جامعة سيدي محمد بن عبد الله
كلية الآداب والعلوم الإنسانية
ظهر المهراز- فاس

مركز دراسات الدكتوراه: الجماليات وعلوم الإنسان
تكوين الدكتوراه: آليات التفكير والديناميات النفسية والاجتماعية
تخصص: علم النفس

ملخص أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في موضوع:

الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة النفسية لدى طلبة كلية التربية بجامعة مصراتة

إعداد الطالب الباحث:
يوسف محمد زنيبيل
ر.و.ط: 6053991374

إشراف الأستاذ:
الدكتور الغالي أحرشاو

السنة الجامعية:
1439-1440هـ
2017-2018م

خلاصة اطروحة البحث

تلعب الجامعة دوراً رئيسياً في المجتمعات، حيث يمكننا وصفها بالقيادة الموجهة، لما تقوم به هذه المؤسسة التعليمية من دور في تطوير المعرفة، والتدريب التقني والمهني واعداد الطالب للحياة، من خلال تعليمه ومدَّه بالمعرفة وأدوات البحث وتحفيزه على بناء وتطوير طاقاته البشرية بما يواكب جميع التطورات التي تطرأ على مختلف مناحي الحياة المجتمعية.

لذلك تعتبر المرحلة الجامعية من المراحل المفصلية في حياة الطالب، لكونها هي التي تحدد شكل حياته المستقبلية. فلكي يجتاز هذه المرحلة بنجاح يتوجب عليه بذل الجهد والمثابرة وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات الجامعية، بالإضافة إلى مواجهة ضغوط الحياة اليومية. كما يتطلب ذلك أيضاً رضا الطالب واقتناعه بالتخصص الذي يدرسه، هذا فضلاً عن مستوى معين من الذكاء الانفعالي الذي يمكنه من تحقيق جودة حياته النفسية، ومن عبور هذه المرحلة بسلام.

وإذا ما نظرنا للجامعات بكلياتها المتعددة وتخصصاتها المختلفة، ودورها في إعداد الطلاب لبناء وتشكيل المستقبل؛ فإننا نجد أن كليات التربية لها دور فعال في بناء إنسان ومعلّم المستقبل. فكما نعلم إن مهنة التعليم هي عبارة عن مجموعة من المواقف التعليمية والسلوكية التي تتضمن تفاعلات بين المعلم وطلابه وأساليب وطرق التنشئة الفكرية والاجتماعية والانفعالية.

وانطلاقاً من مسعى الأمم المتقدمة باستمرار إلى الاستثمار الأمثل لطاقاتها البشرية المتجددة، وثرواتها الطبيعية المتعددة، فعليها أن تستخدم كل الطرق والأساليب الإيجابية لتنمية قدرات أبنائها ومواهبهم وطاقاتهم بما يسهم في تحقيق التنمية الشاملة لكل فرد متعلم روحاً وجسداً وفكراً وذكاءً جمالياً وتوافقاً نفسياً واجتماعياً... وبعيداً عن النظرة التقليدية للذكاء، التي ما تزال تمارسها مؤسساتنا التعليمية.

ومن هنا تزايد الاهتمام العالمي في الآونة الأخيرة بالذكاء الانفعالي بوصفه نتاجا لروح العصر الجديد الذي كان يعتنق قديما وجهات نظر غير تقليدية بشأن الذكاء، وأصبح الاعتقاد لدى قطاعات عديدة في المجتمع بأن الذكاء الانفعالي يحمل وعداً بحل

العديد من مشكلات المجتمع الضاغطة، حيث يمثل مظلة تغطي مجالاً واسعاً من المهارات والاستعدادات التي تقع خارج نطاق قدرات الذكاء التقليدية والتي تتضمن بشكل أساسي الوعي بالمشاعر وبتأثيرها في الجوانب المعرفية، وفهم المشاعر الذاتية ومشاعر الآخرين، والتمكن من إدارة وضبط الذات، والتصرف بذكاء وحنكة في المواقف المحرجة، والتفاهم المتبادل والتمكن من التصدي للمشكلات وحلها بطريقة إيجابية، والتخفيف من المواقف الضاغطة، وتهيئة بيئة خالية من القلق والتوتر، وخلق الروح الإيجابية، وتحقيق المرونة والسعادة النفسية والرفاه.

