2007) حين أشار أنَّ قدرة الذات على المواجهة هي عملية التوافق الجيد، والمواجهة الإيجابية للشدائد، أو الأزمات، أو الضغوط النفسية، والمشكلات مع الآخرين.

وإنَّ الأفراد الذين يتصفون بالقدرة العالية على المواجهة غالبًا ما ينتمون لبيئات اجتماعية فعالة؛ فالروابط الاجتماعية، وما تقدمه من مساندة اجتماعية، ونفسية خاصة في أوقات الأزمات والظروف الضاغطة، له الدور الرئيس في خفض حدة التوتر، والأعراض الناتجة عن الشد النفسي، والعصبي، ويعزز من قدرة الفرد على التحمل، ومواجهة المشكلات الجسمية، والانفعالية (AL- Naser,2000).

وإن مواجهة أعباء، ومتطلبات الحياة اليومية الكدرة يتطلب بناء الفرد، وجودته من داخله التي تنعكس على حياته، وعمله؛ لأنَّه يمتلك القدرات، والمهارات، والإمكانات التي يمكن ممارستها؛ لتحقيق نجاحات توافقية في الحياة التي تتسم بالتعقيد المتزايد.

ولقد قام الباحث بالاطلاع على الأدبيات التي تناولت المتغيرات المستقلة (المتنبئة) الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، والتابع (المحك) جودة الحياة لدى طلاب الجامعة؛ فوجد مجموعة من الدراسات فيما يأتي أحدثها، وأهم نتائجها:

وتوصلت دراسة بيرمادز وتيفا وأنا (Bermudez, Teva & Ana,2003) إلى وجود ارتباط معنوي بين الذكاء الوجداني، والالتزان الانفعالي، والراحة النفسية. وأظهرت دراسة فارنهام وبترديس (Furnham,Petrides,2003) وجود علاقة معنوية بين الذكاء الوجداني، والسعادة. وأشارت دراسة جوهام وكورسر ودالسكي (Gohm, Corser, & Dalsky, 2005) أنَّ المستويات المرتفعة من الذكاء الوجداني لديها ارتباط بالمستويات المنخفضة من الضغوط بصورة متوسطة. وأظهرت دراسة باستين وبيرنز ونتليك (Burns & Nettelbeck, 2005) ارتباط الذكاء الوجداني المرتفع بالرضا عن الحياة، والقدرة على حل المشكلات، والقدرة على التأقلم، وانخفاض القلق. وأبانت دراسة خليل والشناوي (2005) وجود علاقة ارتباط معنوي بين مجالات الذكاء الوجداني، وأساليب المجابهة التكيفية. وأوضحت دراسة لوك وببشوب (Lok & Bishop,2007) وجود علاقة سالبة بين الذكاء الوجداني، والإجهاد. وكشفت دراسة عجاجه (2007) وجود علاقة معنوية بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة. وأظهرت دراسة أوستن ايفانز ومانجيوس وهانلون (Austin, Evans, Magnus, & Hanlon, 2007) وجود علاقة معنوية بين الذكاء الوجداني، والتعاطف. وأبانت دراسة القاسم (2011) وجود ارتباط معنوي بين الذكاء الوجداني وكل من السعادة، والأمل. وأشارت دراسة رتيلاو (Portillo,2011) إلى وجود ارتباط إيجابي طفيف في مرحلة ما قبل التدخل بين الذكاء الوجداني، والنجاح الأكاديمي، والمعدل التراكمي. وكشفت دراسة الفرا والنواجحة (2012) وجود علاقة معنوية بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة. وأبانت دراسة نعيصة (2012) وجود مستوى متدنٍ من جودة الحياة لدى طلاب الجامعة. وكشفت دراسة مختار (2013) عن وجود علاقة سالبة بين الذكاء

الوجداني، وأحداث الحياة الضاغطة. وتوصلت دراسة كل من علوان والنواجحة (2013)، ومحسن وحسن وعبد الهليل (Mohzan, Hassan & Abd Halil, 2013) إلى وجود مستوى مرتفع من الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة. وأوضحت دراسة نجمة (2014) وجود علاقة معنوية بين الذكاء، والثقة بالنفس. وأظهرت دراسة الزهراني (2014) وجود ارتباط معنوي بين الذكاء الوجداني، والضغط الحياتي لدى طلاب الجامعة. وأظهرت دراسة المعموري (2015) أنَّ طلاب الجامعة يتمتعون بقدرة الذات على المواجهة. وأبانت دراسة ماضي (2016) وجود مستوى متدنٍ من جودة الحياة لدى طلاب الجامعة. وأوضحت دراسة بوعمامة (2017) أنَّ مستوى جودة الحياة لدى طلاب الجامعة مرتفعاً.

يتضح من الدراسات السابقة وجود مستوى مرتفع للذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، واختلاف في مستوى جودة الحياة، وعلاقة الذكاء الوجداني ببعض المتغيرات النفسية. كما يتضح من الدراسات السابقة أنَّها لم تجمع بين متغيرات الدراسة الحالية: الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة.

لاحظ الباحث من خلال احتكاكه بالعديد من طلاب اختصاص الإرشاد النفسي خلال ثلاثة عقود مضت بوجود بعض مظاهر الذكاء الوجداني التي يعبروا عنها من خلال مجموعة من المهارات الاجتماعية الإيجابية، وفهم مشاعرهم، وانفعالاتهم، وتنظيمها، والسيطرة عليها، وفهمهم لمشاعر، وانفعالات الآخرين، وحسن التعامل معها، والنجاح في جوانب الحياة المختلفة، وإقامة علاقات توافقية طيبة مع الآخرين، إضافة إلى مواجهة مواقف الحياة اليومية الضاغطة، والشعور بالسعادة النفسية في المواقف الاجتماعية. وجاءت الدراسة الحالية تفحص تنبؤ الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى. وجدير ذكره أنَّ الدراسة الحالية من الدراسات الباكورة في البيئة الفلسطينية التي تجمع بين متغيرات كل من: الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي، وهذا ما تتميز به عن الدراسات السابقة كونها دراسة تنبؤية تسعى إلى القوة التنبؤية للذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تمحورت مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

" ما إمكانية تنبأ متغيرات الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى ؟

1- هل توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى؟

2- هل توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات مقياس كل من قدرة الذات على المواجهة وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى؟

3- هل تتنبؤ متغيرات الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بدرجة دالة إحصائية بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى؟

4- هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة وجودة الحياة؛ تعزى إلى متغيرات: الجنس والمعدل الأكاديمي والمستوى الدراسي؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى القوة التنبؤية لمتغيرات الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة في جودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى، مع التعرف إلى العلاقات بين درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة، والتعرف إلى الفروق في مستوى الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة؛ تعزى إلى متغيرات: الجنس والمعدل الأكاديمي، والمستوى الدراسي.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في أهمية الموضوع الذي تتناوله، حيث تتمثل أهميتها النظرية، والتطبيقية، فيما يأتي:

فمن حيث الأهمية النظرية، تكمن أهمية الدراسة في تناول متغير الذكاء الوجداني؛ الذي يُعدُّ أحد أنواع الذكاءات، وهو عبارة عن مجموعة من الكفايات التي تساعد في التحكم في مشاعر، وانفعالات الفرد، والتميز بينها، والقدرة على ضبطها، والتعامل معها بإيجابية، كما يعطي الفرد معلومات ذات أهمية؛ تجعله يفسرها، ويستفيد منها، ويستجيب لها من أجل أن يتوافق مع الموقف المشكل بشكل أكثر ذكاءً. كما تكمن أهمية الدراسة في تناول متغير قدرة الفرد على المواجهة؛ لكون دراسة الشخصية احتلت مكانة مهمة في دراسات علم النفس، وهي تساعد الفرد على التعديل، أو التغيير من سماته المميزة للسيطرة على الذات؛ بحيث تسمح له بالتوافق المرن لمواقف الحياة الضاغطة، والمواجهة الفعالة لأحداث الحياة الكدرة. كذلك تكمن أهمية

الدراسة في تناولها لمتغير جودة الحياة الذي تُعدُّ متغيرًا إيجابيًا من مفاهيم علم النفس الإيجابي، ومن المداخل التي تنتظر للأمور بصورة شموليةً لجوانب الحياة كما يدركها الفرد، مثل: الرضا عن الحياة، والإحساس بالسعادة، والصحة النفسية، والعلاقات الاجتماعية، والإشباع المادي للحاجات الأساسية، والإشباع المعنوي الذي يحقق التوافق النفسي عبر الفرد تحقيقه لذاته. وتبدو أهمية الدراسة كونها من الدراسات القليلة التي تناولت الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة بصفاتها متغيرات منبئة بجودة الحياة - وذلك حسب علم الباحث - والتي من المؤمل أن تسهم في توفير بناء نظري جيد حول أهمية هذه المتغيرات في جودة الخدمات الطلابية، وأهمية أخذها بعين الاعتبار من قبل إدارة الجامعة، وذلك من خلال المساهمة في رسم السياسات، وخطط التطوير في برنامج اختصاص الإرشاد النفسي. وتكتسب أهمية الدراسة في أنها تفتح المجال أمام الباحثين لعمل دراسات حول متغيرات الدراسة الحالية لدى طلاب اختصاصات أكاديمية أخرى في الجامعة؛ مما يعزز الدراسات، والأبحاث النفسية في علم النفس، فعلى الرغم من وجود دراسات ميدانية تناولت متغيرات الدراسة الحالية، فإنه لم تجر دراسات تناولت الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بصفاتها منبئات لجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى.

أما من حيث الأهمية التطبيقية؛ فإن ما يسفر عنه الدراسة من نتائج في تنبؤ الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي؛ يمكن أن تستخدم أساسًا في بناء برامج توعوية، وإرشادية؛ لتحسين الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لدى الطلاب في حياتهم المستقبلية. كما قد تساعد المعنيين بالشباب في معرفة سبل تحقيق جودة الحياة لديهم.

مصطلحات الدراسة:

تعريف الذكاء الوجداني:

أ - تعريف الذكاء الوجداني مفاهيميًا:

عرفه بار - أون وباكر (Bar-on & Parker) بأنه: نوع من أنواع الذكاء الاجتماعي، والذي يتضمن قدرة الفرد على التعرف على انفعالاته، وانفعالات الآخرين من أجل التمييز بينها، واستخدام هذه المعرفة؛ لتوجيه طريقة تفكير الفرد، وأفعاله الخاصة.

ب - تعريف الذكاء الوجداني إجرائيًا:

ويقاس إجرائيًا تبعًا للدرجة التي يسجلها المفحوصون بأسلوب التقدير الذاتي على مقياس الذكاء الوجداني لبار - أون وباكر (Bar-on & Parker) ومجالاته: الكفاءة الشخصية، والكفاءة

الاجتماعية، وكفاءة إدارة الضغوط النفسية، والكفاءة التكيفية، وكفاءة المزاج الإيجابي العام، وكفاءة الانطباع الإيجابي.

تعريف قدرة الذات على المواجهة:

أ - تعريف قدرة الذات على المواجهة مفاهيميًا:

عرفها بلوك (Block) بأنها: قدرة الفرد على التعديل، أو التغيير من مستوى خصائصه، أو صفاته المميزة للسيطرة على الذات؛ بحيث تسمح له بالتوافق المرن للضغوط الداخلية، والخارجية، والمواجهة الفعالة للشدائد، أو المحن (المعموري، 2015: 340).

ب - تعريف قدرة الذات على المواجهة إجرائيًا:

وتقاس إجرائيًا؛ تبعًا للدرجة التي يسجلها المفحوصون بأسلوب التقدير الذاتي على مقياس قدرة الذات على المواجهة المستخدم في الدراسة الحالية.

تعريف جودة الحياة:

أ - تعريف جودة الحياة مفاهيميًا:

هي شعور الفرد بالرضا، والسعادة، وقدرته على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة، ورفي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية، والاجتماعية، والتعليمية، والنفسية مع حسن إدارته للوقت، والاستفادة منه (منسي وكاظم، 2006: 95).

ب - تعريف جودة الحياة إجرائيًا:

وتقاس إجرائيًا؛ تبعًا للدرجة التي يسجلها المفحوصون بأسلوب التقدير الذاتي على مقياس جودة الحياة المستخدم في الدراسة الحالية، والمكون من المجالات الآتية: جودة الصحة العامة، وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والدراسة، وجود العواطف (الجانب الوجداني)، وجودة الصحة النفسية، وجودة شغل الوقت وإدارته.

محددات الدراسة:

تتحدد إمكانية تعميم نتائج الدراسة؛ تبعًا لمتغيراتها التي تناولتها، وهي: الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة، وخصائص عينة الدراسة التي اقتصر على طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى، وبالمدة الزمنية التي تم تطبيق أدوات الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي 2017/2018، والأدوات المستخدمة، وخصائصها السيكومترية (صدقها وثباتها) التي وظفت لغايات الدراسة، وأسلوب التقرير الذاتي الذي اتبع في جمع البيانات الكمية.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

اعتمد المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي بوصفه أسلوباً مناسباً لبحث مشكلة الدراسة الحالية المتمثلة في التعرف إلى تنبأ الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى.

