

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة الخليل

كلية الدراسات العليا

برنامج الإرشاد النفسي والتربوي

رسالة ماجستير بعنوان

" الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة

يطا والمسافر "

إعداد:

حمزة جهاد العدرة

إشراف

الدكتور كامل حسن كتلو

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد

النفسي والتربوي بكلية الدراسات العليا في جامعة الخليل

2021

إجازة الرسالة

الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

لدى طلبة يطا والمسافر

إعداد

حمزة جهاد عدرة

إشراف

الدكتور كامل حسن كتلو

نوقشت هذه الرسالة يوم الاحد بتاريخ ٣٠ / ٥ / 2021م، واجيزت من أعضاء لجنة المناقشة

التالية اسماؤهم:

التوقيع

أعضاء لجنة المناقشة

.....
د. كامل حسن كتلو

د. كامل حسن كتلو/ مشرفاً ورئيساً

.....
د. سهير سليمان الصباح

د. سهير سليمان الصباح/ ممتحناً خارجياً

.....
د. عبد الناصر كايد السويطي

د. عبد الناصر كايد السويطي/ ممتحناً داخلياً

الخليل - فلسطين

1442هـ - 2021م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال تعالى:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا
اَكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ
عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا
طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا
عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

صدق الله العظيم

سورة البقرة، الآية (286)

إهداء

إلى من علمني ترتيب أبجدياتي

ورصف أرهفي

إلى من حملا قلبي على أكف السعادة

امي..... أبي

دمتم لعيني قرّة وقلبي وطن

اخوتي واخواتي

شكر وتقدير

"من لا يشكر الناس لا يشكر الله"

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الخلق والمرسلين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم/ في هذا المقام اسأل الله العلي العظيم ان ينفعنا من هذا العمل المتواضع، وان يكون في ميزان كل من ساهم في إتمامه، واخص بالشكر الكبير كل من:

الدكتور: كامل كتلو على جهوده الكبيرة في إتمام هذا العمل المتواضع لكي يخرج على النور.

جامعتي الغراء جامعة الخليل وإلى كلية الدراسات العليا قسم الإرشاد النفسي والتربوي ممثلة بعميدها وطاقم التدريس الكرام وجميع العاملين فيها.

لجنة المناقشة على تفضلهم بقبول مناقشة هذه الدراسة فلهم مني كل الشكر والتقدير.

وختاماً الشكر لكل من ساهم وساعد في إتمام هذه الدراسة.

إذ لا يعرف الفضل لأهل الفضل إلا ذوو الفضل.

فجزى الله الجميع عني خير الجزاء

فهرس المحتويات

إجازة الرسالة..... خطأ! الإشارة المرجعية غير معرّفة.	
إهداء.....	ث
شكر وتقدير.....	ج
فهرس المحتويات.....	ح
فهرس الجداول.....	د
فهرس الأشكال.....	ر
ملخص الدراسة.....	ز
ABSTRACT:.....	ش
الفصل الأول	
الإطار العام للدراسة	
الإطار العام للدراسة.....	2
المقدمة:.....	2
مشكلة الدراسة وأسئلتها:.....	5
أهداف الدراسة:.....	6
فرضيات الدراسة:.....	6
أهمية الدراسة:.....	7
محددات الدراسة:.....	8
مصطلحات الدراسة:.....	9
الفصل الثاني	
الإطار النظري والدراسات السابقة	
الإطار النظري.....	12
تمهيد:.....	12
أولاً: الذكاء الانفعالي:.....	12
ثانياً: استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:.....	27
ثالثاً: مسافر يطا:.....	37
الدراسات السابقة.....	39
أولاً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط:.....	39
ثانياً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير الذكاء الانفعالي:.....	41

46	ثانياً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:
الفصل الثالث	
الطريقة والإجراءات	
55	الطريقة والإجراءات
55	مقدمة:
55	منهج الدراسة:
55	مجتمع الدراسة:
55	عينة الدراسة:
60	أدوات الدراسة:
66	إجراءات الدراسة:
67	متغيرات الدراسة:
67	المعالجة الإحصائية:
الفصل الرابع	
عرض نتائج الدراسة	
70	عرض نتائج الدراسة
الفصل الخامس	
مناقشة النتائج	
107	مناقشة النتائج
107	أولاً: مناقشة النتائج:
118	ثانياً: التوصيات:
المصادر والمراجع	
119	المراجع العربية:
125	المراجع الأجنبية:
128	شبكة الانترنت العالمية:
الملاحق	
130	الملحق أ: الاستبيان قبل التحكيم:
134	الملحق ب: الاستبيان بُعد التحكيم:
139	الملحق ت: أسماء المحكمين:
140	الملحق ث: كتاب تسهيل المهمة:
141	الملحق ج: احتياجات مسافر يطا:

فهرس الجداول

56	جدول 1: خصائص العينة الديموغرافية.....
60	جدول 2: توزيع محاور مقياس الذكاء الانفعالي على فقراته.
63	جدول 3: مفاتيح التصحيح
61	جدول 4: نتائج معامل الارتباط بيرسون (PERSON CORRELATION) لمصفوفة ارتباط فقرات أداة الدراسة مع الدرجة الكلية لكل مجال (لمقياس الذكاء الانفعالي)
62	جدول 5: نتائج معامل كرونباخ ألفا لثبات أداة الدراسة
63	جدول 6: توزيع محاور مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية على فقراته.
66	جدول 7: مفاتيح التصحيح
64	جدول 8: نتائج معامل الارتباط بيرسون (PERSON CORRELATION) لمصفوفة ارتباط فقرات أداة الدراسة مع الدرجة الكلية لكل مجال (لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية)
65	جدول 9: نتائج معامل كرونباخ ألفا لثبات أداة الدراسة
68	جدول 10: قوة الارتباط بين المتغيرات.....
70	جدول 11: نتائج معامل الارتباط بيرسون لفحص العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية. ...
72	جدول 12: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في مسافر يطا
75	جدول 13: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر
79	جدول 14: نتائج اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغير الجنس
80	جدول 15: نتائج اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية
81	جدول 16: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة
83	جدول 17: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة
83	جدول 18: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة
84	جدول 19: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

جدول 20: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي 86
جدول 21: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (التحصيل الدراسي) 87
جدول 22: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة 88
جدول 23: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة 89
جدول 24: نتائج اختبار ت للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس 91
جدول 25: نتائج اختبار ت للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية 92
جدول 26: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة 94
جدول 27: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (مستوى دخل الأسرة) 95
جدول 28: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة 96
جدول 29: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي 97
جدول 30: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي 99
جدول 31: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي 100
جدول 32: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة 102
جدول 33: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة 103
جدول 34: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة 104

فهرس الأشكال

شكل 1: توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير الجنس 57
شكل 2 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية 57
شكل 3 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة 58
شكل 4 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي في العام المنصرم 59
شكل 5 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير عدد أفراد الأسرة 59

ملخص الدراسة

الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر

إعداد الباحث:

حمزة جهاد العدة

إشراف

الدكتور كامل كتلو

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر، تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المدارس في مدينة يطا، ومسافر يطا البالغ عددهم (26566) طالباً وطالبة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وكما تم استخدام كل من مقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية: أدوات للدراسة، وتم تطبيق أداة الدراسة على عينة مكونة من (500) طالباً وطالبة يدرسون مدارس مدينة يطا ومسافرها، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، تم التوصل إلى أهم النتائج التالية: أظهرت الدراسة أنه توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر، وأظهرت الدراسة أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في مسافر يطا كان بدرجة مرتفعة، حيث جاء بُعد إدارة الانفعالات بالمرتبة الأولى وبعد (التعاطف) في المرتبة الثانية، وبعد (المعرفة الانفعالية) في المرتبة الثالثة، وبعد (تنظيم الانفعالات) في المرتبة الرابعة، وبعد (التواصل الاجتماعي) في المرتبة الأخيرة والخامسة، وأظهرت النتائج أن مستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر كان بدرجة مرتفعة، حيث جاءت (الاستراتيجية الدينية) بالمرتبة الأولى، و(استراتيجية حل المشكلات) بالمرتبة الثانية، و(استراتيجية الدعم والمساندة) بالمرتبة الثالثة، و(استراتيجية الضبط الانفعالي) بالمرتبة الرابعة، و(استراتيجية القبول والاستسلام) بالمرتبة الخامسة، و(استراتيجية المواجهة الانفعالية) بالمرتبة السادسة، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغيرات (الجنس وكانت الفروق لصالح الاناث، مستوى دخل الأسرة وكانت الفروق لصالح أصحاب الدخل أقل من 2000 شيكل، التحصيل الدراسي وكانت النتائج لصالح أفراد التحصيل الممتاز)، وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغيرات (المرحلة الدراسية، عدد أفراد الاسرة)، وأظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغيرات (الجنس وكانت الفروق لصالح الاناث، المرحلة الدراسية وكانت الفروق لصالح طلبة المرحلة

الأساسية، مستوى دخل الأسرة وكانت الفرق لصالح كل من أقل من 2000 شيكل ومن أقل من 2000 شيكل ، التحصيل الدراسي وكانت الفروق لصالح كل من الطلبة من ذوي التحصيل المتوسط والممتاز، عدد أفراد الأسرة وكانت الفروق لصالح الذين عدد أفراد أسرهم أقل من 5 أفراد.)
الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي، الضغوط النفسية، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

Abstract:

Emotional Intelligence and its Relation to Strategies of Confronting Psychological Stress of Yatta and Al-Musafir Students

Prepared by:

Hamza Jihad Al-Adra

Supervisor by:

Dr. Kamel Katlo

The study aimed to identify the relationship between emotional intelligence and strategies for coping with psychological stress among the students of Yatta and the traveler. The study population consisted of all school students in the city of Yatta and the traveler of Yatta, who numbered (26566) male and female students. The emotional intelligence scale, and the psychological stress coping strategies scale: tools for the study. The study tool was applied to a sample of (500) male and female students studying the schools of Yatta and its travellers. They were chosen by stratified random method. The following most important results were reached: The study showed that there is a relationship The study showed that the level of emotional intelligence among school students in Masafer Yatta was at a high degree, where the dimension of managing emotions came in the first place and after (sympathy) in the second place, and after (knowledge). emotionality) ranked third, and after (regulation of emotions) in the fourth, and after (social communication) in the last and fifth rank, and the results showed that the level of S The use of strategies for coping with psychological stress among the students of Yatta and the Traveler was at a high degree, as (religious strategy) ranked first, (problem solving strategy) ranked second, (support and support strategy) ranked third, and (emotional control strategy) ranked fourth, and (Acceptance and surrender strategy) ranked fifth, and (Emotional confrontation strategy) ranked sixth. The results showed that there were statistically significant differences in the average responses of the study sample about emotional intelligence among Yatta students and the traveler according to the variables (sex and the differences were in favor of

females, the level of family income and were The differences are in favor of those with an income of less than 2000 shekels, academic achievement and the results were in favor of individuals with excellent achievement), and the study showed that there were no statistically significant differences in the average responses of the study sample about emotional intelligence among Yatta students and the traveler according to the variables (school stage, number of family members) The study showed that there were statistically significant differences in the average responses of the study sample about strategies for coping with psychological stress among Yatta students and the traveler, according to the variables (the The differences were in favor of females, the stage of study, and the differences were in favor of students of the basic stage, the level of family income, and the difference was in favor of both less than 2000 shekels and less than 2000 shekels, academic achievement and the differences were in favor of students with average and excellent achievement, the number of family members The differences were in favor of those whose family members numbered less than 5.

Keywords: emotional intelligence, psychological stress, strategies for coping with psychological stress

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

➤ المقدمة.

➤ مشكلة الدراسة.

➤ أسئلة الدراسة.

➤ أهداف الدراسة.

➤ فرضيات الدراسة.

➤ أهمية الدراسة.

➤ محددات الدراسة.

➤ مصطلحات الدراسة.

الإطار العام للدراسة

المقدمة:

يعبر الذكاء الانفعالي عن علاقات الشخص مع الآخرين وعواطفه وانفعالاته، فالتفكير لكل شخص فهو مزيج بين الشعور والفكر أو بين العقل والقلب وإذا سيطرت العاطفة على التفكير أدى إلى تفكير غير سليم والوصول إلى قرارات غير صائبة، فالأشخاص الذين يعانون من الضغوط وفقدان اتزانهم العاطفي فهم لا يستطيعون السيطرة على عواطفهم والتحكم فيها حتى ولو كانوا على مستوى عالٍ من الذكاء وهذا سيؤدي إلى مشاكل في الشخصية وعدم سيطرة الشخص على تصرفاته، من هنا تأتي أهمية دراسة الذكاء الانفعالي وعلاقاته المختلفة.

الذكاء الانفعالي يعتبر مفهوم واسع وعميق، وبالرغم من كونه من أحدث أنواع الذكاء التي ظهرت في مجال علم النفس، وفي ضوء التطور الهائل بالمعلومات والتقنيات في القرن الواحد والعشرين، أدى ذلك إلى ضرورة ايجاد رؤية غير تقليدية لمفهوم الذكاء، وما الذي يحتاجه الفرد لحل مشاكله والتأثير على المهارات العقلية والعاطفية للآخرين. يمكن إرجاع أصل الذكاء العاطفي إلى القرن الثامن عشر، عندما قسم العلماء الفكر إلى ثلاثة أجزاء مختلفة (المعرفة، العاطفة، الدافعية) (المللي، 2010).

يعتبر الذكاء الانفعالي نوع من الذكاء الاجتماعي، والذي يتضمن قدرة المرء على معرفة ومراقبة انفعالاته ومشاعره الشخصية، وانفعالات ومشاعر الآخرين، والقدرة على التمييز بين هذه الانفعالات والمشاعر سواء كانت للذات، أو للآخرين، والقدرة على استخدام المعلومات الخاصة بها لتوجيه تصرفاته وتفكيره (عبد الملك، 2015).

يعبر الذكاء الانفعالي عن الفروق الفردية الثابتة نسبياً بين الأفراد في طريقة الإدراك الجيد للانفعالات الذاتية، وفهمها، وتنظيمها، والتحكم فيها، وذلك عبر مراقبة مشاعر الآخرين، وانفعالاتهم، والتعاطف، والتواصل معهم بما يؤدي إلى اكتساب المزيد من المهارات الانفعالية والاجتماعية والعلاقات الإنسانية (خليفة، سعد، 2007).

وكما أن الذكاء الانفعالي ليس قدرة منفردة، ولكنه مجموعة من القدرات التي تتدرج من البسيط نسبياً مثل (التوجيه الانفعالي) إلى الأكثر تعقيداً وتداخلاً مثل (فهم الأسباب ونتائج تأثير الانفعالات على المواقف الاجتماعية اليومية وكيفية تداخلها مع الدافعية) (السمدوني، 2007).

ويرى الباحث أن الذكاء الانفعالي هو المسئول عن إدارة وتنظيم الانفعالات وتوجيهها والتحكم في انفعالات الفرد، مما يعزز لديه النمو الانفعالي، وبذلك يصبح الفرد الذكي انفعالياً واجتماعياً بأنه فرد أفضل من غيره في التعرف على انفعالاته وانفعالات الآخرين بصورة ناجحة وسليمة.

وتعد أحداث الحياة الضاغطة أحد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا، وتمثل الضغوط النفسية رد فعل على هذه الأحداث والتغيرات الحادة والسريعة التي تطرأ على حياة الفرد أو تزعزع استقراره ومجرى حياته الطبيعية، فهذه الضغوط السبب الرئيس وراء الإصابة بالأمراض العضوية والإحساس بالكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية التي تصيب الفرد. (مريم، 2007)

و يحدث الضغط عندما يشعر الفرد أن متطلبات الموقف الذي يتعرض له تفوق كثيراً قدراته على مواجهتها، أو التعامل معها، وبعبارة أخرى كيف يرى الفرد الموقف الذي أمامه وما يتطلبه هل يعتبر مخيفاً، أم تحدياً يمكنه التعامل معه؟ (Lazarus, 1966)

فالفرد عندما يدرك عدم قدرته على خلق حالة من التوازن بين متطلبات الموقف وقدرته على الاستجابة لهذا الموقف فإنه يشعر بهيمنة الضغوط عليه، ولكنه إذا استطاع أن يكون مقبولاً ومفيداً تحت

الضغوط يعد هذا الجانب الإيجابي للضغوط، والهدف منها استتارة الأفراد لاستخدام استراتيجيات جديدة لمقاومة المشكلات، المواقف الضاغطة التي تواجههم. (حسنين، 2003)

وفي حالة تأثير الضغوط النسبية على الفرد بشكل سلبي، يؤدي ذلك إلى توجيهه الفرد لاستخدام العديد من المهارات والأساليب والاستراتيجيات للتعامل مع الضغوط ومواجهتها، وتعتبر هذه الاستراتيجيات من عوامل الصحة النفسية التي تعين الفرد على الاحتفاظ بالتوافق النفسي في مواجهة الأحداث الضاغطة في حياته، فاستخدام هذه الأساليب من شأنه أن يساعد الفرد على التخلص من الضغوط النفسية والتعامل اليومي معها والتقليل من أثارها (ذوادي، 2018).

وتناولت بعض الدراسات الذكاء الانفعالي من جوانب مختلفة منها دراسة حومل (2017) حيث أظهرت وجود تباين في لجوء المديرين إلى أساليب المواجهة المرتكزة على حل المشاكل تبعاً لمستوى الذكاء الانفعالي، ولم تظهر الفروق دالة إحصائياً؛ في استخدام أساليب المواجهة المرتكزة على الانفعال تبعاً لمستوى الذكاء الانفعالي، في حين أظهرت دراسة اليوسف (2010) وجود علاقة طردية دالة إحصائياً؛ بين مستوى الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط، ما عدى كل من استراتيجية القبول والاستسلام واستراتيجية العدوان، وأظهرت دراسة الدرابكة (2019) وجود علاقة طردية بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين. وتأتي هذه الدراسة استكمالاً لما بدأه الباحثين من قبل حيث جاءت لمعرفة العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المدارس في يطا ومسافرها وتجب عن السؤال الرئيسي الآتي: ما العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة يطا والمسافر؟

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

يعاني الطلاب في مدينة يطا ومسافرها من العديد من الضغوط النفسية الناشئة من إجراءات سلطات الاحتلال من هدم للمدارس حيث تقوم سلطات الاحتلال بإخراج الطلبة من المدارس وهدمها أمام أعينهم، وبالإضافة إلى صعوبة الوصول إلى المدارس في بعض المناطق لعدم وجود بنية تحتية مناسبة، وبعدها عن مناطق السكن مما يعرض الطلاب إلى مضايقات من قطعان المستوطنين من أجل تهجيرهم عن أرضهم، أدى كل هذا إلى زيادة الضغوط النفسية لدى الطلبة، من هنا نبعت مشكلة الدراسة من أجل المحاولة إلى فهم دور الذكاء الانفعالي في تخفيف حدة الضغوط النفسية لدى الطلاب. ومن ناحية أخرى تركز مشكلة الدراسة من خلال الإجابة عن سؤال الدراسة الرئيس التالي:

ما العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر؟

ويتمتع من سؤال الدراسة الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة يطا والمسافر؟
2. ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في يطا والمسافر؟
3. ما مستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة)؟

5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة)؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي بأبعاده المختلفة واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المدارس في يطا والمسافر، والتعرف على مستوى الذكاء الانفعالي (التواصل الاجتماعي، تنظيم الانفعالات، إدارة الانفعالات، المعرفة الانفعالية، التعاطف) لدى طلبة المدارس في مسافر يطا، وكما وتهدف إلى التعرف على مستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة يطا والمسافر، والتعرف على الفروق في استجابات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة)، والتعرف على الفروق في استجابات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة).

فرضيات الدراسة:

1. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات إجابات عينة

الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية،

مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة)

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات إجابات عينة

الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات

(الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة).

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تعتبر منطقة يطا ومسافر يطا من المناطق المهمشة في فلسطين، إذ تعاني من ضعف في الخدمات ونقص العديد منها، هذا كله يأتي ضمن ممارسات الاحتلال الإسرائيلي اتجاه المواطنين من حرمانهم من الوصول الى أراضيهم، وقيامهم بهدم العديد من المدارس في مدينة يطا ومسافرها، هذا كله ولد العديد من الضغوط النفسية لدى طلاب المدارس في كل من مدينة يطا والمسافر، مما جعل الباحث يتوجه للبحث في العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة المدارس في يطا والمسافر، ومن ناحية أخرى تتبع أهمية الدراسة النظرية من خلال النقاط التالية:

1. تسلط الدراسة الضوء على أهمية الذكاء الانفعالي لما له من علاقة وثيقة بنجاح الفرد.

2. توجه الاهتمام لدراسة الذكاء الانفعالي بشكل خاص والتعرف بمكوناته والأدوات المعدة لقياسه.

3. تتناول الدراسة موضوعاً جديداً لم ينال القدر المناسب من الدراسة في البيئة الفلسطينية على حد

علم الباحث.

4. تتبع أهمية الدراسة في تطرقها لظاهرة الضغوط النفسية وطرق مواجهتها التي شغلت اهتمام الباحثين ومازالت ضرورة البحث في مهارات وطرق تعامل الأفراد مع المواقف الضاغطة قيد البحث والتطوير.

5. وتكمن أهمية الدراسة في انها تستهدف فئة من المجتمع الفلسطيني لم تنال حقها في جميع متطلبات الحياة من الخدمات والتعليم والبحث العلمي، والأمن.

الأهمية التطبيقية: تأتي أهمية الدراسة التطبيقية من خلال النقاط التالية:

1. تعريف أصحاب القرار في مديرية التربية والتعليم في مدينة يطا على العلاقة بين الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وذلك من أجل وضع الاستراتيجيات المناسبة لتنمية الذكاء الانفعالي لدى الطلبة، من أجل زيادة قدرتهم على اختيار الاستراتيجية المناسبة للموقف الضاغط الذي يواجههم.

2. تفتح الآفاق للباحثين من إجراء المزيد من الدراسات في ذات الموضوع، وذلك من خلال البحث في العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية ولكن باستخدام أبعاد أخرى لم تتطرق لها الدراسة.

3. تعلم الدراسة على لفت انتباه أصحاب القرار في وزارة التربية والتعليم على فئة مهمشة من المجتمع الفلسطيني (المواطنين في مدينة يطا، وخصوصاً مسافرها) لم تنل حقها من الخدمات بالشكل المطلوب من خدمات تعليمية وصحية واجتماعية، وأمنية حيث يوجد نقص شديد في الخدمات في المدينة وخصوصاً في القرى القريبة من الخط الأخضر والمستوطنات.

محددات الدراسة:

الحدود الموضوعية: الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

الحدود المكانية: مدارس يطا والمسافر.

الحدود الزمانية: اعدت الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2020-2021).

الحدود البشرية: طلبة المدارس في يطا والمسافر.

مصطلحات الدراسة:

النكاء الانفعالي: عبارة عن منظومة من القدرات الانفعالية والشخصية والاجتماعية، تمنح الفرد القدرة على التكيف مع الصعوبات المحيطة والضاغطة (Bar-On, 2001).

ويعرفه غولمان (Goleman, 2000) بأنه قدرة الفرد على مراقبة انفعالاته وانفعالات الآخرين، والتميز بينها، واستخدام المعلومات الانفعالية كدليل للفرد في التفكير والسلوك، فهمه لذاته، وكيفية إدراكها لمساعدته في حل المشكلات من أجل حياة ناجحة وفعالة.

ويعرف إجرائياً بأنه: متوسط الدرجات التي يحصل عليها المفحوصين عبر الإجابة عن مقياس الدراسة الخاص بالنكاء الانفعالي، ويكون الطالب ذكي انفعالي في حالة حصوله على درجة مرتفعة، وذلك بحصوله على وزن نسبي (68.2%) فأعلى.

الضغوط النفسية: هو محصلة التفاعل بين الفرد والبيئة، يظهر على شكل حالة من التوتر العاطفي والنفسي تؤثر في الأفراد صحياً ومعنوياً، ويحدث بفعل عوامل متعددة تتضمن متغيرات فردية واجتماعية وتنظيمية وبيئية مترابطة كالمشكلات الشخصية والاجتماعية. (نوادي، 2018).

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية: مجموعة الجهود السلوكية والمعرفية المتغيرة باستمرار، والتي يتخذها الفرد في إدارة مطالب الموقف، والتي تم تقديرها من جانب الفرد على أنها مرهقة وشاقة وتتجاوز إمكانياته. (نوادي، 2018).

وتعرف إجرائياً بأنها: مجموعة من السلوكيات والآليات التي يتبناها الفرد من أجل إحداث التوافق مع المثيرات الخارجية، ويتم قياسه بمجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد من خلال الإجابة عن مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية المستخدم في الدراسة الحالية، الذي يؤدي الى حدوث التمييز في استخدام الطالب للاستراتيجيات عند حصوله على درجة مرتفعة في المقياس وذلك بحصوله على وزن نسبي (68.2%) فأعلى.

يطا: إحدى مدن الضفة الغربية في فلسطين وتبعد عن مدينة الخليل 12 كم جنوب مدينة الخليل، وتعد ثاني أكبر مدن محافظة الخليل من حيث عدد السكان والمساحة، إذ تشكل حوالي (25%) من مساحة المحافظة. (منشورات بلدية يطا، 2020)

مسافر يطا: تقع غرب مدينة يطا جنوب الضفة الغربية وتصل حدودها الشرقية إلى البحر الميت، ومن الجنوب مدينة عراد في النقب الفلسطيني، وهي مساحة شاسعة من الأراضي الجبلية، يتخللها بعض السهول، يواجه سكانها العديد من المشاكل في الخدمات الضرورية للحياة من خدمات صحية وتعليمية، وبنية تحتية، وذلك نتيجة للممارسات التعسفية من قبل سلطات الاحتلال الإسرائيلي اتجاه سكانها (عبيدات، 2015)

الفصل الثاني

الإطار النظري

و

الدراسات السابقة

الإطار النظري

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرضاً مفصلاً عن قيم الدراسة الذكاء الانفعالي، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة.

أولاً: الذكاء الانفعالي:

1.1. الذكاء:

اهتم العديد من الفلاسفة القدماء بموضوع الذكاء وظهر ذلك من خلال كتاباتهم الأولى المتعلقة بتفسير طبيعة المعرفة والتعلم لدى الكائنات البشرية. ويقول أرسطو (Aristotle): "أن الأفراد يختلفون في خصائصهم المختلفة من بينها الذكاء باختلاف البيئات التي يعيشون فيها"، وأشار أفلاطون (Plato): "أن الذكاء قدرة الأفراد على التعلم واكتساب الخبرات والتكيف مع الأوضاع المختلفة". وموضوع الذكاء من الموضوعات التي أهتم بها علماء النفس بسبب ارتباطه بمجالات الحياة كافة، منها الأكاديمية والمهنية والفنية والاجتماعية، رغم الاتفاق بين علماء النفس على أهمية الموضوع إلا أنه ما زال هناك اختلاف بينهم حول طبيعة الذكاء وتعريفه. فهناك عدة تعريفات للذكاء منها تعريف فيري (Ferry): "أن الذكاء هو القدرة على اتخاذ اتجاه محدد والاستمرار فيه والقدرة على الملائمة والنقد الذاتي". وعرفه اينجهاوس (Ebbinghaus) أنه: نشاط فعال يعمل على التكافل وفهم العناصر المختلفة في شكل موحد له معنى (الزغلول، الهنداوي، 2002)..

تتباين تعريف الذكاء بين ارتباطها بالتفكير تارة، وبالتعلم والتكيف تارة أخرى، فيعرف كولفين (Colvin) أنه: "القدرة على تعلم التكيف مع البيئة"، ويعرفه وودرو (Woodrow) أنه: "القدرة على كسب

الخبرات"، بينما يعرفه تيرمان (Terman) بأنه: "القدرة على التفكير المجرد"، وعند بينيت (Binet) بأنه: "

القدرة على الفهم والابتكار والتوجيه الهادف للسلوك والنقد الذاتي" (السيد، 2000)

ويشير الباحث إلى أن التباين في تعريف الذكاء يرجع إلى تأثير هذا المفهوم بمناهج العلوم التي تناولته؛ فقد ظهر الذكاء أولاً في إطار الفلسفة القديمة ممثلاً الجانب الإدراكي من النشاط العقلي، ثم اهتمت بدراسته العلوم البيولوجية والفيزيولوجية مقدمة إياه في إطار تكيفي، واستقر أخيراً في إطاره السيكولوجي كمظهر عقلي من مظاهر السلوك، ونتج عنه اختلاف في وجهات نظر علماء النفس في وضع مفهوم الذكاء، ومن وجهة نظر الباحث فإن الذكاء يعد القدرة على التعلم والفهم والابتكار للتوجيه الهادف للسلوك الإنساني.

1.2. الانفعالات:

مع تعدد التعاريف الموضحة للذكاء نتج عنها تعدد مقاييس الذكاء وتطورها بشكل كبير، لكن ظل الانفعال موضوعاً للجدل عبر التاريخ في ميادين علمية مختلفة، فلسفية ودينية ونفسية وأخلاقية وغيرها، وعليه فقد حظي باهتمام الباحثين كونه يتصل بحياة الفرد اتصالاً مباشراً ويعبر عنها من الناحية النفسية، الاجتماعية، والفيزيولوجية. لقد وجد العلم إشكالات كثيرة في تناوله لهذا الموضوع، نظراً لطبيعته، ولصعوبة التحقق من صدق ملاحظاته. لقد ركزت أغلب الدراسات التي تناولت الانفعال على الجانب المرضي منه، والتوجه إلى دراسة ميكانيزماته حديثاً؛ سمحت بظهور مفهوم الذكاء الانفعالي.

ويعرف الجسماني (1994) الانفعالات بأنها: "ما يساور الفرد من حالة وجدانية عامة تنظم كيانه عندما يلغي نفسه في موقف معين" (الجسماني، 1994).