يعد مفهوم الذكاء الانفعالي من المفاهيم المهمة في مجال علم النفس حيث حظي هذا المفهوم في العقدين الآخرين من القرن الماضي باهتمام الكثير من الباحثين في علم النفس المعرفي والتربوي حتي بات من أكثر الموضوعات دراسة وبحثاً، ونظراً لأهميته ودوره الفعال في حياة الفرد وصلته الوثيقة بتفكيره وذكائه، ومساهمته الواضحة في نجاحه وإكسابه القدرة على التكيف في المواقف الحياتية التي يتفاعل فيها مع أفراد مجتمعه، فقد استأثر باهتمام كثير من الباحثين الذين يرون أن الذكاء العام وحده لا يضمن نجاح الفرد وتفوقه، وإنما يحتاج إلى الذكاء الانفعالي الذي يعدَ مفتاح النجاح في المجالات العلمية والعملية. كما أكد جولمان (1995) أن العصر الحالي يتسم بتزايد وارتفاع معدلات القلق والإحباط والاكتئاب، وعدم الرضا عن التخصص، ويعود السبب في ذلك إلى تدني مهارات الذكاء الانفعالي لهؤلاء الأفراد .

ونتيجة لذلك لقد جدب مفهوم الذكاء الانفعالي اهتمام عدد من الباحثين في الأوساط العلمية في نهاية القرن العشرين، حيث تعدَ نظرية الذكاء الانفعالي إحدى النظريات الحديثة التي ظهرت لتنبه إلى مكانة النظام الانفعالي في النظام المعرفي للقدرات الإنسانية. وفي الوقت نفسه ظهرت لتقف في وجه المداخل التقليدية التي كانت تري في العواطف نظاماً يعيق النشاط المعرفي ولا علاقة له بالذكاء. وبذلك يؤكد ماير (2001) أن نقطة التحول تمثلت في كون أن الذكاء الانفعالي يمثل نتيجة تكامل منظومتي المعرفة والانفعال، إذ يقوم النظام المعرفي الاستدلالي المجرد بتوجيه الانفعال، بينما يعزز النظام الانفعالي القدرة المعرفية.

ويري روبينس وسكوت (2000) أن الوعي بالانفعالات والمشاعر هو الكفاءة الوجدانية الأساسية التي تُبنى عليها الكفاءات الشخصية كضبط النفس وغيرها. إذ أن المشاعر تلعب دوراً أساسيا في تسيير الحياة وما يصاحبها من قرارات شخصية. فبقدر ما تدفعنا مشاعر الحماسة والقلق الإيجابي والاستمتاع بما نقوم به، بقدر ما نحقق العديد من الانجازات في حياتنا. وهذا ما نعنيه حين نقول إن الذكاء الوجداني طاقة تؤثر بشدة وعمق على كل القدرات الأخرى، إيجابا أو سلباً، تيسيراً أو إعاقة.

فالأفراد الذين يتصفون بالذكاء الانفعالي المرتفع هم الذين يتميزون في العادة بالخصائص الإبداعية والابتكارية موسي والخطاب (2003). كما يعمل الذكاء الانفعالي على خلق توازن لدى الفرد مع العالم وزيادة فاعليته وإرادته أكثر من العمل كرد فعل لمثيرات البيئة هامشك Hamachek (2000:35). وقد اعتبر كل من ماير Mayer وسالوفي salovey (1990) الذكاء الانفعالي كنوع من أنواع الذكاء الاجتماعي الذي يتضمن قدرات مراقبة الانفعالات والمشاعر الخاصة بالفرد والآخرين والتمييز بينها، واستخدام هذه القدرات لتوجيه طريقة التفكير والأفعال الخاصة. فقد توصلا أثناء محاولتهما تطوير عملية قياس الفروق بين الأفراد في مجال الانفعالات، إلى أن الأفراد الذين لديهم مهارات ذكاء انفعالي يعبرون عن انفعالاتهم، ويدركون انفعالات الآخرين، وينظمون عواطفهم بشكل جيد جونسنJohnson (2008).

وقد افترض جولمان بأن الذكاء الانفعالي قدرة قابلة للتعلم، وقسم الكفاءة الانفعالية إلى قسمين: الكفاءة الشخصية التي تمكننا من إدارة أنفسنا، والكفاءة الاجتماعية التي تمكننا من إدارة علاقاتنا مع الآخرين.