مجتمع الدراسة وعينتها:

يضم مجتمع الدراسة جميع طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى خلال الفصل الدراسي الثاني (2018)، والبالغ عددهم (856) طالباً وطالبة (جامعة الأقصى، عمادة القبول والتسجيل، 2018)، منهم (108) طالباً، و(748) طالبة. وتألّفت عينة الدراسة من (345) طالباً وطالبة تم اختيارها بطريقة العينة العشوائية البسيطة (أبو مصطفى، 2005)، وتمثل ما نسبته (40%) من المجتمع الأصلي. والجدول الآتي يبين ذلك.

جدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغير الجنس والمعدل الأكاديمي والمستوى الدراسي.

المتغيرات	البيان	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	67	19.4
	أنثى	278	80.6
	المجموع	345	100%
المعدل الأكاديمي	ممتاز	42	12.2
	جيد جداً	178	51.6
	جيد	118	34.2
	مقبول	7	2.0
	المجموع	345	100%
المستوى الدراسي	الأول	41	11.9
	الثاني	69	20.0
	الثالث	117	33.9
	الرابع	118	34.2
	المجموع	345	100%

أدوات الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الأدوات الآتية:

أولاً - مقياس الذكاء الوجداني:

أعد هذا المقياس بار - أون وباركر (Bar-on & Parker)، وقام بترجمته وتعريبه: رزق الله سهيل (2006) وفقاً لنموذج السمات، أو النموذج المختلط، وهو من ضمن مقاييس التقرير الذاتي، أعد استناداً إلى الأبحاث التي أجراها (Bar-on) على المفهوم، ويتكون المقياس من

(60) فقرة ذات تدرج رباعي موزعة على ستة مجالات، وهي: الكفاءة الشخصية، والكفاءة الاجتماعية، وكفاءة إدارة الضغوط النفسية، والكفاءة التكيفية، وكفاءة المزاج الإيجابي العام، وكفاءة الانطباع الإيجابي، ويعتمد المقياس على أربعة بدائل، وهي: لا تنطبق أبدًا، وتنطبق بدرجة بسيطة، وبدرجة متوسطة، وبدرجة كبيرة، وتعطى القيم: (1، 2، 3، 4) في حالة الفقرات الاتجاه الموجب، أما في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب يتم عكس الأوزان. وتم التحقق من صدق المقياس بطرق عدة: صدق الترجمة، والصدق الظاهري. كما تم التحقق من ثبات المقياس بطرق عدة: إعادة التطبيق، والتجزئة النصفية، ومعامل كرونباخ الفا (Cronbach alpha)، وكانت معاملات الصدق، والثبات تتمتع بدلالات مرتفعة (جميعها وهامل، 2015). وقام الباحث الحالي التأكد من صدق الاتساق الداخلي للمقياس على البيئة الفلسطينية من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (40) طالبًا وطالبة من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس، والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، وتراوحت معاملات الارتباط لفقرات الكفاءة الشخصية ما بين (0.62-0.8)، والكفاءة الاجتماعية ما بين (0.64-0.84)، وكفاءة إدارة الضغوط النفسية ما بين (0.52-0.85)، والكفاءة التكيفية ما بين (0.54-0.86)، وكفاءة المزاج الإيجابي العام ما بين (0.65-0.85)، وكفاءة الانطباع الإيجابي ما بين (0.52-0.74)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، وهذا دليل على أن المقياس يتمتع بمعاملات صدق جيدة. كما تم حساب الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وتراوحت معاملات الثبات ما بين (0.78-0.89)، وهي معاملات ثبات عالية تشير إلى صلاحية المقياس.

ثانياً- مقياس قدرة الذات على المواجهة:

قام الباحث بإعداد المقياس بعد دراسة مفهوم قدرة الذات على المواجهة في المعاجم اللغوية، والموسوعات النفسية، والاطلاع على المقاييس السابقة، التي تناولت مصطلح قدرة الذات على المواجهة؛ منها: مقياس كل من عبد الهادي (2013)، والنواب والظالمي (2013)، والمعموري (2015)، ويهدف إعداد هذا المقياس إلى استخدامه بصفتها أداة موضوعية مقننة للتعرف إلى قدرة الذات على المواجهة لدى طلاب موضع الدراسة، ويتكون المقياس من (20) فقرة، ويعتمد على خمسة بدائل، وهي: موافق بشدة، وموافق، ولا أدري، أرفض، أرفض بشدة، وتعطى القيم: (1، 2، 3، 4، 5) في حالة الفقرات الاتجاه الموجب، أما في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب يتم عكس الأوزان. واستخدم صدق المحتوى، وصدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (40) طالبًا وطالبة من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت

معاملات الارتباط ما بين (0.62-0.78)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، وهذا دليل على أن المقياس يتمتع بمعاملات صدق جيدة. كما تم حساب التجزئة النصفية للمقياس، وتراوحت معاملات الثبات بعد التعديل باستخدام معادلة سبيرمان - براون (0.93)، كذلك تم استخدام الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وتراوح معامل الثبات (0.87)، وهي معاملات ثبات عالية تشير إلى صلاحية المقياس.

ثالثاً - مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة:

أعد المقياس محمود منسي، وعلي كاظم (2006)، ويتكون من (60) فقرة، ويشتمل على ستة مجالات رئيسية، وهي: جودة الصحة العامة، وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم والدراسة، وجود العواطف (الجانب الوجداني)، وجودة الصحة النفسية، وجودة شغل الوقت وإدارته، ومن أجل الحصول على تساوي أوزان فقرات المقياس؛ أُعطيت تقديرات: (1، 2، 3، 4، 5) لمقياس خماسي الدرجات: (أبدأ، وقليلًا جدًا، إلى حد ما، كثيرًا، كثيرًا جدًا) في حالة الفقرات الاتجاه الموجب، أما في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب يتم عكس الأوزان، وتم التأكد من صدق المقياس باستخدام طريقتين، وهما: صدق المحتوى، وصدق الاتساق الداخلي. كما تم التحقق من دلالات ثبات المقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وحصل الباحث على دلالات صدق، وثبات مرتفعة، وهي تشير إلى صلاحية المقياس (منسي وكاظم، 2006). وللتحقق من صدق محتوى المقياس على البيئة الفلسطينية؛ قام الباحث الحالي بالتأكد من صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (40) طالبًا وطالبة من خارج عينة الدراسة، وتم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس، والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، وتراوحت معاملات الارتباط لفقرات جودة الحياة العامة ما بين (0.69 - 0.82)، وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية ما بين (0.64-0.82)، وجودة التعليم والدراسة ما بين (0.59 - 0.85)، وجودة العواطف (الجانب الوجداني) بين (0.59-0.82)، وجودة الصحة النفسية ما بين (0.58-0.84)، وجودة شغل الوقت وإدارته ما بين (0.45 - 0.85)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، وتم حساب الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وبلغت قيمة معامل الثبات (0.84)، وهو معامل عالٍ يشير إلى صلاحية المقياس.

متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على متغيرين مستقلين/ شارحة، وهما: الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، ومتغير تابع / المحك جودة الحياة .

المعالجة الإحصائية للبيانات:

لتحقيق أهداف الدراسة، والإجابة عن أسئلتها، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام صدق الاتساق الداخلي، ومعامل كرونباخ ألفا؛ للتحقق من صدق الأدوات وثباتها، وللإجابة عن أسئلة الدراسة استخدم معامل ارتباط بيرسون، ومعادلة الانحدار المتعدد، وتحليل التباين المتعدد (MANOVA)، وللإجابة عن الأسئلة المتعلقة بمعرفة دلالة الفروق بين طلاب موضع الدراسة، وقد تم اعتماد قيمة ($\alpha \leq 0.05$) لوصف الأثر الدال إحصائياً. واستخدمت حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في تحليل بيانات هذه الدراسة.

نتائج الدراسة وعرضها وتفسيرها:

نتائج السؤال الأول وعرضها وتفسيرها:

نص السؤال الأول على: هل توجد علاقة بين الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى عينة من طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى؟

وللإجابة عن السؤال الأول؛ قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني ، وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (2) معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى (ن = 345).

المقياس	جودة الحياة العامة	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	جودة التعليم والدراسة	جودة العواطف	جودة الصحة النفسية	جودة شغل الوقت وإدارته	الدرجة الكلية للمقياس
الكفاءة الشخصية.	0.71	0.79	0.45	0.67	0.66	0.51	0.63
الكفاءة الاجتماعية.	0.80	0.84	0.62	0.56	0.67	0.59	0.74
وكفاءة إدارة الضغوط النفسية.	0.69	0.64	0.59	0.62	0.77	0.73	0.67
الكفاءة التكيفية.	0.71	0.78	0.36	0.36	0.77	0.67	0.78
كفاءة المزاج الإيجابي العام.	0.79	0.77	0.36	0.36	0.79	0.81	0.62
كفاءة الانطباع الإيجابي.	0.81	0.79	0.62	0.36	0.81	0.69	0.74
الدرجة الكلية للمقياس.	0.69	0.84	0.66	0.74	0.59	0.78	0.55

- حدود الدلالة الإحصائية لقيمة (ر) عند مستوى 0.01 لدرجة حرية (2-345) = 0.128

يتضح من الجدول السابق أن: قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيم معاملات الارتباط الجدولية عند مستوى (0.01). كما يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة موجبة دالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني، وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة عجاجه (2007)، والفرا والنواجحة (2012)، التي أشارت إلى وجود علاقة معنوية بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة.

ويعزو الباحث ذلك إلى امتلاك الطلاب منظومة من القدرات، والمهارات الوجدانية التي تساعدهم على الوعي بانفعالاتهم، وإدارتها بما يناسب مواقف الحياة المختلفة، والإصرار على تحقيق أهدافهم، وتفهم انفعالاتهم، وانفعالات الآخرين، والفاعلية في إقامة علاقات إيجابية معهم، إضافة إلى تمكنهم من القدرة على مراقبة انفعالاتهم الداخلية، ومشاعرهم الخاصة بهم، والآخرين، والتمييز بين المشاعر، والانفعالات المختلفة، واستخدامها لتوجيه طريقة التفكير، والتي تسهم في ارتفاع مستوى جودة الحياة، حيث إن الطلاب الذين يكون لديهم ذكاء وجداني مرتفع يشعرون بالطمأنينة، والسعادة، والأمل، والتفاؤل، والرضا، والاستماع بالحياة، والصحة النفسية، وهي من مظاهر جودة الحياة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما ذكره الباحثون أن الذكاء الوجداني هو بوابة المشاعر الإيجابية، ومفتاح تحقيق السعادة الحقيقية، إذ يعمل على امتصاص الآثار السلبية للانفعالات العاصفة، التي من شأنها زعزعة استقرار الفرد؛ لكونه من أهم العوامل المحددة لإدراك جودة الحياة؛ فالشعور بالطمأنينة، والتوافق، هي من مظاهر جودة الحياة، ولن تتحقق بدون توافر مهارات الذكاء الوجداني؛ فقدرة الفرد على فهم انفعالاته يزيد من ثقته بنفسه، وتقديره لذاته، ووعيه لمشاعره، والآخرين، والمشاركة الوجدانية لهم، والتي تعزز من إدارة مشاعر الآخرين، ومنه، وإلى الزيادة في الشعور بالبهجة، والسعادة، والهدوء، والطمأنينة، فكل من الذكاء الوجداني، وجودة الحياة، يصلان بالفرد إلى الشعور بالرضا العام، والسعادة، والنجاح، وحب الحياة (حبي، 2015).

نتائج السؤال الثاني وعرضها وتفسيرها:

نص السؤال الثاني على: هل توجد علاقة بين قدرة الذات على المواجهة وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى؟

وللإجابة عن السؤال الثاني؛ قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس كل من قدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى كما هو مبين في الجدول الآتي:

الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بصفاتها منبئات لجودة الحياة

جدول (3) معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس كل من قدرة الذات على المواجهة وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى (ن = 345).

المقياس	جودة الحياة العامة	جودة الحياة الأسرية والاجتماعية	جودة التعليم والدراسة	جودة العواطف	جودة الصحة النفسية	جودة شغل الوقت وإدارته	الدرجة الكلية للمقياس
قدرة الذات على المواجهة.	0.304	0.402	0.724	0.50	0.82	0.72	0.84

- حدود الدلالة الإحصائية لقيمة (ر) عند مستوى 0.01 لدرجة حرية (2-345) = 0.128

يتضح من الجدول السابق أنَّ: قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيم معاملات الارتباط الجدولية عند مستوى (0.01). كما يتضح من الجدول السابق أنَّه توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01) بين درجات مقياس كل من قدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى.