وعرفها ماهر (د.ت) بأنها: "مدى النقلب المزاجي والحساسية للضغوط والتوترات البيئية والنزعة للشعور بالذنب أو الضغط، ومدى تقدير واحترام الذات، والشعور بالتعب الجسمي أو النفسي ومدى تحمل هذا

(الشعور) (ماهر، د.ت)

وعرفته دافيدوف (2000) بأنها: "حالة داخلية تتصف بجوانب معرفية خاصة، وإحساسات وردود افعال فيزيولوجية، وسلوك تعبيرى معين" (دافيدوف، 2000)

وعرفها ماير (Mayer, 2001) بأنها: "استجابة عقلية منظمة لحدث ما، لها مظهر فيزيولوجي، سلوكي، ومعرفي" (Mayer, 2001).

1.3. الذكاء الانفعالي:

تنقسم تعريفات الذكاء الانفعالي، إلى قسمين: القسم الأول يعرف بالذكاء الانفعالي، وبأنه القدرة على فهم الانفعالات الذاتية، والتحكم فيها، وتنظيمها وفق فهم انفعالات الآخرين، والتعامل في المواقف الحياتية، ويندرج في هذا القسم ما تناوله ماير وسالوف (Salove and mayer, 2002) بأنه القدرة على إدراك معنى المشاعر والانفعالات، والعمل على استخدامها لمساعدة التفكير وفهم الانفعالات في علاقات الفرد مع الآخرين. وامتلاك المعرفة الانفعالية لتعكس انفعالات ووجدانيات منظمة تشير إلى نمو الجوانب العقلية والانفعالية .

أي أن نموذج القدرة للذكاء الانفعالي يستخدم لينبه إلى الدور الكبير الذي يلعبه النظام الانفعالي في النظام المعرفي للقدرة المعرفية، ولتحدي المداخل التقليدية في مجال الانفعالات، والتي تشير إلى أن الانفعالات تعيق النشاط المعرفي، وأن الانفعالات والذكاء مجالان منفصلان (Salovey et al. 2001). وقد نظرا إلى أن الانفعالات بوصفها مساهمة بشكل كامن في التفكير أكثر من أنها غير عقلانية .

فنموذج القدرة للذكاء الانفعالي هو مجموعة من القدرات العقلية. والذي ينشأ نتيجة تكامل النظام المعرفي والنظام الانفعالي. إذ يقوم النظام المعرفي بالاستدلال المجرد حول الانفعالات بينما يعزز النظام الانفعالي القدرة المعرفي (خرنوب، 2003).

أما القسم الثاني: فيعرف الذكاء الانفعالي بأنه مجموعة من المهارات والكفايات الانفعالية والاجتماعية التي يتمتع بها الفرد، اللازمة للنجاح المهني في الحياة. حيث يندرج في هذا القسم تعريف غولمان (Goleman, 2000) للذكاء الانفعالي بأنه قدرة الفرد على مراقبة انفعالاته وانفعالات الآخرين، والتمييز بينها، واستخدام المعلومات الانفعالية كدليل للفرد في التفكير والسلوك، فهمه لذاته، وكيفية إدراكها لمساعدته في حل المشكلات من أجل حياة ناجحة وفعالة (Goleman, 2000).

وحدد غولمان المكونات والعناصر التي تشكل الذكاء الانفعالي كما يلي: (ضبط الذات، الدافعية، والتعاطف، والمهارة الاجتماعية، والوعي الذاتي)

ويوصف الذكاء الانفعالي باعتباره أحد الاستطلاعات، أو الكفاءات، أو المهارات التي تؤثر في قدرة الفرد على النجاح في التوافق مع مطالب ومهام الحياة العامة وضغوطها. فالذكاء الانفعالي هو مهارات ولباقات التعامل في الشارع، وفي العمل، وفي كل مناحي الحياة، ويعكس قدرة الفرد على التعامل بنجاح مع الآخرين على اختلاف مشاعرهم وبيئاتهم الاجتماعية، والتعامل بنجاح مع ضغوط تلك العلاقات، وأن يكون له القدرة الجيدة في التأثير الإيجابي عليهم، ويكونوا هم بوجه عام سعداء بتلك العلاقات (Bar-on, 2001).

1.4. النماذج والنظريات المفسرة للذكاء الانفعالي:

تتمحور أبعاد الذكاء الانفعالي بشكل عام حول ثلاث قدرات هي: القدرة على إدراك الانفعالات والتعبير عنها، القدرة على التحكم في الانفعالات، والقدرة على توظيف الانفعالات في التفكير، حيث يوجد العديد من النماذج المفسرة للذكاء الانفعالي مبينة ابعاده ومنها الآتي:

نموذج القدرات ل ماير وسالوفي (Mayer, Salovey, 1990): رائد هذا الاتجاه هم كل من ماير وسالوفي، ظهرت التعريفات المبكرة للذكاء الانفعالي كمجموعة من القدرات في عام (1990) من خلال أبحاثهم، وقد استخدم في هذه التعريفات مدخلاً مكون من جزئيين، تناول الجزء الأول المعالجة العامة

للمعلومات الانفعالية، وتم تحديد المهارات المتضمنة في المعالجة في الجزء الثاني. (حسين، جاد الله، 2002)

وقاما بتعريف الذكاء الانفعالي في هذه المرحلة بأنه القدرة على رصد الفرد لمشاعره، وانفعالاته الخاصة، ومشاعر، وانفعالات الآخرين، وان يميز بينهما وأن يستخدم هذه المعلومات في توجيه سلوكه وانفعالاته (Mayer, Salovey, 1990).

بعد الدراسة التي قام بها ماير وسالوفي حول التفاعل بين التفكير والانفعالات وكيفية جعل انفعالاتنا أكثر نكاء بين عامي (1989-1990) قدما مفهوم أوسع للذكاء يتفق مع مقتضيات النجاح في الحياة. واقترحا مفهوم الذكاء الانفعالي سنة (1990) كنظام تفاعل بين المزاج والتفكير، هذا النظام الذي يتدخل لحل المشاكل بتوجيه الانتباه والتمييز بين المشاعر.

يعتبر سالوفي وماير أن الذكاء الانفعالي نوع من الذكاء المحض الذي يشكل أحد مكونات الذكاء العام، أي أنه عبارة عن قدرة عقلية، ولهذا يسمى نموذجها بنموذج القدرة. واعتبراه يشكل الجانب الاجتماعي من الذكاء، وعرفاه بأنه (قدرة الفرد على ضبط انفعالاته وانفعالات الآخرين، والتمييز بينهم، واستخدام هذه المعلومات في توجيه سلوكه وانفعالاته) (Mayer, Salovey, 1999 pp433-442).

وبناءً على نموذج القدرة يمنح الانفعال للفرد معلومات هامة يتفاوت الأفراد في قدرتهم على توليدها والوعي بها وتفسيرها والاستفادة منها والاستجابة لها، ويشير ذلك إلى أن الذكاء الانفعالي يتضمن في جانب منه مفهوم الذكاء الاجتماعي لكنه يعتبر أوسع منه؛ فهو يجمع بين الانفعالات الذاتية في إطارها الخاص الفردي، وفي سياقها الاجتماعي من خلال التفاعل مع الآخرين (الخضر، 2002، 15).

وأن الانفعالات يمكنها أن تجعل التفكير أكثر نكاء، وأنه يمكن للأفراد التفكير بشكل ذكي نحو حالاتهم الانفعالية، وتعتمد نظريتهما اعتماداً على عدة مفاهيم أساسية تتعلق بمفهوم الذكاء والانفعالات. منها أن مفهوم الذكاء يرتكز على القدرة على التفكير التجريدي، أما الانفعالات فتعطي

معنى للعلاقات بين الأفراد، وأنه يوجد عدد من الانفعالات الأساسية الموحدة لدى جميع البشر، وأن الناس يختلفون في قدرتهم على إدراك ومعالجة المعلومات ذات الطبيعة الانفعالية، كما يختلفون في قدرتهم على الربط بين معالجتهم للمعلومات الانفعالية وبين تفكيرهم العام، ويعتقد الباحثان أن الاختلاف في هذه القدرات يظهر في بعض السلوكيات التكيفية.

إن نظرة ماير وسالوفي للذكاء الانفعالي تكمن في اعتباره شكلاً من أشكال الذكاء، فهما قد سعيا إلى تعريف الذكاء الانفعالي في الحدود والمواصفات العادية لتعريف نوع جديد للذكاء، وحسب نظريتهما فإن الذكاء الانفعالي يتضمن مجموعة من المهارات والقدرات النفسية تتدرج من القدرات البسيطة الأساسية إلى القدرات المعقدة التي تندمج فيها الانفعالات مع العمليات العقلية. اعتبر كل من ماير وسالوفي إن الذكاء الانفعالي فئة فرعية من مفهوم الذكاء الشخصي، الذي قدمه جاردنر (Gardner, 1983)، ويتكون من عاملين هما الذكاء داخل الشخص، والذكاء بين الأشخاص، وبناءً على ذلك يتضمن الذكاء الانفعالي قدرة الفرد على التقييم الدقيق للانفعال الخاص به أو بالآخرين، وأن هذا التقييم يتضمن كلاً من الاتصال اللفظي كوسائط أساسية يتم من خلالها التعبير عن الانفعالات (أبو رياش، وآخرون، 2006). وتم في عام (1997) إدخال تعديلات على نموذج القدرات من قبل ماير وسالوفي أدى ذلك إلى إعادة تعريف الذكاء الانفعالي وفقاً للنموذج الجديد على أنه مكون من عدد من القدرات الانفعالية المتميزة (حسين، جاد الله، 2002).

وقد تم التأكيد في النموذج المعدل بصورة أكبر على المكونات المعرفية للذكاء الانفعالي وقد تكون النموذج من أربع مكونات (أبعاد) وهي:

الإدراك الانفعالي: ويعني قدرة الفرد على التعرف على المحتوى الانفعالي للملامح والسلوكيات، ويشمل ذلك إدراك وتقييم الانفعالات والتعبير عنها، أي وعي الفرد بانفعالاته وبأفكاره المتعلقة بها، وقدرته على التمييز بينها والتعبير عنها بشكل مناسب.

التيسير الانفعالي للتفكير: بمعنى توظيف الانفعالات في عملية التفكير بهدف تحسينه، وذلك بإفراح المجال أمام الانفعالات لكي توجه انتباهنا؛ فتوظيف الانفعالات في خدمة هدف معين ضروري للانتباه الانتقائي ولدافعية الذات.

الفهم الانفعالي: ويعني إدراك مدى الصدق أو الصوابية التي تقف وراء انفعال معين، والتمييز بين الانفعالات المتشابهة والمتزامنة.

الإدارة الانفعالية: ويعني هذا البعد، القدرة على تهدئة الذات والتخفيف من حدة الانفعال لدى الآخرين بُعد مواجهة شحنات قوية من الانفعالات (البحيري، 2007).

نظرية غولمان (Goleman's Theory):

ظهرت كتابات غولمان الموجهة لعموم الناس بسبب انتشار مفهوم الذكاء الانفعالي وتطبيقاته في مختلف مجالات الحياة الاجتماعية، ولاقت مبيعات واسعة في الأوساط العامة، والمهنية عبر العالم. ومنها كتابه المشهور الذكاء الانفعالي في جزئين (1995 و1998).

وضع غولمان مفهوم عام بسيط للذكاء الانفعالي، وذلك بتدعيمه بالنظريات والحالات الاكلينيكية المختلفة. وبحسب وجهة نظر غولمان فإن الذكاء الانفعالي يؤثر في التوازن النفسي، والشعور بالثقة بالنفس، ويسهل اتخاذ القرارات، ويضمن حياة أفضل على المستوى الشخصي، والاجتماعي، والمهني. وفي وصفه لهذا المفهوم يوضح الكاتب أنه ذكاء خاص، يتعلق بالانفعالات ويختلف عن الذكاء المعرفي.

وحسب غولمان فإن الأشخاص ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع يتميزون بمجموعة من المهارات النفسية والاجتماعية، كالوعي بالذات، التحكم في الانفعالات، المثابرة، الحماسة، التحفيز الذاتي، التعاطف أو التقمص العاطفي، واللياقة الاجتماعية (معمرية، 2007).

ويصف غولمان الذكاء الانفعالي بأنه ذكاء شامل ومتجذر في شخصية الفرد يؤثر في مستوى بقية الذكاءات الأخرى، فهو في نفس الوقت نظام للتحكم في الانفعالات، وسمة شخصية ثابتة نسبياً لدى الأفراد، ويعتبر غولمان أن الأشخاص يولدون بمستوى معين من الذكاء الانفعالي هو الذي يحدد فيما بُعد مدى قدرتهم على اكتساب المهارات الانفعالية، حيث تظهر هذه المهارات وتنمو متكاملة مع بعضها، وتعتمد إحداها على الأخرى وتدعم بعضها البعض (Goleman, 1997, p283).

حسب وجهة نظر غولمان يتكون الذكاء الانفعالي من خمسة مجالات أساسية وهي:

أولاً: معرفة الفرد لانفعالاته: وتتمثل في الوعي بالذات والتعرف على الشعور وقت حدوثه ورصد المشاعر والانفعالات وفهماها.

ثانياً: تنظيم وإدارة الفرد الانفعالية: تشتمل على القدرة على التعامل مع الانفعالات وإدارتها بشكل ملائم وتهديئة النفس والتخلص من القلق والمشاعر السلبية.

ثالثاً: القدرة على حفز الذات، الدافعية الشخصية: وذلك من خلال توجيه الانفعالات لتحقيق أهداف خاصة بالفرد، ويكون مصدر الدافعية ذاتي.

رابعاً: القدرة على التعرف على الانفعالات في الآخرين: مثل القدرة على التعاطف مع الآخرين، ومعرفة انفعالاتهم والقدرة على التقاط الإشارات الانفعالية للآخرين، وتعتبر مهارة إنسانية ضرورية في الأعمال القيادية.

خامساً: القدرة على إدارة العلاقات: تتطلب هذه القدرة الكفاية الاجتماعية والمهارات التأثيرية لإدارة انفعالات الآخرين وضبطها، ويعتبر هذا البعد متطلباً هاماً في القيادات العليا (سعيد، 2015).

نظرية بار – أون (Bar – on's Theory. 1997):

يعد روفن بار أون (Reuven Bar-On, 1996) من الأوائل الذين ساهموا في تصميم أدوات قياس الذكاء الانفعالي، وذلك من خلال اقتراحه لمصطلح نسبة الانفعال، وحسب بار أون يمثل الذكاء الانفعالي الجانب غير المعرفي من الذكاء العام (Bar-On, 1996).

يرتكز نموذج بار أون للذكاء الانفعالي على القدرات الكامنة للفرد، وليس على قدراته السلوكية، فهو يتمحور حول مجموعة من القدرات الانفعالية والاجتماعية للفرد التي يمكن أن تؤدي به إلى النجاح وإلى التوافق النفسي والاجتماعي، ومن بينها القدرة على الوعي بالذات أي أن يتمكن الفرد من فهم نفسه والتعبير عنها، والقدرة على الوعي بالآخرين أي فهمهم وبناء علاقات معهم، والقدرة على مواجهة الانفعالات القوية، وكذلك القدرة على التكيف مع التغيير، وعلى حل المشاكل ذات الطبيعة الاجتماعية والشخصية.

يعتقد بار أون بأن الأفراد الذين يمتلكون نسبة مرتفعة من الذكاء الانفعالي ينجحون عموماً أكثر من غيرهم في مواجهة ضغوط الموقف. وأن انخفاض الذكاء الانفعالي يمكن أن يعيق النجاح، ويتسبب في خلق مشاكل انفعالية. وإن مشاكل التكيف مع الوضعيات تظهر خصوصاً لدى الأفراد الذين يبدون قدرات منخفضة في تحمل الضغوط والتحكم في النزوات (Bar-On, 1996).

ويعتقد أيضاً أن الذكاء الانفعالي والذكاء المعرفي يمثلان جانبين متكاملين من الذكاء العام للفرد، كقدرة كامنة لديه تعبر عن امكانية نجاحه في الحياة. ويتكون نموذج بار أون للذكاء الانفعالي من خمسة أبعاد رئيسية هي:

الذكاء الانفعالي داخل الشخص: تتضمن مجموعة من الكفاءات التي تساعد الفرد على التعامل مع نفسه بنجاح وهي (الوعي بالذات، وتوكيدها، وتقدير الذات، والاستقلالية).

الذكاء الانفعالي بين الأشخاص: عبارة عن مجموعة من الكفاءات التي تساعد الفرد على إقامة علاقات ناجحة ذات تأثير على الآخرين، وتشمل على (التعاطف، الكفاءة الاجتماعية، العلاقات الشخصية).

القدرة على التكيف: تتكون القدرة على التكيف من مجموعة من الكفايات لمساعدة الفرد على التكيف مع واقع الحياة ومتطلبات البيئة المحيطة، وهي (اختبار الواقع، المرونة، حل المشكلات).

إدارة الضغوط: تتكون القدرة على إدارة الضغوط من مجموعة من الكفايات الخاصة التي تساعد الفرد على إدارة ضغوط الحياة ومقاومة الاندفاع وضبط الذات، وهي (تحمل التوتر والضغط النفسي، وضبط الاندفاع).

المزاج العام: يتكون بُعد المزاج العام من مجموعة من القدرات الخاصة التي تساعد الفرد على إدراك حالته المزاجية وتغييرها، وهي (التفاؤل، السعادة) (Bar – on's. 2005).

نموذج سامية القطان (2006):

تشير سامية القطان (2006) إلى أن أبعاد الذكاء الانفعالي تنتظم في شكل هرمي، بينهم تفاعل وإحالة متبادلة مستمرة (تأثير وتأثر) وهذه الأبعاد هي: النضج الوجداني، والتواصل الوجداني، والتأثير الوجداني.

أولاً: النضج الوجداني: وهو بمثابة الأساس الذي تقوم عليه مكونات الذكاء الوجداني، ويتضح النضج الوجداني لدى الفرد من خلال كم الطاقة الانفعالية المتاحة تحت تصرف الأنا، أو ما يعرف بالاقتصاديات النفسية، وهذه الطاقة هي التي تجعل الفرد قادراً على التعايش مع الضغوط والإحباطات والصراعات، وكلما انخفضت الطاقة الانفعالية كلما انخفض استثمار الفرد لذاته وقدراته أو تركزت طاقته في مجالات محدودة. ويتمثل النضج الوجداني في: (الوعي بالذات، وتوجيه الذات، وتقدير الذات، والمرونة، والدافعية).

ثانياً: التواصل الوجداني: وهو يمثل الحلقة الوسطى بين النضج الوجداني، والتأثير الوجداني، وحتى يكون الفرد على درجة عالية من التواصل الوجداني، فلا بد أن يكون قادراً على مواجهة المشكلات

والصعوبات، وقادراً على التعبير عن وجهة نظره والدفاع عنها، وكذلك لابد أن يتفهم وجدان الآخرين ويقدر رؤيتهم، وهذا يعني الإحساس بمشاعر غيره وتقدير وجهة نظرهم والاهتمام بمساعدتهم، ويظهر ذلك في العناية بمشاعر الآخرين، والحساسية المرتفعة تجاههم، والمبادرة بمعاونتهم والاعتراف بإنجازاتهم، وكذلك التعاطف والمشاركة

الوجدانية والكميائية في الاستجابة للآخرين، ويتمثل التواصل الوجداني في: (التوكيدية، والنظرة الإيجابية، وشجاعة المواجهة، وتقبل اختلاف الآخرين).

ثالثاً: التأثير الوجداني: وهو يمثل قمة الصرح للذكاء الوجداني، فلن يصل الفرد إلى التأثير الوجداني إلا بتملكه قدرًا مناسباً من قدرات النضج الوجداني، والتواصل الوجداني. وتمثل قدرات التأثير الوجداني أعلى درجات الذكاء الوجداني، لأن هذه القدرات تجعل الفرد قادراً على التأثير الجيد في الآخرين، بما لديه من مهارة عالية لكسب الآخرين في صفه، ومساعدتهم في تغيير بعض الجوانب من أنفسهم وبيئتهم؛ لتحقيق أهدافهم، ويتمثل التأثير الوجداني في: الإقناع، والقيادة، والمبادرة في التغيير، والتعاون، والتفاوض (القطان، 2009).

1.5. مهارات الذكاء الانفعالي

بناءً على نموذج بار- أون يمكن جعل مهارات الذكاء الانفعالي على خمسة مجالات هي:

1. مهارة الكفاءة الشخصية:

أ. فهم الذات الانفعالية: وهي مقدرة الشخص على فهم مشاعره، وانفعالاته، والتمييز بينها،

ومعرفة أسبابها وخلفياتها.

ب. التوكيدية: وهي مقدرة الشخص على التعبير عن مشاعره، ومعتقداته، وأفكاره والدفاع عن

حقوقه بأسلوب بناء.

ت. تقدير الذات: التعبير عن احترام الفرد وقبوله لذاته، وتقبل الجوانب الإيجابية والسلبية التي تتعلق بالأمن الداخلي وتحسين الذات والثقة فيه.

ث. تحقيق الذات: عبارة عن مقدرة الشخص على تحقيق إمكاناته الكامنة، والإنجاز المستمر بأقصى جهد ممكن من أجل تنمية إمكانياته ومواهبه، ويرتبط ذلك بالمثابرة من أجل تحسين الأداء، والنشاط والدافعية نحو الإنجاز.

ج. مهارات الاستقلالية: هي مقدرة الشخص على التوجه ذاتياً، وتحكم الشخص بتصرفاته، وتفكيره، والابتعاد عن الاعتمادية في التخطيط أو اتخاذ القرارات (Bar-On, 1999).

2. مهارة الكفاءات الاجتماعية:

أ. مهارة التعاطف: هي مقدرة الانسان على فهم مشاعر الآخرين، ومراعاتهم، وتقديرها والاندفاع لمساعدتهم، والاهتمام بهم.

ب. مهارة العلاقات الاجتماعية: عبارة عن مقدرة الشخص على إقامة علاقات مرضية، وتفاعلية، والحفاظ عليها مع الآخرين، مضافاً إليها مشاعر الطمأنينة والراحة.

ت. مهارة المسؤولية الاجتماعية: تعبر عن مقدرة الفرد على التعاون، والمشاركة، وأن يكون عضواً بناءً في المجتمع. وتتضمن هذه المهارة الوعي الاجتماعي والتصرف بأسلوب مسؤول، والاهتمام بالآخرين (Bar-On, 1999).

3. مهارة إدارة الضغوط:

أ. تحمل الضغوط: تعبر عن مقدرة الشخص على تحمل المواقف الضاغطة دون تراجع، والأحداث غير الملائمة، والتعامل معها بإيجابية وفاعلية دون الاستغراق فيها.

ب. **مهارة ضبط الاندفاع:** تعبر عن مقدرة الشخص على التصرف الاندفاعي، ومقاومة الحافز الانفعالي للسلوك، ويتميز من يملك هذه المهارة بتقبله للاندفاعات العدوانية، والهدوء والسيطرة على السلوك غير المرغوب.

4. مهارة التكيفية:

أ. **إدراك الواقع:** تعبر عن مقدرة الشخص على تقدير مقدار التطابق بين خبراته الانفعالية مع ما هو موجود موضوعياً، والابتعاد عن المغالاة في التخيلات والأوهام. وترتبط هذه المهارة بدرجة الوضوح الإدراكي في التعامل مع المواقف وتقديرها.

ب. **المرونة:** وتعبر عن مقدرة الشخص على تهيئة انفعالاته وسلوكه والمواقف والشروط المتغيرة.
ت. **حل المشكلات:** وتعني مقدرة الشخص على توليد الحلول الفعالة، وتحديد المشكلة، ولتنفيذ المهارة يجب على الفرد أن يكون منضبطاً منهجياً، ومنظماً للتفكير، وعنده الرغبة على مواجهة المشكلات بدلاً من تجنبها (Bar-On, 1999).

5. مهارة كفاءة المزاج العام:

أ. **مهارة التفاؤل:** تعني مقدرة الشخص على رؤية الجانب الحسن في الحياة. والأخذ بالاتجاه نحوه، حتى عند مواجهة الظروف غير مناسبة.

ب. **مهارة ممارسة السعادة:** وتعني رضا الشخص عن ذاته والاستمتاع بمجريات حياته. وترتبط بالرضا العام عن الذات (Bar-On, 1999, 19).

في النهاية بُعد التطرق لموضوع الذكاء الانفعالي يعد هذا الموضوع من المواضيع الحديثة في علم النفس الذي يركز على مقدرة الفرد على التحكم بانفعالاته، والتنبؤ بانفعالات الآخرين، وتوجيهها بما يخدم الهدف الخاص به، وتبرز مكانة الذكاء الانفعالي من خلال تطبيقاته المتعددة في مجالات الحياة،

وفي هذه الدراسة سوف يتم دراسة جانب محدد من هذه الجوانب وهو استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وذلك من خلال الاعتماد على نموذج غولمان الذي يشمل على كل من:

1. **التواصل الاجتماعي:** وهو التأثير الايجابي القوي في الآخرين مع معرفة متى يفضل اتباعهم ومساندتهم.

2. **التعاطف:** ويعني مقدرة الفرد على إدراك انفعالات الآخرين، والتوحد معهم انفعالياً، وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والتعاطم معها.

3. **تنظيم الانفعالات:** القدرة على توجيه الانفعالات والمشاعر نحو تحقيق الانجاز والتفوق واستعمال الانفعالات والمشاعر في صنع أفضل القرارات.

4. **إدارة الانفعالات:** وتعني مقدرة الفرد على التحكم في انفعالاته السلبية، بما في ذلك مقدرته على كسب الوقت للتحكم فيها، وتحويلها الى انفعالات إيجابية، وممارسة مهارات الحياة الاجتماعية والمهنية بفاعلية.

5. **المعرفة الانفعالية:** وهي القدرة على الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية والتمييز بينها والوعي بالعلاقة بين الافكار والمشاعر الذاتية والأحداث الخارجية.

1.6. قياس الذكاء الانفعالي:

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

وهناك مدخلان لقياس الذكاء الانفعالي، كقدرة عقلية، وكسمة شخصية، وكان (ماير وسالوفي وكاروسو) أول من بدئوا بقياسه، فقد اتخذوا مهاما أو مواقف محددة؛ ليتم فيها مطالبة الأفراد بالحكم على المحتوى الانفعالي الذي يعبر عنه عمل فني أو موسيقي ضمن أشياء أخرى، والذكاء الانفعالي كسمة

شخصية يقاس بواسطة مفردات اختبار للشخصية من النوع التقليدي تقريبا على النمط الذي وضعه بارون (Bar-on, 2000)، وحتى الآن هذان المدخلان لم يُبحثا جيدا، ولم يتم التحقق من الصدق والثبات بأنواعها المختلفة في القياسات التي أجريت حتى الآن، ويحتمل أن يكون نموذج القدرة العقلية هو النموذج الأوسع الذي يمكن تسميته بالذكاء الانفعالي، في حين أن النموذج الآخر عام بدرجة كبيرة، يتعلق بمعاني الذكاء، والوجدان (سليمان، 2007).

وفي السنوات القليلة الماضية قدمت عدت مقاييس للذكاء الانفعالي، تباينت وفقا للنماذج النظرية الممثلة لها، منها ما يقوم على أسلوب التقرير الذاتي مثل مقياس غولمان (Golman, 1995)، ومقياس بار- أون (Bar-on, 1997)، ومقياس كوبر (Cooper, 1997)، ومقياس سكوت (Schutte, 1998)، ومقياس ديولويتيز وهيجز (Dulewicz & Higgs, 1996).

وفي البيئة العربية فقد تباينت مقاييس الذكاء الانفعالي وفقا للنموذج النظري المقدمة من خلاله، فهناك مقاييس تأسست وفق نظام بار- أون مثل: مقياس عادل هريدي (2003)، ومنها مقاييس بنيت على أساس نموذج غولمان مثل مقياس السيد السمدوني (2001)، ومنها مقاييس بنيت على أساس نموذج ماير وسالوفي مثل مقياس فوقية رضوان (2001)، وهناك مقاييس دون توجهات نظرية محددة مثل: مقياس فاروق السيد عثمان، ومحمد عبدالسميع رزق (2001) (ناصر، 2011)

ثانياً: استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:

2.1. الضغوط النفسية:

يعتبر موضوع الضغط النفسي ونتائجه على الأفراد من الموضوعات الهامة التي شغلت اهتمام العلماء والباحثين في مجالات الصحة العامة وعلم النفس والتربية ومختلف العلوم الإنسانية، وذلك لما تتركه من آثار ونتائج خطيرة ومدمرة على حياة الناس أفراداً وجماعات، ويعد موضوع الضغط النفسي واحد من أبرز مشكلات العصر الحديث التي لا تنتهي مع ظهور العديد من مسببات الضغوط بشكل مستمر، ولأهمية موضوع الضغوط النفسية فقد ركز كثير من علماء الطب وعلم النفس والتربية وعلم الاجتماع والعلوم الأخرى على وضع عدة تعريفات للضغط النفسي (الغريز، عبد اللطيف، 2009).

يرى الباحث أن الضغط النفسي جزء من طبيعة الحياة الحديثة التي ارتبطت بزيادة الضغوط نتيجة التغير السريع والمتلاحق في كل مجالات الحياة، مما يجعل الشخص يواجه الكثير من المعوقات في سبيل تحقيق الأهداف وتلبية احتياجاته، ونظراً للكثافة الهائلة من الضغوط الملقاة على عاتق الطالب من الأسرة التي تحت الطالب بشكل دائم على تقديم أفضل ما لديه، ومعاناته وصراعاته تجاه المواقف الضاغطة التي يتعرض لها في الوسط المدرسي، كان من المناسب دراسة مصادر الضغوط والعوامل المؤثرة بها، من أجل معرفة الطرق والاستراتيجيات الأنسب للحد منها.

2.2. مفهوم الضغوط النفسية:

يكون الفرد تحت الضغط النفسي عندما يشعر بأنه أمام حدث جديد يغمره، وعليه مواجهته، ويظهر الضغط النفسي عندما لا توافق المتطلبات التي تفرضها الوضعية الجديدة كما يدركها الفرد، مع الفكرة الممكنة التي يعتقد أنها كاستجابة (التي يستجيب لها)، والنتيجة هي الإحساس بفقدان التحكم (بوادرن، 2005).