وبهذا المعنى يعتبر الذكاء الانفعالي منبئاً جيداً عما إذا كان الفرد في إمكانه تكوين شبكة علاقات اجتماعية جيدة أم لا لوبيز وآخرينLopes et al (2003). فهو يحظى بدور مؤثر وايجابي في مزاج الفرد وتقديره لذاته. وبالتالي يحقق لهذا الأخير الرفاهية والبهجة والسرور وعيش حياة إيجابية والسعادة والرضاء عن الحياة ديلزري Delazzari (2001) حيث إن السعادة تعتمد كثيراً على المهارات الاجتماعية للفرد والتي اعتبرها جولمان العنصر الخامس في مكونات الذكاء الوجداني.

قديماً كان ينظر إلى الصحة النفسية من المنظور المرضي، لذلك انشغل علماء النفس بدارسة الاضطرابات النفسية والسلوكية والعقلية وركزوا على تشخيص وعلاج هذه الاضطرابات من خلال الاقتصار على النموذج المرضي، ومن ثم تم تجاهل أو تناسي الجوانب الايجابية في الشخصية. كما تم تجاهل تماماً فكرة النظر إلى الفرد القادر على الإنجاز والعطاء المليء بالحيوية والتدفق والبهجة والسرور الساعي بكل ما أوتي من قوة إلى تحقيق الذات، بل ولم يقدر فكرة أن بناء القوة وتمكين البشر من أقوى الأساليب وأكثرها فاعلية في العلاج النفسي.

وأصبح الإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية – في ضوء هذا الاتجاه وأنصاره – هو الإنسان الخالي من المرض. وبناء عليه أصبح الشغل الشاغل لعلماء النفس والباحثين والمختصين هو الكشف عن حالات الاضطرابات النفسية والسلوكية وتحديد الطرق المناسبة للتدخل والعلاج، وقد كان هؤلاء يفترضون أنه إذا عولج المرض يمكن للإنسان أن يعود إلى حالة السواء ويحقق التكيف والتوافق، وهو ما لم يفلح علم النفس في إثباته بالرغم من الفترة الطويلة التي قضاها للتحقق من ذلك.

ونتيجة لذلك ظهر تيار جديد مند تسعينيات القرن الماضي على يد أشهر علماء النفس وهو مارتن سيلجمان (martin Seligman) عرف بعلم النفس الايجابي Psychology Positive، وهو مجال للنظريات والأبحاث النفسية التي تركز على الخبرات النفسية، والسمات الفردية، أو مناحي القوة لشخصية الفرد، والمؤسسات الاجتماعية التي تجعل من الحياة فضاء للعيش إلى أقصى درجة. وهذا المجال معني على المستوى الانفعالي والمعرفي بالخبرات الايجابية في الماضي والحاضر والمستقبل مثل الرضا والسعادة والتفاؤل والمرح. وعلى المستوى الفردي فهو معني بالسمات الشخصية الايجابية مثل الشجاعة والوفاء والحكمة. أما على المستوى الجماعي فهو معني بالفضائل المدنية والمؤسسات التي تزيد من فعالية مشاركة الفرد كمواطن خلاق ومنتج ومبدع وناجح، متحمل المسئولية (APA Dictionary of Psychology,2007,p.713).

ولذلك ارتكز هدف علم النفس الايجابي على البحث في الجوانب الايجابية في التجربة الإنسانية للفرد وكيفية اكتسابها وتنميتها. كما سعى إلى تفعيل التغيير في علم النفس بشكل عام من التركيز فقط على إصلاح أسوء الأشياء في الحياة إلى التركيز أيضا على بناء أفضل الصفات للحياة والرقي والازدهار النفسي من خلال بناء الايجابيات على المستويات المذكورة أعلاه. وهذا العلم ينظر إلى الإنسان نظرة مختلفة تماماً وهي أن الأصل هو الصحة وليس المرض، وأن الإنسان يستطيع أن يتكيف ويتوافق مع الوسط الاجتماعي إذا ما ركز على الجوانب الايجابية أو المضيئة في حياته وبث الأمل والتفاؤل والسعادة، والرضا عن الذات، والاستمتاع بالعلاقات مع الذات والآخرين، والمرونة النفسية والصمود النفسي.