ويعزو الباحث ذلك إلى قدرة الطلاب على مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة، والاستعداد للظروف المفاجأة، والطارئة، والمواقف الصعبة، والشدائد، والمحن، والتي أصبحت جزءًا من حياتهم، والتي أدت إلى قوة، وصلابة لشخصياتهم، الأمر الذي انعكس على مواجهتهم للمواقف الضاغطة بعزيمة، وإدارتهم للعمليات السيكولوجية الوقائية، وقدرتهم الثابتة، ومقاومتهم المستمرة تحت الضغوط، وتوقعهم الناجح، والتوافق، وهي من مظاهر جودة الحياة، فكل من قدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة، يصلا بالطلاب إلى الأمن، والسعادة، والانسجام الداخلي، والوئام الخارجي، والتأقلم الإيجابي. وهذا ما أشار إليه بلوك وبلوك (Block & Block, 1980) حين ذكروا أنَّ الأفراد الذين يتمتعون بقدرة على المواجهة يتصفون بأنَّ لهم اهتمامات واسعة، ومستوى عالٍ من الطموح، والذكاء، والإصرار، والمهارات الاجتماعية، والالتزان الانفعالي، والمرح، والثقة بالنفس، وعدم الإحباط، ولا يمتلكون ضعفًا للمعنى الشخصي للحياة.

كما يعزو الباحث وجود علاقة بين قدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لدى طلاب موضع الدراسة إلى قدرتهم على حماية أنفسهم من آثار الضغوط الحياتية المختلفة، وتجاوز الصعاب، والتحديات؛ مما يتعرضون له من عثرات، ومواقف اجتماعية محبطة، ومكدرة؛ ومقلقة، وإنَّ أحداث الحياة اليومية مهما بلغت ذروتها، وتأزمها؛ فإنَّها تستنفر في الطلاب قواهم الداخلية لمواجهتها، والإحساس بجودة الحياة الشخصية، وإدارة أحداث الحياة الضاغطة، وكفاءة المواجهة.

نتائج السؤال الثالث وعرضها وتفسيرها:

نص السؤال الثالث على: هل تتنبأ متغيرات الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بدرجة دالة إحصائيًا بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي في جامعة الأقصى؟

وللإجابة عن السؤال الثالث؛ قام الباحث بحساب قيم معاملات الارتباط المتعدد، ومربعاتها، وإحصائيات التغير لكل منها، وتأثير المتغيرات المنبئة كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (4) نتائج تحليل الانحدار المتعدد للمتغيرات المستقلة (المتنبئة) الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة والتابع (المحك) وجودة الحياة (ن = 345).

المحك والخطوات	B	معامل التحديد	B	معامل الانحدار	T	قيمة (ت)	R	معامل الارتباط	R2	مربع معامل الارتباط	R1	الارتباط الجزئي	R2	معدل التعديل	F	قيمة (ف)	Sig	مستوى الدلالة
الخطوة (1)																		
جودة الحياة																		
الذكاء الوجداني	0.64	0.48	0.48	0.48	7.56	**	0.48	0.23	0.63	0.71	101.5	**						
الخطوة (2)																		
القدرة على المواجهة	0.28	0.44	0.44	0.44	34.54	**	0.44	0.20	0.37	0.41	84.09	**						
الخطوة (3)																		
الذكاء الوجداني	0.46	0.36	0.36	0.36	6.70	**	0.36	0.29	0.24	0.33	69.90	**						
القدرة على المواجهة	0.17	0.28	0.28	0.28	5.45	**	0.28	0.29	0.24	0.33	69.90	**						

** دالة عند مستوى 0.01

- حدود الدلالة الإحصائية لقيمة (ف) عند مستوى 0.01 لدرجة حرية (2-270) = 2.58
يتضح من الجدول السابق أنَّ: قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيم معاملات الارتباط الجدولية عند مستوى (0.01).

تشير الخطوة الأولى من تحليلات الانحدار المتعدد المتدرج المتعلقة بقدرة متغير الذكاء الوجداني على التنبؤ بجودة الحياة إلى الارتباط الإيجابي (0.48) بين الذكاء الوجداني، وجودة الحياة، وأنَّ مربع معامل الارتباط (0.23)، وتبين هذه النتيجة أنَّ الارتباط الجزئي للذكاء الوجداني (0.63) ارتبط إيجابياً بتقديرات الطلاب بجودة الحياة بدرجة دالة إحصائية عند مستوى (0.01)،

وتشير إلى وجود علاقة إحصائية دالة بين هذين المتغيرين (ف = 101.50) ما يشير إلى أنَّ (23%) من التباين في درجات جودة الحياة؛ تعزى لمتغير الذكاء الوجداني.

وتشير الخطوة الثانية من تحليلات الانحدار المتعدد المتدرج المتعلقة بقدرة متغير قدرة الذات على المواجهة على التنبؤ بجودة إلى الارتباط الإيجابي (0.44) بين قدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة، وأنَّ مربع معامل الارتباط (0.20)، وتبين هذه النتيجة أنَّ الارتباط الجزئي للقدرة الذات على المواجهة (0.37) ارتبط إيجابياً بتقديرات الطلاب بجودة بدرجة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، وتشير إلى وجود علاقة إحصائية دالة بين هذين المتغيرين (ف = 84.09) ما يشير إلى أنَّ (20%) من التباين في درجات جودة الحياة؛ تعزى لمتغير قدرة الذات على المواجهة.

وتشير الخطوة الثالثة من تحليلات الانحدار المتعدد المتدرج بالقوة التنبؤية المتعلقة بقدرة متغيرات: الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة على التنبؤ بجودة الحياة إلى الارتباط الإيجابي (0.54) بين كل من الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة من جهة، وجودة الحياة من جهة أخرى، وأنَّ مربع معامل الارتباط بلغ (0.29)، وتظهر هذه النتيجة أنَّه يوجد ارتباط إيجابي بتقديرات الطلاب بدرجة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، وتشير إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين هذين المتغيرين (ف = 69.90) ما يشير إلى أنَّ (29%) من التباين في درجات جودة الحياة؛ تعزى لإسهام كل من متغير الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة.