لقد عرف العلماء الضغط النفسي باتجاهات مختلفة، حيث عرفها لازوراس (Lazararus, 1976): بأنها الأحداث البيئية التي توضح قابلية الفرد على مواجهتها (Lazararus, 1976).

وعرفه تايلر (Taylor, 1986): عملية تقييم الأحداث المؤلمة والمهددة والمثيرة بتحديد الامتحانات الأساسية لتلك الحداث وتشمل هذه الاستجابات غير المحددة والتي يقوم بها الفرد تجاه المثيرات التي تفقده (Taylor, 1986).

في حيث عرفها ميلر (Miller, 1987) بأنه: حالة من الضيق والتعب تنشأ لاستجابة الفرد لمطالب وضغوطات يتعرض لها من الداخل والخارج (Miller, 1987).

ويشير تريكوت (Tricotte) إلى أن الضغط قد يكون نتيجة لتفاعل الفرد مع بيئته، بحيث يمكن أن يكون مصدره إيجابياً (كتوفر فرصة معينة)، أو سلبياً (كالإجهاد والضيق..)، مما يؤدي بالفرد إلى تحدي هذه الوضعية (Hellemans, 2009).

وبالتالي؛ فإن الضغط يشير إلى "وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكليته أو على جزء منه لدرجة توجد لديه إحساسا بالتوتر أو تشويها في تكامل شخصيته، وحينما تزداد شدة الضغوط فإن ذلك قد يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه عما هو إلى نمط جديد (شند، الأنور، 2006)

والضغوط النفسية: تمثل في شعور الطالب بالفشل وقصور قدراته، وإمكاناته في استيعاب مناهجه الدراسية واستذكارها وشعوره بالنقص أمام التوقعات الوالدية خاصة بالنسبة لطلبة الثانوية. (العداوي، وآخرون، 2018)

ويعرفه السمدوني بأنه: حالة نفسية تنعكس في ردود الفعل الداخلية الجسمية، والنفسية، والسلوكية الناشئة عن التهديد الذي يدركه الفرد، عندما يتعرض للمواقف أو الأحداث الضاغطة في البيئة المحيطة (الأحمد، مريم، 2009)

ويرى العاسمي (2011) أن الضغط النفسي عبارة عن حالة نفسية تتتاب الفرد نتيجة لتعرضه لمواقف ضاغطة (داخلية أو خارجية) تهدد توازنه النفسي والشخصي، وما ينجم عن ذلك من آثار سلبية على المستوى الانفعالي والاجتماعي والجسمي التي تعيق توافقه السليم في مواقف الحياة المختلفة. ويعرفه الباحث بأنه حالة توتر تحدث عند الطالب في وسطه المدرسي جراء تعرضه لموقف مثير (بشري، مادي، تربوي) فيشعر أنه يهدد توازنه فيستجيب باضطراب، وجداني، فيزيولوجي سلوكي بهدف التكيف. ويعرفه اجرائياً بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عند استجابته لمقياس الضغوط النفسية لدى طلبة المدارس.

2.3. أنواع الضغوط النفسية:

توجد حالات تعاني من عدم قدرتها على تقبل الواقع، والفرد الذي يعاني من ذلك يكون متشائم، وفي المقابل قد نجد فرداً آخر مقبلاً على الحياة بكل ما فيها من أفراح وهذا ما يدل على وجود نوعين من الضغوط هما:

1. **الضغط الإيجابي:** هو الضغط الذي يصاحبه أثر إيجابي، وذلك من خلال الحث على زيادة الحرص والإدراك، ويوفر الإثارة التي تحفز حاجات الانسان لتحقيق ذاته، والكفاح على قدم المساواة، أو بنجاح حيال الحالات المتحدة، فالتوتر والتنبه ضروريان للتمتع بكثير من مظاهر الحياة، والضغط يوفر أيضاً حسن الإلحاحية والالتيقظ الذي نحتاج إليه في الحياة عندما نواجه حالات مهددة مثل اجتياز طريق مزدحم أو قيادة السيارة في أحوال صعبة، فالمراقبة المسترخية على النحو مفرط في مثل هذه الحالات تكون مهلكة (شيخاني، 2003، 14).

2. **الضغط السلبي:** هو الضغط الذي يصاحبه أثر سلبي، حيث قسم حمادات (2008) أنواع الضغوط حسب مسمياتها إلى:

أ. الضغوط الأسرية: وهي (التنافر الأسري، الانفصال، وفاة، فقر ...).

ب. ضغوط النقص: وهي (نقص الممتلكات، نقص الأصدقاء).

ت. ضغوط العدوان: وهي (سوء المعاملة من العائلة، سوء المعاملة من الأقران والأصدقاء)

ث. ضغوط السيطرة: وهي (التأنيب، العقاب القاسي).

ج. ضغوط الجنس: وهي (الإغراء والعرض).

ح. الضغوط البدنية: وهي (القصور البدني أو العقلي أو الاجتماعي. (حمادات، 2008).

ونستطيع القول أن أثر الضغط المفرط والممتد مؤذ في الصحة العقلية، والجسدية والروحية، وتستطيع مشاعر الغضب، والإحباط والخوف، والاكتئاب المتولدة من الضغط أن تطلق تشكيلة من الأعراض إذا ما تركت من دون حل، ويعد الضغط السبب الأعم للصحة السقيمة في المجتمع الحديث، ويعتبر الضغط العامل المساعد على إحداث حالات ثانوية نسبياً مثل الصداع والاضطرابات الهضمية، والاضطرابات الجلدية، والأرق والقروح، ولكنه يمثل دوراً هاماً في الأسباب الرئيسية للموت في العالم كالسرطان والأمراض القلبية الشريانية، واضطرابات التنفس والإصابات بسبب الحوادث، وتشمع الكبد والانتحار.

مصادر

2.4

الضغوط النفسية:

تنشأ الضغوط النفسية من مصادر عديدة في الحياة اليومية، لأنها تتطلب من الفرد التكيف والتأقلم معها، مما ينتج الضغط النفسي. بالإضافة إلى المشاجرات والمخاضات الحاصلة في الحياة اليومية كل ذلك يؤدي على تولد المزيد من الضغوط النفسية (المجدلاوي، 2005).

وأشار هولمز (Holmes, 1967) إلى مجموعة من الأحداث الضاغطة المولدة للضغوط النفسية ورتبها في قائمة بناء على أثرها ومن الأحداث التي ينتج عنها أثر كبير الطلاق والوفاة، أما الأحداث الأقل أثراً وهي تغير العمل، أو المدرسة، وغيرها من الأنشطة الاجتماعية (Charls, et al, 1990).

وقد تنشأ الضغوط من داخل الشخص، وذلك بسبب الأزمات التي يمر بها، أو تكون من البيئة المحيطة مثل العمل، الاضطرابات الأسرية، وعلى العموم سواء كانت الضغوط داخلية نتيجة انفعالات الشخص، أو حالته النفسية، أو خارجية بسبب الظروف المعيشية، فإنها تعد استجابات لتغيرات بيئية. ويتعرض الانسان بشكل كبير ومستمر للضغوط في الحياة اليومية، ويستطيع أن يعيد توازنه بشكل سريع حال انتهاء الموقف الضاغط، أو قدرته على المواجهة والتحمل، فللشخصية خصائص تميزها عن غيرها من الشخصيات، فبعض العامل الضاغطة تؤثر بشكل كبير على أنواع معينة من الشخصيات دون الأخرى، وتتدخل المكونات البيولوجية في مقدرة الشخص على التحمل وقوة أجهزة الفرد البدنية أيضاً تساعده على تحمل الضغوط (أبو أسعد، 2009).

في حين قسم طاهر (1993)، ومصادر الضغوط النفسية إلى ثلاث مصادر هي:

1. المصادر

البيئية: تعد أحداث يومية يتعرض لها كل الناس وتسير جنباً إلى جنب مع الحياة، وتعتبر متجددة ومستمرة طوال حياة الفرد، وهي:

أ. ضغوط

الحياة: مثل: الطلاق، أو وفاة أحد أفراد العائلة، أو السجن، أو التقاعد عن العمل، وعامة أحداث الحياة الضاغطة.

ب. الظروف

الاقتصادية السيئة: فالظروف الاقتصادية السيئة ينجم عنها ضغوطا نفسية، عندما لا يستطيع الفرد تلبية متطلباته.

ت.

الضغوط

الفيزيائية: مثل: الكوارث الطبيعية، وارتفاع درجة الحرارة أو انخفاضها، والتلوث، والأصوات المزعجة، وكل المظاهر الفيزيائية الأخرى. (الطاهر، 1993).

2.

المصادر

التنظيمية والإدارية: إن لكل نظام إداري لائحة تنفيذية تحكم سير العمل وصلاحيات الموظفين ومهامهم، وبالتالي يكون هناك مهام لكل فرد تختلف عن الآخر ربما تكون ضاغطة أكثر من غيرها، كما أن بعض المهن تكون أكثر ضغطاً من مهن أخرى، وتنقسم المصادر التنظيمية والمهنية الى أربعة أقسام، هي:

أ.

الاختلاف

المهني: وهي متطلبات المهنة ومسؤولياتها، فتعدد المطالب للمهنة وكثرة المسؤوليات وامتدادها، قد يسبب ضغطاً نفسياً على شاغل هذه المهنة ولو كان على مستوى عالٍ من الإتيقان.

ب.

صراع الدور:

يؤدي الفرد عدة أدوار قد يتعارض فيها دور مع آخر، مثل: عمل الفرد لساعات طويلة، وهو رب أسرة.

ت.

المسؤولية

عن الأفراد: أثبتت الدراسات أن المشرف على الأفراد أكثر عرضة للضغط من المشرف على الآلات، حيث إن التعامل مع الأفراد قد يجعل الأفراد لا يطيعون الأوامر وعدم القيام بالمهام بالشكل المطلوب.

ث.

الظروف

المادية للعمل: مثل الحرارة الشديدة أو الأصوات المزعجة التي تسبب الضيق والتوتر والضغط النفسي للفرد (الرويشدي، 2002).

3.

المصادر

الشخصية: تختلف صفات الشخصية من فرد إلى آخر بحسب تركيبها ونوعها، وهذا يجعل الأفراد مختلفين في استجاباتهم للضغط النفسي، ومختلفين بدرجة تعرضهم للضغوط، فمنهم من يتصف ب: المنافسة الشديدة، والعدوانية، والتسرع، و التوتر، وسرعة التهيج، والحساسية الزائدة، وعدم الصبر، والقيام بعدة أعمال في وقت واحد، مما يخلق عند صاحب هذه الشخصية مصادر للضغوط أكثر البعض الآخر الذي يتميز صاحب هذا النمط ب: الهدوء، والصبر، والبطء في إنجاز أعمالهم، وهم أقل تنافساً مع الآخرين، وليس من السهل إثارة غضبهم مقارنة بالقسم الأول (شريف، 2003).

2.5

أساليب

مواجهة الضغوط النفسية:

تعد دراسة مورفي (Murphy, 1962) من أولى الدراسات التي استخدمت مصطلح التعامل مع الضغوط، للإشارة إلى الأساليب التي يستخدمها الفرد في تعامله مع المواقف الضاغطة بهدف السيطرة عليها (Lazarus, 1984).

في حين يرى ولمان (Wolman, 1972, 79) أن أساليب مواجهة الضغوط عبارة عن: "مجموعة من الأساليب التي تستخدم لتيسير التكيف مع البيئة، ومواقفها الضاغطة بغرض تحقيق هدف أو بعض الأهداف.

وبالنسبة لإبراهيم (1994، 203) يرى أن مواجهة الضغوط "تعني أن نتعلم ونتقن بعض الطرق

والأساليب التي تساعدنا على التعامل مع هذه الضغوط والتقليل من أثارها السلبية بقدر الإمكان."

هناك العديد من التصنيفات لاستراتيجيات مواجهة الضغوط، ومن تلك التصنيفات الآتي:

تصنيف كوهن: صنف كوهن (Cohn, 1994) استراتيجيات مواجهة الضغوط إلى عدة أنواع وهي:

أ. التفكير العقلاني: وهو نمط التفكير التي يقوم به الفرد حيال الموقف الضاغط بحثاً عن مصادره وأسبابه.

ب. التخيل: من خلال التخيل يقوم الفرد بتخيل المواقف الضاغطة التي واجهته، وتخيل الأفكار، والسلوكيات التي يمكن القيام بها في المستقبل عند مواجهة مثل هذه المواقف الضاغطة.

ت. الإنكار: وهي استراتيجية دفاعية، لا شعورية ينكر ويتجاهل الفرد من خلالها المواقف الضاغطة وكأنها لم تحدث.

ث. حل المشكلات: يحاول الفرد من خلالها استنباط الأفكار والحلول الجديدة المبتكرة لمواجهة الضغوط.

ج. الدعابة أو المزح: يتعامل الفرد من خلال هذه الاستراتيجية مع الخبرات الضاغطة بروح المرح والدعابة.

ح. الرجوع إلى الدين: من خلال استراتيجية الرجوع إلى الدين في أوقات الضغوط، وذلك من خلال

الإكثار من الصلوات، والعبادات والمداومة، عليها كمصدر للدعم الروحي، والأخلاقي والانفعالي،

وذلك من أجل مواجهة للمواقف الضاغطة (عبد المعطي، 2006).

تصنف الاستراتيجيات حسب جلويك (Galowic, 1984): إلى عدة أنواع كما يلي:

أ. أساليب المواجهة المتمركزة حول المشكلة.

ب. أساليب المواجهة المرتبطة بالتقييم التقبل، التفاوض، الدعابة، الاستقلال.

ت. سلوكيات مواجهة يصعب تصنيفها مثل: الشتائم، البكاء، الأكل والتدخين، المساندة الاجتماعية.

حسب تصنيف موس وبيلينغ (Moss & Billings, 1981): فإن استراتيجيات المواجهة تكمن في الآتي:

أ. الاستراتيجيات السلوكية الفعالة: عبارة عن مختلف المحاولات والمجهودات السلوكية الظاهرة للتعامل مباشرة مع المشكل.

ب. الاستراتيجيات المعرفية الفعالة: هي المجهودات المعرفية لتقدير الحدث بأنه ضاغط.

ت. الاستراتيجيات التجنبية: هي المجهودات والمحاولات المبذولة لتجنب وتقادي مواجهة المشكل أو محاولة مواجهة المشكل بصفة غير مباشرة (حمودة، 2006، 17).

وحسب تصنيف كوكس وفيرجيسون (Ferguson & Coxen, 1996): يمكن تصنيف الاستراتيجيات إلى الآتي:

أ. أساليب مواجهة تنشأ داخل الفرد: من أجل التعرف على استراتيجيات المواجهة الأساسية التي يستخدمها الفرد في أنواع معينة من المواقف الضاغطة يتم تحليل ومعرفة (دخل الفرد، والفروق الفردي)، وتصف استراتيجيات المواجهة داخل الفرد (عملية المواجهة)، وذلك عن طريق تحديد الأفكار والاستجابات السلوكية لدى الفرد عبر المواقف الضاغطة المختلفة، والمواقف غير الضاغطة، وتستند على فكرة مفادها أن الفرد لديه حصيلة أو ذخيرة من الخبرات في مواجهة المواقف الضاغطة، وأنه يختار منها اعتماداً على حاجاته ومطالب الموقف.

ب. أساليب مواجهة تنشأ بين الأفراد: تبحث هذه الأساليب في فهم مسألة الاختلاف والاتساق في عمليات المواجهة من خلال حاصل جمع درجات المواجهة لنفس الأفراد عبر أنواع مختلفة من المواقف الضاغطة، من أجل التعرف على الأساليب الرئيسية التي يستخدمها الأفراد، وتحديد استراتيجيات المواجهة المؤلفة لديهم عبر أنواع مختلفة من المواقف الضاغطة (طه، 2006، 96).

خلاصة الإطار النظري:

في هذا الجزء من الدراسة تم التطرق إلى موضوعين مهمين هما الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، ومن خلال ما تم عرضه يرى الباحث أن للذكاء الانفعالي يرتبط بقدرة الفرد على التعامل مع التوتر الناتج من سعيهم إلى تحديد وتلبية أهدافهم واحتياجاتهم، والسعي إلى تحقيق الانسجام الشخصي والاجتماعي، وتطوير التفاعل مع البيئة. من خلال إجراء عملية مواءمة مستمرة بين الخصائص الشخصية للفرد والظروف الخارجية. يتم الحفاظ على هذا النوع من خلال تنشيط إمكانات الفرد لاستخدام استراتيجيات مواجهة الإجهاد التي يسعى من خلالها إلى خلق توازن بينه وبين ظروفه الخارجية. يقوم بذلك عن طريق تعديل العوامل الخارجية مثل تعبئة الطاقات وتعديل الأهداف والتطلعات والتغيير في البيئة نفسها. وبالنسبة للدراسة الحالية يرى الباحث أن من أهم مصادر الضغوط لدى افراد عينة الدراسة تعتبر مصادر خارجية ناتجة عن ممارسات سلطات الاحتلال الهادفة عن تهجيرهم من أراضيهم في مسافر يطا، وسوء المعيشة الناتجة من عدم توفر بنى تحتية مناسبة لهم، ولمعرفة دور الذكاء الانفعالي في خفض من الضغوط جراء استخدام الاستراتيجية المناسبة للموقف الضاغط تبعاً لنموذج غولمان الذي تم التطرق إليه مسبقاً في الجزء الأول من الإطار النظري.

ثالثاً: مسافر يطا:

مسافر يطا، هي إحدى المناطق الريفية التي تحتل الغلاف الشرقي لمحيط يطا، وتقع إلى الشرق من مدينة الخليل. تبعد مسافر يطا عن مدينة الخليل 24 كم. يحدها من الشرق والجنوب الخط الأخضر (أراضي عام 1948)، ومن الشمال بدو يطا، ومن الغرب بلدة يطا وبلدة السموع ويفصلهما عنها الخط الالتفافي (وحدة المعلومات الجغرافية أريج، 2009).

تضم مسافر يطا العديد من التجمعات، ومنها: عرب الكعابنة (أم الدرج، زويدين)، أم الشقحان، الرفاعية والديرات، خشم الدرج (الهدالين)، خشم الكرم، ام لصفا وأبو شبان، أم الخير، سدة الثعلة، التوانة، سوسية، النجادة، الركيذ، الاصفير، المفقرة، الصفي الفوقا والتحتا، المقعورة، شعب البطم، قواويص، ادقيقة، مغاير العبيد، الفخيت، بير العد، هريبة النبي، امنيزل، جنبا، المركز، المجاز، الحلاوة، التبان (الاحصاء المركزي الفلسطيني، 2018).

يعيش نحو 10124 فلسطيني في قرابة 30 تجمعاً بدوياً وخرية، واقعة في مسافر يطا جنوب الضفة الغربية المحتلة، حياة صعبة، بُد أن صعدت سلطات الاحتلال الإسرائيلي من إجراءاتها هناك، لإجبارهم على الرحيل. جعل الفلسطينيون هناك على خط نيران الاحتلال بشكل مباشر (الاحصاء المركزي الفلسطيني، 2018).

حيث خصصت السلطات الإسرائيلية منذ الثمانينات معظم أراضي المنطقة، ومن ضمنها 14 تجمعاً سكاني كمناطق عسكرية مغلقة لأغراض التدريب أو ما يُسمى مناطق "إطلاق النار" ونتيجة لذلك أصبحت المجتمعات التي تعيش فيها عرضة لسلسلة من السياسات والممارسات التي قوضت أمن السكان وزادت من تردي ظروف معيشتهم وارتفعت مستويات الفقر والاعتماد على المساعدات الإنسانية. إضافة إلى ذلك أصبحت هذه المجتمعات عرضة لخطر التهجير القسري (ocha, 2013).

يعتمد الاقتصاد في قرية مسافر يطا على عدة قطاعات، أهمها قطاع الزراعة، حيث يستوعب حوالي 90% من القوى العاملة، وعلى سوق العمل الإسرائيلي، والذي يستوعب حوالي 9% من القوى العاملة.

قد أظهرت نتائج المسح الميداني لتوزيع الأيدي العاملة حسب النشاط الاقتصادي في مسافر يطا، ما يلي :

1. قطاع الزراعة، ويشكل 90% من الأيدي العاملة.
2. سوق العمل الإسرائيلي، ويشكل 9% من الأيدي العاملة.
3. قطاع الموظفين ويشكل 1% من الأيدي العاملة (معهد الأبحاث التطبيقية-القدس أريج، 2009).

الدراسات السابقة

يتناول الباحث مجموعة من الدراسات العربية والأجنبية التي تتعلق بموضوع الدراسة الحالية الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المدارس في مدينة يطا ومساها يطا، حيث تكون مرتبة من الأحدث إلى الأقدم كما يلي:

أولاً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة

الضغوط:

دراسة عواودة، وفتيحة (Awwad & Fteiha, 2020) جاءت للتعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأسلوب التعامل مع الضغوط النفسية، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق اهداف الدراسة، وشمل مجتمع الدراسة على (4965) طالباً جامعياً، تكونت عينة الدراسة من (265) طالباً وطالبة، حيث تم استخدام كل من مقياس غولمان للذكاء الانفعالي، ومقياس أسلوب التعامل مع الضغوط كأدوات للدراسة. وأشارت النتائج إلى أعلى قيمة متوسط للذكاء العاطفي للتخفيف والتعاطف. أظهر طلاب الأغلبية مشكلة نشطة وسلوك التأقلم العاطفي. ومع ذلك، تم العثور على علاقة قوية وإيجابية بين الذكاء العاطفي وأسلوب التعامل مع الإجهاد للمجالات المرتبطة العاطفي النشط والتعامل مع المشكلة ($\alpha \leq 0.05$). وكشفت أن الطلاب يتمتعون بالكفاءة في استخدام استراتيجيات التعامل مع التوتر وأوصى الأساتذة بتقديم التوجيه للطلاب فيما يتعلق بالذكاء العاطفي وأنماط التعامل مع الإجهاد.

وهدفت دراسة نوجاج (Nogaj, 2020) إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي واستراتيجيات التعامل مع التوتر بين طلاب مدرسة الموسيقى في سياق الفنون البصرية وطلاب التعليم العام، وشملت الدراسة (354) طالباً من مدارس الموسيقى والفنون والتعليم العام، تتراوح أعمارهم بين (16 و19) عاماً. كانت فرضية البحث أن تنوع المواقف التي يمر بها الطلاب الذين يدرسون في أنواع مختلفة من المدارس يمكن أن يولد اختلافات في أدائهم الاجتماعي والعاطفي، مع التركيز على ميزات مثل الذكاء العاطفي

واستراتيجيات المواجهة. كانت المتغيرات المرتبطة بالذكاء العاطفي هي القبول والتعاطف والسيطرة والفهم، وكانت المتغيرات المرتبطة باستراتيجيات المواجهة هي المهمة والعاطفة والتجنب. وتوصلت الدراسة إلى أن طلاب الموسيقى يختلفون بشكل كبير عن طلاب الفنون في مستوى ذكائهم العاطفي في النتائج العامة وعلى مقياس القبول. إنهم أكثر وعياً بالمشاعر الإيجابية والسلبية التي يشعرون بها، ويعبرون عن مشاعرهم بسهولة أكبر، ويمكنهم استخدام معرفتهم بشكل فعال بالمشاعر التي يمرون بها. علاوة على ذلك، في المواقف العصبية، يُظهر طلاب الموسيقى استراتيجيات مواجهة موجّهة نحو المهام بشكل ملحوظ في كثير من الأحيان ويكونون أقل احتمالاً للانخراط في إجراءات بديلة عن طلاب الفنون.

وهدفت دراسة حومل، (2017) إلى بيان الدور الذي يلعبه الذكاء الانفعالي في تحديد أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى مديري المؤسسات التعليمية، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي كمنهجية للدراسة، واستعمل الباحث مقياسين الأول لقياس الذكاء الانفعالي، والثاني لتقصي أساليب المواجهة المستخدمة من طرف المديرين، حيث تكونت عينة الدراسة من (55) مديراً ومديرة. وخلصت الدراسة إلى وجود تباين في لجوء المديرين إلى أساليب المواجهة المرتكزة على حل المشكل تبعاً لمستوى الذكاء الانفعالي (مرتفع، متوسط ومنخفض) بينما لم تكن الفروق دالة احصائياً في لجوئهم إلى أساليب المواجهة المرتكزة على الانفعال تبعاً لمستوى الذكاء الانفعالي (مرتفع، متوسط ومنخفض)، كما توصلت الدراسة لعدم وجود فروق دالة احصائياً في لجوء المديرين إلى أساليب المواجهة تبعاً لمتغير الجنس

وهدفت دراسة حنصالي (2014)، إلى التعرف على واقع العلاقة بين الذكاء الوجداني بأبعاده ودرجته الكلية وبين إدارة الضغوط النفسية وسمتي الشخصية المناعية الصلابة النفسية والتوكيدية، وتفسير العلاقة بين إدارة الضغوط النفسية بأبعاده ودرجتها الكلية وبين سمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية والتوكيدية)، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية بجامعة محمد خيضر - بسكرة- والبالغ عددهم (140) حيث تم اختيارهم بطريقة

قصديّة، واعتمدت في جمع بياناتها على مقياس الذكاء الانفعالي لعبد المنعم الدردير (2002)، وقائمة أساليب مواجهة الضغوط Strategies Coping Assessing : من إعداد كارفر و شايير (Carver, 1989)، ومقياس الصلابة النفسية و مقياس التوكيدية، وبعدها تم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال حساب معاملات الصدق والثبات والتأكد من دلالتهم قبل تطبيق الدراسة الأساسية ثم عولجت البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وفي النهاية توصلت الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى $(\alpha \leq 0.01)$ بين كل من إدارة الضغوط النفسية، والصلابة النفسية، والتوكيدية بالذكاء الانفعالي لدى الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية، وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائياً عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ بين كافة أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي والدرجة الكلية لأساليب إدارة الضغوط النفسية لدى أفراد عينة الدراسة. وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائياً عند مستوى $(\alpha \leq 0.05)$ بين كافة أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي بالدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية و بأبعادها (الالتزام، التحكم والتحدي) لدى الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية فيما عدا بُد المهارات الاجتماعية ببعدها التحكم والذي جاء ارتباطه غير دال. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في الذكاء الانفعالي يعزى فيها الاختلاف لمتغيري (الجنس والتخصص: علمي/أدبي)

ثانياً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير الذكاء الانفعالي:

هدفت دراسة الدرابكة (2019)، إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى عينة من الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين في مدارس محافظة الكرك/الأردن، وعلاقته بالتحصيل الدراسي، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام مقياس بار- أون (Bar- ON) للذكاء الانفعالي، وتم ايجاد دلالات الصدق والثبات لهذا المقياس، وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب، منهم (50) طالباً متفوقاً تم اختيارهم بالطريقة

المتيسرة من مدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز، و(50) طالب غير متفوق تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية من مدرسة الأمير حسن الثانوية والمسجلين جميعهم خلال العام الدراسي 2018/2017، ولأغراض الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وبعد تحليل البيانات المتجمعة لدى الباحث توصلت الدراسة الى نتائج تفيد بأن مستوى الذكاء الانفعالي الكلي وأبعاده لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين جاء مرتفعاً، باستثناء بعد المزاج العام جاء متوسطاً للطلبة غير المتفوقين، كما أشارت نتائج الدراسة الى عدم وجود علاقة ارتباطية في مستوى الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين.

وهدفت دراسة عليان (2016)، إلى التعرف على علاقة الذكاء الانفعالي بالقدرة على حل المشكلة لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في مدينة خانيونس، كما هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى القدرة على حل المشكلة لدى أفراد العينة، وقد تكونت عينة الدراسة الفعلية من (296) من طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في مدينة خانيونس، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي المقارن. أما أدوات الدراسة فاستخدمت الباحثة مقياس الذكاء الانفعالي من إعداد الباحثة، ومقياس القدرة على حل المشكلة من إعداد الباحثة أيضاً. استخدمت الباحثة العديد من الأساليب الإحصائية للإجابة عن تساؤلات الدراسة والتحقق من فروضها ومن أهمها: إحصاءات وصفية منها (النسبة المئوية والمتوسط الحسابي)، المتوسط الحسابي النسبي (الوزن النسبي)، معامل ألفا كرونباخ، معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية، معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، اختبار شيفيه. وقد توصلت الدراسة للنتائج الآتية: بلغ الوزن النسبي للذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة خانيونس (1. 64%) أي بمستوى متوسط، في حين بلغ الوزن النسبي للقدرة على حل المشكلة لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة خانيونس (61.2%) بمستوى متوسط، كما أظهرت الدراسة

وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وبين القدرة على حل المشكلة لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة خانيونس، كما وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة خانيونس تعزى إلى المتغيرات التالية (نوع الجنس، المستوى الدراسي، الترتيب الميلادي، حجم الأسرة، المؤهل العلمي للأباء، الحالة الاجتماعية للأمهات)، هذا وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في القدرة على حل المشكلة لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة خانيونس تعزى إلى المتغيرات التالية (نوع الجنس، المستوى الدراسي، الترتيب الميلادي، حجم الأسرة، المؤهل العلمي للأباء، الحالة الاجتماعية للأمهات)، في حين أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي وفي القدرة على حل المشكلة لدى أفراد العينة تعزى للمؤهل العلمي للأمهات لصالح الطلبة الذين أمهاتهم حاصلات على تعليم ثانوي وجامعي فما فوق، كما وتوجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي وفي القدرة على حل المشكلة لدى أفراد العينة تعزى للحالة الاجتماعية للأباء لصالح الطلبة الذين يسكن آبائهم معهم. وقد خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات: على العاملين والمختصين في المدارس والمؤسسات التعليمية، من واضعي المناهج وأصحاب القرار، ومشرفين، ومدراء، ومدرسين ومدرسات ومرشدين ومرشحات، العمل على تنمية مهارات الذكاء الانفعالي والقدرة على حل المشكلة لدى طلبة المدارس بكافة المستويات، وذلك من خلال بناء برامج عديدة ومتنوعة لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي والقدرة على حل المشكلة.