ويرى ليتوين Litwin (1999) أن جودة الحياة النفسية لا تقتصر على تذليل الصعاب والتصدي للعقبات والأمور السلبية فقط، بل تتعدي ذلك إلى تنمية النواحي الايجابية. كما يذكر بارجر Barger (1998) أن الدراسات في مجال جودة الحياة النفسية تناقش المستوى الوظيفي للفرد وتقييمه لشخصيته في تأثيرها على جودة حياته النفسية.

فارتفاع مستوى الأفراد في المهارات الاجتماعية يؤدي إلى تحسين مستوي ونوعية حياتهم، ومنها المشاركة في الحديث ومواصلته، واستخدام النبرة المناسبة للصوت، والتساؤل بهدف التوضيح، والمطالبة بالحقوق في صورة مهذبة، والتفاوض بلطف، والمرح، والثناء على سلوكيات الآخرين وتشجيعهم، والعناية بالمهام واستكمالها، ومتابعة التعليمات والتوجيهات، والعناية بالملبس والمظهر العام، وبذل الجهد .

وفي اطار هذا التطور الذي عرفه علم النفس الحديث بفعل ظهور اتجاه علم النفس الايجابي، ذهبنا في هذه الأطروحة إلى دراسة دور الذكاء الانفعالي في تجويد الحياة النفسية لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة مصراته.

والذكاء الانفعالي يحقق لدى الفرد ارتفاعا في مستوى جودة الحياة النفسية حيث يرى رايت Wright وكروبانزانو Cropanzano (2004) أن جودة الحياة

النفسية هي خبرة ذاتية لدى الفرد تتضمن كلاً من الوجود النسبي للانفعالات الإيجابية، والغياب النسبي للانفعالات السلبية. وهي عبارة عن ارتفاع في مستوى رضا الفرد، وتحقيق السعادة والبهجة والسرور، والاقبال عن الحياة بوجه عام.

ونقدم فيما يلي خلاصة تركيبية لأهم تصورات ونتائج هذه الأطروحة وبالخصوص الخلاصات الجوهرية المتعلقة بمرجعياتها النظرية واجراءاتها المنهجية ونتائجها الأساسية:

أولا: المرجعيات والنماذج النظرية

1-النماذج النظرية للذكاء الانفعالي

بعد تخصيصنا في هذا الفصل الإطار النظري للذكاء الانفعالي نستخلص أن الأدبيات العلمية المرتبطة بهذا المفهوم تكشف عن ثلاث نماذج رئيسة تهيمن بشكل رئيسي إلى وقتنا الرّاهن على هذا الحقل وهي:

- نموذج بار أون: المسمى بالذكاء العاطفي والاجتماعي ويستهدف تحديد الصفات والمهارات التي من شأنها أن تساعد الناس على التكيّف مع المطالب الاجتماعية والعاطفية في حياتهم. ويتكون هذا النموذج من خمسة مكونات رئيسية وهي: (مهارات داخل الشخص نفسه)، (مهارات بين الأشخاص)، (القدرة على التكيف)، (إدارة الإجهاد)، (المزاج العام). وتشتمل هذه المكونات القدرة على معرفة وفهم وتعبير الفرد عن نفسه، والقدرة على معرفة وفهم الآخرين والتواصل معهم، والقدرة على السيطرة على المشاعر، والقدرة على التكيف مع التغيير وذلك لحل المشاكل الشخصية أو الاجتماعية التي يتعرض لها، والمحافظة على صفوة مزاجه.
- نموذج جولمان الذي يتكون من عدة نظم من الكفاءات تحدد في أربع مجموعات أساسية هي: (الوعي بالذات)، (إدارة الذات)، (الوعي الاجتماعي)، (إدارة العلاقات)، وقد شكلت تدابير "مقاييس جولمان" للذكاء الانفعالي المرتبطة بهذا النموذج ما أسماه بمخزون الكفاية العاطفية.
- نموذج ماير وسالوفي وكارسيو الذي سعى فيه هؤلاء الباحثون إلى تقديم نوع مميز من الذكاء الانفعالي، حيث يعتبرون أن نموذجهم يعبر عن " القدرة العقلية"

أو نهج "معالجة المعلومات". وكانت طريقة تصميمهم لبناء مقياس في الذكاء الانفعالي على أساس ربطها مع الاختبارات المعرفية، حيث كانت زاوية نظرهم للذكاء الانفعالي من منظور علم النفس المعرفي، ونظريات الشخصية، والقدرات العقلية. ويتكون نموذجهم من أربعة عناصر أو فروع وهي: (القدرة على إدراك الانفعالات) (القدرة على استخدام الانفعالات لتسهيل التفكير) (القدرة على فهم الانفعالات) (القدرة على إدارة الانفعالات). ونظرا لأهمية هذا النموذج ومصداقية مكوناته العلمية والتطبيقية، فقد عملنا في هذه الأطروحة على اعتماده كأساس لتأطيرنا النظري وبناء المقياس الذي وظفناه في قياس مستوى الذكاء الانفعالي للطلبة المبحوثين.