ويعزو الباحث القوة التنبؤية للذكاء الوجداني بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي إلى الدور الفعال للذكاء الوجداني في الإدراك الجيد للانفعالات، والمشاعر الذاتية، وفهمها، وتنظيمها، ومراقبة، وإدراك انفعالات الآخرين، ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية؛ التي تساعد على تعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة، وفي زيادة القدرة على التعامل مع الضغوط الجسمية، والنفسية، وفي إدراكهم إلى مكانتهم، وشعورهم بالرضا، والسعادة، وتقبل الذات، والسعي لتحقيق الأهداف السامية، والنبيلة في الحياة. وعزز ذلك ماير وديباولو وسالوفي (Mayer, Dipaolo & Salovey, 1990) حين أشاروا أنَّ الذكاء الوجداني ينطوي على التقييم، والتعبير عن المشاعر في النفس، والآخرين، وتنظيم المشاعر بطريقة تعزز المعيشة. وأظهرت دراسة باستيان وبيرنز ونتيلباك (& Bastian, Burns, 2005) وجود علاقة بين الذكاء الوجداني، ومستوى الرضا عن الحياة، وتحسين القدرة على تصور المشكلات، والقدرة على التكيف، والحد من القلق.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما ذكره الباحثون أنَّ النضج الوجداني الذي يتمتع به الفرد، ويمده بالطاقة التي تجعله قادرًا على التعايش، والضغط، والاحباطات، والصراع، والتواصل الوجداني الذي يعني الإحساس بمشاعر الآخرين، وتقدير وجهة نظرهم، والاهتمام بمساعدتهم، ويظهر ذلك في العناية بمشاعر الآخرين، والحساسية المرتفعة تجاههم، والمبادرة بمعاونتهم، والتعاطف، والمشاركة الوجدانية، وإظهار الاهتمام بالآخرين، والذكاء في التعامل معهم من خلال فهم حاجاتهم، وتقدير توقعاتهم، وتوفير مساحة من الود، والاحترام معهم، والمبادرة بالمساعدة المناسبة، واستيعاب وجهة نظرهم، وهذا يسهم في جودة الحياة العامة لدى الفرد الذي يشعر من خلاله بالكفاءة الشخصية، والاجتماعية (الخيرى، 2013).

ويعزو الباحث القوة التنبؤية لقدرة الذات في المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي إلى الدور الفعال لكفاءة المواجهة للظروف الاقتصادية الصعبة التي عادة ما تدفع إلى الاضطرابات النفسية، والاجتماعية، بحيث يصبحوا أكثر قدرة على مواجهة الضغوط الحياتية؛ لأنهم اكتسبوا من خلال مفردات المساقات الدراسية في مجال الاختصاص استراتيجيات متنوعة للمواجهة؛ تخرجهم من الشدائد أثناء تعرضهم للمحن، والابتلاءات، إضافة إلى الصلابة النفسية لديهم، التي تُعدُّ متغير وقائي، ومقاوم للضغط، والتي تضم كوكبة من السمات الشخصية التي تعمل بصفاتها مصدرًا للمقاومة في مواجهة الأحداث الضاغطة، وتساعد على تحمل الضغوط، والاحباطات، ومواجهتها بنجاح، وهذا بدوره يؤدي إلى شعور الطلاب بالسعادة، والهناء النفسي الذي يقود إلى حياة مستقرة، ومتفائلة، وسعيدة.

ويعزو الباحث تنبؤ متغيري الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة بجودة الحياة لدى طلاب اختصاص الإرشاد النفسي إلى أنَّ المتغيرين يدعمان الاتجاه التحفيزي لجودة الحياة؛ فالذكاء الوجداني يعبر عن جوانب إيجابية في الشخصية، والذي يتضمن القدرة على توجيه مشاعر الفرد، والآخرين، والتمييز بينها، واستخدام المعلومات لتوجيه تفكير، وسلوكيات الفرد، الأمر الذي يستلزم القدرة على الإدراك، بحيث تؤثر إيجابيًا في مشاعر الفرد، أو مشاعر الآخرين، فضلاً عن شعور الطلاب بالقدرة على مواجهة متطلبات، وضغوط البيئة، والمواقف المحبطة، والمكدر في الحياة؛ مما يقود إلى بذل أقصى جهد إلى إشباع الحاجات في مجالات الحياة، والرضا اتجاه المظاهر المختلفة في الحياة، ومدى السعادة بالوجود الإنساني، وهذا يُعدُّ جوهر جودة الحياة.

نتائج السؤال الرابع وعرضها وتفسيرها:

نص السؤال الرابع على: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات مقياس كل من الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة وجودة الحياة؛ تعزى إلى متغيرات: الجنس والمعدل الأكاديمي والمستوى الدراسي؟

الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة بصفاتها منبئات لجودة الحياة

للإجابة عن السؤال الرابع؛ قام الباحث باستخدام الأسلوب الإحصائي تحليل التباين المتعدد. جدول (5) دلالة الفروق بين متوسط عينة أفراد الدراسة في مستويات الجنس والمعدل الأكاديمي والمستوى الدراسي على مقاييس الذكاء الوجداني وقدرة الذات على المواجهة وجودة الحياة باستخدام تحليل التباين المتعدد (ن = 345).

مصدر التباين	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة الإحصائية
الجنس	الذكاء الوجداني.	0	1	0	0.002	///
	قدرة الذات على المواجهة.	0.009	1	0.009	0.033	///
	جودة الحياة.	0.065	1	0.065	0.684	///
المعدل الأكاديمي	الذكاء الوجداني.	0.001	1	0.001	0.021	///
	قدرة الذات على المواجهة.	0.057	1	0.057	0.221	///
	جودة الحياة.	0.011	1	0.011	0.121	///
المستوى الدراسي	الذكاء الوجداني.	0.17	1	0.17	3.237	///
	قدرة الذات على المواجهة.	0.014	1	0.014	0.056	///
	جودة الحياة.	0.002	1	0.002	0.019	///
الخطأ	الذكاء الوجداني.	17.876	341	0.052		
	قدرة الذات على المواجهة.	88.494	341	0.26		
	جودة الحياة.	32.175	341	0.094		
الكلي	الذكاء الوجداني.	1949.894	345			
	قدرة الذات على المواجهة.	4387.945	345			
	جودة الحياة.	2457.304	345			

/// غير دالة إحصائياً.

- حدود الدلالة الإحصائية لقيمة (ف) عند مستوى 0.05 لدرجة حرية (1-345) = 3.86

يتضح من الجدول السابق أنَّ: القيمة الفائية المحسوبة لتأثير متغير الجنس على مقاييس الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لم تتعد القيمة الجدولية (3.86) = (0.002، 0.033، 0.684) على التوالي؛ أي إنَّ هناك عدم وجود فروق في المقاييس الثلاثة؛ تبعاً لمتغير الجنس، وأنَّ القيمة الفائية المحسوبة لتأثير متغير المعدل الأكاديمي على مقاييس الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة، لم تتعد القيمة الجدولية (3.86) = (0.021، 0.221، 0.121) على التوالي؛ أي إنَّ هناك عدم وجود فروق في المقاييس الثلاثة؛ تبعاً لمتغير المؤهل الأكاديمي، وأنَّ القيمة الفائية المحسوبة لتأثير متغير المستوى الدراسي على

مقاييس الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة لم تتعد القيمة الجدولية $(3.86) = (3.237, 0.056, 0.019)$ على التوالي؛ أي إنَّ هناك عدم وجود فروق في المقاييس الثلاثة؛ تبعًا لمتغير المستوى الدراسي.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية عن نتائج دراسة الخولي (2002)، وعلوان والنواجحة (2013)، ونجمة (2014)، والزهراني (2014) التي أظهرت وجود فروق معنوية بين الجنسين في الذكاء الوجداني، ولصالح الإناث.