وهدفت دراسة علوان و النواجحة (2013) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني والايجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة، وقد تكونت عينة الدراسة من (247) طالباً وطالبة، واستخدم مقياس الذكاء الوجداني، إعداد: فاروق عثمان، ومحمد عبد السميع (1998)، ومقياس الإيجابية، إعداد الباحثين، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتفاع في درجات الذكاء الوجداني حيث

بلغت النسبة (71.86%)، كما توصلت الدراسة إلى ارتفاع في درجات الايجابية حيث بلغت (72.83%)، وأظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني والإيجابية، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الذكاء الوجداني والإيجابية، لصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة التخصصات العلمية والأدبية في الذكاء الوجداني وللإيجابية لصالح طلبة التخصصات العلمية، كما أظهرت نتائج دراسة الحالة تدني مستوى الايجابية لدى البعض يعزى إلى أساليب التنشئة الوالدية غير السوية، وانخفاض المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي للأسرة.

وهدفت دراسة العلوان (2011) إلى التعرف على واقع علاقة الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة. وتم الاعتماد على المهج الوصفي الارتباطي لتناسبه مع طبيعة الدراسة، وتكونت العينة من (475) طالباً وطالبة؛ يدرسون في جامعة الحسين بن طلال بمدينة معان في الأردن، وتم استخدام ثلاثة مقاييس وهي: مقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس المهارات الاجتماعية، ومقياس أنماط التعلق. قد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين الذكور والإناث لصالح الإناث، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي بين طلبة التخصصات العلمية والإنسانية لصالح الطلبة ذوي التخصصات الإنسانية، بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل من المهارات الاجتماعية وأنماط التعلق.

وهدفت دراسة الملي (2010) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التحصيل الدراسي والذكاء الانفعالي للطلبة الموهوبين والطلبة العاديين لدى كل من الذكور والإناث، من أجل تحقيق ذلك تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي وكما تم استخدام كل من مقياس بار-أون للذكاء الانفعالي، والتحصيل الدراسي لدى أفراد عينة الطلبة الموهوبين في مدارس المتفوقين والطلبة العاديين في مدارس العاديين حسب متغير الجنس. وتكونت العينة من (293) طالباً وطالبة بواقع (47) طالباً لحساب الصدق والثبات، و(246) طالباً للعينة الأساسية في الدراسة الميدانية، ومنهم (85) طالباً وطالبة من المتفوقين (59)

تكور و 26 إناث) اختيروا من الصف الأول الثانوي في مدارس المتفوقين في مدينة دمشق، و(161) طالباً وطالبة منهم (101 تكور و 60 إناث) من الطلبة العاديين اختيروا بالطريقة العشوائية من الصف الأول الثانوي في مدارس مدينة دمشق. واستخدم مقياس **On-Bar** المطور للشباب، وتوصلت الدراسة إلى أنه: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة العاديين، توجد علاقة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين بُعد التكيف والتحصيل الدراسي عند الطلبة المتفوقين، لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة الذكور العاديين، لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى الطالبات الإناث العاديات، توجد علاقة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين بُعد التكيف والتحصيل الدراسي عند الطلبة الذكور المتفوقين، لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي لدى الطالبات الإناث المتفوقات.

ودراسة أموندين، وتاجولارابين، وروهايزن (Aminuddin, Tajularipin, Rohaizan, 2009) هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلاب في المناطق النائية في أمريكا، وعلاقته بمستوى القلق والتحصيل الدراسي لهم، وتكونت عينة الدراسة من (233) طالباً وطالبة طبق عليهم استبانة الذكاء الانفعالي، حيث أظهرت الدراسة أن مستوى الذكاء الانفعالي عند الإناث أعلى منه عند الذكور، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين مستوى الذكاء الانفعالي والقلق، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي وبين زيادة مستوى التحصيل عند الطلبة مع وجود نسبة من الفروق لصالح الإناث.

ثانياً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:

دراسة خميس، العاتي (2019)، هدفت إلى التعرف على طبيعة أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة سنة أولى تربية بدنية بجامعة قاصدي مرباح - ورقلة -، تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة تكونت من (210) طالب وطالبة. وقد تم استخدام مقياس أساليب مواجهة ضغوط الحياة ل "تشارلز كارفر"، وكانت النتائج المتحصل عليها كالتالي: توجد فروق ذات دلالة احصائية في استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة العينة تعزى الى متغير الجنس (ذكر / أنثى)، وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة العينة تعزى الى متغير نمط الإقامة (داخلي /خارجي).

وهدف دراسة علي وعبد الخالق (2018) إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى الطلاب الجامعيين مصابي الحرب في ليبيا. الكشف عن مستوى اضطراب القلق التي يعاني منها الطلاب. والتعرف على استراتيجيات مواجهة الضغوط. والكشف عن حجم العلاقة الارتباطية، ومستوى دلالة هذه العلاقة بين البرنامج التدريبي وخفض مستوى اضطراب(القلق). استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي. وأجريت الدراسة الميدانية على مجموعة من مصابي الحرب من الطلاب الجامعيين الليبيين وعددهم (16)، في مركز تأهيل المحاربين نفسا بمدينة طرابلس. واستخدم الباحث الأدوات الآتية لجمع البيانات: مقياس إدراك الاضطرابات (القلق) من إعداد الباحث. واستخدم كذلك برنامج إرشادي جمعي تدريبي يحتوي على العديد من الأساليب والفنيات للمساعدة على التعافي من الاضطرابات النفسية. وفي النهاية توصلت الدراسة إلى: أنه لا توجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والضابطة وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين قبل تطبيق البرنامج، وأظهرت الدراسة وتوجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مجال اضطراب القلق لدى عينة المجموعة التجريبية والضابطة، لصالح المجموعة التجريبية فقد بلغ المتوسط الحسابي

لدرجات طلبة المجموعة التجريبية (4.50)، في حين أن المتوسط الحسابي لدرجات طلبة المجموعة الضابطة (12.50) وهذا الانخفاض في درجات المجموعة التجريبية يعزى إلى تدريبهم على استراتيجيات مواجهة الضغوط.

وهدفت دراسة عليي (2015)، إلى التعرف على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق لدى طلبة السنة الثانية ماستر توجيه وإرشاد تربوي -دراسة ميدانية بجامعة المسيلة-، تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي كمنهجية للدراسة، وتم استخدام كل من مقياس استراتيجيات المواجهة ل بولهان، ومقياس التوافق الدراسة للباحث (عبد الرحيم شعبان (2002)، وتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة السنة الثانية ماستر توجيه وإرشاد تربوي، وتم تطبيق أداة الدراسة على عينة مكونة من (77) طالب وطالبة، وفي النهاية تم التوصل إلى أهم النتائج التالية: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية المتمركزة حول حل المشكلة والتوافق الدراسي. وتوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات مواجهة الضغوط المتمركزة حول الانفعال والتوافق الدراسي.

وهدفت دراسة الحموري، عبد الكريم (2014) إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين أكاديميا، تكون مجتمع الدراسة من طلبة مدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة الزرقاء الأولى، تكونت عينة الدراسة من (131) من طلبة المرحلتين الأساسية العليا والثانوية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، استخدم الباحثان مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين أكاديميا من إعداد/ كارفر وبيشير وويترواب (1989) الذي قامت بتطويره على البيئة العربية أبو حبيب (2010)، وتوصلت الدراسة للنتائج التالية: حصول محور التكيف الديني الروحاني على المرتبة الأولى، تاله في المرتبة الثانية محور التعامل الفعال النشط، تاله في المرتبة الثالثة محور التخطيط، بينما جاء محور الانسحاب السلوكي في المرتبة الأخيرة. عدم وجود فروق دالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر الجنس في جميع المحاور باستثناء محور

التكيف الديني الروحاني، ومحور الانسحاب السلوكي، ومحور إشغال الذهن بالتفكير. وجاءت الفروق لصالح الإناث في محور التكيف الديني الروحاني ولصالح الذكور في محوري الانسحاب السلوكي، وإشغال الذهن بالتفكير. وجود فروق دالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لأثر لمرحلة الدراسية في جميع المحاور باستثناء شغال الذهن بالتفكير محوري الإنكار وإشغال الذهن بالتفكير. وجاءت الفروق لصالح أساسي عليا في جميع المحاور ولصالح ثانوي في الانسحاب السلوكي.

وأوصى الباحثان بتوعية الآباء والأمهات بالمواقف التي تشكل ضغوطا على الطلبة المتفوقين والعمل على الحد منها لتحقيق الصحة النفسية لهم، والعمل على وضع برامج تنقيفية لتعريف الطلبة المتفوقين بالضغوط النفسية ومصادرها.

وهدفت دراسة أبو حبيب (2010) إلى التعرف على الضغوط النفسية، واستراتيجيات مواجهتها، وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية في محافظات غزة، حيث اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت للإجابة على تساؤلات الدراسة، مقياسين من إعداد الباحثة وهي: مقياس الضغوط النفسية إعداد الباحثة. ومقياس أساليب مواجهة الضغوط إعداد الباحثة. وطبق المقياسان على عينة من طلبة المدارس الثانوية الحكومية في محافظات غزة، وكانت العينة النهائية مكونة (632) طالباً، وطالبة منهم (313) طالباً، و (319) طالبة، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية العنقودية، وتمت معالجة البيانات باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وقد جاءت نتائج الدراسة على النحو التالي: بينت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الضغوط الدراسية، والضغوط الأسرية، والاجتماعية، والاقتصادية، والانفعالية، والسياسية، والدرجة الكلية للضغوط في كل من أبعاد أساليب المواجهة السلبية التالية (الشرود العقلي، والتركيز، والانفعال، والإنكار، والسخرية، والانسحاب السلوكي، وطلب الدعم العاطفي، والتدعيم الاجتماعي)، وأبعاد أساليب المواجهة الإيجابية التالية (إعادة التقييم الإيجابي، والتعامل الفعال للنشط،

والتقبل، والتكيف الروحاني، والتروّي، وإشغال الذهن بالتفكير، والتخطيط) لدى أفراد العينة الكلية من طلبة الثانوية. بيّنت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط الدراسية، والأسرية، والاجتماعية، والاقتصادية، والانفعالية، والضغوط في ككل من أبعاد أساليب المواجهة السلبية التالية (الشرد العقلي، والإنكار)، وبعد من أبعاد أساليب المواجهة الإيجابية (التكيف الروحاني، الشرد العقلي، والإنكار، والتكيف الروحاني)، والتحصيل الدراسي تبعاً لمتغير وفاة/ حضور الأب من أفراد العينة. في حين أشارت النتائج أنّ الطلبة حاضري الأب هم أكثر تحصيلاً من الطلبة أيتام الأب، وأبناء الشهداء. كما بيّنت أنّ الطلبة من أبناء الشهداء هم أكثر ضغوطاً من الطلبة أيتام وحاضري الأب. بيّنت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في التحصيل الدراسي، وفي الضغوط الانفعالية، والسياسية، وفي بعض أبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية التالية (إعادة التقييم الإيجابي، والتكيف الروحاني، والتقبل) تبعاً لاختلاف جنس أفراد العينة، وكانت الفروق لصالح الطالبات.

ثالثاً: التعقيب على الدراسات السابقة:

عمل الباحث على إعداد دراسة حول الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر، ومن أجل تحقيق ذلك تم الاستعانة ببعض الدراسات السابقة ذات العلاقة، ومن خلال استعراض الدراسات السابقة ذات العلاقة يمكن استخلاص التعقيب على هذه الدراسات كالآتي:

أولاً: الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط: وهي دراسة عوواودة، وفتيحة (Fteiha, 2020 &Awwad) ، ونوجاج (Nogaj, 2020)، ودراسة حومل، (2017)، ودراسة حنصالي (2014)،

من حيث الأهداف: هدفت دراسة عوواودة، وفتيحة (Awwad & Fteiha, 2020) ، هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي وأسلوب التعامل مع الضغوط النفسية، وهدفت دراسة نوجاج (Nogaj, 2020) إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء العاطفي واستراتيجيات التعامل مع التوتر بين طلاب مدرسة الموسيقى في سياق الفنون البصرية وطلاب التعليم العام، وهدفت دراسة حومل، (2017) إلى التعرف على الدور الذي يلعبه الذكاء الانفعالي في تحديد أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى مديري المؤسسات التعليمية، وهدفت دراسة حنصالي (2014)، إلى التعرف على واقع العلاقة بين الذكاء الوجداني بأبعاده ودرجته الكلية وبين إدارة الضغوط النفسية وسمتي الشخصية المناعية الصلابة النفسية والتوكيدية، وتفسير العلاقة بين إدارة الضغوط النفسية بأبعادها ودرجتها الكلية وبين سمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية والتوكيدية).

أما الدراسة الحالية فتبحث في التعرف على العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المدارس في يطا والمسافر، وهذا ما لم تتطرق إليه أي من الدراسات السابقة.

من حيث العينة: تنوعت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة من حيث الفئة المستهدفة وطبيعتها وحجمها، وقد تضمنت العينات في الدراسات السابقة فئات مثل: الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين، وأساتذة جامعيين، والطلبة الموهوبين والطلبة العاديين.

من حيث الأداة: تشابهت الدراسة الحالية مع كل من دراسة عوواودة، وفتيحة (Fteiha, 2020) (Awwad&

و دراسة نوجاج (Nogaj, 2020)، ودراسة حومل، (2017)، ودراسة حنصالي (2014)، من حيث تبني المقاييس كأدوات للدراسة.

ثانياً: الدراسات التي تناولت متغير الذكاء الانفعالي: وهي دراسة الدرابكة (2019)، ودراسة عليان (2016)، دراسة علوان و النواجحة (2013)، ودراسة العلوان (2011)، ودراسة المللي (2010)، ودراسة أموندين، وتاجولارابين، وروهايزن (Aminuddin, Tajularipin, Rohaizan, 2009).

من حيث الأهداف: ، هدفت دراسة الدرابكة (2019)، إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى عينة من الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين في مدارس محافظة الكرك/الاردن، وعلاقته بالتحصيل الدراسي، وهدفت دراسة عليان (2016)، إلى التعرف على علاقة الذكاء الانفعالي بالقدرة على حل المشكلة لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في مدينة خانيونس، وهدفت دراسة علوان و النواجحة (2013) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني والايجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة، وهدفت دراسة العلوان (2011) إلى التعرف على واقع علاقة الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة، وهدفت دراسة المللي (2010) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التحصيل الدراسي والذكاء الانفعالي للطلبة الموهوبين والطلبة العاديين لدى كل من الذكور والإناث، ودراسة أموندين، وتاجولارابين، وروهايزن (Aminuddin, Tajularipin, Rohaizan,) (2009) هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلاب في المناطق النائية في أمريكا.

من حيث العينة: تنوعت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة من حيث الفئة المستهدفة وطبيعتها وحجمها، وقد تضمنت العينات في الدراسات السابقة فئات مثل: طلبة الجامعات والمدارس.

من حيث الأداة: تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث تبني المقاييس كأدوات للدراسة، واختلفت من حيث بعض متغيرات الدراسة والأسلوب الذي سيتبع لاستخلاص النتائج.

ثالثاً: الدراسات التي تناولت متغير استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية: وهي دراسة خميس، العاتي (2019)، دراسة علي وعبد الخالق (2018)، ودراسة علي (2015)، ودراسة الحموري، عبد الكريم (2014)، ودراسة أبو حبيب (2010).

من حيث الأهداف: دراسة خميس، العاتي (2019)، هدفت إلى التعرف على طبيعة أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة سنة أولى تربية بدنية بجامعة قاصدي مرباح - ورقلة -، وهدفت دراسة علي وعبد الخالق (2018) إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى الطلاب الجامعيين مصابي الحرب في ليبيا. الكشف عن مستوى اضطراب القلق التي يعاني منها الطلاب. والتعرف على استراتيجيات مواجهة الضغوط، وهدفت دراسة علي (2015)، إلى التعرف على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق لدى طلبة السنة الثانية ماستر توجيه وإرشاد تربوي - دراسة ميدانية بجامعة المسيلة-، وهدفت دراسة الحموري، عبد الكريم (2014) إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين أكاديمياً، تكون مجتمع الدراسة من طلبة مدرسة الملك عبدالله الثاني للتميز التابعة لمديرية التربية والتعليم لمنطقة الزرقاء الأولى، وهدفت دراسة أبو حبيب (2010) إلى التعرف على الضغوط النفسية، واستراتيجيات مواجهتها، وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في المرحلة الثانوية في محافظات غزّة

من حيث العينة: المصابين في حوادث مرور، والطلاب الجامعيين، مصابي الحرب، طلاب المدارس، مريضات سرطان الثدي.

من حيث الأداة: تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث تبني المقاييس كأدوات للدراسة، واختلفت من حيث بعض متغيرات الدراسة والأسلوب الذي سيتبع لاستخلاص النتائج.

استفادة الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في التحديد الدقيق لمشكلة الدراسة، وذلك من خلال تركيز الدراسة على جوانب جديدة لم تتطرق لها الدراسات السابقة حيث ركزت الدراسة الحالية على بيان العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وكما تم الاستفادة من الدراسات السابقة في وضع الإطار العام للدراسة، تصميم مقياس الدراسة.

وتتميز هذه الدراسة عن سابقتها كونها الأولى من نوعها التي بحثت في موضوع العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المدارس في يطا والمسافر، وكما تتميز من حيث الإضافة العلمية التي سوف تضيفها الدراسة الحالية لصناع القرار من حيث بيان العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، من اجل وضع الخطط المستقبلية الهادفة إلى زيادة مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلاب من اجل زيادة مقدرتهم على مواجهة الضغوط النفسية لديهم.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

الطريقة والإجراءات

مقدمة:

يحتوي هذا الفصل وصفاً كاملاً ومفصلاً لطريقة وإجراءات الدراسة التي قام بها الباحث لتنفيذ هذه الدراسة، حيث اشتمل على منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، وعينة الدراسة، أداة الدراسة، صدق الأداة، ثبات الأداة، إجراءات الدراسة، والمعالجات الإحصائية، وعرض النتائج .

منهج الدراسة:

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لقياس العلاقة بين الذكاء الانفعال، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، ويستخدم في قياس العلاقة بين متغيرين وبين اتجاه والعلاقة موجبة أم سالبة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المدارس الحكومية في مدينة يطا، والمسافر البالغ عددهم (26566) طالباً وطالبة، بواقع (12930) طالب، و (13636) طالبة، حسب احصائيات مديرية التربية والتعليم في مدينة يطا، خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2020-2021)م.

عينة الدراسة:

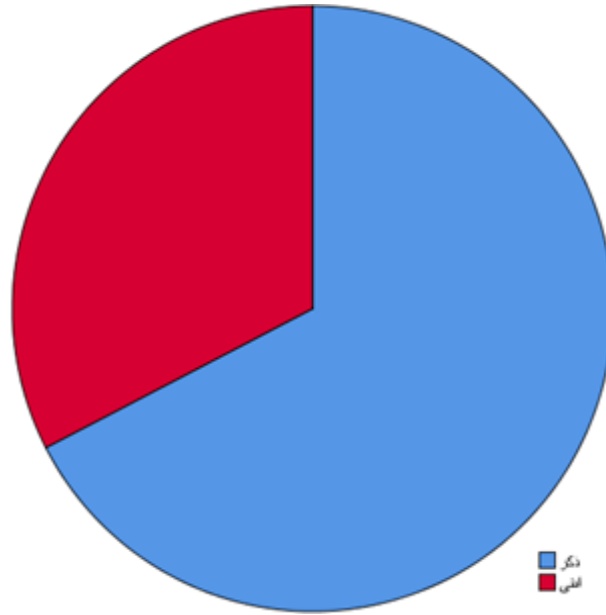
تكونت العينة من (500) طالباً وطالبة يدرسون في المدارس في كل من مدينة يطا ومسافر يطا، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، حيث تم توزيع الاستبانة وتم استرجاع (494) استبانة فقط وذلك بنسبة (98.8%)، والجدول (1) يبين خصائص العينة الديموغرافية:

جدول 1: خصائص العينة الديموغرافية

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة %
الجنس	ذكر	333	67.4
	أنثى	161	32.6
النسبة الكلية			
المرحلة الدراسية	أساسية	160	32.4
	ثانوية	334	67.6
النسبة الكلية			
مستوى دخل الأسرة	أقل من 2000 شيكل	109	22.1
	من 2000 - أقل من 3500 شيكل	203	41.1
	3500 شيكل فأكثر	182	36.8
النسبة الكلية			
التحصيل الدراسي في العام المنصرم	مقبول	45	9.1
	متوسط	85	17.2
	جيد	116	23.5
	جيد جداً	148	30.0
	ممتاز	100	20.2
النسبة الكلية			
عدد أفراد الأسرة	أقل من 5 أفراد	55	11.1
	من 5 - أقل من 10 أفراد	321	65.0
	10 أفراد فأكثر	118	23.9
النسبة الكلية			
		494	100.0

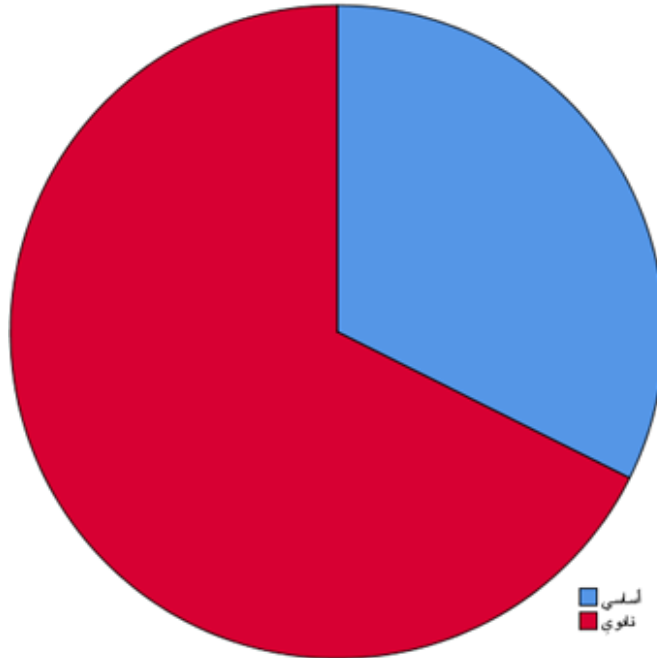
يتضح من الجدول السابق أن توزيع عينة الدراسة تبعاً للجنس جاء كما يلي:

إن نسبة الطلاب الذكور احتلت الترتيب الأول حيث بلغت نسبتهم (67.4%) بواقع (333) مفردة من مجتمع الدراسة، في حين جاءت الإناث في الترتيب الثاني، حيث بلغت نسبتهم (32.6%) بواقع (161) من مجتمع الدراسة، والشكل (1) يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير الجنس.



شكل 1: توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير الجنس

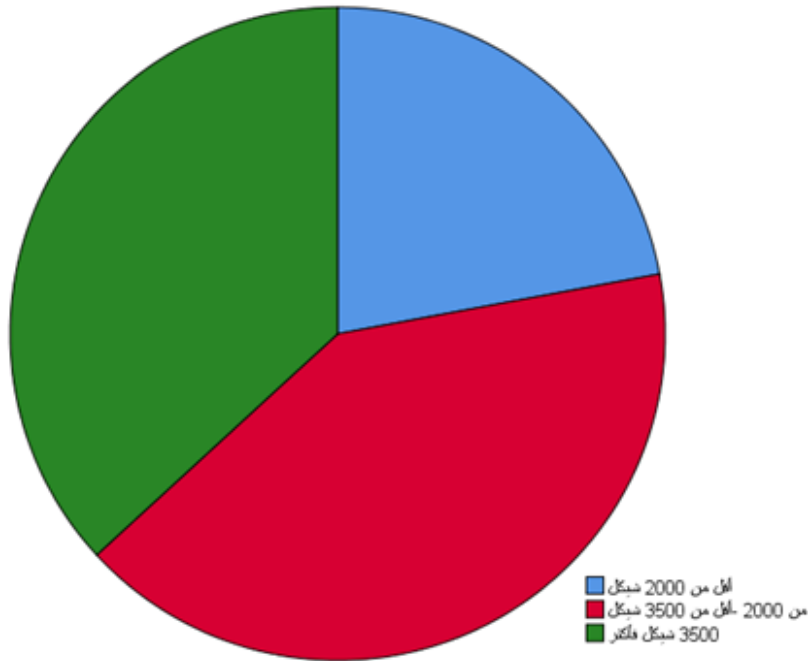
وكما يتضح من الجدول السابق أن توزيع عينة الدراسة تبعاً للمرحلة الدراسية جاءت كما يلي: احتل الطلاب في المرحلة الثانوية في المرتبة الأولى بنسبة (67.6%) من مجتمع الدراسة، بواقع (334) فرد، في حين احتل الطلاب في المرحلة الأساسية المرتبة الثانية بنسبة (32.4%) من مجتمع الدراسة بواقع (160) فرد، والشكل رقم (2) يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية.



شكل 2 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

وكما يتضح من الجدول السابق أن توزيع عينة الدراسة تبعاً لمستوى دخل الأسرة جاءت كما يلي:

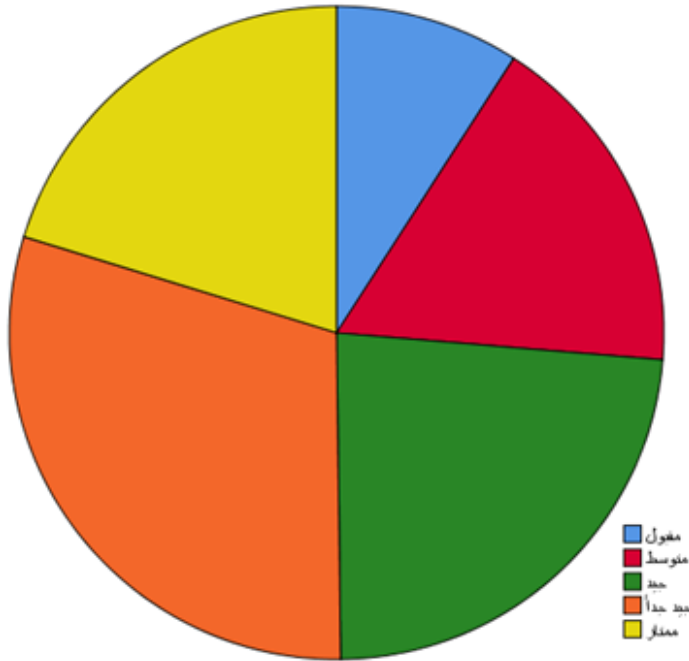
احتل الطلاب الذين مستوى دخل أسرهم (2000- أقل من 3500 شيكل) المرتبة الأولى بنسبة (41.1%) من مجتمع الدراسة، بواقع (203) فرد، في حين احتل الطلاب الذين دخل أسرهم من (3500 شيكل فأكثر) المرتبة الثانية بنسبة (36.8%) من مجتمع الدراسة بواقع (182) فرد، واحتل الطلاب الذين دخل أسرهم أقل من 2000 شيكل المرتبة الثالثة بنسبة (22.1%) من مجتمع الدراسة بواقع (109) فرد، والشكل رقم (3) يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة.



شكل 3 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة

وكما يتضح من الجدول السابق أن توزيع عينة الدراسة تبعاً للتحصيل الدراسي في العام المنصرم جاءت كما يلي:

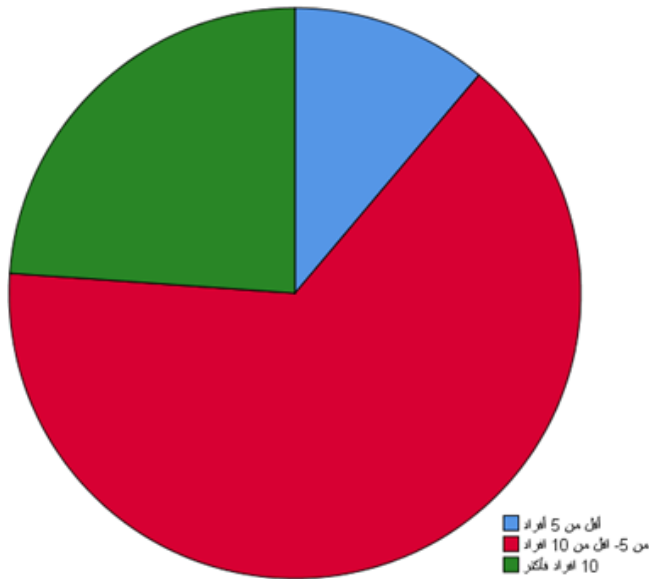
احتل الطلاب ذوي المستوى (جيد جداً) المرتبة الأولى بنسبة (30.0%) من مجتمع الدراسة، بواقع (148) فرد، في حين احتل الطلاب الذين ذوي المستوى (جيد) المرتبة الثانية بنسبة (23.5%) من مجتمع الدراسة بواقع (116) فرد، واحتل الطلاب ذوي المستوى (ممتاز) المرتبة الثالثة بنسبة (20.2%) من مجتمع الدراسة بواقع (100) فرد، واحتل الطلاب ذوي المستوى (متوسط) المرتبة الرابعة بنسبة (17.2%) من مجتمع الدراسة بواقع (85) فرد، واحتل الطلاب ذوي المستوى (مقبول) المرتبة الخامسة بنسبة (9.1%) من مجتمع الدراسة بواقع (45) فرد، والشكل رقم (4) يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي في العام المنصرم.