ويجدر بنا الإشارة هنا إلى أن النماذج الثلاثة المذكورة أعلاه كشفت كلها على الآثار الايجابية للذكاء الانفعالي المترتبة على الصحة العقلية والعاطفية، والعلاقات، والتحفيز الذاتي، والقدرة على التكيف، وحل المشكلات، مما يدل على أنه من دون هذه المهارات أو القدرات، لا يمكن للأفراد أن يحققوا نجاحا.

كما نستخلص من هذا الفصل أن الطالب الذي يتمتع بالذكاء الانفعالي يكون على وعي بانفعالاته ومشاعره ومتقبلا لها كما هي. فبقدر ما يكون على ادراك وفهم وتقبل لانفعالاته، يكون قادر على قراءة انفعالات الآخرين وفهمها وادراكها. وهذا ما يؤدي به إلى امتلاك القدرة على تنظيم انفعالاته الخاصة، أي السيطرة على الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات ايجابية، ويكون له تأثير قوي وايجابي في الآخرين، ومعرفته متى يكون قائدا ومتى يكون تابعا، وبالتالي يستطيع ممارسة مهاراته الحياتية بفاعلية، ويحقق نجاحا مرموقاَ.

2-النماذج النظرية لجودة الحياة النفسية

بعد فردنا هذا الفصل لمفهوم جودة الحياة النفسية، نستخلص أن جودة الحياة النفسية لها أهميتها الكبرى والمشروطة، وخاصة في مجالات علم النفس مثل علم النفس التنموي والمعرفي والأسرى والمدرسي.

فجودة الحياة النفسية تمكّن الطالب خاصة من اكتساب ديناميكية التكيف الايجابي – عملية المرونة–، واستخدام امكاناته وقدراته بأعلى مستويات طاقاته، مما يمكنه من التكيف والنجاح في التعامل السوي حتى في ظل المواقف غير السارة حيث تمكن الطالب من أن يمتلك الكفاءة في مواجهة الأحداث المؤلمة، بنشاط وحيوية ودافعية ويتعامل مع تلك الأحداث بحنكة ومرونة ويقوم بتبديلها وبلورتها وبالتالي يستطيع أن يحولها إلى جهد بناء في البيئة، وتحقيق أهداف ذات معنى وقيمة.

فتمتع الطالب بجودة الحياة النفسية هاته يعني أنه يتقبل ذاته كما هي. وهذا ما يدفعه إلى العمل بجد للتنمية وتطوير شخصيته واكتساب استقلاليته وبالتالي تحقيق هدفه في الحياة والقدرة على تكوين شبكة علاقات اجتماعية. وهذه العوامل جميعها تمكنه من إدراك طبيعة البيئة التي هو بصددها مما يسهل عليه تماما اكتساب القدرة على السيطرة على بيئته.

و يعبِّر مفهوم جودة الحياة النفسية عن حالة كلية ذاتية توجد عندما يتوازن داخل الفرد مدى واسع من المشاعر منها الحيوية والنشاط، والاقبال على الحياة، الثقة في الذات، الصراحة والأمانة مع الذات والآخرين، البهجة والمرح والسرور، السعادة والهدوء، الشعور بحسن الحال، الرضا عن الحياة، وإقامته واستمراره في علاقات اجتماعية ايجابية مع الآخرين. وهي التي يمكن أن نسميها بحالة من الاتزان الانفعال الايجابي التي تنظم إيقاع حياة الفرد.

ومن أفضل النماذج التي فسرت جودة الحياة النفسية يوجد نموذج رايف الذي يسمى بنموذج العوامل السته المتمثلة في: (الاستقلالية، السيطرة على البيئة، النمو الشخصي، العلاقات الإيجابية، الحياة الهادفة، تقبل الذات). ومن خلال هاته العوامل يمكن ملاحظة التفاعل بين الأبعاد كما يحدث في الحياة اليومية للفرد، وكيف يمكن للفرد أن يستخدم الموارد المتاحة له في كل محال من مجالات النموذج.