ويعزو الباحث نتائج تحليل التباين المتعدد للكشف عن تأثيرات المتغيرات الشخصية لطلاب موضع الدراسة: الجنس، والمعدل الأكاديمي، والمستوى الدراسي، على مستوى الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة إلى أنَّ كلاً من الجنسين على المستوى نفسه من القدرة على فهم مشاعرهم، وانفعالاتهم، وعواطفهم الخاصة، وانفعالات، وعواطف الآخرين، والتميز بينها، للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية تعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة في مختلف جوانبها، ومواجهة مشكلات الحياة، الأمر الذي ينعكس على علاقتهم مع ذواتهم، وعلاقاتهم الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين؛ نتيجة سيطرة مشاعر الإقبال على الحيوية، والثقة، وحب الآخرين، والاهتمام بهم بناءً على أسلوب حياتهم. كما أشارت نتائج تحليل التباين المتعدد إلى عدم وجود فروق معنوية في مستوى الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة؛ تبعًا لمتغير المعدل الأكاديمي، ويرجع ذلك إلى أنَّ جل الطلاب معدلاتهم التراكمية جيد فما فوق؛ وهذا يؤدي إلى المستوى نفسه في كل من المعرفة الانفعالية، والقدرة على ضبط الانفعالات، وتنظيمها، ومعالجتها، وفهمها، وصياغتها بوضوح، والقدرة على مواجهة المواقف الضاغطة، والصعوبات، والمشكلات، والضغوطات الحياتية، وجودة الحياة، وإيجاد التعامل مع التحديات، والشعور بالكفاءة الذاتية، وتحقيق الرضا عن الحياة، والاستمتاع بها، والمتعة في ظل الظروف الحياتية. كذلك أشارت نتائج تحليل التباين المتعدد إلى عدم وجود فروق معنوية في مستوى الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وجودة الحياة؛ تبعًا لمتغير المستوى الدراسي، ويرجع ذلك إلى أنَّ جل الطلاب مستواهم الدراسي الثالث، والرابع، وهذا يؤدي إلى المستوى نفسه في كل من قدرة الطلاب التعرف على انفعالاتهم الإيجابية، والسلبية، وفهمها، والتعبير عنها، والتحكم بها، واستخدامها في فهم انفعالات الآخرين للتفاعل معهم، ومشاركتهم وجدانيًا، وقدرتهم على مواجهة الصعاب، والمشكلات في حياتهم اليومية، وتقييمها بأسلوبهم في التعامل معها، حتى يصلوا إلى مستوى التوافق في جوانب الحياة المختلفة، والإحساس الإيجابي بالحياة، والشعور بالسعادة النفسية، وتنمية النواحي الإيجابية، والاندماج الاجتماعي، وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين.

توصيات الدراسة:

من خلال نتائج الدراسة ومناقشتها؛ يوصي الباحث بما يأتي:

ضرورة توظيف التدخلات الإرشادية المستندة إلى تحسين الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة؛ لتحقيق جودة الحياة للطلاب الجامعيين، وتوجيه القائمين على شؤون الطلاب في الجامعة من أجل عقد دورات تثقيفية للطلاب؛ لتنمية قدرة الذات على المواجهة، والاهتمام بمحتوى مناهج برنامج اختصاص الإرشاد النفسي في الجانبين النظري، والتطبيقي في الخصائص الشخصية لدى الطلاب: كالذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة، وإجراء العديد من الدراسات الكيفية باستخدام المقابلات المتعمقة للوقوف على مستوى الذكاء الوجداني، وقدرة الذات على المواجهة لدى الطلاب، وكذلك مزيد من الدراسات التي تتعلق بالقدرة التنبؤية لبعض المتغيرات في مستوى جودة الحياة، مثل: الذكاء الروحي، ومفهوم الذات، والتوجه نحو المستقبل، والصحة النفسية، إضافة إلى تناول تلك المتغيرات لطلاب اختصاصات أخرى في الجامعة.



المراجع:

أ - المراجع العربية:

- بوعمامة، حكيم.(2017). جودة الحياة لدى طلبة الجامعة " دراسة ميدانية بجامعة تيبازة "، مجلة دراسات نفسية وتربوية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة البليدة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، م4، ع(15)، 415-429.
- تواتي، حياة.(2018). مستوى جودة حياة الطالب الجامعي " دراسة ميدانية على طلبة اختصاص علم النفس "، مجلة دراسات إنسانية واجتماعية، جامعة وهران(2)، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، ع(8)، 163-184.
- راضي، فوقية محمد.(2001). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي والقدرة على التفكير الابتكاري لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، جمهورية مصر العربية، ج45، 173-204.
- الزهراني، عبد الله أحمد.(2014). الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغط الحياتية لدى طلبة جامعة الملك سعود، مجلة دراسات للعلوم الإنسانية والاجتماعية، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، المملكة الأردنية الهاشمية، م41، ع(3)، 763-783.
- جامعة الأقصى.(2018). كشف أعداد طلاب أقسام وكليات الجامعة، عمادة القبول والتسجيل.
- جميع، عمر وهامل، منصور.(2015). تقنين مقياس الذكاء الوجداني ل بار - أون وجيمس باركر على البيئة الجزائرية، مجلة العلوم النفسية والاجتماعية، جامعة وهران (2)، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، ع(18)، 149-166.
- جولمان، دانييل.(2000). الذكاء العاطفي، ترجمة: ليلي الجبالي، عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، دولة الكويت، ع(262).
- حبي، عبد المالك.(2015). الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير " غير منشورة "، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- أبو حلاوة، محمد سعيد.(2007). الطريق إلى المرونة النفسية، دار قباء، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- الخيري، صفية إبراهيم.(2013). الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغط النفسية لدى عينة من الأمهات العاملات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والأسرية في محافظة محال عسير، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