شكل 4 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي في العام المنصرم

وكما يتضح من الجدول السابق أن توزيع عينة الدراسة تبعاً لعدد أفراد الأسرة جاءت كما يلي:

احتل الطلاب الذين عدد أفراد أسرهم (من 5- أقل من 10 أفراد) المرتبة الأولى بنسبة (65.0%) من مجتمع الدراسة، بواقع (321) مفردة، في حين احتل الطلاب الذين عدد أفراد أسرهم من (10 أفراد فأكثر) المرتبة الثانية بنسبة (23.9%) من مجتمع الدراسة بواقع (118) مفردة، واحتل الطلاب الذين عدد أفراد أسرهم (أقل من 5 أفراد) المرتبة الثالثة بنسبة (11.1%) من مجتمع الدراسة بواقع (55) مفردة، والشكل رقم (3) يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير عدد أفراد الأسرة.



شكل 5 : توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعاً لمتغير عدد أفراد الأسرة

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الذكاء الانفعالي:

1. وصف المقياس: للتعرف على مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في مدينة يطا والمسافر، تم الاعتماد على نموذج غولمان للذكاء الانفعالي الذي يتكون من خمس أبعاد وهي (التواصل الاجتماعي (5) فقرت، والتعاطف (5) فقرت ، وتنظيم الانفعالات(5) فقرت، وإدارة الانفعالات(5) فقرت، والمعرفة الانفعالية(5) فقرت)، حيث تكون المقياس بصورته الأولية من (25) فقرة، موزعة على خمسة أبعاد، وبعد إخضاع المقياس للتحكيم من قبل محكمين مختصين تم إجراء التعديلات على المقياس وملائمة فقراته لأغراض الدراسة، حيث خرج الباحث بمقياس مكون من (25) فقرة. موزعة على خمسة محاور كما هو واضح في الجدول (2):

جدول 2: توزيع محاور مقياس الذكاء الانفعالي على فقراته.

الرقم	المحور	عدد الفقرات
1	التواصل الاجتماعي	5
2	تنظيم الانفعالات	5
3	إدارة الانفعالات	5
4	المعرفة الانفعالية	5
5	التعاطف	5
	المجموع	5

2. الخصائص السيكومترية للمقياس:

- صدق مقياس الذكاء الانفعالي: قام الباحث باستخدام نوعين من الصدق، تمثل الأول في صدق المحكمين وذلك بعرض المقياس على (10) من المحكمين من ذوي الاختصاص في مجال التربية وعلم النفس، بهدف التأكد من مناسبة المقياس لما أعد من أجله وسلامة صياغة الفقرات.

وكان هناك اتفاق بينهم على صلاحية المقياس ومقروئيته، ومناسبته للبيئة الفلسطينية. مع إجراء

بعض التعديلات اللازمة.

ومن ناحية أخرى تم التحقق من الصدق بحساب مصفوفة ارتباط فقرات الأداة مع الدرجة الكلية، وذلك كما

هو واضح في الجدول (4) والذي بين أن جميع قيم معاملات الارتباط للفقرات مع الدرجة الكلية لكل

محور دالة إحصائياً، مما يشير إلى قوة الاتساق الداخلي لفقرات الأداة وأنها تشترك معاً في قياس الذكاء

الانفعالي لدى طلبة المدارس في مدينة يطا والمسافر.

جدول 3: نتائج معامل الارتباط بيرسون (Person correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات أداة الدراسة مع الدرجة الكلية

لكل مجال (لمقياس الذكاء الانفعالي)

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
التواصل الاجتماعي			إدارة الانفعالات			التعاطف		
1	**0.571	0.000	11	**0.605	0.000	21	**0.605	0.000
2	0.635**	0.000	12	**0.579	0.000	22	**0.759	0.000
3	**0.544	0.000	13	**0.587	0.000	23	**0.655	0.000
4	**0.537	0.000	14	**0.548	0.000	24	**0.745	0.000
5	**0.607	0.000	15	**0.573	0.000	25	**0.587	0.000
تنظيم الانفعالات			المعرفة الانفعالية					
6	**0.662	0.000	16	**0.609	0.000			
7	**0.537	0.000	17	**0.642	0.000			
8	**0.615	0.000	18	**0.548	0.000			
9	**0.514	0.000	19	**0.526	0.000			
10	**0.512	0.000	20	**0.602	0.000			

** دالة إحصائية بدرجة عالية عند مستوى $(\alpha \geq 0.01)$.

* دالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0.05)$.

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق إلى أن جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لكل محور

دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدق عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس الذكاء الانفعالي لدى

طلبة المدارس في مدينة يطا والمسافر.

- **ثبات المقياس:** للتحقق من ثبات الأداة قام الباحث باحتساب ثبات الأداة بطريقة الاتساق الداخلي وبحساب معادلة الثبات (كرونباخ ألفا) (**Cronbach Alpha**) كدليل للثبات، وذلك موضح في الجدول (5)

جدول 4: نتائج معامل كرونباخ ألفا لثبات أداة الدراسة

الرقم	المحور	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
1	التواصل الاجتماعي	5	0.635
2	تنظيم الانفعالات	5	0.752
3	إدارة الانفعالات	5	0.638
4	المعرفة الانفعالية	5	0.705
5	التعاطف	5	0.747
	الدرجة الكلية للمحاور	25	0.865

يتضح من الجدول (14.3) أن قيمة معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمحاور المقياس بلغت (0.635) على بُعد التواصل الاجتماعي، و(0.752) لبعد تنظيم الانفعالات، وبلغت (0.638) لبعد إدارة الانفعالات، كما وبلغت (0.705) لبعد المعرفة الانفعالية، كذلك بلغت (0.747) لبعد التعاطف، في حين بلغت قيمة معامل الثبات على الدرجة للمجالات (0.864) وهذا يشير إلى أن الأداة تتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات.

3. تصحيح المقياس: بنيت فقرات المقياس حسب سلم خماسي وأعطيت الأوزان للفقرات كما هو آت: (بدرجة عالية جداً: خمس درجات، بدرجة عالية: أربع درجات، بدرجة متوسطة: ثلاث درجات، بدرجة منخفضة: درجتين، بدرجة منخفضة جداً: درجة واحدة). وقد طبق هذا السلم الخماسي على جميع الفقرات.

وللتعرف إلى تقديرات أفراد العينة وتحديد درجة (النكاء الانفعالي)، وفق قيمة المتوسط الحسابي تم حساب المدى (4= 1-5)، ثم تم تقسيمه على (4) للحصول على طول الخلية الصحيح (4/5 = 0.80)، وبعد

ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في الاستبانة (أو بداية الاستبانة وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يلي: -

جدول 5: مفاتيح التصحيح

الدرجة	المتوسط الحسابي
منخفضة جداً	1.80 – 1.00
منخفضة	2.60 – 1.81
متوسطة	3.40 – 2.61
مرتفعة	4.20 – 3.41
مرتفعة جداً	5.00 – 4.21

ثانياً: مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:

1. وصف المقياس: للتعرف على استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة المدارس في مدينة يطا والمسافر، قام الباحث بتصميم مقياس خاص بها، حيث تكون المقياس بصورته الأولية من (30) فقرة، موزعة على ستة محاور، وبعد إخضاع المقياس للتحكيم من قبل المتحكمين ذوي الاختصاص تم إجراء التعديلات على المقياس وملئمة فقراته لأغراض الدراسة، حيث خرج الباحث بمقياس مكون من (30) فقرة. موزعة على ستة محاور كما هو واضح في الجدول (6):

جدول 6: توزيع محاور مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية على فقراته.

الرقم	المحور	عدد الفقرات
1	استراتيجية القبول والاستسلام	5
2	استراتيجية الضبط الانفعالي	5
3	استراتيجية المواجهة الانفعالية	5
4	استراتيجية حل المشكلات	5
5	استراتيجية الدعم والمساندة	5
6	الاستراتيجية الدينية	5
	المجموع	30

2. الخصائص السيكومترية للمقياس:

- **صدق مقياس الذكاء الانفعالي:** قام الباحث باستخدام نوعين من الصدق، تمثل الأول في صدق المحكمين وذلك بعرض المقياس على (10) من المحكمين من ذوي الاختصاص في مجال التربية وعلم النفس، بهدف التأكد من مناسبة المقياس لما أعد من أجله وسلامة صياغة الفقرات. وكان هناك اتفاق بينهم على صلاحية المقياس ومقروئيته، ومناسبته للبيئة الفلسطينية. مع إجراء بعض التعديلات اللازمة.

ومن ناحية أخرى تم التحقق من الصدق بحساب مصفوفة ارتباط فقرات الأداة مع الدرجة الكلية، وذلك كما هو واضح في الجدول (8) والذي بين أن جميع قيم معاملات الارتباط للفقرات مع الدرجة الكلية لكل محور دالة إحصائياً، مما يشير إلى قوة الاتساق الداخلي لفقرات الأداة وأنها تشترك معاً في قياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة المدارس في مدينة يطا والمسافر .

جدول 7: نتائج معامل الارتباط بيرسون (Person correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات أداة الدراسة مع الدرجة الكلية لكل مجال (لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية)

الفقرة	معامل الارتباط	الدالة الإحصائية	الفقرة	معامل الارتباط	الدالة الإحصائية	الفقرة	معامل الارتباط	الدالة الإحصائية
1	**0.629	0.000	11	**0.732	0.000	21	**0.688	0.000
2	**0.724	0.000	12	**0.721	0.000	22	**0.633	0.000
3	**0.685	0.000	13	**0.725	0.000	23	**0.673	0.000
4	**0.663	0.000	14	**0.746	0.000	24	**0.596	0.000
5	**0.528	0.000	15	**0.578	0.000	25	**0.545	0.000
6	**0.598	0.000	16	**0.579	0.000	26	**0.694	0.000
7	**0.697	0.000	17	**0.654	0.000	27	**0.715	0.000
8	**0.696	0.000	18	**0.642	0.000	28	**0.689	0.000
9	**0.673	0.000	19	**0.625	0.000	29	**0.704	0.000
10	**0.724	0.000	20	**0.543	0.000	30	**0.648	0.000

** دالة إحصائية بدرجة عالية عند مستوى $(\alpha \geq 0.01)$.

* دالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0.05)$.

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق إلى أن جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لكل محور دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدق عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة المدارس في مدينة يطا والمسافر .

- **ثبات المقياس:** للتحقق من ثبات الدراس قام الباحث باحتساب ثبات الأداة بطريقة الاتساق الداخلي وبحساب معادلة الثبات (كرونباخ ألفا) (**Cronbach Alpha**) كدليل للثبات، وذلك موضح في

الجدول (9)

جدول 8: نتائج معامل كرونباخ ألفا لثبات أداة الدراسة

الرقم	المحور	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
1	استراتيجية القبول والاستسلام	5	0.732
2	استراتيجية الضبط الانفعالي	5	0.704
3	استراتيجية المواجهة الانفعالية	5	0.743
4	استراتيجية حل المشكلات	5	0.643
5	استراتيجية الدعم والمساندة	5	0.706
6	الاستراتيجية الدينية	5	0.754
	الدرجة الكلية للمحاور	30	0.869

يتضح من الجدول (14.3) أن قيمة معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمحاور المقياس بلغت (0.732) على استراتيجية القبول والاستسلام ، و(0.704) لمحور استراتيجية الضبط الانفعالي ، وبلغت (0.743) لمحور استراتيجية المواجهة الانفعالية، كما وبلغت (0.643) لمحور استراتيجية حل المشكلات، كذلك بلغت (0.706) لمحور استراتيجية الدعم والمساندة، وبلغت (0.754) لمحور الاستراتيجية الدينية، في حين بلغت قيمة معامل الثبات على الدرجة للمجالات (0.869) وهذا يشير إلى أن الأداة تتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات.

3. تصحيح المقياس: بنيت فقرات المقياس حسب سلم خماسي وأعطيت الأوزان للفقرات كما هو

آت: (بدرجة عالية جداً: خمس درجات، بدرجة عالية: أربع درجات، بدرجة متوسطة: ثلاث

درجات، بدرجة منخفضة: درجتين، بدرجة منخفضة جداً: درجة واحدة). وقد طبق هذا السلم الخماسي على جميع الفقرات.

وللتعرف إلى تقديرات أفراد العينة وتحديد درجة (استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية)، وفق قيمة المتوسط الحسابي تم حساب المدى (5-1 = 4)، ثم تم تقسيمه على (4) للحصول على طول الخلية الصحيح (0.80 = 5/4)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في الاستبانة (أو بداية الاستبانة وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يلي: -

جدول 9: مفاتيح التصحيح

الدرجة	المتوسط الحسابي
منخفضة جداً	1.80 - 1.00
منخفضة	2.60 - 1.81
متوسطة	3.40 - 2.61
مرتفعة	4.20 - 3.41
مرتفعة جداً	5.00 - 4.21

إجراءات الدراسة:

تم إتباع الإجراءات التالية من أجل تنفيذ الدراسة:

1. اختيار عنوان الدراسة والذي تمثل في الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر.
2. تم الاعتماد على الأدب التربوي والنفسى، المرتبط بمتغيرات الدراسة الذي ساعد الباحث على تكوين خلفية علمية لموضوع الدراسة كما تم الرجوع إلى بعض الدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات العلاقة.
3. بناء المقاييس المستخدمة في الدراسة.

4. عمل دراسة استطلاعية على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة للتأكد من صدق وثبات أداة الدراسة.

5. مخاطبة مديرة التربية والتعليم في مدينة يطا من أجل الحصول على المعلومات، والسماح للباحث بتوزيع المقاييس على الطلبة.

6. قام الباحث بتطبيق مقياس الدراسة على عينة مكونة من (500) طالب وطالبة، وبعد تدقيقها تم استبعاد (6) لعدم اكتمال الإجابات ليتبقى (494) مفردة وصالحة للمعالجة الإحصائية.

7. تم تبويب البيانات وترميزها وإدخالها في الحاسوب.

8. عولجت البيانات إحصائياً.

متغيرات الدراسة:

❖ المتغيرات المستقلة: الذكاء الانفعالي.

❖ المتغير التابع: استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

❖ المتغيرات الديمغرافية (الوسيلة): الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل

الدراسي، عدد أفراد الأسرة.

المعالجة الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات استخدم الباحث برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)

وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

1. تم استخدام الإحصاء الوصفي باستخراج الأعداد، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية،

والانحرافات المعيارية لدى أفراد العينة واستجاباتهم على الأدوات.

2. فحصت فرضيات الدراسة عن طريق اختبار تحليل التباين الأحادي (One way analysis

of variance)، واختبار ت (T test).

3. واستخدم معامل الثبات كرونباخ ألفا لحساب ثبات الأداة، واستخدم معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للتأكد من طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة وكذلك للتأكد من صدق البناء، والجدول (10) يبين مقدرا التدرج بقوة العلاقة مقابل قيمة معامل الارتباط:

جدول 10: قوة الارتباط بين المتغيرات

قوة الارتباط	معامل الارتباط
لا يوجد ارتباط	$r=0$
ارتباط طردي ضعيف جداً	$0 < r < 0.2$
ارتباط طردي ضعيف	$0.20 \leq r \leq 0.39$
ارتباط طردي متوسط	$0.40 \leq r \leq 0.59$
ارتباط طردي قوي	$0.60 \leq r \leq 0.79$
ارتباط طردي قوي جداً	$0.80 \leq r \leq 0.99$
ارتباط طردي تام	$r=1$

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً كاملاً ومفصلاً لنتائج الدراسة، وذلك للإجابة عن تساؤلات الدراسة،

والحكم على فرضيتها.

أولاً: الإجابة عن سؤال الدراسة الرئيس:

التساؤل الرئيسي: ما العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة يطا والمسافر؟ وانبثق عن هذا السؤال الفرضية الصفرية الأولى التي نصت على:

لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة يطا والمسافر.

للتحقق من صحة الفرضية الأولى استخدم الباحث معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للعلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) وذلك كما هو واضح في الجدول (11).

جدول 11: نتائج معامل الارتباط بيرسون لفحص العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية	الاستراتيجية الدينية	استراتيجية الدعم والمساندة	استراتيجية حل المشكلات	استراتيجية المواجهة الانفعالية	استراتيجية الضبط الانفعالي	استراتيجية القبول والاستسلام	المتغيرات
**0.563	**0.358	**0.439	**0.439	**0.463	**0.468	**0.381	الارتباط

0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	مستوى الدلالة	الاجتماعي
**0.528	**0.309	**0.391	**0.479	**0.130	**0.522	**0.369	الارتباط	تنظيم
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	مستوى الدلالة	الانفعالات
0.493	**0.347	**0.288	0.521	**0.156	**0.440	**0.494	الارتباط	إدارة
0.000	0.000	0.000	0.000	0.001	0.000	0.000	مستوى الدلالة	الانفعالات
**0.387	**0.266	**0.252	**0.439	*0.095	**0.330	**0.246	الارتباط	المعرفة
0.000	0.000	0.000	0.000	0.035	0.000	0.000	مستوى الدلالة	الانفعالية
**0.445	**0.291	**0.260	**0.474	**0.174	**0.390	**0.270	الارتباط	التعاطف
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	مستوى الدلالة	
**0.641	**0.415	**0.432	**0.630	**0.206	**0.571	**0.419	معامل الارتباط	الدرجة الكلية
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	مستوى الدلالة	للذكاء الانفعالي
قوي	متوسط	متوسط	قوي	ضعيف	متوسط	متوسط	قوة الارتباط للدرجة الكلية	

** دالة إحصائية بدرجة عالية عند مستوى $(\alpha \geq 0.01)$.

* دالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0.05)$.

نلاحظ من الجدول السابق ومن خلال المعطيات الواردة في الجدول وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر، وتمثل قيمة الارتباط عن علاقة طردية قوية ذات دلالة إحصائية، لذلك تم رفض الفرضية الصفرية الأولى.

وكما اشارت النتائج في الجدول السابق إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين بُعد التواصل الاجتماعي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين بُعد تنظيم الانفعالات واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين بُعد إدارة

الانفعالات واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين بُعد المعرفة الانفعالية واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين بُعد التعاطف واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

وقد تفرع عن التساؤل الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

السؤال الفرعي الأول: ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في يطا والمسافر؟

للإجابة عن السؤال السابق تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في مسافر يطا، وذلك كما هو موضح في الجدول (12).

جدول 12: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في

مسافر يطا

الترتيب	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	الدرجة
1.	أعتبر نفسي موضع ثقة من قبل زملائي في المدرسة وخارجها.	3.93	0.953	78.6	مرتفعة
2.	أنظم أفكاري أثناء التواصل مع الآخرين.	3.73	1.053	74.6	مرتفعة
3.	لا أجد صعوبة في التواصل مع الغرباء.	3.71	1.134	74.2	مرتفعة
4.	عندي القدرة على التأثير على زملائي في تغيير آرائهم الاجتماعية.	3.65	1.037	73.0	مرتفعة
5.	أتجنب الغضب إذا ضايقتني أحد زملائي	3.50	1.269	70.0	مرتفعة
الدرجة الكلية لبعد التواصل الاجتماعي					
1.	أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به.	3.80	1.058	76.00	مرتفعة
2.	أستجيب لأي موقف بانفعالات مناسبة	3.75	1.040	75.00	مرتفعة
3.	أحقق النجاح حتى تحت الضغوطات.	3.69	1.089	73.80	مرتفعة
4.	أنحي عواطفني جانباً عندما أقوم بإنجاز واجباتي.	3.67	1.123	73.40	مرتفعة
5.	أنجز الأعمال الموكلة لي بمعزل عن التوتر والقلق.	3.66	1.091	73.20	مرتفعة
الدرجة الكلية لبعد تنظيم الانفعالات					
1.	مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح في	4.03	0.984	80.60	مرتفعة

				مواجهة الضغوط.	
مرتفعة	78.40	1.034	3.92	تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات هامة في حياتي.	2.
مرتفعة	77.60	1.063	3.88	أستطيع استخدام الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة ببسر	3.
مرتفعة	75.00	1.037	3.75	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.	4.
مرتفعة	74.40	0.998	3.72	أنفذ المهمات الصعبة بالوقت والشكل المطلوب.	5.
مرتفعة	77.18	0.654	3.859	الدرجة الكلية لبعء إدارة الانفعالات	
مرتفعة	81.20	1.016	4.06	أعتبر نفسي مسؤولاً عن مشاعري وانفعالاتي.	1.
مرتفعة	78.00	1.004	3.90	أستطيع إدراك أن مشاعري صادقة أغلب الأوقات.	2.
مرتفعة	76.60	1.032	3.83	أستخدم انفعالاتي الإيجابية في قيادة حياتي	3.
مرتفعة	75.00	1.004	3.75	أستطيع التعبير عن مشاعري ببعء تفكير عميق.	4.
مرتفعة	72.60	1.129	3.63	أستطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي وبالأخرين.	5.
مرتفعة	76.66	0.634	3.833	الدرجة الكلية لبعء المعرفة الانفعالية	
مرتفعة	81.60	1.026	4.08	عندي استعداد لسماع مشاكل زملائي الطلبة	1.
مرتفعة	77.60	1.038	3.88	أحس باحتياجات زملائي واساعدهم على اشباعها.	2.
مرتفعة	76.80	0.986	3.84	أجيد فهم مشاعر زملائي واتعامل معهم بناء عليها	3.
مرتفعة	75.20	1.102	3.76	أجيد التعامل مع انفعالات زملائي.	4.
مرتفعة	74.00	1.076	3.70	أشعر بالانفعالات والمشاعر التي لا يضطر زملائي للإفصاح عنها.	5.
مرتفعة	77.02	0.737	3.851	الدرجة الكلية لبعء التعاطف	
مرتفعة	75.84	0.514	3.792	الدجة الكلية للذكاء الانفعالي	

نلاحظ من الجدول السابق ومن خلال المعطيات الواردة في الجدول أن مستوى الذكاء الانفعالي

لدى طلبة المدارس في مسافر يطا كان بدرجة مرتفعة حيث بلغ المتوسط الحسابي (3.792) مع انحراف

معياري (0.514)، وكان ترتيب الأبعاد كما يلي:

جاء بُعد إدارة الانفعالات بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.859) مع انحراف معياري (0.654) وبنسبة مئوية (77.18)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح في مواجهة الضغوط.) بمتوسط حسابي (4.03) مع انحراف معياري (0.984)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات هامة في حياتي.) بمتوسط حسابي (3.92) مع انحراف معياري (1.034).

في حين جاء بُعد (التعاطف) في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.851) مع انحراف معياري (0.737) وبنسبة مئوية (77.02)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (عندي استعداد لسماع مشاكل زملائي الطلبة.) بمتوسط حسابي (4.08) مع انحراف معياري (1.026)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أحس باحتياجات زملائي واساعدهم على اشباعها.) بمتوسط حسابي (3.88) مع انحراف معياري (1.038).

وجاء البعد (المعرفة الانفعالية) في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (3.833) مع انحراف معياري (0.634) وبنسبة مئوية (76.66)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (أعتبر نفسي مسؤولاً عن مشاعري وانفعالاتي.) بمتوسط حسابي (4.06) مع انحراف معياري (1.016)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أستطيع إدراك أن مشاعري صادقة أغلب الأوقات.) بمتوسط حسابي (3.90) مع انحراف معياري (1.004).

والبعد (تنظيم الانفعالات) في المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (3.713) مع انحراف معياري (0.704) وبنسبة مئوية (74.26)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به) بمتوسط حسابي (3.80) مع انحراف معياري (1.058)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أستجيب لأي موقف بانفعالات مناسبة) بمتوسط حسابي (3.75) مع انحراف معياري (1.040).

والبعد (التواصل الاجتماعي) في المرتبة الأخيرة والخامسة بمتوسط حسابي (3.703) مع انحراف معياري (0.671) وبنسبة مئوية (74.06). وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (أعتبر نفسي موضع ثقة من قبل زملائي في المدرسة وخارجها). بمتوسط حسابي (3.93) مع انحراف معياري (0.953)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أنظم أفكارني أثناء التواصل مع الآخرين). بمتوسط حسابي (3.73) مع انحراف معياري (1.053).

السؤال الفرعي الثاني: ما مستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر؟

للإجابة عن السؤال السابق تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر، وذلك كما هو موضح في الجدول (13).

جدول 13: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر

الترتيب	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية (%)	الدرجة
1.	أقبل توصيات وإرشادات معلمي لأن ذلك اعتراف بنقص قدراتي.	3.76	1.149	75.20	مرتفعة
2.	عندما يضايقتني زملائي ابتعد عنهم لتهدئة نفسي.	3.75	1.268	75.00	مرتفعة
3.	أتجاهل الموقف الضاغط و أحاول تصحيح الخطأ لاحقا	3.60	1.143	72.00	مرتفعة
4.	أتجنب المشاركة في النشاطات الفكرية والرياضية(مسرح، إحياء ذكرى مناسبات الأعياد الوطنية والدينية، الأيام العالمية)	3.33	1.286	66.60	متوسطة
5.	لا أشارك زملائي في مناقشة المشكلات كي لا أستمع لنقدهم.	3.26	1.327	65.20	متوسطة
استراتيجية القبول والاستسلام					
1.	أمنع نفسي من عمل أي شيء بشكل متسرع تحت الضغوط النفسية.	3.77	1.124	75.40	مرتفعة
2.	أتحلى بالصبر حتى يأتي الوقت المناسب لحل المشكل التي أعاني منها.	3.76	1.114	75.20	مرتفعة

مرتفعة	72.80	1.121	3.64	أسيطر على انفعالاتي ومشاعري ولا أجعلها تتحكم في قراراتي.	3.
مرتفعة	70.00	1.256	3.50	أمنع نفسي من الغضب عند سماعي لخبر يزعجني.	4.
متوسطة	67.20	1.234	3.36	أتحدث عن مشاكلي الخاصة بدون توتر أو قلق.	5.
مرتفعة	72.14	0.792	3.607	استراتيجية الضبط الانفعالي	
مرتفعة	72.00	1.166	3.60	أصبح شديد التوتر عند مواجهتي مشكلة ما	1.
مرتفعة	70.00	1.148	3.50	تشعرنني المواقف الضاغطة بقدر كبير من المعاناة	2.
مرتفعة	67.80	1.349	3.39	أحبط بسهولة عند مواجهة الموقف الضاغط	3.
متوسطة	67.40	1.252	3.37	أنتفاعل بطريقة غير مناسبة عند تعرضي لموقف ضاغط.	4.
متوسطة	66.60	1.294	3.33	أواجه بعنف من يكون أمامي في الموقف الضاغط	5.
مرتفعة	68.78	0.873	3.439	استراتيجية المواجهة الانفعالية	
مرتفعة	79.60	1.088	3.98	أقوم بوضع خطة لحل مشكلة تواجهني وأتبعها	1.
مرتفعة	78.60	0.925	3.92	أقوم بالمثابرة لتحقيق ما أريد.	2.
مرتفعة	75.40	1.028	3.77	أختار أفضل البدائل لحل المشكلة التي تواجهني.	3.
مرتفعة	75.20	1.056	3.76	أتناول واجباتي واحدة تلو الأخرى حتى لا أقع تحت الضغوط.	4.
مرتفعة	73.60	1.164	3.68	أتناوض للحصول على شيء إيجابي من الموقف الذي امر به.	5.
مرتفعة	76.44	0.677	3.822	استراتيجية حل المشكلات	
مرتفعة	75.20	1.198	3.76	أطلب المساعدة والمساندة من ذوي الخبرة	1.
مرتفعة	74.40	1.268	3.72	أطلب مساعدة استاذي او أي شخص بالغ عندما أشعر بتوتر شديد.	2.
مرتفعة	73.20	1.175	3.66	أشارك أفراد أسرتي المناسبات الاجتماعية لتخفيف من ضغوطتي النفسية	3.
مرتفعة	72.20	1.182	3.61	اسأل أناس لديهم خبرة في المشاكل التي تواجهني.	4.
مرتفعة	72.20	1.226	3.61	أتحدث إلى أفراد أسرتي لتخفيف ضغوطتي النفسية.	5.
مرتفعة	73.44	0.820	3.672	استراتيجية الدعم والمساندة	
مرتفعة جداً	86.00	1.063	4.30	أثق بالله دوماً بأنه سوف يخرجني من المشكلة التي تواجهني	1.
مرتفعة جداً	85.40	1.029	4.27	أتوكل على الله في المواقف الصعبة.	2.

مرتفعة	83.20	1.130	4.16	أتحمل ظروف العمل الصعبة مهما كانت شدتها اقتداء بسيرة الرسول الكريم	3.
مرتفعة	80.4	1.039	4.02	أنجز واجباتي المدرسية بالصبر والإخلاص لإرضاء الضمير.	4.
مرتفعة	80.20	1.153	4.01	أذكر نفسي وزملائي بأن الحفاظ على نظافة الصف من القيم الإسلامية.	5.
مرتفعة	83.00	0.770	4.15	الاستراتيجية الدينية	
مرتفعة	74.10	0.534	3.705	الدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية	

نلاحظ من الجدول السابق ومن خلال المعطيات الواردة في الجدول أن مستوى استخدام

استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر كان بدرجة مرتفعة حيث بلغ المتوسط

الحسابي (3.705) مع انحراف معياري (0.534)، وكان ترتيب الأبعاد كما يلي:

جاء بُعد (الاستراتيجية الدينية) بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.15) مع انحراف معياري

(0.440) وبنسبة مئوية (83.00)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة

(أثق بالله دوماً بأنه سوف يخرجني من المشكلة التي تواجهني) بمتوسط حسابي (4.30) مع انحراف

معياري (1.063)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أتوكل على الله في المواقف الصعبة.) بمتوسط حسابي

(4.27) مع انحراف معياري (1.029).

جاء بُعد (استراتيجية حل المشكلات) بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.822) مع انحراف

معياري (0.677) وبنسبة مئوية (76.44)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى

الفقرة (أقوم بوضع خطة لحل مشكلة تواجهني وأتبعها) بمتوسط حسابي (3.98) مع انحراف معياري

(1.088)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أقوم بالمثابرة لتحقيق ما أريد) بمتوسط حسابي (3.92) مع انحراف

معياري (0.925).