وهذا النموذج يسهل تقديم شامل للفرد من وجهة نظر الأداء العام، حيث التوازن فيه لا يرتبط باستقلالية الأبعاد بل بتفاعلها وتكاملها. ولهذا يمكن أن ينمّي لدى الأفراد المزيد من القوى في بعض المناطق أكثر من غيرها

وعلى هذا الأساس، فقد تبنينا هذا النموذج في هذه الأطروحة كأساس للتأطير النظري لموضوع جودة الحياة النفسية واختيار مقياس رايف الذي قمنا بتعريته كأداة لتقييم جودة الحياة النفسية لدى عناصر عينة الدارسة.

3-النماذج النظرية لعلاقة الذكاء الانفعالي بجودة الحياة النفسية

تتحدد أهم خلاصة يؤكد عليها فصلنا الثالث في أن الطالب الذي يتمتع بمستوى مرموق من الذكاء الانفعالي عادة ما يحظى بعيش حياة ايجابية وذلك لما له من تأثير كبير على الأداء الناجح واسهاماته في تحقيق السعادة والرفاه والتمتع بحياة أكثر إيجابية. فقد اتضح من أبحاث كثيرة أن الأشخاص أصحاب الذكاء الانفعالي المرتفع غالبا ما يتميزون بالإيجابية والسعادة، في حين أن أنظارهم الذين يفتقرون إلى هذا النوع من الذكاء يتميزون بالسلبية وأعراض الاكتئاب والانهاك والتعب الذاتي.

ويلعب الذكاء الانفعالي والكفاءات العاطفية دورا كبيرا في بيئة التعلم وذلك لإسهاماته في رفع مستوى فاعلية التعلم، وزيادة الدافعية، ومهارة حل المشكلات، التي تؤدي بدورها إلى تحقيق النجاح الأكاديمي، حيث يعتبر الذكاء الانفعالي من الموارد الهامة في تعزيز التعلم لدى الطلبة والجودة في التعليم، وتحقيق الكفاءة الذاتية، والرضا عن الحياة، والسعادة والتمتع بجودة الحياة النفسية.

وعادة ما يستخدم مفهوم الذكاء الانفعالي كتعبير عن أهمية دور انفعالاتنا وعواطفنا في نجاحنا أو فشلنا في مواقف الحياة. وهذا ما يحتّم علينا ضرورة تنمية مهارات هذا النوع من الذكاء لدى طلبة الجامعة، وذلك من أجل بناء شخصيتهم من جميع جوانبها بناءً ايجابيا. فالطلبة الذين يتمتعون بالذكاء الانفعالي وجودة الحياة النفسية تكون علاقاتهم الاجتماعية أفضل من غيرهم ويجيدون تكوين العلاقات

الشخصية، ويحققون النجاح في دراستهم ومهنهم المستقبلية، كما يُجِيدُون مختلف المهارات الحياتية.

تبعاً لما تقدم طرحه بخصوص العلاقة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة النفسية لدى الطلبة، نشير مع كثير من الدراسات إلى أن الذكاء الانفعالي يسهم في تحقيق جودة الحياة النفسية لدى الطلبة، كما يسمح بالتنبؤ بجودة حياتهم النفسية من خلال معرفة مستوى ذكائهم الانفعالي، حيث أن جودة الحياة النفسية تتأثر بمستوى امتلاك الطالب للذكاء الانفعالي. وأن معظم الدراسات التي وظفناها بهذا الخصوص تؤكد على العلاقة الايجابية الطردية بين هذين المتغيرين، إذ كلما كان مستوى الذكاء الانفعالي للطالب جيدا، كلما ارتفعت وتحسنت معه جودة حياته النفسية.