- خليل، إلهام والشناوي، أمينة.(2005). الإسهام النسبي لمكونات قائمة بار - أون لنسبة الذكاء الوجداني في التنبؤ بأساليب المواجهة لدى طلبة الجامعة، *مجلة دراسات نفسية*، القاهرة، جمهورية مصر العربية، م15، ع(1)، 99-161.
- الخولي، هشام عبد الرحمن.(2002). الذكاء الوجداني كدالة بين الجنس وتقدير الذات والسعادة والقلق لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية، *مجلة كلية التربية*، جامعة بنها، جمهورية مصر العربية، م12، ع (52)، 118-158.
- الدباج، ندى عبد.(2013). أساليب المواجهة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة، *مجلة كلية التربية الأساسية*، جامعة المستنصرية، الجمهورية العراقية، م19، ع(79)، 559-602.
- دويكات، سامح سبع.(2016). دور الشباب الفلسطيني الجامعي في المشاركة السياسية والفعاليات الجماهيرية الوطنية (1993-2015)، رسالة ماجستير " غير منشورة "، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، محافظة نابلس، دولة فلسطين.
- عبد الهادي، دعاء معن.(2013). الأمن النفسي وعلاقته بقدرة الذات على المواجهة لدى طالبات المرحلة الإعدادية، *مجلة الفتح*، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، الجمهورية العراقية، ع(55)، 302-314.
- عجابه، صفاء أحمد.(2007). النموذج السببي للعلاقة بين الذكاء الوجداني وأساليب مواجهة الضغوط وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير " غير منشورة "، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة الزقازيق، جمهورية مصر العربية.
- عراقي، صلاح الدين ورمضان، مصطفى.(2005). فعالية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لدى الطلاب المكتئبين، *مجلة كلية التربية*، جامعة طنطا، جمهورية مصر العربية، م2، ع(34)، 468-509.
- علوان، نعمات والنواحة، زهير.(2013). الذكاء الوجداني وعلاقته بالإيجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة، *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، غزة، دولة فلسطين، م21، ع(1)، 1-51.
- العنزي، يوسف بن سطات.(2010). الذكاء الوجداني والسمات الشخصية لدى المنتكسين وغير المنتكسين على المخدرات، رسالة دكتوراه " غير منشورة "، جامعة نايف العربية الأمنية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

- الفرا، إسماعيل والنواجحة، زهير.(2012). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية، مجلة جامعة الأزهر بغزة، سلسلة العلوم الإنسانية، دولة فلسطين، م14، ع(2)، 57-90.
- الفزي، سعد رزيق.(2015). الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة لدى المرشدين الطلابيين بمحافظة ينبع، رسالة ماجستير " غير منشورة "، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.
- القاسم، موزي محمد.(2011). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير " غير منشورة "، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.
- ماضي، عبد الباري مايح.(2016). مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة ذي قار، مجلة جامعة ذي قار، الجمهورية اليمنية، م11، ع(1)، 95-107.
- مختار، وحيد مصطفى.(2013). الذكاء الوجداني وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة، كلية الآداب بيفرن، جامعة الجبل الغربي، دولة ليبيا، www.edu.eg.
- أبو مصطفى، نظمي عودة.(2005). محاضرات في الإحصاء التربوي والنفسي، ط2، مكتبة الشهداء، محافظة خان يونس، دولة فلسطين.
- المعموري، لمياء جاسم.(2015). قدرة الذات على المواجهة لدى طلبة الجامعة، مجلة الأستاذ، كلية التربية ابن رشد للعلوم الإنسانية، جامعة بغداد، الجمهورية العراقية، ع(215)، 337-354.
- المغازي، إبراهيم محمد.(2003). الذكاء الاجتماعي والوجداني والقرن الحادي والعشرون، مكتبة الإيمان، محافظة المنصورة، جمهورية مصر العربية.
- منسي، محمود وكاظم، علي.(2006). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، مسقط، سلطنة عُمان، 63-78.
- نجمة، بلال.(2014). الذكاء الوجداني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة "دراسة ميدانية على عينة من طلاب القطب الجامعي - تامدة بجامعة تيزي وزو"، رسالة ماجستير " غير منشورة "، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري، تيزي - وزو، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- نعيسة، رغداء علي.(2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق، الجمهورية السورية، م28، ع (1)، 145-181.

النواب، ناجي والظالمي، عماد كريم .(2013). أحداث الحياة الضاغطة و علاقتها بقدرة الذات على المواجهة لدى طلبة الجامعة، *مجلة العلوم التربوية والنفسية، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، الجمهورية العراقية، ع(96)، 126-167.*

ب- المراجع الأجنبية:

- AL-Naser , F, & Sandman, M .(2000). Evaluation resilience factors of dramatic event in Kuwait, *journal of cross cultural psychology*, 4(2), 111-116.
- Austin, E., Evans, P., Magnus, B.,& Hanlon , K .(2007). A preliminary study of empathy, emotional intelligence and examination performance in MBChB students, *Medical Education Journal*, 41(7), 684-689.
- Bar- On, R .(2006). The Bar- On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI), *Journal of Psicothema*, 18(1),13- 25.
- Bastian, V., Burns, N., & Nettelbeck, T.(2005). Emotional intelligence Prdicts Life Skills, But not as well as Personality and Cognitive Abilities, *Journal of Personality and individuals Differences*, 39(6), 1135 -1145.
- Bermudez, P., Teva ,T. , & Ana, S. (2003). The Relationship Between Emotional Intelligence, Emotional Stability And Psychological Wellbeing , *Journal of psychological*, 2(1), 27-32.
- Bibi, S., Saqlain, S., & Mussawar, B.(2016). Relationship between Emotional Intelligence and self esteem among Pakistani university students, *Journal of psychological psychother*, 6(2), 7-9.
- Block, J., & Block, J. (1980). **The role of ego-control and ego-resiliency- in the organization of Behavior**, Minnesota Symposia on Child Psychology .
- Furnham, A., & Petrides,K. (2003). Trait Emotional Intelligence and Happiness , Social behavior and Personality, *An International Journal* , 31 (8), 815-824 .
- Gohm, L., Corser, C., & Dalsky, J. (2005). Emotional intelligence under stress: Useful, unnecessary, or irrelevant? *Journal of Personality and Individual Differences*, 39(6), 1017-1028.
- Kolb, S., & Maxwell, C. (2003). Critical Social Skills for Adolescents with High Incidence Disabilities: Parental Perspectives, *Journal Exceptional Children*, 69(2), 163-179.
- Lok, C., & Bishop, G. (2007). Emotional control , stress , and health , *Journal of Psychology Health* , 14 (5) , 813 – 827
- Mayer, J., Dipaolo, M., & Salovey, P. (1990). Perceiving Affective Content in Ambiguous Visual Stimuli: Acomponent of Emotional Intelligence, *Journal of Personality Assessment*, 54 (4), 772-781.

- Mohzan, M., Hassan ,N., & Abd Halil, N.(2013). The influence of emotional intelligence on academic achievement, **Journal of social and behavioral sciences**, 90(10), 303-312.
- Portillo,J.(2011). Adissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of education in higher education administration, **www.Digital Commons.com**.
- Ribeiro, I. , Perira, R., Freire, I., & Boery , E .(2017). Stress and Quality of life Among university student, a systematic literature review,**www.researchgate.com**.
- Richburg, M., & Fletcher, T. (2002). Emotional intelligence : Directing a child's emotional education, **Child Study Journal**.32(1).