جاء بُعد (استراتيجية الدعم والمساندة) بالمرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (3.672) مع انحراف معياري

(0.820) وبنسبة مئوية (73.44)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة

(أطلب المساعدة والمساندة من ذوي الخبرة) بمتوسط حسابي (3.76) مع انحراف معياري (1.198)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أطلب مساعدة استاذي او أي شخص بالغ عندما أشعر بتوتر شديد). بمتوسط حسابي (3.72) مع انحراف معياري (1.268).

جاء بُعد (استراتيجية الضبط الانفعالي) بالمرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (3.607) مع انحراف معياري (0.792) وبنسبة مئوية (72.14)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (أمنع نفسي من عمل أي شيء بشكل متسرع تحت الضغوط النفسية). بمتوسط حسابي (3.77) مع انحراف معياري (1.124)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (أتحلى بالصبر حتى يأتي الوقت المناسب لحل المشكل التي أعاني منها). بمتوسط حسابي (3.76) مع انحراف معياري (1.114).

جاء بُعد (استراتيجية القبول والاستسلام) بالمرتبة الخامسة بمتوسط حسابي (3.542) مع انحراف معياري (0.767) وبنسبة مئوية (70.84)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (أقبل توصيات وإرشادات معلمي لأن ذلك اعتراف بنقص قدراتي). بمتوسط حسابي (3.76) مع انحراف معياري (1.149)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (عندما يضايقني زملائي ابتعد عنهم لتهدئة نفسي). بمتوسط حسابي (3.75) مع انحراف معياري (1.268).

جاء بُعد (استراتيجية المواجهة الانفعالية) بالمرتبة السادسة بمتوسط حسابي (3.439) مع انحراف معياري (0.873) وبنسبة مئوية (68.78)، وكان أهم الفقرات هذا البعد والتي كانت في المرتبة الأولى الفقرة (أصبح شديد التوتر عند مواجهتي مشكلة ما) بمتوسط حسابي (3.60) مع انحراف معياري (1.166)، وفي المرتبة الثانية الفقرة (تشعربي المواقف الضاغطة بقدر كبير من المعاناة) بمتوسط حسابي (3.50) مع انحراف معياري (1.148).

سؤال الدراسة الفرعي الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل

الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة)؟ وانبثق عن هذا السؤال الفرضيات التالية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغير (الجنس).

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة

حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغير الجنس، وقد حصل الباحث على النتائج كما

هي موضحة في جدول (14).

جدول 14: نتائج اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغير الجنس

المحور	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
التواصل الاجتماعي	ذكر	333	3.64	0.661	492	3.027-	0.003
	أنثى	161	3.83	0.675			
الضبط الانفعالي	ذكر	333	3.69	0.679		1.002-	0.317
	أنثى	161	3.76	0.754			
إدارة الانفعالات	ذكر	333	3.79	0.674		3.656-	0.000
	أنثى	161	4.01	0.584			
المعرفة الانفعالية	ذكر	333	3.80	0.673		1.615-	0.107
	أنثى	161	3.90	0.542			
التعاطف	ذكر	333	3.77	0.788		3.708-	0.000
	أنثى	161	4.03	0.582			
الدرجة الكلية	ذكر	333	3.74	0.526		3.466-	0.001
	أنثى	161	3.91	0.469			

($\alpha \leq 0.05$)

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس، وفي الدرجة الكلية للمقياس، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.001) أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05) ، وكانت الفروق لصالح الاناث، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية.

وكما أشارت المعطيات في الجدول السابق على أنه توجد فروق في كل من بُعد (التعاطف، إدارة الانفعالات، التواصل الاجتماعي). وكانت الفروق لصالح الاناث، ولا توجد فروق في بُعد (الضبط الانفعالي، المعرفة الانفعالية).

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية للتحقق من صحة الفرضية السابقة تم استخدام اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية، والجدول (15) يبين ذلك:

جدول 15: نتائج اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية

المحور	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	الدالة الإحصائية	
التواصل الاجتماعي	أساسية	160	3.69	0.724	492	0.303-	0.762	
	الثانوي	334	3.71	0.644				
الضبط الانفعالي	أساسية	160	3.84	0.680		2.673	0.008	
	الثانوي	334	3.66	0.709				
إدارة الانفعالات	أساسية	160	3.85	0.675		0.135-	0.892	
	الثانوي	334	3.86	0.645				

0.917	0.104-		0.636	3.84	160	أساسية	المعرفة
			0.634	3.83	334	الثانوي	الانفعالية
0.997	0.003-		0.727	3.85	160	أساسية	التعاطف
			0.743	3.85	334	الثانوي	
0.523	.639		0.523	3.81	160	أساسية	الدرجة الكلية
			0.510	3.78	334	الثانوي	

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية، وفي الدرجة الكلية للمقياس، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.523) أي أن هذه القيمة أكبر من قيمة ألفا (0.05)، وبذلك تقبل الفرضية الصفرية.

و توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة في بُعد الضبط الانفعالي، وكانت الفروق لصالح طلبة المرحلة الاساسية.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة.

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة، والجدول (16) يبين ذلك:

جدول 16: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
التواصل الاجتماعي	بين المجموعات	7.383	2	3.691	8.455	0.000
	داخل المجموعات	214.352	491	0.437		

			493	221.735	المجموع	
0.001	6.719	3.257	2	6.514	بين المجموعات	الضبط الانفعالي
		0.485	491	238.018	داخل المجموعات	
			493	244.532	المجموع	
0.086	2.467	1.050	2	2.100	بين المجموعات	إدارة الانفعالات
		0.426	491	208.990	داخل المجموعات	
			493	211.090	المجموع	
0.705	.349	.141	2	.282	بين المجموعات	المعرفة الانفعالية
		0.403	491	198.054	داخل المجموعات	
			493	198.336	المجموع	
0.036	3.335	1.795	2	3.591	بين المجموعات	التعاطف
		0.538	491	264.343	داخل المجموعات	
			493	267.934	المجموع	
0.009	4.755	1.236	2	2.472	بين المجموعات	الدرجة الكلية
		0.260	491	127.630	داخل المجموعات	
			493	130.102	المجموع	

$(\alpha \leq 0.05)$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.009) أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05)، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية. وعدم وجود فروق في كل من بُعد (إدارة الانفعالات والمعرفة الانفعالية)

ولمعرفة مصدر الفروق تم استخراج نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة، وذلك كما هو موضح في الجدول (17) يوضح تلك الفروق:

جدول 17: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة

المحور	مستوى دخل الأسرة	أقل من 2000 شيكل	من 2000-أقل من 3500 شيكل	3500 شيكل فأكثر
التواصل الاجتماعي	أقل من 2000 شيكل		0.12673	*0.31552
	من 2000-أقل من 3500 شيكل			*0.18878
	3500 شيكل فأكثر			
الضبط الانفعالي	أقل من 2000 شيكل		0.06965	*0.27700
	من 2000-أقل من 3500 شيكل			*0.20735
	3500 شيكل فأكثر			
التعاطف	أقل من 2000 شيكل		*0.22113	0.17657
	من 2000-أقل من 3500 شيكل			0.04456-
	3500 شيكل فأكثر			
الدرجة الكلية	أقل من 2000 شيكل		0.12539	*0.19024
	من 2000-أقل من 3500 شيكل			0.06486
	3500 شيكل فأكثر			

$(\alpha \leq 0.05)$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أن الفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة، في الدرجة الكلية للمقياس كانت بين افراد عينة الدراسة من مستوى دخل أسرهم (أقل من 2000 شيكل، و3500 شيكل فأكثر) وكانت الفروق لصالح أصحاب الدخل أقل من 2000 شيكل.

ويتضح ذلك من خلال جدول (18) والذي يوضح الأعداد والمتوسطات الحسابية والانحرافات

المعيارية:

جدول 18: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة

المحور	مستوى دخل الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التواصل الاجتماعي	أقل من 2000 شيكل	109	3.87	0.695
	من 2000-أقل من 3500 شيكل	203	3.74	0.564

0.736	3.56	182	3500 شيكل فأكثر	
0.739	3.84	109	أقل من 2000 شيكل	الضبط الانفعالي
0.590	3.77	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.775	3.57	182	3500 شيكل فأكثر	
0.652	3.98	109	أقل من 2000 شيكل	إدارة الانفعالات
0.589	3.83	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.717	3.82	182	3500 شيكل فأكثر	
0.610	3.86	109	أقل من 2000 شيكل	المعرفة الانفعالية
0.590	3.81	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.696	3.85	182	3500 شيكل فأكثر	
0.678	4.01	109	أقل من 2000 شيكل	التعاطف
0.681	3.79	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.818	3.83	182	3500 شيكل فأكثر	
0.517	3.91	109	أقل من 2000 شيكل	الدرجة الكلية
0.444	3.79	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.571	3.72	182	3500 شيكل فأكثر	

يتضح من الجدول السابق وجود تفاوت في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(\alpha \geq 0.05)$ في متوسطات إجابات

عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات

إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي،

والجدول (19) يوضح ذلك:

جدول 19: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
التواصل	بين المجموعات	5.152	4	1.288	2.908	.021

		0.443	489	216.583	داخل المجموعات	الاجتماعي
			493	221.735	المجموع	
.007	3.579	1.739	4	6.954	بين المجموعات	الضبط الانفعالي
		0.486	489	237.577	داخل المجموعات	
.025	2.805		4	4.735	بين المجموعات	إدارة الانفعالات
		0.422	489	206.355	داخل المجموعات	
.000	5.132	1.998	4	7.991	بين المجموعات	المعرفة الانفعالية
		0.389	489	190.344	داخل المجموعات	
0.117	1.857		4	4.010	بين المجموعات	التعاطف
		0.540	489	263.924	داخل المجموعات	
0.001	4.687	1.201	4	4.804	بين المجموعات	الدرجة الكلية
		0.256	489	125.298	داخل المجموعات	
			493	130.102	المجموع	

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.001) أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05) ، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية.

وتظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات عينة الدراسة في كل من بُعد (التواصل الاجتماعي، الضبط الانفعالي، إدارة الانفعالات، المعرفة الانفعالية)، وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات عينة الدراسة في بُعد التعاطف

ولمعرفة مصدر الفروق تم استخراج نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية وفق متغير التحصيل الدراسي،

والجدول (20) يوضح ذلك:

جدول 20: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة
يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

المحور	التحصيل الدراسي	مقبول	متوسط	جيد	جيد جداً	ممتاز
التواصل الاجتماعي	مقبول		-0.25046 *	-0.05015	-0.16763	0.29822*-
	متوسط			0.20030	0.08283	-0.04776
	جيد				0.11747-	*-0.24807
	جيد جداً					0.13059-
	ممتاز					
الضبط الانفعالي	مقبول		-0.16444	-0.06375	-0.30201 *	0-0.31644
	متوسط			0.10069	-0.13757	-0.15200
	جيد				-0.23826 *	*-0.25269
	جيد جداً					-0.01443
	ممتاز					
إدارة الانفعالات	مقبول		-0.20993	-0.12008	-0.27003 *	*-0.32311
	متوسط			0.08986	-0.06010	-0.11318
	جيد				-0.14995	-0.20303
	جيد جداً					-0.05308
	ممتاز					
المعرفة الانفعالية	مقبول		-0.25752 *	-0.24498 *	-0.31898 *	*-0.48422
	متوسط			0.01254	-0.06146	-0.22671
	جيد				-0.07400	-0.023924 *
	جيد جداً					-0.162524
	ممتاز					
الدرجة الكلية	مقبول		0.21088-	0.09359-	0.22208-	*0.32831-
	متوسط			0.11728	0.01121-	0.11744-
	جيد				0.12849-	*0.23472-
	جيد جداً					0.10623-
	ممتاز					

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أن الفروق في متوسطات استجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي في الدرجة الكلية للمقياس كانت بين افراد عينة الدراسة من ذوي التحصيل المقبول وأصحاب التحصيل الممتاز وكانت النتائج لصالح أفراد التحصيل الممتاز، وكانت بين افراد عينة الدراسة من ذوي التحصيل الجيد وأصحاب التحصيل الممتاز وكانت النتائج لصالح أفراد التحصيل الممتاز. والجدول (21) يبين ذلك:

جدول 21: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (التحصيل الدراسي)

المحور	التحصيل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التواصل الاجتماعي	مقبول	45	3.54	0.858
	متوسط	85	3.79	0.659
	جيد	116	3.59	0.602
	جيد جداً	148	3.71	0.661
	ممتاز	100	3.84	0.650
الضبط الانفعالي	مقبول	45	3.52	0.866
	متوسط	85	3.68	0.620
	جيد	116	3.58	0.734
	جيد جداً	148	3.82	0.666
	ممتاز	100	3.83	0.676
إدارة الانفعالات	مقبول	45	3.65	0.858
	متوسط	85	3.86	0.700
	جيد	116	3.77	0.551
	جيد جداً	148	3.92	0.583
	ممتاز	100	3.97	0.696
المعرفة الانفعالية	مقبول	45	3.54	0.853
	متوسط	85	3.80	0.609
	جيد	116	3.78	0.552
	جيد جداً	148	3.87	0.594
	ممتاز	100	4.02	0.638

0.854	3.76	45	مقبول	التعاطف
0.648	3.94	85	متوسط	
0.684	3.75	116	جيد	
0.765	3.82	148	جيد جداً	
0.756	3.98	100	ممتاز	
0.719	3.60	45	مقبول	الدرجة الكلية
0.500	3.81	85	متوسط	
0.437	3.69	116	جيد	
0.458	3.82	148	جيد جداً	
0.539	3.93	100	ممتاز	

(ن=494)

يتضح من الجدول السابق وجود تفاوت في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي في كل من الدرجة الكلية ، وبعد التواصل الاجتماعي، الضبط الانفعالي، إدارة الانفعالات، المعرفة الانفعالية.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(\alpha \geq 0.05)$ في متوسطات

إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (عدد أفراد الأسرة)

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات

إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة،

والجدول (22) يبين ذلك:

جدول 22: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى

طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
التواصل الاجتماعي	بين المجموعات	2.205	2	1.102	2.466	0.086
	داخل المجموعات	219.530	491	0.447		
	المجموع	221.735	493			
الضبط الانفعالي	بين المجموعات	1.126	2	0.563	1.136	0.322

		0.496	491	243.405	داخل المجموعات	
			493	244.532	المجموع	
0.545	.607	0.260	2	.521	بين المجموعات	إدارة الانفعالات
		0.429	491	210.570	داخل المجموعات	
			493	211.090	المجموع	
0.323	1.131	0.455	2	.910	بين المجموعات	
		0.402	491	197.426	داخل المجموعات	
			493	198.336	المجموع	
0.596	.518	0.282	2	.564	بين المجموعات	التعاطف
		0.545	491	267.370	داخل المجموعات	
			493	267.934	المجموع	
0.410	.893	0.236	2	.472	بين المجموعات	
		0.264	491	129.631	داخل المجموعات	
			493	130.102	المجموع	

($\alpha \leq 0.05$)

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (عدد أفراد الأسرة)، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.410) أي أن هذه القيمة أكبر من قيمة ألفا (0.05)، وبذلك تقبل الفرضية الصفرية.

وأشارت النتائج أنه لا توجد فروق تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة في كل من بُعد (التواصل الاجتماعي، الضبط الانفعالي، إدارة الانفعالات، المعرفة الانفعالية، الإدارة الانفعالية). والجدول (23) يوضح ذلك:

جدول 23: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة

المحور	عدد أفراد الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التواصل الاجتماعي	أقل من 5 افراد	55	3.89	0.648
	من 5 - أقل من 10 افراد	321	3.69	0.676
	10 افراد فأكثر	118	3.65	0.657

0.658	3.83	55	أقل من 5 افراد	الضبط الانفعالي
0.719	3.71	321	من 5- أقل من 10 افراد	
0.684	3.66	118	10 افراد فأكثر	
0.686	3.88	55	أقل من 5 افراد	إدارة الانفعالات
0.641	3.88	321	من 5- أقل من 10 افراد	
0.677	3.80	118	10 افراد فأكثر	
0.634	3.95	55	أقل من 5 افراد	المعرفة الانفعالية
0.624	3.83	321	من 5- أقل من 10 افراد	
0.660	3.80	118	10 افراد فأكثر	
0.771	3.76	55	أقل من 5 افراد	التعاطف
0.736	3.87	321	من 5- أقل من 10 افراد	
0.728	3.85	118	10 افراد فأكثر	
0.592	3.86	55	أقل من 5 افراد	الدرجة الكلية
0.504	3.80	321	من 5- أقل من 10 افراد	
0.500	3.79	118	10 افراد فأكثر	

(ن=494)

يتضح من الجدول السابق وجود تقارب في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة في كل من الدرجة الكلية، وجميع أبعاد المقياس.

سؤال الدراسة الفرعي الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة)؟ وانبثق عن هذا السؤال الفرضيات التالية:

الفرضية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس، والجدول (24) يبين ذلك:

جدول 24: نتائج اختبار ت للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس

المحور	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
استراتيجية القبول والاستسلام	ذكر	333	3.48	0.792	492	-2.505	0.013
	أنثى	161	3.67	0.701			
استراتيجية الضبط الانفعالي	ذكر	333	3.57	0.806		-1.345	0.179
	أنثى	161	3.68	0.761			
استراتيجية المواجهة الانفعالية	ذكر	333	3.40	0.841		-1.387	0.166
	أنثى	161	3.52	0.935			
استراتيجية حل المشكلات	ذكر	333	3.78	0.702		-2.108	0.036
	أنثى	161	3.91	0.614			
استراتيجية الدعم والمساندة	ذكر	333	3.68	0.825		0.468	0.640
	أنثى	161	3.65	0.812			
الاستراتيجية الدينية	ذكر	333	4.07	0.809		-3.277	0.001
	أنثى	161	4.31	0.654			
الدرجة الكلية	ذكر		3.67	0.549		-2.420	0.016
	أنثى		3.79	0.495			

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى

$(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة

يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس، في الدرجة الكلية للمقياس، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.016) أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05)، وكانت الفروق لصالح الاناث، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية.

وأشارت النتائج إلى وجود فروق تبعاً إلى متغير الجنس، في كل من بُعد (استراتيجية القبول والاستسلام، واستراتيجية حل المشكلات، والاستراتيجية الدينية). وكانت الفروق لصالح الاناث، وأشارت إلى عدم وجود فروق تبعاً إلى متغير الجنس، في بُعد (استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية الدعم والمساندة).

الفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (ت) للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية، والجدول (25) يبين ذلك:

جدول 25: نتائج اختبار ت للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية

المحور	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
استراتيجية القبول والاستسلام	أساسية	160	3.69	0.709	492	2.911	0.004
	الثانوي	334	3.47	0.786			
استراتيجية الضبط الانفعالي	أساسية	160	3.69	0.754		1.690	0.092
	الثانوي	334	3.57	0.808			
استراتيجية	أساسية	160	3.56	0.856		2.216	0.027

			0.876	3.38	334	الثانوي	المواجهة الانفعالية
0.231	1.199		0.664	3.87	160	أساسية	استراتيجية حل
			0.683	3.80	334	الثانوي	المشكلات
0.000	4.351		0.774	3.90	160	أساسية	استراتيجية
			0.821	3.56	334	الثانوي	الدعم والمساندة
0.003	2.968		0.696	4.30	160	أساسية	الاستراتيجية
			0.794	4.08	334	الثانوي	الدينية
0.000	3.814		0.514	3.84	160	أساسية	الدرجة الكلية
			0.533	3.64	334	الثانوي	

$(\alpha \leq 0.05)$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه وجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية في الدرجة الكلية للمقياس، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.000) أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05)، وكانت الفروق لصالح طلبة المرحلة الأساسية، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية.

وبينت أنه توجد فروق تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية، في كل من بُعد (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية)، وكانت الفروق لصالح طلبة المرحلة الأساسية، وأنه لا توجد فروق تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية، في بُعد (استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية حل المشكلات).

الفرضية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة.

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة، والجدول (26) يوضح ذلك:

جدول 26: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
استراتيجية القبول والاستسلام	بين المجموعات	14.026	2	7.013	12.460	0.000
	داخل المجموعات	276.358	491	0.563		
	المجموع	290.384	493			
استراتيجية الضبط الانفعالي	بين المجموعات	3.752	2	1.876	3.012	0.051
	داخل المجموعات	305.784	491	0.623		
	المجموع	309.537	493			
استراتيجية المواجهة الانفعالية	بين المجموعات	10.921	2	5.460	7.343	0.001
	داخل المجموعات	365.108	491	0.744		
	المجموع	376.029	493			
استراتيجية حل المشكلات	بين المجموعات	.745	2	0.373	0.813	0.444
	داخل المجموعات	225.210	491	0.459		
	المجموع	225.955	493			
استراتيجية الدعم والمساندة	بين المجموعات	11.662	2	5.831	8.944	0.000
	داخل المجموعات	320.092	491	0.652		
	المجموع	331.754	493			
الاستراتيجية الدينية	بين المجموعات	3.200	2	1.600	2.721	0.067
	داخل المجموعات	288.735	491	0.588		
	المجموع	291.935	493			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	5.935	2	2.967	10.802	0.000
	داخل المجموعات	134.879	491	0.275		
	المجموع	140.814	493			

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.000) أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05)، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية. وأشارت النتائج إلى أنه توجد فروق تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة في كل من بُعد (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية الدعم والمساندة)، وأنه لا توجد فروق تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة في كل من بُعد (استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية حل المشكلات، الاستراتيجية الدينية)

ولمعرفة مصدر الفروق تم استخراج نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة، والجدول (27) يوضح ذلك:

جدول 27: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (مستوى دخل الأسرة)

المحور	مستوى دخل الأسرة	أقل من 2000 شيكل	من 2000-أقل من 3500 شيكل	3500 شيكل فأكثر
استراتيجية القبول والاستسلام	أقل من 2000 شيكل		0.02981	*0.36793
	من 2000-أقل من 3500 شيكل			*0.33812
	3500 شيكل فأكثر			
استراتيجية المواجهة الانفعالية	أقل من 2000 شيكل		-0.01635	*0.29733
	من 2000-أقل من 3500 شيكل			*0.31368
	3500 شيكل فأكثر			
استراتيجية الدعم والمساندة	أقل من 2000 شيكل		0.05157	*0.34949
	من 2000-أقل من 3500 شيكل			*0.29792

			شيكل	
			3500 شيكل فأكثر	
*0.23822	0.01755		أقل من 2000 شيكل	الدرجة الكلية
*0.22067			من 2000-أقل من 3500 شيكل	
			3500 شيكل فأكثر	

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أن الفروق في متوسطات استجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة في الدرجة الكلية للمقياس، كانت بين افراد عينة الدراسة الذين مستوى دخل أسرهم (أقل من 2000 شيكل، و3500 شيكل فأكثر) وكانت الفروق لصالح أصحاب الدخل أقل من 2000 شيكل، وكما كانت الفروق بين افراد عينة الدراسة الذين دخل اسرهم (من 2000-أقل من 3500 شيكل، و3500 شيكل فأكثر) وكانت الفروق لصالح الذين دخل أسرهم من 2000-أقل من 3500 شيكل.

والجدول (28) يوضح ذلك:

جدول 28: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة

المحور	مستوى دخل الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
استراتيجية القبول والاستسلام	أقل من 2000 شيكل	109	3.69	0.739
	من 2000-أقل من 3500 شيكل	203	3.66	0.691
	3500 شيكل فأكثر	182	3.32	0.817
استراتيجية الضبط الانفعالي	أقل من 2000 شيكل	109	3.71	0.837
	من 2000-أقل من 3500 شيكل	203	3.65	0.703
	3500 شيكل فأكثر	182	3.50	0.848
استراتيجية المواجهة الانفعالية	أقل من 2000 شيكل	109	3.54	0.802
	من 2000-أقل من 3500 شيكل	203	3.56	0.747
	3500 شيكل فأكثر	182	3.24	1.005
استراتيجية حل	أقل من 2000 شيكل	109	3.89	0.687
	من 2000-أقل من 3500 شيكل	203	3.82	0.621

0.729	3.78	182	3500 شيكل فأكثر	المشكلات
0.902	3.82	109	أقل من 2000 شيكل	استراتيجية الدعم والمساندة
0.696	3.77	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.862	3.47	182	3500 شيكل فأكثر	
00.846	4.15	109	أقل من 2000 شيكل	الاستراتيجية الدينية
00.670	4.24	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.817	4.05	182	3500 شيكل فأكثر	
0.576	3.80	109	أقل من 2000 شيكل	الدرجة الكلية
0.470	3.78	203	من 2000-أقل من 3500 شيكل	
0.549	3.56	182	3500 شيكل فأكثر	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود تقارب في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تبعاً إلى متغير مستوى الدخل، وكل من استراتيجية القبول والاستسلام، واستراتيجية المواجهة الانفعالية، واستراتيجية الدعم .

الفرضية التاسعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي، والجدول (29)

جدول 29: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
استراتيجية القبول	بين المجموعات	4.982	4	1.246	2.134	0.075
	داخل المجموعات	285.402	489	0.584		

			493	290.384	المجموع	والاستسلام
.044	2.472	1.534	4	6.135	بين المجموعات	استراتيجية الضبط الانفعالي
		0.620	489	303.401	داخل المجموعات	
			493	309.537	المجموع	
0.352	1.108	0.845	4	3.379	بين المجموعات	استراتيجية المواجهة الانفعالية
		0.762	489	372.651	داخل المجموعات	
			493	376.029	المجموع	
0.000	5.615	2.481	4	9.923	بين المجموعات	استراتيجية حل المشكلات
		0.442	489	216.032	داخل المجموعات	
			493	225.955	المجموع	
0.024	2.837	1.881	4	7.524	بين المجموعات	استراتيجية الدعم والمساندة
		0.663	489	324.230	داخل المجموعات	
			493	331.754	المجموع	
0.001	4.826	2.772	4	11.087	بين المجموعات	الاستراتيجية الدينية
		0.574	489	280.848	داخل المجموعات	
			493	291.935	المجموع	
0.008	3.483	0.975	4	3.900	بين المجموعات	الدرجة الكلية
		0.280	489	136.913	داخل المجموعات	
			493	140.814	المجموع	

$(\alpha \leq 0.05)$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$

في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية طلبة يطا والمسافر تبعاً

إلى متغير التحصيل الدراسي، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.008)

أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05) ، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية.

وأظهرت أنه توجد فروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي في كل

من بُعد (استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة،

الاستراتيجية الدينية)، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات عينة الدراسة تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي في كل من بُعد (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية المواجهة الانفعالية)

ولمعرفة مصدر الفروق تم استخراج نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية والجدول (30) يوضح ذلك:

جدول 30: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

المحور	التحصيل الدراسي	مقبول	متوسط	جيد	جيد جداً	ممتاز
استراتيجية الضبط الانفعالي	مقبول		-0.36288 *	-0.17594	-0.20138	*-0.36511
	متوسط			0.18694	0.16149	-0.00224
	جيد				-0.02544	-0.18917
	جيد جداً					-0.16373
	ممتاز					
استراتيجية حل المشكلات	مقبول		-0.40340 *	-0.34222 *	-0.34087 *	*-0.55622
	متوسط			0.06188	0.06253	-0.15282
	جيد				0.00135	-0.21400
	جيد جداً					-0.21535
	ممتاز					
استراتيجية الدعم والمساندة	مقبول		-0.11346	0.12096	-0.07760	-0.24111
	متوسط			0.23442	0.03587	-0.12765
	جيد				-0.19856	*-0.36207
	جيد جداً					-0.16351
	ممتاز					
الاستراتيجية الدينية	مقبول		-0.42719 *	-0.29019 *	-0.37183 *	*-0.56778
	متوسط			13700.	0.05536	-0.14059
	جيد				-0.08164	*-0.27759
	جيد جداً					-0.19595
	ممتاز					
الدرجة الكلية	مقبول		-	-0.09351	-0.10905	*-0.27233

			*0.24549		
0.02684	0.13644	0.15198			متوسط
-0.017883	-0.01555				جيد
-0.16328					جيد جداً
					ممتاز

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أن الفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي في الدرجة الكلية للمقياس كانت بين افراد عينة الدراسة من ذوي التحصيل (مقبول، والمتوسط) وكانت الفروق لصالح أصحاب درجة المتوسط، كانت بين (المقبول، والممتاز) وكانت لصالح درجة الممتاز.

والجدول (31) يوضح ذلك:

جدول 31: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي

المحور	التحصيل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
استراتيجية القبول والاستسلام	مقبول	45	3.58	0.777
	متوسط	85	3.74	0.657
	جيد	116	3.50	0.721
	جيد جداً	148	3.45	0.780
	ممتاز	100	3.55	0.861
استراتيجية الضبط الانفعالي	مقبول	45	3.37	0.850
	متوسط	85	3.73	0.754
	جيد	116	3.54	0.738
	جيد جداً	148	3.57	0.796
	ممتاز	100	3.73	0.829
استراتيجية المواجهة الانفعالية	مقبول	45	3.52	0.776
	متوسط	85	3.53	0.842
	جيد	116	3.48	0.778
	جيد جداً	148	3.32	0.909
	ممتاز	100	3.46	0.982

0.828	3.46	45	مقبول	استراتيجية حل المشكلات
0.613	3.86	85	متوسط	
0.594	3.80	116	جيد	
0.673	3.80	148	جيد جداً	
0.691	4.01	100	ممتاز	
0.730	3.61	45	مقبول	استراتيجية الدعم والمساندة
0.733	72.	85	متوسط	
0.842	3.49	116	جيد	
0.819	3.69	148	جيد جداً	
0.874	3.85	100	ممتاز	
0.987	3.78	45	مقبول	الاستراتيجية الدينية
0.740	4.21	85	متوسط	
0.716	4.07	116	جيد	
0.796	4.15	148	جيد جداً	
0.634	4.35	100	ممتاز	
0.588	3.55	45	مقبول	الدرجة الكلية
0.492	3.80	85	متوسط	
0.480	3.65	116	جيد	
0.538	3.66	148	جيد جداً	
0.571	3.83	100	ممتاز	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود تقارب في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي، وكل من استراتيجية الضبط الانفعالي، واستراتيجية حل المشكلات، واستراتيجية الدعم والمساندة، والاستراتيجية الدينية.