ثانيا: الخطة المنهجية والاجراءات التجريبية

1. إشكالية البحث:

انطلاقاً من أن الذكاء الانفعالي أصبح بؤرة اهتمام العالم اليوم، بل أصبح مطلباً ضرورياً لأي فرد من أي شريحة وبخاصة الطالب الجامعي وما يضمنه له من جودة في حياته النفسية. وذلك لضمان تحقيق جودة الحياة النفسية لدى طلبة الجامعة. وباعتبار أن المرحلة الجامعية تختلف عن سابقتها في العديد من الأمور، مما تجعل الطلبة يعانون من العديد من المشكلات التكيفية، الأمر الذي يتطلب ذكاء انفعاليا، لمقاومتها والحد من تأثيرها على سعادتهم وعلاقاتهم الايجابية. فهو يشكل عاملاً مهما في جودة الحياة النفسية لدى مختلف طلبة كلية التربية الذين سينخرطون مستقبلا في سيرورة تربية وتعليم وتنشئة جيل الغد. فأي خلل في شخصيتهم يمكنه أن ينعكس على من يتعاملون معهم، وهذا ما دفع بنا إلى إجراء هذا البحث الذي يهدف إلى دراسة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة النفسية لدى طلبة كلية التربية بجامعة مصراته.

2. فرضيات البحث:

الفرض الأول: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير الجنس.

الفرض الثاني: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير السن.

الفرض الثالث: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الذكاء الانفعالي تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي.

الفرض الرابع: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الذكاء الانفعالي تعزى للتفاعل بين متغيرات الجنس والعمر والتخصص.

الفرض الخامس: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير الجنس.

الفرض السادس: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير السن.

الفرض السابع: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي.

الفرض الثامن: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير جودة الحياة النفسية تعزى للتفاعل بين متغيرات الجنس والعمر والتخصص.

الفرض التاسع: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الذكاء الانفعالي وجودة الحياة النفسية لدى الطلبة المبحوثين وبغض النظر عن متغيرات تفاوت الجنس أو السن أو التخصص الأكاديمي.

3. أدوات البحث:

للتحقق من فرضيات البحث تم تطبيق مقياس الذكاء الانفعالي والذي كان معامل ثباته (0.77) ودال عند مستوى (0.001)، كما طبقنا مقياس جودة الحياة النفسية لرايف المترجم من قبل الباحث وكان معامل ثباته (0.95) ودال عند مستوى (0.001)، على عينة تتكون من (200) عنصر من طلبة كلية التربية بجامعة مصراتة مقسمة بواقع (25) ذكور و(25) إناث، أعمارهم أقل من 23 سنة،

تخصص أدبي، ومثلهم تخصص علمي؛ (25) ذكور و(25) إناث، أعمارهم أكبر من 23 سنة، تخصص أدبي، ومثلهم تخصص علمي. وبعد جمع المعلومات وتفريغ البيانات على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والنفسية SPSS، وقمنا باستخراج القيم الاحصائية التالية: المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري وألفا كرونباخ وسبيرمان براون واختبار t لعينتين مستقلتين وتحليل التباين الثنائي ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل الانحدار الخطي البسيط .

ثالثا. النتائج الأساسية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متغير الذكاء الانفعالي سواء في الدرجة الكلية أو الأبعاد الفرعية، تعزي لمتغير الجنس (ذكور، إناث).
2. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متغير الذكاء الانفعالي سواء في الدرجة الكلية أو الأبعاد الفرعية، تعزي لمتغير السن (أقل من 23 سنة، أكبر من 23 سنة).
3. توجد فروق ذات دلالة معنوية عند مستوى (0.01) في الدرجة الكلية وجميع أبعاد الذكاء الانفعالي بين طلبة التخصص (الأدبي، والعلمي) وكانت الفروق لصالح طلبة التخصص الأدبي.
4. لا توجد اختلافات معنوية في متغير الذكاء الانفعالي تعزى للتفاعل بين متغيرات الجنس والعمر والتخصص.
5. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في جودة الحياة النفسية سواء في الدرجة الكلية أو الأبعاد الفرعية، تعزي لمتغير الجنس (ذكور، إناث).
6. لا يوجد تمايز من حيث السن بين طلبة كلية التربية في متغير جودة الحياة النفسية سواء في الدرجة الكلية أو جميع الأبعاد الفرعية لها، ما عدا في مكون (السيطرة على البيئة) يوجد تمايز فيه لصالح الطلبة الذين سنهم (أكبر من 23 سنة).
7. توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.01) بين طلبة التخصص(الأدبي، والعلمي) في الدرجة الكلية لجودة الحياة النفسية والأبعاد الفرعية (الاستقلالية، السيطرة على البيئة، العلاقات الايجابية، الحياة الهادفة، تقبل

الذات) لصالح طلبة التخصص الأدبي. بينما لا توجد فروق في بعد (النمو الشخصي بين طلبة التخصص(الأدبي، والعلمي).