الفرضية العاشرة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(\alpha \geq 0.05)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة.

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة، والجدول (32) يوضح ذلك.

جدول 32: نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
استراتيجية القبول والاستسلام	بين المجموعات	6.403	2	3.202	5.535	0.004
	داخل المجموعات	283.981	491	0.578		
	المجموع	290.384	493			
استراتيجية الضبط الانفعالي	بين المجموعات	2.364	2	1.182	1.890	0.152
	داخل المجموعات	307.172	491	0.626		
	المجموع	309.537	493			
استراتيجية المواجهة الانفعالية	بين المجموعات	3.090	2	1.545	2.034	0.132
	داخل المجموعات	372.939	491	0.760		
	المجموع	376.029	493			
استراتيجية حل المشكلات	بين المجموعات	.191	2	0.095	.208	0.813
	داخل المجموعات	225.764	491	0.460		
	المجموع	225.955	493			
استراتيجية الدعم والمساندة	بين المجموعات	4.549	2	2.274	3.413	0.034
	داخل المجموعات	327.206	491	0.666		
	المجموع	331.754	493			
الاستراتيجية الدينية	بين المجموعات	.000	2	0.000	0.000	1.000
	داخل المجموعات	291.935	491	0.595		
	المجموع	291.935	493			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	1.917	2	0.958	3.387	0.035
	داخل المجموعات	138.897	491	0.283		
	المجموع	140.814	493			

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى $(0.05 \geq \alpha)$ في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة، وذلك لأن قيمة الدالة الإحصائية المتعلقة بهذا المتغير بلغت (0.035) أي أن هذه القيمة أقل من قيمة ألفا (0.05) ، وبذلك ترفض الفرضية الصفرية. وأشارت النتائج إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة في كل من بُعد (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الدعم والمساندة)، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة في كل من بُعد (استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، الاستراتيجية الدينية).

ولمعرفة مصدر الفروق تم استخراج نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية والجدول (33) يبين ذلك:

جدول 33: نتائج اختبار توكي للمقارنات البعدية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة

المحور	عدد أفراد الأسرة	أقل من 5 أفراد	من 5- أقل من 10 أفراد	10 أفراد فأكثر
استراتيجية القبول والاستسلام	أقل من 5 أفراد		*0.29566	*0.41239
	من 5- أقل من 10 أفراد			0.11673
	10 أفراد فأكثر			
استراتيجية الدعم والمساندة	أقل من 5 أفراد		*0.26008	*0.34567
	من 5- أقل من 10 أفراد			0.08559
	10 أفراد فأكثر			
الدرجة الكلية	أقل من 5 أفراد		0.15308	*0.22602
	من 5- أقل من 10 أفراد			0.07294
	10 أفراد فأكثر			

$$(\alpha \leq 0.05)$$

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق أن الفروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة في الدرجة الكلية للمقياس كانت

بين افراد عينة الدراسة الذين عدد افراد اسرهم (أقل من 5 أفراد، 10 أفراد فأكثر)، وكانت الفروق لصالح الذين عدد افراد اسرهم أقل من 5 أفراد.

والجدول (34) يوضح ذلك:

جدول 34: الأعداد، المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية للفروق في استجابات أفراد عينة الدراسة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير عدد أفراد الأسرة

المحور	عدد أفراد الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
استراتيجية القبول والاستسلام	أقل من 5 افراد	55	3.83	0.751
	من 5- أقل من 10 افراد	321	3.54	0.739
	10 افراد فأكثر	118	3.42	0.821
استراتيجية الضبط الانفعالي	أقل من 5 افراد	55	3.76	0.708
	من 5- أقل من 10 افراد	321	3.62	0.793
	10 افراد فأكثر	118	3.51	0.822
استراتيجية المواجهة الانفعالية	أقل من 5 افراد	55	3.63	0.774
	من 5- أقل من 10 افراد	321	3.44	0.900
	10 افراد فأكثر	118	3.35	0.835
استراتيجية حل المشكلات	أقل من 5 افراد	55	3.86	0.695
	من 5- أقل من 10 افراد	321	3.83	0.656
	10 افراد فأكثر	118	3.79	0.728
استراتيجية الدعم والمساندة	أقل من 5 افراد	55	3.92	0.744
	من 5- أقل من 10 افراد	321	3.66	0.815
	10 افراد فأكثر	118	3.58	0.850
الاستراتيجية الدينية	أقل من 5 افراد	55	4.15	0.792
	من 5- أقل من 10 افراد	321	4.15	0.749
	10 افراد فأكثر	118	4.15	0.819
الدرجة الكلية	أقل من 5 افراد	55	3.86	0.605
	من 5- أقل من 10 افراد	321	3.71	0.519
	10 افراد فأكثر	118	3.63	0.531

يتضح من الجدول السابق عدم وجود تقارب في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة حول الدرجة الكلية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تبعاً إلى متغير عدد أفرا الأسرة، وكل من استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الدعم والمساندة.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج

مناقشة النتائج

يتناول هذه الفصل عرضاً ملخصاً لنتائج الدراسة ومناقشتها وتفسير الباحث لها وكذلك بعض

التوصيات ولمقترحات التي أتت إليها الدراسة

أولاً: مناقشة النتائج:

التساؤل الرئيس: ما العلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية

القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل

المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة يطا والمسافر؟

أظهرت الدراسة أنه توجد علاقة طردية قوية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي

واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر. وكما أظهرت الدراسة وجود علاقة طردية

دالة احصائياً بين بُعد التواصل الاجتماعي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول

والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات،

استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة المدارس في مسافر يطا، وتمثل قيمة الارتباط

عن علاقة طردية ذات دلالة إحصائية، ووجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين بُعد تنظيم الانفعالات

واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي،

استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية

الدينية) لدى طلبة المدارس في مسافر يطا، ووجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين بُعد إدارة الانفعالات

واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي،

استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية

الدينية) لدى طلبة المدارس في مسافر يطا، ووجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين بُعد المعرفة الانفعالية

واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي،

استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة المدارس في مسافر يطا، ووجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين بُعد التعاطف واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (استراتيجية القبول والاستسلام، استراتيجية الضبط الانفعالي، استراتيجية المواجهة الانفعالية، استراتيجية حل المشكلات، استراتيجية الدعم والمساندة، الاستراتيجية الدينية) لدى طلبة المدارس في مسافر يطا، وهذا يدل على أنه كلما تمتع الطالب بدرجة ذكاء انفعالية مرتفعة سوف يكون قادراً على استخدام العديد من استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية من أجل تخفيف الضغوط عن نفسه بشكل أكثر سهولة ويسر .

يعزو الباحث هذه النتيجة أن الذكاء الانفعالي لدى الطلاب تتيح لهم تقدير الاستجابات الانفعالية لدى الآخرين، ومن ثم اختيار السلوكيات المناسبة لتحقيق تفاعل اجتماعي يضمن نجاح العلاقات الاجتماعية بوصفها أحد مكونات الذكاء الانفعالي، حيث اشارت دراسة ماير (Mayer, 2001) "أن مرتفعي الذكاء الوجداني أكثر قدرة على معرفة انفعالاتهم وانفعالات الآخرين في المواقف الاجتماعية المختلفة وأكثر قدرة على تحمل الضغوط"

وهذا يعني أن الطلاب الأذكياء انفعالياً لديهم القدرة على التعامل مع الأحداث الضاغطة بحيث تساعدهم معرفتهم بحالاتهم الوجدانية في تقييم تلك الأحداث بطرق إيجابية، والتقييم المعرفي جزء مهم وجوهري في نظرية المواجهة يمكن الفرد من تقدير الموقف الضاغطة ما إذا كان تحدياً يستتفر قواه أو ألماً يتطلب تحمله أو تهديداً يستدعي التعامل معه، وتقدير الموقف عملية أولية يتبعها تقييم ثانوي يعتمد على خصائص الموقف الضاغط ومركزاً على مصادر الفرد الداخلية القادرة على التخفيف من شدة الضغوط. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (العلوان، 2011)، التي توصلت إلى جود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل من المهارات الاجتماعية وأنماط التعلق، دراسة عوواودة، وفتيحة (Fteiha, 2020) التي توصلت إلى وجود علاقة قوية وإيجابية بين الذكاء العاطفي وأسلوب التعامل مع

الإجهاد للمجالات المرتبطة العاطفي النشط والتعامل مع المشكلة، ودراسة حومل، (2017)، ودراسة
حنصالي (2014)، التي نصت على وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq$)
(0.01) بين كل من إدارة الضغوط النفسية، والصلابة النفسية، والتوكيدية بالذكاء الانفعالي لدى الأساتذة
الجامعيين الممارسين لمهام إدارية، وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq$)
0.05 بين كافة أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي والدرجة الكلية لأساليب إدارة الضغوط النفسية لدى أفراد
عينة الدراسة.

السؤال الفرعي الأول: ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في مسافر يطا؟

أظهرت الدراسة أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس في مسافر يطا كان بدرجة
مرتفعة، وذلك بمتوسط الحسابي قدره (3.792) وانحراف معياري (0.514)، حيث جاء بُعد إدارة
الانفعالات بالمرتبة الأولى، وجاء بُعد (التعاطف) في المرتبة الثانية، وجاء البعد (المعرفة الانفعالية) في
المرتبة الثالثة، وبعد (تنظيم الانفعالات) في المرتبة الرابعة، وبعد (التواصل الاجتماعي) في المرتبة
الأخيرة والخامسة.

يعزو الباحث سبب ارتفاع مستو الذكاء الانفعالي لدى التلاميذ بصفة عامة إلى طبيعة البيئة المدرسية، إذ
أنها بيئة يسودها التعاطف والحوار والتواصل الاجتماعي بين مختلف الأطراف مما يمنح التلاميذ قدرة
على التعبير عن مشاعرهم وأحاسيسهم والتواصل مع غيرهم.

وذلك نابع من طبيعة البيئة المحيطة التي يعيش بها الطلاب التي يسود تنظيم انفعالاتهم
وتعاطفهم وإدارتهم وتواصلهم الاجتماعي وقدرتهم على معرفتهم الانفعالية شكلاً ناجحاً يعبرون فيه عن
مشاعرهم وانفعالاتهم والسيطرة على تصرفاتهم بشكل جيد وسليم وبذلك فإنهم لا يعطون الانفعالات السلبية
اهتماماً وهذا يدل على أنهم يعيشوا في جو مملوء بالهدوء والطمأنينة والأمان والنجاح الذي يساعدهم على
ممارسة حياتهم اليومية بنجاح. واتفقت النتيجة السابقة مع كل من دراسة الدرايكة (2019) التي نصت

على مستوى الذكاء الانفعالي الكلي وأبعاده لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين جاء مرتفعاً.

السؤال الفرعي الثاني: ما مستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر؟

أظهرت الدراسة أن مستوى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر كان بدرجة مرتفعة، وذلك بمتوسط الحسابي (3.705) وانحراف معياري (0.534)، حيث جاءت (الاستراتيجية الدينية) بالمرتبة الأولى، و(استراتيجية حل المشكلات) بالمرتبة الثانية، و(استراتيجية الدعم والمساندة) بالمرتبة الثالثة، و(استراتيجية الضبط الانفعالي) بالمرتبة الرابعة، و(استراتيجية القبول والاستسلام) بالمرتبة الخامسة، و(استراتيجية المواجهة الانفعالية) بالمرتبة السادسة.

تشير النتيجة السابقة إلى أن طلبة المدارس في كل من يطا ومسافر يطا يستخدمون استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بشكل جيد ولكن بتفاوت حسب مستواهم التعليمي إذ أظهرت الدراسة أنه توجد فروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية وكان ذلك لصالح طلبة المرحلة الأساسية، وهذا يدل على أن الطلاب يستخدمون استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بتفاوت بما يتناسب مع هدفهم في خفض حدة الضغوط النفسية التي تواجههم، وقدرتهم على تحديد المتطلبات اللازمة لاستخدام تلك الاستراتيجيات. وهذا يساعدهم على تحمل المسؤولية في جميع المواقف التي تواجههم في الحياة وذلك باتخاذ القرارات التي تساعدهم على مواجهة مشكلاتهم بالشكل الجيد، وحلها بطرق تساعدهم على ضبط أنفسهم وذلك لتكون لديهم القدرة على مواجهة الضغوط التي تمارس عليهم من قبل الآخرين. ويمكن تفسير أن الطلاب لديهم مستوى مرتفع من استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية هذا يعمل على تهيئة مواقفهم الضاغطة بشكل صحيح مما يجعلهم قادرين على مواجهة المواقف والتغلب عليها بطرق إيجابية وناجحة. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة علي

وعبد الخالق (2018)، ودراسة نوجاج (Nogaj, 2020)، ودراسة عوواودة، وفتيحة (Fteiha, 2020) &Awwad). دراسة عليي (2015)، دراسة الحموري، عبد الكريم (2014).

سؤال الدراسة الفرعي الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد أفراد الأسرة)؟ وانبثق عن هذا السؤال الفرضيات التالي:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس.

أظهرت الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس.

يعزو الباحث النتيجة السابقة التي نصت على أنه توجد فروق في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس، حيث كانت الفروق لصالح الإناث، يرجع ذلك بسبب طبيعة المجتمع الذي يعيش به أفراد عينة الدراسة حيث نجد أن نسبة اهتمام الطالبات بالتعليم أكبر وأعلى من الذكور، وكما أن طبيعة الإناث عاطفيات بشكل أكبر وأعلى من الذكور مما يجعل لديهن قدرة أعلى في التعبير عن عواطفهن ومشاعرهن وانفعالاتهم العاطفية. حيث اتفقت هذه النتيجة مع كل من دراسة (العلوان، 2011)، (المللي، 2010)، واختلفت مع دراسة (حومل، 2017)، ودراسة حنصالي (2014)، دراسة عليان (2016)، دراسة علوان و النواجحة (2013) ، ودراسة أموندين، وتاجولارابين، وروهايزن (Aminuddin, Tajularipin, Rohaizan, 2009)

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية.

أظهرت الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية، وهذا يدل على أن طلاب المدارس لديهم نفس المستوى من الذكاء الانفعالي بغض النظر عن المرحلة الدراسية ويتمتعون بقدرات عالية تساعدهم على إدارة انفعالاتهم مع بعضهم البعض، وتشجعهم على النجاح والتعاون والتعامل في الحياة لكي يكون لديهم تواصل مملوء بالحب والمودة بشكل يزيد لديهم التحكم في مشاعرهم ومعرفتها بشكل يساعدهم على الاستمرار في الحياة بشكل ايجابي وسليم. واتفقت النتيجة مع دراسة حنصالي (2014)

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى دخل الأسرة.

أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (مستوى دخل الأسرة)، وكانت الفروق بين افراد عينة الدراسة من مستوى دخل أسرهم للدرجة الكلية للذكاء الانفعالي (أقل من 2000 شيكل، و3500 شيكل فأكثر) وكانت الفروق لصالح أصحاب الدخل أقل من 2000 شيكل.

تشير النتيجة السابقة على وجود اختلاف في توجهات افراد عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي حيث وهذا نتيجة إلى اختلاف البيئة التي يعيش فيها الفرد حيث أن البيئة التي يعيش بها الطلبة الذين دخل أسرهم منخفض تكون بيئة سيئة مليئة بالمشاكل، غير مناسبة للعيش مما يدفع الطلاب إلى تحفيز قدرتهم على التعلم من أجل الخروج من تلك البيئة على عكس الطلبة الذين دخل اسرهم مرتفع إذ يكون طابع الدلال طاغي عليهم مما يجعلهم اكثر اتكالية على الآخرين في مشاكلهم وهذا لا يحفزهم على تنمية ذكائهم الانفعالي.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (التحصيل الدراسي).

أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (التحصيل الدراسي). وكانت الفروق بين أفراد عينة الدراسة من ذوي التحصيل المقبول وأصحاب التحصيل الممتاز وكانت النتائج لصالح أفراد التحصيل الممتاز، وكانت بين أفراد عينة الدراسة من ذوي التحصيل الجيد وأصحاب التحصيل الممتاز وكانت النتائج لصالح أفراد التحصيل الممتاز.

يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الطلاب المتفوقين يرغبون دائماً في تحسين مستواهم على جميع الأصعدة في تحصيلهم، وفي قدرتهم على تحمل الصعاب، وغيرها من الأمور مما يدفعهم بشكل أساسي على تنمية قدراتهم وصقل مهاراتهم في سبيل تحقيق ذلك ومن أجل تحقيق طموحهم وأحلامهم، ومن هنا نجدهم يهتمون بشكل كبير في تنمية مستوى ذكائهم الانفعالي.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (عدد أفراد الأسرة).

أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول الذكاء الانفعالي لطلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (عدد أفراد الأسرة).

ويمكن تفسير نتيجة عدم وجود فروق في مستويات الذكاء الانفعالي بغض النظر عن عدد أفراد الأسرة، على أن الأسر في المجتمع الخاص بمدينة تسعي إلى توفير فرص متساوية لجميع أبناءها، وذلك لحرصهن على رؤية جميع أبنائهم في أفضل المراكز، مما يجعلها توفر لهم الفرصة لتنمية قدراتهم العقلية بالطريقة والكم الذي تستطيع.

سؤال الدراسة الفرعي الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً لمتغيرات (الجنس، المرحلة الدراسية، مستوى دخل الأسرة، التحصيل الدراسي، عدد افراد الأسرة)؟ وانبثق عن هذا السؤال الفرضيات التالي:

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس.

أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير الجنس. وكانت الفروق لصالح الاناث.

وهذا يدل ذلك على أن الطلاب والطالبات لديهم درجات متفاوتة في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وان الإناث لديها المستوى الأكبر في تحمل استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في المواقف الضاغطة والصعوبات التي تواجههم في حياتهن اليومية، وذلك ناتج من طبيعة المجتمع الذي يقوم على التميز بين الذكور والاناث، حيث أن طبيعة المجتمع يفضل الذكور على الاناث، مما يجعل الاناث أكثر عرضة للضغوط النفسية وهذا يولد لديهم الرغبة في مواجهة تلك الضغوط من خلال استخدام العديد من استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، بشكل يساعدهن على اتخاذ قراراتهم بطرق صحيحة تشجعهن على التعامل مع الآخرين والتعاون مع بعضهن البعض بشكل يزيد لديهن القدرة على التوافق والنجاح في الحياة. وهذا نتيجة الاهتمام الكبير من طرف الاناث حول تنمية قدراتهن المعرفية ومهاراتهن المختلفة وتسخيرها في حياتهن اليومية، من أجل الحصول على أفضل طريقة لحل المشكلات التي تواجههن. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة العلوان (2011)، واختلفت هذه النتيجة مع دراسة حومل،

(2017)، ودراسة حنصالي (2014)، دراسة خميس، العاتي (2019)، دراسة الحموري، عبد الكريم (2014).

الفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية.

أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية. وكانت الفروق لصالح طلبة المرحلة الأساسية. يعزو الطالب هذه النتيجة التي تنص على أن طلبة المرحلة الأساسية لديهم القدرة الأكبر على اختيار الاستراتيجية المناسبة لاستخدامها في مواجهة الضغوط النفسية، حيث أن الطلبة في هذه المرحلة يكونوا حذرين ويرجعوا على الذين أكبر منهم وأكثر خبرة في تحديد ما يلزم لهم مما يؤهلهم لاختيار الأسلوب الأفضل، في حين ان طلبة الثانوية العامة يكونوا أكثر ميولاً لتحمل المسؤولية من اجل ذلك تكون اغلب قراراتهم وتصرفاتهم نابعة من أنفسهم مما يجعلهم أكثر حذراً في استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، واختلفت النتيجة مع دراسة حنصالي (2014)

الفرضية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير مستوى الدخل.

أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (مستوى دخل الأسرة). وكانت الفروق بين افراد عينة الدراسة بين الذين مستوى دخل اسرهم (أقل من

2000 شيكل، و3500 شيكل فأكثر) وكانت الفروق لصالح أصحاب الدخل أقل من 2000 شيكل، وكما كانت الفروق بين افراد عينة الدراسة الذين دخل اسرهم (من 2000-أقل من 3500 شيكل، و3500 شيكل فأكثر) وكانت الفروق لصالح الذين دخل أسرهم من 2000-أقل من 3500 شيكل.

يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أنه مع انخفاض مستوى الدخل للأسرة تزداد العوامل المؤدية على الضغوط النفسية لدى الطلبة، مع زيادة العوامل ينتج عنها تنوع في تلك العوامل مما يجعل الطالب بحث على استراتيجيات تتناسب مع تلك العوامل لمساعدته على مواجهتها، في حين أن الطلبة الذين دخل اسرهم مرتفع توفر لهم الأسرة جميع مستلزمات الراحة في المنزل مما يؤدي إلى الخفض من العوامل المؤدية إلى حدوث الضغوط النفسية، وبالتالي تقل نسبة استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية. الفرضية التاسعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي.

أظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير التحصيل الدراسي. وكانت الفروق بين افراد عينة الدراسة من ذوي التحصيل (مقبول، والمتوسط) وكانت الفروق لصالح أصحاب درجة المتوسط، كانت بين (المقبول، والممتاز) وكانت لصالح درجة الممتاز.

يعزو الباحث النتيجة السابقة التي تنص على وجود فروق في استجابات افراد عينة الدراسة لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي، وكانت النتيجة لصالح الطلبة ذوي التحصيل المرتفع، إلى أن الطلبة ذوي التحصيل المرتفع يواجهون ضغوطاً نفسية أكبر وأكثر من أولئك الطلبة ذوي التحصيل المنخفض مما يجعلهم أكثر استخداماً لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

الفرضية العاشرة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير المرحلة الدراسية.

أظهرت الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($0.05 \geq \alpha$) في متوسطات إجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية طلبة يطا والمسافر تبعاً إلى متغير (عدد أفراد الأسرة). وكانت الفروق بين أفراد عينة الدراسة من عدد أفراد أسرهم للدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية (أقل من 5 أفراد، 10 أفراد فأكثر). حيث كانت الفروق لصالح أقل من 5 أفراد يعزو الباحث النتيجة السابقة التي نصت على وجود فرق في استجابات عينة الدراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تبعاً إلى متغير (عدد أفراد الأسرة)، وكانت لصالح الطلبة الذي عدد أفراد أسرهم أقل من 5 أفراد، حيث أن الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم قليل يمكن الأهل من توفير الدعم لهم من أجل تحسين مستواهم التعليمي، ووضع المزيد من الخيارات أمامهم ليتخذوها، مما يولد لديهم المزيد من الضغوط النفسية الناتجة عن العبء الملقى عليهم من قبل الأهل لرغبتهم في حصولهم على أعلى الدرجات في مسيرتهم التعليمية، مما يجعلهم أكثر استخداماً لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

1. نظراً لوجود علاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، أوصي بضرورة العمل على عمل ندوات وورش عمل في المدارس لبيان أهمية الذكاء الانفعالي للطلبة وحث الأهل على الاستمرار في تنمية قدرات أبنائهم.
2. ونظراً للعلاقة بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، اوصي بضرورة العمل على وضع برامج تدريبية للمعلمين حول آلية وطرق زيادة قدرات الطلاب الانفعالية، لزيادة قدرة الطلاب على مواجهة الضغوط النفسية بشكل أكثر فعالية.
3. العمل على تعزيز الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس والتركيز على الذكور نظراً لانخفاض مستواهم في الذكاء الانفعالي.
4. العمل على توفير البيئة المناسبة لزيادة مستوى الذكاء الانفعالي لدى الطلبة بجميع مراحل العملية التعليمية (الأساسي والثانوي) لما له من دور في مساعدة الطلبة على مواجهة الضغوط النفسية.
5. نظراً لقلّة الدراسات على مجتمع الدراسة الخاص بالدراسة الحالية وهم طلبة (يطا والمسافر) اقترح القيام بدراسات حول الذكاء الانفعالي لدى طلبة المدارس بشكل أكثر توسع كما يلي:
 - أ. البحث في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتسرب المدرسي.
 - ب. البحث في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والتحصيل الدراسي.
 - ت. البحث في أثر مستوى دخل الأسرة على مستوى الذكاء الانفعالي لدى الأبناء.
 - ث. البحث في أثر متغير محل الإقامة (يطا، مسافر يطا) على كل من مستوى الذكاء الانفعالي، واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسي، والعلاقة بينهما.

المصادر والمراجع

القرآن الكريم.

المراجع العربية:

- إبراهيم، لطفي عبد الباسط. (1994). عمليات تحمل الضغوط في علاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى المعلمين، مجلة مركز البحوث التربوية، (5)، 95-128
- الأحمد، أمل ومريم، رجاء محمود. (2009). أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى الشباب الجامعي، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق. مجلة العلوم التربوية والنفسية. 10(1): 16-37.
- اريج. (2009). دليل قرية التواني والمسافر، معهد الأبحاث التطبيقية، فلسطين.
- أبو اسعد، أحمد. (2009). التعامل مع الضغوط النفسية، رام الله، فلسطين، دار الشروق للنشر والتوزيع.
- البحيري، محمد. (2007). تنمية الذكاء الوجداني لخفض حدة بعض المشكلات لدى عينة من الأطفال المطربين سلوكياً، مجلة دراسات نفسية، 17(3).
- الجسماني، عبد العلي. (1994). سيكولوجية الطفولة والمراهقة. ط1: الدار العربية للعلوم.
- أبو حبيب، نبيله أحمد جبر. (2010). الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في محافظات غزة. رسالة ماجستير. جامعة الأزهر. غزة. فلسطين.
- حسن. سالي على. (2007). الذكاء الوجداني لمعلمات رياض الاطفال، دار المعرفة الجامعية، ط1، الاسكندرية، مصر.
- حسن. طه عبد العظيم، حسن. سلامة عبد العظيم. (2006). استراتيجيات إدارة الضغوط النفسية والتربوية، عمان: دار الفكر.

- حسنين، عبد الله مصطفى محمد. (2003). الدعم الاجتماعي، وموضع الضبط، وعلاقتها بمستوى الضغط النفسي لدى معاقى انتفاضة الأقصى. رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- حسين، محمد، جاد الله، جاد الله. (2002). المكونات العاملة للذكاء الانفعالي لدى عينة من المتفوقين أكاديمياً وغير المتفوقين من طلاب التعليم الثانوي، مجلة دراسات نفسية.
- حمادات. محمد حسن. (2008). السلوك التنظيمي والتحديات المستقبلية في المؤسسات التربوية، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.
- حمودة. أيت. (2002). دور سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة في تعديل العالقة بين الضغوط النفسية والصحة الجسدية والنفسية، دراسة ميدانية بمدينة عنابة، أطروحة دكتوراه، قسم علم النفس، جامعة الجزائر.
- الحموري، خالد عبد الله، عبد الكريم، محمد المهدي عمر. (2014). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الطلبة المتفوقين أكاديمياً "دراسة ميدانية لدى طلبة مدرسة الملك عبد الله الثاني للتميز في محافظة الزرقاء، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس. 1(64): 281-303.
- حومل، زينب. (2017). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى مديري المؤسسات التعليمية. مجلة العلوم الانسانية للبحوث والدراسات. 8(1)، 8-32.
- خرنوب، فتون (2003). بعض الأساليب المعرفية والسمات الشخصية الفارقة بين ذوي الذكاء الانفعالي المرتفع، والذكاء الانفعالي المنخفض لدى طلبة المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير، جامعة القاهرة، معهد الدراسات والبحوث التربوية.
- الخصر. عثمان حمود. (2002). الذكاء الوجداني هل هو مفهوم جديد؟ دراسات نفسية، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية، 12(1).

خلاف، أسماء، سكيو، ريمة. (2019). استراتيجيات مواجهة الضغوط التالية للصدمة لدى ضحايا حوادث المرور (دراسة ميدانية على عينة من الضحايا في ولاية باتنة). مجلة دراسات نفسية وتربوية. جامعة قاصدي مرباح. 12(1)، 172-188.

خليفة، وليد السيد أحمد؛ سعد، مراد علي عيسى. (2007). كيف يتعلم المخ ذو الاضطرابات السلوكية والانفعالية. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

خميس، محمد سليم. العاتي، سعاد. (2019). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة سنة أولى تربية بدنية، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية. 11(1): 81-92.

خنصالي، مريامة. (2014). إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الخصية المناعية (الصلابة النفسية، والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي (دراسة ميدانية على الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية- جامعة محمد خيضر بسكرة)، أطروحة دكتوراه. جامعة محمد خيضر بسكرة. الجزائر.

دافيدوف، ليندا. (2000). الشخصية (الدافعية والانفعالات)، ترجمة: الطوب، سيد، وعمر، محمود، مصر: الدار الدولية للاستثمارات الثقافية.

الدرابكة، محمد مفض. (2019). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين. مجلة الجامعة الإسلامية. 27(5)، 68-85.

الدليل التحليلي للتجمعات السكنية. (2016). مشروع تعزيز الديمقراطية والنشاط الاقتصادي المحلي من خلال تقوية وتعزيز منظمات المجتمع المحلي الفلسطيني، (مسافر يطا)، فلسطين.

نوادي، أسماء. (2018). استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى القابلات (دراسة ميدانية ببعض المؤسسات الاستشفائية المتخصصة في الولادة بمدينة المسيلة وبعض مقاطعها). رسالة ماجستير. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة محمد بوضياف بالمسيلة. الجزائر.

الرويشدي. (2002). الضغط النفسي كاستجابة لأحداث الحياة الضاغطة، دراسة ميدانية مسحية على ضباط مكافحة المخدرات وضباط الدوريات. رسالة ماجستير. أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.

أبو رياش، حسين، الصافي، عبد الكريم، عمور، أميمة، وشريف، سليم. (2006). الدافعية والذكاء العاطفي، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

الزغلول، عماد، الهنداوي، علي. (2002). مدخل الى علم النفس، الأردن، الكتاب الجامعي.

سعيد، سعاد جبر. (2015). الذكاء الانفعالي وعلم النفس التربوي، اربد، الأردن، عالم الكتب الحديث.

سليمان، عبد العظيم. (2008). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)، 16، (1)، 587-632.

السمدوني، السيد ابراهيم. (2007). الذكاء الانفعالي أسسه - تطبيقاته - تنميته. عمان: دار الفكر.

السيد، فؤاد البهي. (2000). الذكاء. ط5، القاهرة: مصر. دار الفكر العربي.

شريف. (2003). أساليب مواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بنمطي الشخصية (أ، ب) لدى أطباء الجراحة (القلبية والعصبية والعامّة). أطروحة دكتوراه. جامعة دمشق، سوريا.

شند، سميرة محمد إبراهيم والأنور، محمد إبراهيم محمد. (2006). قلق المستقبل وعلاقته بالضغط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة. مجلة كلية التربية. جامعة طنطا. 0(35): 772-829.

شيخاني. سمير. (2003). الضغط النفسي، ط3، بيروت: دار الفكر العربي.

العاسمي، رياض. (2011). فاعلية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد المركز على العميل والتغذية الراجعة البيولوجية في تخفيض درجة الضغط النفسي والقلق كسمة، وتحسين مفهوم الذات لدى عينة

من المعلمين. مجلة جامعة دمشق. 27(1): 219-281.

عبد المعطي. حسن مصطفى. (2006). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة: مكتبة الزهراء.

عبد الملك، حبي. (2015). الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة قاصدي مرباح-ورقلة، الجزائر.

العداوي، دعاء محمد، أحمد، جمال شفيق، حسين، محمود عبد الحميد. (2018). الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيئية والاجتماعية. مجلة العلوم البيئية معهد الدراسات والبحوث البيئية. جامعة عين شمس. 43(1): 269-295.

عشعش، نورا محمود. (2018). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بور سعيد. (23)، 401-430.

العلوان، أحمد. (2011). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطلاب، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 7(2).

علوان، نعمات، النواجحة، زهير. (2013). الذكاء الوجداني وعلاقته بالإيجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد الحادي والعشرون، (1)، 1-51.

علي، طارق، عبد الخالق، شادية. (2018). استراتيجيات مواجهة الضغوط كمدخل للتعافي من اضطراب القلق لدى الطلاب الجامعيين مصابي الحرب في ليبيا. مجلة البحث العلمي في التربية. جامعة عين شمس. 13(19)، 516-537.

عليان، عنيات محمد. (2016). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالقدرة على حل المشكلة لدى عينات من المراهقين. رسالة ماجستير. الجامعة الإسلامية. غزة. فلسطين.

علي، سميحة. (2015). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق لدى طلبة السنة الثانية ماستر توجيه وإرشاد تربوي الدراسي -دراسة ميدانية بجامعة المسيلة-. رسالة ماجستير. جامعة محمد بوضياف. المسيلة. الجزائر.

غولمان. (دانيال). (2000). الذكاء الانفعالي، ترجمة ليلى الحبالى، الكويت: عالم المعرفة.

القطان، سامية عباس. (2009). تصور جديد للذكاء الوجداني " نموذج نظري - مقياس سيكومتري واختبار إسقاطي". بنها: دار المصطفى.

ماهر، أحمد. (د.ت). مدخل بناء المهارات. الإسكندرية. مصر: الدار الجامعية.

المجدلاوي، ماهر يوسف. (2004). برنامج ارشادي نفسي لتخفيف الضغوط النفسية الناجمة عن الاحتلال لدى طلبة المدرسة الثانوية. اطروحة دكتوراه، معهد البحوث والدراسات العربية، جامعة القاهرة. مصر.

مريم، رجا. (2007). الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية: دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق، سوريا: مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. 5(1): 146-151.

معمرية. بشير. (2007). بحوث ودراسات متخصصة في علم النفس الجزء الثالث، منشورات الحبر، الجزائر.

معهد الأبحاث التطبيقية- القدس (أريج). (2009). قاعدة بيانات نظم المعلومات الجغرافية. فلسطين.

المللي، سهاد. (2010). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من المتفوقين والعاديين (دراسة ميدانية على طلبة الصف العاشر من مدارس المتفوقين والعاديين في مدينة دمشق). مجلة جامعة دمشق. 26(3)، 135-191.

ناصر، أيمن غريب. (2011). الذكاء الوجداني كمنبئ بمهارات إدارة الضغوط لدى طلاب جامعة الأزهر (دراسة تطبيقية بعد أحداث ثورة 25 يناير بمصر). المؤتمر السنوي السادس عشر. مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 154 - 202.

أبو النيل، هبة. (2008). الذكاء الوجداني والسلوك الصحي لدى مريضات ضغط الدم المرتفع. مجلة دراسات نفسية، 18 (1).

المراجع الأجنبية:

- Aminuddin.H, Tajularipin.S, Rohaizan.I. (2009). **Philosophy Underlying Emotional Intelligence in Relation to Level of Curiosity and Academic Achievement of Rural Area Students**. Journal of Social Sciences, 5(2), 95-103.
- Bar-On ,R .(1999) **Emotional Intelligence and self-Actualization** .In **J.Ciarrochi., J.P.Forgas .,& J.D.Mayer , Emotional Intelligence in everyday life : A scientific inquiry** .Philadelphia :Psychology Press.(p p .82-97).
- Bar-on, R. (1997). **The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical manual**. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc.
- Bar-on, R. (2001). **Emotional intelligence and self-actualization**. In **Joseph Ciarrochi, Joe Forgas, and John D. Mayer**, Emotional intelligence in everyday life: A scientific inquiry. New York: Psychology Press.

Bendell. R. (1991). **Children's Effects on Parenting stress in A llow in come, minority population.** Topics in Early Childhood Special Education. Vol. 8. No. 4. P.P. 58 ñ 71.

Coplan, G, D. (1981). **Mastery of stress, psychosocial A spects.** A mer Journal of psychist. 52. (4), 413 – 420.

Folkman. S and Lazarus. R. S.(1988): **Ways of Coping Questionnaire "Mind Garden.** publisher. U.S.A

Fteiha, Mohamed, Awwad. Narmeen. (2020). **Emotional intelligence and its relationship with stress coping style.** Journal Health Psychol Openv.7(2); Jul–Dec 2020PMC7656878

Goleman. D, L. (1997). **'intelligence émotionnelle, traduit par Thiery Piétat,** édition Robert Laffont, S.A, Paris.

Hellemans, C. (2009). **Stress, anxiété et processus d'ajustement face à un examen de statistique à venir.** L'orientation scolaire et professionnelle. 1–24.

Hurlock, E, B. (1980). **Development psychology.** 5th edition. New York. Mc ñ Grow ñ Hill Company.

Lazarus ,S ,& Folkman ,S .(1984): **stress , appraisal ,and coping** New York : springer

Lazarus, R.S. (1966). **Psychological stress and coping.** New York MC Graw–Hill, Inc.

Mayer J.D, Salovey,P. Caruso, D R. Sitarenios, G. (2001). **Emotional Intelligence as a standar intelligence**, Emotion, Vol 1, N3.

Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, A. (2000). **Models of Emotional Intelligence**. Handbook of Intelligence, Cambridge University Press.

Mayer, J.D., & Salovey, P.(2002). **About Emotional intelligence**. <http://www.Emotionaliq.com/EL.htm>.

Mayer. J.D & Salovey, P.(1993). **the intelligence of emotional intelligence**. Intelligence. V17.

Moss, R. Tsehacfer (1986): **j life transitions and crises: A conceptus loverie W. inr. H. Moos, coping with lifcrises: an integeate Approach** New York .

Nogaj. Anna. (2020) **Emotional Intelligence and Strategies for Coping With Stress Among Music School Students in the Context of Visual Art and General Education Students**. Journal of Research in Music Education. <https://doi.org/10.1177/0022429420901513>.

Salovey, P, Woolery, A, & Mayer ,J.D. (2001): **Emotional Intelligence: Conceptualization and Measurement**. In G.J.O. Fletcher., & M.S. Clark (Eds), **Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes** , Malden , MA : Blackwell Publishers . (p p. 279–307)

Salovey. P & Mayer. J. D, (1990). **Emotional intelligence**, imagination, cognition & personality.

Silverman, R, E. (1979). **Essentials of psychology**. Prentice ñ Hall. Inc, Englewood. New Jersy.

Wolman .B. et.al.(1972) **Dictionary of behavioral . 4 Sciences 4 Sciences** macmillam.

شبكة الانترنت العالمية:

اوشا،(2013). الحياة في منطقة إطلاق النار" مجتمعات مسافر يطا، تم استرجاعه بتاريخ:

2020/11/10، من الرابط:

https://www.ochaopt.org/sites/default/files/ocha_opt_massafer_yatta_case_study_2013_05_23_arabic.pdf

عبيدات، محمد، (2015)، مسافر يطا، تم استرجاعه بتاريخ: 2020/12/20، من على الرابط:

<https://www.alaraby.co.uk/miscellaneous/2015/6/18/%D9%85%D8%B3%D8%A7%D9%81%D8%B1-%D9%8A%D8%B7%D8%A7>

الملاحق

الملحق أ: الاستبيان قبل التحكيم:



جامعة الخليل
كلية الدراسات العليا
الإرشاد النفسي والتربوي

الطالب/ة المحترم /ة:

يقوم الباحث بإجراء دراسة حول: " الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المدارس في مسافر يطا." وذلك استكمالاً لمتطلبات نيل درجة الماجستير في برنامج الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا من جامعة الخليل، وبغرض جمع المعلومات اللازمة، أمل التكرم من حضرتكم بالإجابة عن أسئلة وفقرات الاستبانة علماً بأن البيانات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.
شاكراً لكم حسن تعاونكم

الباحث

حمزة جهاد محمد عدرة

القسم الأول: معلومات أولية

الرجاء وضع دائرة حول الإجابة التي تناسبك:

الجنس : ذكر أنثى

المرحلة التعليمية: الاعدادي الثانوي

مستوى الدخل: أقل من 2000 شيكل من 2001-أقل من 3500 شيكل 3501 شيكل

فأكثر

القسم الثاني (الذكاء الانفعالي):

الرجاء الإجابة على البنود التالية بوضع إشارة (X) أمام الخيار الذي يمثل وجهة نظرك.

الرقم	الفقرة	عالية جداً	عالية	متوسطة	منخفضة	منخفضة جداً
التواصل الاجتماعي						
1	لا أجد صعوبة في التكلم مع الغرباء.					
2	عندي القدرة على التأثير على زملائي					
3	أعتبر نفسي موضع ثقة من قبل زملائي					
4	استطيع الاستجابة لرغبات وانفعالات زملائي					
5	نادراً ما اغضب إذا ضايقتني زملائي.					
تنظيم الانفعالات						
1	استطيع انجاز الأعمال الموكلة لي بكل قوتي.					
2	اتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به.					
3	أستطيع تركيز انتباهي في الأعمال المطلوبة مني.					
4	أستطيع إنجاز المهام بنشاط وبتركيز عال.					
5	أحاول أن أكون مبتكراً مع تحديات الحياة.					
إدارة الانفعالات						
1	مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح					
2	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.					
3	أفقد الإحساس بالزمن عند تنفيذ المهام التي تتصف بالتحدي					
4	أستطيع التحكم في تفكيري السلبي.					
5	أستطيع استدعاء الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة ببسر					
المعرفة الانفعالية						
1	أعتبر نفسي مسؤولاً عن مشاعري					
2	أستطيع التعبير عن مشاعري					
3	أستطيع إدراك مشاعري الصادقة أغلب الوقت					
4	أستخدم انفعالاتي الإيجابية والسلبية في قيادة حياتي					
5	أستطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي					
التعاطف						
1	أنا فعال في الاستماع لمشاكل زملائي الطلبة					

					أحسن باحتياجات زملائي.	2
					أجيد فهم مشاعر زملائي.	3
					أشعر بالانفعالات المشاعر التي لا يضطر زملائي للإفصاح عنها.	4
					أنا متناغم مع أحاسيس زملائي.	5

القسم الثالث (استراتيجيات مواجهة الضغوط):

الرجاء الإجابة على البنود التالية بوضع إشارة (X) أمام الخيار الذي يمثل وجهة نظرك.

الرقم	الفقرة	عالية جداً	عالية	متوسطة	منخفضة جداً	منخفضة جداً
استراتيجية القبول والاستسلام						
1	عندما يضايقني زملائي ابتعد عنهم لتهدئة نفسي.					
2	حرص على المشاركة في النشاطات الفكرية والرياضية(مسرح، إحياء ذكرى مناسبات الأعياد الوطنية والدينية ، الأيام العالمية)					
3	تجاهل الموقف الضاغط و أحاول تصحيح الخطأ لاحقاً.					
4	لا أشارك زملائي في مناقشة المشاكل كي لا أستمع لنقدهم.					
5	لا أتقبل توصيات وإرشادات معلمي لأن ذلك اعتراف بنقص قدراتي.					
استراتيجية السلوكية غير الملائمة						
1	أكون عدوانياً ومهاجماً من أجل التغلب على مصدر الازعاج.					
2	أتلف كل ما تصل له يدي لأفرغ عن نفسي.					
3	أتحدث إلى نفسي كثيراً عند سماعي خبر مزعج.					
4	أقوم بأي رد فعل غير متوقع عند فشلي في التغلب على مصدر الازعاج.					
استراتيجية الاسترخاء						
1	عندما أتعرض لموقف ضاغط أغمض عيني					
2	ألجأ إلى أسلوب شد العضلات ثم إرخائها عندما أشعر بالضغط					
3	عطي نفسي وقتاً للاسترخاء عندما اشعر بالضغط					

					أتحيل منظراً جميلاً ليساعدني على الاسترخاء عندما أشعر بالضغط	4
					عندما أتعرض لموقف ضاغط أنتفس تنفساً عميقاً	5
استراتيجية حل المشكلات						
					أقوم بوضع خطة واتبعها.	1
					أقوم بالمكافحة لتحقيق ما أريد.	2
					أتناول الأمور واحد تلو الآخر.	3
					أعير الأمور حتى ينتهي كل شيء بسلام.	4
					اتفاوض للحصول على شيء إيجابي من الموقف الذي امر به.	5
استراتيجية الدعم والمساندة						
					طلب مساعدة المشرف التربوي عندما أشعر بتوتر شديد	1
					اسأل أناس لديهم خبرة في المشاكل التي تواجهني.	2
					أتحدث إلى أفراد أسرتي لتخفيف ضغوطتي النفسية.	3
					أشارك أفراد أسرتي المناسبات الاجتماعية لتخفيف من ضغوطتي النفسية.	4
					أطلب المساعدة والمساندة من ذوي الخبرة	5
الاستراتيجية الدينية						
					أتحمل ظروف العمل الصعبة مهما كانت شدتها اقتداءً بسيرة معلمي الحسنة	1
					أنجز واجباتي المدرسية بالصبر والإخلاص لإرضاء الضمير.	2
					أواجه دراسة المواد المتعددة بسعة البال والثقة في النفس.	3
					أذكر نفسي وزملائي بأن الحفاظ على نظافة الصف من التربية الصحية	4
					أثق بالله دوماً بأنه سوف يخرجني من المشكلة التي تواجهني.	5

مع فائق الاحترام والتقدير

الملحق ب: الاستبيان بُعد التحكيم:



جامعة الخليل

كلية الدراسات العليا

الإرشاد النفسي والتربوي

الطالب/ة المحترم /ة:

يقوم الباحث بإجراء دراسة حول: " الزكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة يطا والمسافر." وذلك استكمالاً لمتطلبات نيل درجة الماجستير في برنامج الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا من جامعة الخليل، وبغرض جمع المعلومات اللازمة، أمل التكرم من حضرتكم بالإجابة عن أسئلة وفقرات الاستبانة علماً بأن البيانات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكراً لكم حسن تعاونكم

الباحث: حمزة جهاد محمد عدرة

ياشرف: الدكتور كامل كتلو

القسم الأول: معلومات أولية

الرجاء وضع إشارة X عند الإجابة التي تناسبك:

الجنس : ذكر أنثى

المرحلة الدراسية: أساسية الثانوي

مستوى دخل الأسرة: أقل من 2000 شيكل من 2000-أقل من 3500 شيكل 3500 شيكل

فأكثر

التحصيل الدراسي: مقبول متوسط جيد جيد جداً ممتاز

عدد أفراد الأسرة: أقل من 5 أفراد من 5- أقل من 10 أفراد 10 أفراد فأكثر

القسم الثاني (الذكاء الانفعالي):

الرجاء الإجابة على البنود التالية بوضع إشارة (X) أمام الخيار الذي يمثل وجهة نظرك.

الرقم	الفقرة	درجة عالية جداً	درجة عالية	درجة متوسطة	درجة منخفضة	درجة منخفضة جداً
التواصل الاجتماعي						
1	لا أجد صعوبة في التواصل مع الغرباء .					
2	عندي القدرة على التأثير على زملائي في تغيير آرائهم الاجتماعية.					
3	أعتبر نفسي موضع ثقة من قبل زملائي في المدرسة وخارجها.					
4	أنظم أفكاري أثناء التواصل مع الآخرين.					
5	أتجنب الغضب إذا ضايقتني أحد زملائي					
تنظيم الانفعالات						
1	أنجز الأعمال الموكلة لي بمعزل عن التوتر والقلق.					
2	أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به.					
3	أنحي عواظي جانباً عندما أقوم بإنجاز واجباتي.					
4	أحقق النجاح حتى تحت الضغوطات.					
5	أستجيب لأي موقف بانفعالات مناسبة					
إدارة الانفعالات						
1	مشاعري الصادقة تساعدني على النجاح في مواجهة الضغوط.					
2	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي.					
3	أنفذ المهمات الصعبة بالوقت والشكل المطلوب.					
4	أستطيع استخدام الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة ببسر					
5	تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات هامة في حياتي.					
المعرفة الانفعالية						
1	أعتبر نفسي مسؤولاً عن مشاعري وانفعالاتي.					
2	أستطيع التعبير عن مشاعري بعد تفكير عميق.					
3	أستطيع إدراك أن مشاعري صادقة أغلب الأوقات.					
4	أستخدم انفعالاتي الإيجابية في قيادة حياتي					
5	أستطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق					

					بي وبالأخريين .
التعاطف					
					1 عندني استعداد لسماع مشاكل زملائي الطلبة
					2 أحس باحتياجات زملائي واساعدهم على اشباعها .
					3 أجد فهم مشاعر زملائي واتعامل معهم بناء عليها
					4 أشعر بالانفعالات والمشاعر التي لا يضطر زملائي للإفصاح عنها .
					5 أجد التعامل مع انفعالات زملائي .

القسم الثالث (استراتيجيات مواجهة الضغوط):

الرجاء الإجابة على البنود التالية بوضع إشارة (X) أمام الخيار الذي يمثل وجهة نظرك.

الرقم	الفقرة	درجة عالية جداً	درجة عالية	درجة متوسطة	درجة منخفضة	درجة منخفضة جداً
استراتيجية القبول والاستسلام						
1	عندما يضايقني زملائي ابتعد عنهم لتهدئة نفسي .					
2	أتجنب المشاركة في النشاطات الفكرية والرياضية(مسرح، إحياء ذكرى مناسبات الأعياد الوطنية والدينية ، الأيام العالمية)					
3	أتجاهل الموقف الضاغط و أحاول تصحيح الخطأ لاحقاً .					
4	لا أشارك زملائي في مناقشة المشكلات كي لا أستمع لنقدهم .					
5	أقبل توصيات وإرشادات معلمي لأن ذلك اعتراف بنقص قدراتي .					
استراتيجية الضبط الانفعالي						
1	أمنع نفسي من عمل أي شيء بشكل متسرع تحت الضغوط النفسية .					
2	أتحلى بالصبر حتى يأتي الوقت المناسب لحل المشكل التي أعاني منها .					
3	أسيطر على انفعالاتي ومشاعري ولا أجعلها تتحكم في قراراتي .					
4	أمنع نفسي من الغضب عند سماعي لخبر					

					يزعجني.
					5 أتحدث عن مشاكلي الخاصة بدون توتر أو قلق.
استراتيجية المواجهة الانفعالية					
					1 أحبط بسهولة عند مواجهة الموقف الضاغط
					2 تشعرنى المواقف الضاغطة بقدر كبير من المعاناة
					3 أصبح شديد التوتر عند مواجهتي مشكلة ما
					4 أتفاعل بطريقة غير مناسبة عند تعرضي لموقف ضاغط.
					5 أواجه بعنف من يكون أمامي في الموقف الضاغط
استراتيجية حل المشكلات					
					1 أقوم بوضع خطة لحل مشكلة تواجهني وأتبعها
					2 أقوم بالمثابرة لتحقيق ما أريد.
					3 اتناول واجباتي واحدة تلو الأخرى حتى لا أقع تحت الضغوط.
					4 اختار أفضل البدائل لحل المشكلة التي تواجهني.
					5 اتفاوض للحصول على شيء إيجابي من الموقف الذي امر به.
استراتيجية الدعم والمساندة					
					1 أطلب مساعدة استاذي او أي شخص بالغ عندما أشعر بتوتر شديد.
					2 اسأل أناس لديهم خبرة في المشاكل التي تواجهني.
					3 أتحدث إلى أفراد أسرتي لتخفيف ضغوطتي النفسية.
					4 أشارك أفراد أسرتي المناسبات الاجتماعية لتخفيف من ضغوطتي النفسية.
					5 أطلب المساعدة والمساندة من ذوي الخبرة
الاستراتيجية الدينية					
					1 أتحمل ظروف العمل الصعبة مهما كانت شدتها اقتداء بسيرة الرسول الكريم
					2 أنجز واجباتي المدرسية بالصبر والإخلاص لإرضاء الضمير.

					3	أتوكل على الله في المواقف الصعبة.
					4	أذكر نفسي وزملائي بأن الحفاظ على نظافة الصف من القيم الإسلامية.
					5	أثق بالله دوماً بأنه سوف يخرجني من المشكلة التي تواجهني.

مع فائق الاحترام والتقدير

الملحق ت: أسماء المحكمين:

1. أ.د نبيل الجندي جامعة الخليل
2. د. خالد قطوف جامعة البوليتكنك
3. د. ابراهيم المصر جامعة الخليل
4. د. محمد عجوة جامعة الخليل
5. د. عبد الناصر سويطي جامعة الخليل
6. د. اسمهان جامعة القدس المفتوحة
7. د. نجاح الخطيب
8. د. عمر الريماوي
9. د. محمد شاهين
10. د. شادي ابو الكباش
11. د. نجاح الخطيب جامعة القدس

الملحق ث: كتاب تسهيل المهمة:



الرقم: و ت / ١٤ / ٨ / ١١
التاريخ: 18 / 01 / 2021م

لمن يهمه الأمر

" تسهيل مهمة بحثية "

يهديكم مركز البحث والتطوير التربوي أطيب تحية، ويرجو منكم التكرم بتسهيل مهمة الباحث:

" حمزه جهاد محمد عدرة "

من جامعة الخليل للحصول على المعلومات اللازمة لإعداد دراسة بعنوان:

" الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المدارس في مسافر

مدينة يطا. "

ملاحظات:

- تتضمن الدراسة تطبيق استبانة على عينة عشوائية من طلبة المدارس في مسافر مدينة يطا.
- ت/يتولى الباحث/ة أنشطة جمع البيانات بالتنسيق مع " منسق البحث والتطوير والجودة " في المديرية.
- الاستجابة على الأدوات البحثية من قبل عينة المبحوثين طوعية.
- نظراً لظروف الجائحة يتم تطبيق أدوات البحث عبر النماذج المحوسبة دون تواصل وجاهي مع المبحوثين.

مع الاحترام،،

د. محمد مطر
/مدير مركز البحث والتطوير التربوي



نسخة:

عطوفة وكيل الوزارة المحترم.

عطوفة الوكلاء المساعدين المحترمين.

السيد مدير عام التربية والتعليم (يطا) المحترم.

د. كامل كتلو المشرف على الدراسة- بريد الكتروني Kamilk@hebron.edu

الملحق ج: احتياجات مسافر يطا:

أولاً: احتياجات البنية التحتية:

يعانون السكان من غياب الطرق حيث يبذلون جهداً كبيراً بشكل يومي في وصولهم لارضيتهم الزراعية ولوصول أبناءهم إلى المدارس، ايضاً بنفس درجة الأهمية جاء الاحتياج لوصول التجمعات بالخلايا الشمسية بشكل كامل حيث أن (87%) من السكان اعتبروا أن التزود بالكهرباء بهدف الانارة الليلية واستخدام بعض الأدوات الكهربائية احتياج أساسي يساهم في تسهيل حياتهم اليومية.

بالدرجة الثانية يأتي الاحتياج للتزود بالمياه من حيث توفر وحدات تخزين ماء جديد وحفر آبار جديدة حيث أن (75%) من السكان يجدون هذا الاحتياج هام جداً بسبب نقص المياه خصوصاً في فصل الصيف واضطرارهم إلى شراء صهاريج ماء لأغراض تربية الماشية والتي تعتبر المصدر الرئيسي للدخل. بالدرجة الثالثة يأتي الاحتياج لتأهيل المساكن، حيث أن (62%) من السكان يعتبرون المساكن احتياج مهم جداً حيث أن غالبية المساكن لا تراعي الخصوصية فكل افراد الأسرة ينامون في نفس المكان، كما أن المرافق العامة من المطبخ والحمامات خارجية، ايضاً نوعية الخيام لا تقي من برودة الشتاء ولا حرارة الصيف. (الدليل التحليلي للتجمعات السكنية ، 2016 ، 12)

ثانياً: الاحتياجات الصحية:

تعتبر الخدمات الصحية المقدمة لسكان المسافر ضعيفة جداً حيث يعتمدون على مركز صحي يطا البعيد حوالي 11 كم، يأتي الاحتياج لإقامة مركز صحي في المنطقة مهم جداً حيث أن (87%) من السكان يعتبرونه احتياجاً ملحاً. بالدرجة الثانية (755) من السكان يعتبرون الاحتياج لزيادة الدوام في المراكز الصحية القريبة مهم جداً حيث أن الخدمات تقدم ليوم واحد في الاسبوع لمدة خمس ساعات فقط، كما أن المعدات الطبية لا تقدم خدمات طبية كافية للسكان. وأن (50%) من السكان يجدون أن المسافر

تحتاج لسيارة اسعاف، حيث أن السكان يعانون من عدم القدرة لإيصال الحالات الطارئة للمشفى وفي حال الوصول فإنها تصل متأخرة جداً مما يؤثر سلباً على صحة المريض. (الدليل التحليلي للتجمعات السكنية ، 2016، 13)

ثالثاً: احتياجات التعليم:

بلغت نسبة الأمية لدى سكان مسافر يطا للعام (2007) حوالي (23.7%)، وقد شكلت نسبة الإناث (67%) وهذه تعتبر نسبة عالية مقارنة بنسبة الذكور. ومن مجموع السكان المتعلمين، كان هناك (32.2%) يستطيعون القراءة والكتابة، (25.6%)، نهوا دراستهم الابتدائية، (12.4%) أنهم دراستهم الإعدادية، (5.5%) انهوا دراستهم الثانوية. (معهد الأبحاث التطبيقية- القدس (أريج)، 2009، 6)

حيث ان (56%) من سكان المسافر يعتبرون أن تسرب البنات من الدراسة مشكلة هامة ويجاد حل لها يعتبر احتياج هام، في نفس المنطقة يجد (50%) من السكان أن تسهيل طرق وصول الطلاب على المدارس احتياج هام جداً يجب تربيته، بالدرجة الثالثة (62%) من السكان يعتبرون تأهيل المدارس مهم يجب تربيته، من الملاحظ أن قوة الاحتياجات التعليمية ليست كبيرة حيث أن غالب السكان تتركز احتياجاتهم على قطاعات أخرى غير التعليم. (الدليل التحليلي للتجمعات السكنية ، 2016، 13)

رابعاً: احتياجات القطاع الاقتصادي:

يعتمد الاقتصاد في مسافر يطا على عدة قطاعات، أهمها قطاع الزراعة، حيث يستوعب حوالي (90%) من القوى العاملة، وعلى سوق العمل الإسرائيلي، والذي يستوعب حوالي (9%) من القوى العاملة.

وقد أظهرت نتائج المسح الميداني لتوزيع الأيدي العاملة حسب النشاط الاقتصادي في مسافر

يطا، ما يلي:

1. قطاع الزراعة، ويشكل (90%) من الأيدي العاملة.

2. سوق العمل الإسرائيلي، ويشكل (9%) من الأيدي العاملة.

3. قطاع الموظفين ويشكل (1%) من الأيدي العاملة. (معهد الأبحاث التطبيقية- القدس (أريج)،

(7، 2009)

(68%) من سكان المسافر يعتبرون توفير فرص العمل الاحتياج الاقتصادي الأهم لديهم، غالبية السكان يعملون في تربية المواشي والزراعة، تعمل النساء جنباً إلى جنب مع الرجال في هذا القطاع حيث تقضي بمعدل (5) ساعات يومياً في صناعة منتجات الألبان، وبمعدل (3) ساعات يومياً في النشاطات الزراعية، إيجاد فرصة عمل إضافية للذكور في التجمعات تعتبر فرصة لزيادة دخل الأسر في مسافر يطا.

بالدرجة الثانية وبالتساوي يعتبر (56%) من السكان الاحتياجات التالية هامة جداً وتلبيتها مهم وهي (إيجاد بدائل للأعلاف، تقديم الخدمات البيطرية، استصلاح الأراضي، إنشاء الآبار، تزويدهم ببذور الفلاحة).

بالدرجة الثالثة يأتي الاحتياج إلى تفعيل دور التعاونيات بشكل أكبر كاحتياج هام جداً طالب فيه (50%) من السكان، على الرغم من وجود جمعية مسافر يطا التعاونية لإنماء الثروة الحيوانية والتي تم انشاؤها بهدف تقديم الخدمات الزراعية لسكان المسافر. (الدليل التحليلي للتجمعات السكنية ، 2016،

(14)