8. كما توصلنا أنه لا يوجد تمايز بين طلبة عينة البحث في متغير جودة الحياة النفسية تعزى للتفاعل بين متغيرات الجنس والعمر والتخصص.
9. وجود علاقة ارتباطية موجبة وطردية دالة احصائياً عند مستوى (0.01) بين الابعاد الفرعية للذكاء الانفعالي والابعاد الفرعية لجودة الحياة النفسية، وكذلك الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي والدرجة الكلية لجودة الحياة النفسية. وذلك بغض النظر عن متغيرات تفاوت الجنس والسن والتخصص منه الطلبة المبحوثين.

وفي ضوء ما أسفرت عنه أطروحتنا من نتائج أمكن لنا تقديم مجموعة من التوصيات المتعلقة بالاهتمام بفئة طلبة الجامعة خاصة. وطلبة مختلف المستويات التعليمية عامة. والتأكيد على تضافر الجهود والإمكانات للعمل على تنمية الذكاء الانفعالي لهؤلاء من أجل تنمية شخصيتهم وتحسين جودة حياتهم النفسية.

- عقد ندوات ومحاضرات دورية حول مفهوم الذكاء العاطفي وجودة الحياة النفسية.
- بناء برنامج لتنمية مهارة الذكاء الانفعالي والانفعالات الإيجابية ومعرفة تأثيره على مواجهة الضغوط لدى الطلبة
- الاهتمام بالذكاء الانفعالي وجودة الحياة النفسية وإكسابهما للطلبة في مختلف المستويات التعليمية.
- الاستفادة من المقاييس التي استخدمناها في اطروحتنا من قبل الأخصائي النفسي لقياس سمة الذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة.
- العمل على تفعيل برنامج الدعم النفسي والإرشاد داخل المجتمع الليبي وخاصة الجامعات.
- تصميم برنامج تدريبية مختلفة لجميع مراحل التعليم يتعلم من خلالها الطلبة مهارات إدراك الانفعالات والتسيير الانفعالي للتفكير وفهم الانفعالات وإدارتها .

- تصميم برنامج تدريبية مختلفة لجميع مراحل التعليم يتعلم من خلالها الطلبة مهارات الاستقلالية والسيطرة على البيئة والنمو والتطور الشخصي و العلاقات الاجتماعية الإيجابية والهدف من الحياة وتقبل الذات.
- تصميم برنامج تدريبي قائم على الذكاء الانفعالي لتنمية ضعف مهارات التواصل الاجتماعي لدى الأطفال الذين تتراوح اعمارهم ما بين (3 و 5) سنوات.
- العمل على تضمين وتطبيق برنامج إرشادي معرفي لتنمية مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة الذين يفتقرون إلى ذلك النوع من الذكاء.

إيماناً من أن البحث العلمي بناء تراكمي للمعرفة الإنسانية. يفتح الأبواب أمام رؤيات ومشكلات جديدة مثيرة للبحث والتقصي، لذا نقترح بعض الموضوعات كرؤية استشراقية لأفق البحث في ضوء ما تناولناه في أطروحتنا الحالية:

- إجراء هذه الدراسة بنفس متغيراتها على عينات أخرى من مراحل تعليمية مختلفة، وفي بيئات مختلفة.
- إجراء هذه الدراسة بنفس متغيراتها على عينات من نزلاء مستشفى الأورام بمدينة مصراتة.
- إجراء دراسة: الذكاء العاطفي مقابل الذكاء العام لدى مدراء وموظفين المؤسسات الحكومية.
- إجراء دراسة: فاعلية برنامج إرشادي قائم على تنمية مهارات الذكاء الانفعالي لرفع مستوى جودة الحياة النفسية لدى موظفين بعض المؤسسات الحكومية بمدينة مصراتة.
- إجراء دراسة: فاعلية برنامج إرشادي قائم على تنمية مهارة إدارة الإجهاد لدى المرضى الذين يعانون من قصور في عصلة القلب.

- إجراء دراسة: فاعلية برنامج إرشادي قائم على تنمية مهارة الذكاء الانفعالي وجودة الحياة النفسية لدى نزلاء مستشفى الأورام بمدينة مصراتة.
- إجراء دراسة لبحث أثر الذكاء الانفعالي على مستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.